

ÉDITION AUTOMNE

VOLUME 11, NO 2 - SEPTEMBRE 2024



Le vendredi 25 octobre 2024
de 10 h 30 à 17 h

Centre communautaire Roussin
salle Raymond-Mayer

12 045, rue Notre-Dame Est, Pointe-aux-Trembles

Téléphone : 514 643-0930

Kiosques d'information, conférences
et tirages de prix de présence.

*Entrée
Gratuite*



Bilan Aînés actifs à vélo

Pour une 8e saison, le service d'accompagnement Aînés actifs à vélo, opérationnel depuis 2016, continue à plaire à notre clientèle aînée. p.16

Dossier sur le logement

Une nouvelle loi est entrée en vigueur le 6 juin dernier, visant à limiter le droit d'éviction et à mieux protéger les locataires aînés. p. 23

Journée de la gentillesse

La gentillesse est le langage qu'un sourd peut entendre et qu'un aveugle peut voir, Mark Twain. p.30

AQDR Pointe-de-l'île de Montréal

9140, boul. Perras, bureau B 2.6, Montréal, QC H1E 7E4 | 514 643-0930
aqdr-pdi@videotron.ca | aqdr-pointedelile.org | facebook.com/aqdrpdi

SOMMAIRE - JOURNAL D'INFORMATION DE L'AQDR-PDÎ

Mot de la présidente _____	3
Bienvenue dans l'équipe de l'AQDR-PDÎ _____	4
Soupers Fraternité _____	5
Information – Groupe Harmonie _____	6
Café-causerie – Pour que vieillir soit gai _____	7
Conférence – Sécurité Incendie _____	8
Conférence – Arrangements funéraires préalables _____	9
Conférence – Préparation aux urgences _____	10
Retour sur l'AGA de l'AQDR Pointe-de-l'île _____	11
Des chiffres qui « parlent » _____	12
Salon des Aînés de la Pointe-de-l'île de Montréal _____	14
Bilan d'Aînés actifs à vélo 2024 _____	16
Témoignage des chargés de projet – AAV _____	17
Article d'opinion – Les jeunes de l'Est en ont marre d'attendre l'autobus _____	18
Maintien à domicile _____	20
Projet de Loi 65 _____	23
On est dans le mur _____	24
Les premiers signes de l'Alzheimer _____	26
Service de déneigement _____	27
Organisation non gouvernementale – DESI _____	28
Cours d'informatique – Clic Aînés _____	30
Journée de la gentillesse _____	30
SécuriCAB _____	31
Nouveau Bottin des Aînés de la PDÎ _____	31
Vœux d'anniversaire à nos membres _____	31
Avantages à être membre à l'AQDR _____	32
Devenir membre à l'AQDR-PDÎ _____	33
Nos partenaires _____	34
Formulaire d'adhésion comme membre à l'AQDR-PDÎ _____	39

N.B. :

Certaines photos ou images sont tirées d'Internet.

Dans le texte de ce journal, le masculin est utilisé pour faciliter la lecture. Il réfère autant au masculin qu'au féminin.

Conception et réalisation :

Charlène Daguin, agente des communications
Marthe D'Amours, présidente de l'AQDR-PDÎ
Diane Lamontagne, secrétaire-trésorière de l'AQDR-PDÎ

Collaborateurs :

Serge Ménard, administrateur de l'AQDR-PDÎ
Jean-Pierre Chicoine, membre de l'AQDR-PDÎ

MOT DE LA PRÉSIDENTE

Incroyable, tout ce qui se fait dans notre secteur pour protéger les droits des aînés, faciliter la continuation de leur participation à la société civile, leur apporter le soutien nécessaire pour accéder aux services et soins, eh oui, leur permettre de garder le moral malgré les obstacles qui se présentent à tous les niveaux.

Le printemps dernier, j'ai assisté aux Assemblées générales annuelles de deux organismes qui se consacrent plus spécifiquement aux personnes issues de l'immigration : le Centre de la famille haïtienne et interculturel de Rivière-des-Prairies (CFHI) et Aîné(es) j'écoute en actions (AJEA). Leurs valeurs de respect des personnes, bienveillance, ouverture, engagement sont aussi les nôtres. Alors qu'AJEA se consacre plus spécifiquement aux aînés immigrants et racisés, le CFHI offre son aide aux familles de diverses communautés. Tous les deux par divers moyens tentent de combattre l'isolement des aînés et leur offrent des activités et services en ce sens. Si vous connaissez des personnes et des familles qui auraient besoin de recourir à eux, n'hésitez pas à les y référer. Autant l'un que l'autre a développé une expertise qui peut avoir le résultat attendu.



Le Plan de développement triennal que nous avons adopté en 2023, comportait un volet rapprochement des communautés culturelles de notre territoire. La connaissance et les collaborations plus étroites avec les organismes compétents qui les rejoignent, constituent les premiers pas de cette volonté de faire.

Jetons un coup d'œil sur ce Plan de développement. Rappelons les axes de travail identifiés : l'expansion de la section, sa gouvernance, les activités/services aux membres, notre implication sur le territoire et à l'AQDR nationale et le volet communications. Après une première année de travail, il ressortait, entre autres choses du bilan présenté à l'Assemblée générale annuelle du mois de mai dernier, que ...

- Malgré que le sondage auprès des membres n'ait pas atteint encore un nombre important, les besoins manifestés par les membres rejoints sont de pouvoir vieillir chez eux, d'avoir un revenu viable et des loyers abordables, et d'être informés. Plusieurs sont préoccupés par l'environnement et se sont dits fort heureux du transport en commun gratuit.
- Bien que les principaux dossiers de travail de l'AQDR (revenu viable, soins à domicile, transport collectif accessible, logement abordable) reviennent un peu plus souvent sur la place publique, il reste cependant beaucoup de travail à faire. Une importante mobilisation est à venir à l'échelle de la province. Notre Infolettre vous tiendra au courant des actions qui seront posées et auxquelles vous serez invités à participer.

Ne manquez pas dans ce bulletin, notre retour chiffré de l'année qui vient de s'écouler, des considérations sur les dossiers logement et maintien à domicile. Parmi les activités à venir, soyez des nôtres le 30 septembre prochain, lors de l'activité de la Journée internationale des aînés (p. 7), le 25 octobre, lors du Salon des Aînés de la Pointe-de-l'île de Montréal (p. 14). Nous vous attendons en grand nombre.

Bel automne et merci de rester des nôtres !

Marthe D'Amours,
Présidente de l'AQDR Pointe-de-l'île

CFHI - site web : <https://cfhi-rdp.org/>  - tél. : 514 643-1333

AJEA - site web : <https://aineesjecoutenactions.org/> - tél. : 514-862-8865



BIENVENUE DANS L'ÉQUIPE DE L'AQDR-PDÎ

COORDONNATEUR

En poste depuis le début de juin 2024, c'est avec honneur et humilité que j'ai intégré le monde de l'action communautaire auprès de l'AQDR Pointe-de-l'île. Après 14 ans de service public dans le domaine de la santé, j'ai décidé de réorienter ma carrière afin d'être en phase avec mes convictions en retournant aux études. Je suis diplômé d'une mineure en sciences politiques et d'un certificat en administration des services publics.

Ayant déjà fait du militantisme syndical et politique, je vois dans mon nouvel emploi une suite logique à ma démarche personnelle et citoyenne. Aussi, j'ai toujours travaillé auprès de la population aînée, je suis donc pleinement conscient des enjeux et des défis auxquels cette population fait face quotidiennement. Je suis motivé et désireux de contribuer à la défense des droits des personnes retraitées et préretraitées du Québec. Je tiens à remercier le Conseil d'administration pour la confiance qu'il m'accorde.

Étienne Séguin,
Coordonnateur



AGENTE DES COMMUNICATIONS

À l'aube de mes trois mois au sein de l'AQDR-PDÎ, j'aimerais profiter de cette occasion pour me présenter à vous au travers de cette nouvelle édition du journal, L'Écho de la Pointe.

Mon nom est Charlène et je suis la nouvelle agente des communications et assistante à la coordination. J'ai plusieurs intérêts dont la photographie et le design graphique. Je suis celle derrière les commentaires Facebook, les affiches pour les événements et de l'Infolettre. Vous risquez de me voir souvent sur mon téléphone et sur mon ordinateur. Soyez sans crainte, car je fais probablement du remue-méninge ou de la recherche.

Bien hâte de continuer à mettre mes idées et mes connaissances aux services des membres de la Pointe-de-l'île.

Charlène Daguin,
Agente des communications

SOUPERS FRATERNITÉ



Rappelons que lors de ces soupers, les participants membres ou non de la section disposent d'une occasion privilégiée tout en étant informelle, pour discuter ou s'informer des différents sujets qui les touchent. C'est également l'occasion de fraterniser, de poser des questions, d'exposer leurs difficultés. De plus, les anniversaires des personnes présentes sont soulignés et quelques tirages sont aussi effectués.

Lors du souper de septembre, le thème de juin qui n'a pas été abordé fera l'objet d'une discussion. Suivez-nous dans notre Infolettre mensuelle pour en savoir plus sur les thèmes à venir.

Le thème du souper du 17 septembre 2024 sera « Êtes-vous branché ? »

Les soupers se tiennent toujours **le 3e mardi de chaque mois à 17 h**, mais à différents lieux.

Gardez sous la main l'horaire ci-contre des 4 prochains soupers.

17

SEPTEMBRE

CENTRE COMMUNAUTAIRE RDP

9140, boul. Perras, RDP
Inscription au 514 643-0930
Coût : 20 \$ / personne

17 h

15

OCTOBRE

SCORES *

12 995, rue Sherbrooke Est, PAT

17 h

19

NOVEMBRE

PIZZERIA HOLLYWOOD *

8011, av. Blaise-Pascal, RDP

17 h

17

DÉCEMBRE

SCORES *

12 995, rue Sherbrooke Est, PAT

17 h

* Le coût du souper est défrayé par le participant selon son choix de menu.



Groupe Harmonie

GROUPE HARMONIE

Vous avez 55 ans et plus et vivez avec des problèmes de consommation d'alcool, de médicaments ou d'autres substances?

**CONTACTEZ-NOUS!
514 939-2640**

**[HTTPS://GROUPEHARMONIE.ORG](https://groupeharmonie.org)
[INFO@GROUPEHARMONIE.ORG](mailto:info@groupeharmonie.org)**

NOS SERVICES

Gérontoxicomanie

(Soutien en gestion des enjeux de consommation)

- Suivi individuel personnalisé
- Groupes d'entraide (en français et en anglais)

Soutien Communautaire en Logement Social (SCLS)

- Accueil, écoute et référence
- Accompagnement psychosocial des résidents
- Soutien à la vie communautaire

Café-causerie



Journée internationale
des personnes âgées

✧ Pour que vieillir soit gai ✧

Lundi 30 septembre 2024
à 13 h 30, salle des Tout-Petits

Centre communautaire de RDP
9140, boul. Perras, RDP

Places limitées...

Inscrivez-vous
au
514 643-0930

Café et
collation
offerts



AQDR

Pointe-de-l'île de Montréal

ASSOCIATION QUÉBÉCOISE DE DÉFENSE
DES DROITS DES PERSONNES RETRAITÉES
ET PRÉRETRAITÉES



Les
Petits
Frères



CENTRE D'ACTION BÉNÉVOLE
RIVIÈRE-DES-PRAIRIES



Conférence



- Sécurité Incendie -

Mercredi 16 octobre 2024

à 10 h, salle des Tout-Petits

Centre communautaire de RDP
9140, boul. Perras
Rivière-des-Prairies

**Café et
collation
offerts**



Places limitées...

Inscrivez-vous
au
514 643-0930



AQDR

Pointe-de-l'île de Montréal

ASSOCIATION QUÉBÉCOISE DE DÉFENSE
DES DROITS DES PERSONNES RETRAITÉES
ET PRÉRETRAITÉES



Conférence

✦ Arrangements funéraires préalables
et les démarches suivant un décès ✦

Café et
collations
offerts



✦ **Mercredi 6 novembre 2024**
à 10 h, salle 109 ✦

✦ **Centre communautaire Roussin**
12 125, rue Notre-Dame Est
Pointe-aux-Trembles ✦

Places limitées...

Inscrivez-vous au 514 643-0930



AQDR

Pointe-de-l'île de Montréal

ASSOCIATION QUÉBÉCOISE DE DÉFENSE
DES DROITS DES PERSONNES RETRAITÉES
ET PRÉRETRAITÉES



CIMETIÈRE ET COMPLEXE FUNÉRAIRE DES TREMBLES
DES TREMBLES CEMETERY & FUNERAL COMPLEX

Conférence

- Préparation aux urgences -

Mercredi 4 décembre 2024
à 10 h, salle des Tout-Petits

Centre communautaire de RDP
9140, boul. Perras, RDP

Places limitées...

Inscrivez-vous
au
514 643-0930

Café et
collation
offerts



AQDR

Pointe-de-l'île de Montréal

ASSOCIATION QUÉBÉCOISE DE DÉFENSE
DES DROITS DES PERSONNES RETRAITÉES
ET PRÉRETRAITÉES



**Croix-Rouge
canadienne**



RETOUR SUR L'AGA DE L'AQDR POINTE-DE-L'ÎLE

Le 22 mai 2024, l'équipe de l'AQDR Pointe-de-l'île de Montréal a tenu sa journée spéciale annuelle à laquelle ont participé plus d'une quarantaine de personnes.

La journée a débuté avec la conférence sur « Les différentes fraudes envers les aînés » présentée par l'agente sociocommunitaire du PDQ 45, Audrey Ferron, et par Sophie Duchesneau d'Aînés Avisés. Les deux conférencières ont pu expliquer les différents types de fraudes et fournir des moyens de contrer celles-ci, du moins devenir plus alerte face à ces fraudes.

En après-midi, le bilan de l'année 2023-2024 a permis de présenter, entre autres, le Rapport d'activités par un survol « en bref » ainsi que les États financiers 2023-2024.

Le Rapport d'activités 2023-2024 peut être consulté au lien suivant :

<https://aqdr-pointedelile.org/wp-content/uploads/2024/05/5-Rapport-dactivites-2023-2024-v.-integrale.pdf>



De plus, le bilan du Plan de développement 2023-2026 – An 1 a été présenté aux participants, en relevant d'une façon particulière les activités sur lesquelles les efforts ont été portés durant cette première année d'implantation.

Un merci spécial à tous les participants, partenaires, bénévoles et organisateurs !

Nouveau Conseil d'administration 2024-2025

Un nouveau Conseil d'administration a également été formé pour 2024-2025. Des changements sont survenus quant à la formation du CA et deux postes d'administrateur sont maintenant à combler.

Une journée riche en émotions qui a motivé l'équipe de l'AQDR-PDÎ à poursuivre en force pour 2024-2025, avec toujours plus d'implications dans les dossiers prioritaires de l'AQDR, plus d'activités afin de continuer de mieux informer notre clientèle aînée.



DES CHIFFRES QUI « PARLENT »...



... de la situation actuelle de l'AQDR-PDÎ et qui résument une partie de l'An 1 du Plan de développement 2023-2026 et qui éveilleront sûrement votre curiosité. [1]

- **700**, le nombre de membres de l'AQDR-PDÎ en date du 31 mars 2024.
- **5 revendications prioritaires** de l'AQDR : le maintien à domicile, le transport accessible, le logement abordable, un revenu viable et un ministère des Aînés.
- **53 membres sondés** sur leurs besoins plus criants, en date du 15 août 2024.
- **2 Infolettres** par mois, plus courtes plutôt qu'une seule. Nous pensons que ces messages plus courts retiendront votre attention.
- **Plus de 20 bénévoles** impliqués à divers niveaux, soit appels lors d'anniversaire des membres, suivi des cartes de membre, cours d'informatique, séances de cartes OPUS de la STM, représentation de l'AQDR-PDÎ lors d'événements et activités, etc.
- **4 soupers mensuels** tenus dans un Centre communautaire afin de faciliter des échanges plus larges entre membres à partir d'un thème relié aux enjeux du moment.
- **154 membres** de l'AQDR-PDÎ sur les 700 qui ne sont **pas branchés** et à qui nous faisons parvenir par la poste, notre journal, L'Écho de la Pointe.

SITUATION ACTUELLE DE L'AQDR-PDÎ - SUITE

- **De 15 à 20 personnes** sont **présentes aux conférences** de l'AQDR-PDÎ depuis le début de l'année et depuis qu'en hiver, nous les faisons en matinée, ce qui facilite vos déplacements.
- **37 000 \$** est le revenu jugé nécessaire d'une personne retraitée pour vivre décemment à Montréal.
- **690 unités de logement non abordables** seront construites sur le terrain de stationnement des Halles d'Anjou. Nous avons présenté un mémoire à l'OCPM (Office de consultation publique de Montréal) pour protester comme l'ont fait d'autres organismes dont Infologis de l'Est-de-l'île-de-Montréal.
- **25 octobre 2024**, Salon des Aînés de la Pointe-de-l'île de Montréal à Pointe-aux-Trembles. Il s'agit de la 4e édition organisée par l'AQDR-PDÎ en partenariat avec quatre autres organismes.
- **0 \$, coût d'utilisation du transport en commun** pour les personnes de 65 ans et plus à Montréal, une revendication de l'AQDR de plus de 10 ans, mais gagnée. Faudra-t-il lutter encore 10 ans pour la renouveler à son échéance en 2025...
- **Plus de 125 personnes retraitées** de notre secteur à avoir signé la pétition demandant la considération des aînés dans le projet de la Loi 15. La pétition a été envoyée au premier ministre du Québec, François Legault, au ministre de la Santé et des Services sociaux, Christian Dubé, à la ministre des Aînés, Sonia Bélanger, ainsi qu'aux quatre députés provinciaux de notre territoire.
- **8 mai 2024**, rencontre de la Coalition pour la dignité des aînés, un regroupement de six organismes pour la défense de nos droits portant spécifiquement sur le maintien à domicile.
- **40 sections AQDR** existent au Québec, toutes aussi actives, vigilantes et orientées sur la protection et la défense des droits des personnes retraitées.



[1] Inspiré de l'AREQ (Association des retraités de l'enseignement) qui présente régulièrement dans son bulletin aux membres un tel tableau qui résume bien l'avancement de son plan d'action.

Salon des Aînés de la Pointe-de-l'île de Montréal

Le vendredi 25 octobre 2024

- 4^e édition -

de 10 h 30 à 17 h



Entrée
Gratuite

Centre communautaire Roussin
salle Raymond-Mayer

12 045, rue Notre-Dame Est, Pointe-aux-Trembles

Téléphone : 514 643-0930

Kiosques d'information, conférences
et tirages de prix de présence.




ASSEMBLÉE
NATIONALE
DU QUÉBEC

Sous la présidence d'honneur de
M^{me} Chantal Rouleau,
Députée de Pointe-aux-Trembles,
Ministre responsable de la Solidarité sociale
et de l'Action communautaire



*Spectacle à 19 h : Les imparfaits bonheurs...
et autres tutti quanti de la vie !
avec Mario Jean, humoriste*

Procurez-vous votre billet (20 \$) auprès de ...

AQDR-PDÎ : 514 643-0930  AB-PAT/ME : 514 645-1264
CAB-RDP : 514 648-2323  SARA d'Anjou : 514 351-2517

- places limitées -



SALON DES AÎNÉS DE LA POINTE-DE-LÎLE 2024

Dans le numéro d'avril 2024, nous vous faisons part de la tenue de la 4e édition du Salon des Aînés de la Pointe-de-l'Île de Montréal.

Ce Salon aura lieu le vendredi 25 octobre 2024 de 10 h 30 à 17 h, au Centre communautaire Roussin, 12 045, rue Notre-Dame Est, PAT.

Le but principal de ce Salon est d'informer les personnes âgées et leurs proches de la région Est de l'Île de Montréal sur les services des différents organismes communautaires, institutions privées et publiques, centres de loisirs et entreprises du secteur.



Pour ce faire, **au moins 50 exposants** donneront l'information sur leurs services et **3 conférences** seront offertes gratuitement à 11 h 30, 13 h 30 et 15 h 15. Un **spectacle** clôturera le Salon.

Voici un aperçu de l'horaire du Salon des Aînés PDÎ 2024 :

10 h 30	Ouverture du Salon	15 h 15	Conférence : La Sécurité Incendie animée par des représentants de la Sécurité Incendie de Montréal.
De 11 h à 17 h	Visite libre des kiosques du Salon	Vers 16 h 30	2e tirage de prix de présence
11 h 30	Conférence : En hiver, gardons nos deux pieds sur terre + Quand l'alimentation rime avec satisfaction animée par des représentants du CIUSSS de l'Est-de-l'île-de-Montréal	17 h	Fin du Salon
Vers 12 h 25	1er tirage de prix de présence	19 h	Spectacle de clôture : Mario Jean, Les imparfaits bonheurs... et autres tutti quanti de la vie !
13 h 30	Conférence : Sensibilisation à la maltraitance et à la fraude envers les aînés , saynètes présentées par le Service d'Aide et du Référencement Aîné d'Anjou		

Bienvenue à tous !

BILAN D'AÎNÉS ACTIFS À VÉLO 2024



Pour une 8e saison, le service d'accompagnement Aînés actifs à vélo continue à plaire à notre clientèle aînée.

Le service d'accompagnement fait une différence chez nos aînés en leur permettant de briser l'isolement et de susciter des rencontres intergénérationnelles dans l'Arrondissement RDP-PAT et ses environs. Le service s'est déroulé du 10 juin au 23 août 2024. Le projet offre gratuitement et a permis d'offrir aux aînés de participer à diverses activités de leur choix, entre autres, les Dîners-causeries avec nos aînés à tous les mercredis pour RDP et les Pique-niques jasette avec Mamie et Papi à tous les mardis, mercredis et jeudis pour PAT.

Aperçu du projet 2024 en chiffres (au 15 août 2024) ...

Accompagnements effectués : Plus de 660

Participants aux accompagnements : Plus de 1 325

Participation à des activités récréatives et culturelles : 7

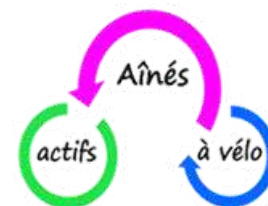
Partenaires financiers et communautaires : 16

Résidences impliquées et CHSLD : 17

Bénévoles : 7

Heures de bénévolat : Plus de 125

Employés d'été : 3



L'AQDR-PDÎ tient à remercier Pablo Rodriguez, député d'Honoré-Mercier et ministre fédéral des Transports, et Mario Beaulieu, député de la Pointe-de-l'île, qui ont permis l'embauche de nos trois chargés de projet pour l'été 2024. Nos remerciements s'adressent aussi aux membres du Conseil d'Arrondissement RDP-PAT, à tous nos partenaires, aux résidences et CHSLD, et ce, pour leur appui et leur implication indispensables permettant ainsi la continuité d'un tel projet. C'est grâce à ces collaborations que le service d'accompagnement a permis aux personnes aînées de profiter de leur quartier durant cet été.

TÉMOIGNAGE DES CHARGÉS DE PROJET - AAV



Cet été, j'ai eu le privilège de participer en tant que chargé de projet d'Aînés actifs à vélo à Rivière-des-Prairies. Les interactions humaines, les moments de rire et les sourires sincères des aînés ont été particulièrement gratifiants. Chaque échange a renforcé ma conviction dans l'importance de ce projet, tant pour les participants que pour nous, en tant qu'organisateur.

Je suis reconnaissant d'avoir été impliqué dans cette belle initiative. En résumé, une expérience chaleureuse et inoubliable. Un bel été 2024 !

Émile Landry,
Chargé de projet AAV - RDP

Cet été, nous avons été choyés d'avoir pu participer au projet Aînés actifs à vélo. Cette opportunité nous a permis de participer à des centaines de balades lors desquelles les rires et les petits moments de complicité ont été rafraîchissants dans les nombreuses vagues de canicules. À travers ces rencontres, nous avons pu apporter un peu de réconfort à certains aînés qui en avaient réellement besoin et qui ont, par la suite, témoigné l'amour qu'ils avaient pour le projet. Chaque balade nous a enrichis sur le plan humain. Elle était l'occasion de s'évader, de profiter des paysages de Pointe-aux-Trembles et de redécouvrir le monde à travers les yeux des résidents qui, malgré le poids des années, ont toujours su trouver la beauté dans les petites choses. Chaque pique-nique était un moment de partage inoubliable où les histoires, les anecdotes et les expériences de chacun reprenaient vie.

En effet, nous sommes reconnaissants d'avoir eu l'opportunité de contribuer à leur bien-être et d'avoir appris des leçons de vie provenant du bagage de tous. Ces moments de convivialité ont non seulement créé des souvenirs précieux dans la vie de plusieurs, mais nous ont aussi permis de découvrir les différentes couleurs que les gens ont su apporter.

Noémie Vincent et Frédéric Houde,
Chargés de projet AAV - PAT

LES JEUNES DE L'EST EN ONT MARRE D'ATTENDRE L'AUTOBUS



« Il est injuste que nous devons parcourir le chemin de Compostelle pour nous rendre à des établissements d'études postsecondaires », écrivent les cosignataires.

Madame la Ministre Guilbault, les jeunes en ont assez des promesses en l'air et des beaux points de presse pour annoncer le report de projets qui ne seront jamais réalisés. Six ans se sont écoulés depuis la mise au pouvoir de votre équipe. Durant les campagnes électorales de 2018 et 2022, vous aviez fait la promesse d'un projet de transport structurant dans l'Est de Montréal. Nous sommes en 2024 et... rien !

Tout comme le projet de tramway de la Ville de Québec, vous avez tourné les coins ronds, vous avez abandonné de manière silencieuse : sans scandales, sans éclaboussures. Nous vous écrivons pour réclamer une fois de plus que le gouvernement priorise ce qui symbolise un enfer quotidien pour les jeunes citoyens et citoyennes de l'Est : la réalisation au plus vite d'un projet de transport collectif structurant dans l'Est de la métropole.

Tout d'abord, laissez-nous vous présenter notre réalité. Selon Centraide Montréal, le pourcentage d'individus de 15 ans et plus sans diplôme d'études secondaires s'élevait à 23 % à Pointe-aux-Trembles, 25 % à Rivière-des-Prairies et 30 % à Montréal-Est. La norme montréalaise ? Dix-sept pour cent. Nous sommes déjà vulnérables. Pourquoi nous mettre une fois de plus les bâtons dans les roues ?

Est-il acceptable qu'il soit plus rapide de se rendre en voiture à l'Université de Trois-Rivières qu'à l'Université de Montréal en transports collectifs à partir de Rivière-des-Prairies ?

ARTICLE D'OPINION - SUITE

Est-ce souhaitable, Madame la Ministre, qu'un jeune de Rivière-des-Prairies souhaitant s'instruire doive passer en moyenne 12,5 heures par semaine dans les transports collectifs ? Où trouver le temps pour étudier et s'impliquer ? Il est injuste que nous devons parcourir le chemin de Compostelle pour nous rendre à des établissements d'études postsecondaires. C'est une question d'équité territoriale. C'est une question de justice sociale.

Usagers captifs

Par ailleurs, l'achalandage au sein des transports collectifs a baissé depuis la pandémie, en effet. Mais sachez que les jeunes, les personnes âgées et les personnes défavorisées n'ont pas cessé de les utiliser, car quand on n'a pas d'autre option, il n'y a pas de choix à faire. Nous, les jeunes, sommes dépendants du reste de la métropole et du réseau de transport collectif. L'étudiant qui doit se rendre à l'UQAM continuera de fréquenter les transports collectifs. La jeune étudiante en soins infirmiers devra quand même faire son stage au CHUM et elle devra inévitablement emprunter le bus et le métro. C'est inéluctable.

Depuis les coupes de services de la STM, plusieurs itinéraires d'autobus reliant nos districts au restant de la métropole ont vu leurs horaires réduits. De même que la fréquence de passage des bus qui nous relie aux trains de banlieue et au métro. Ces coupes ne sont pas des détails anecdotiques. Elles sont, en réalité, des injustices.

Ce manque d'ambition pour l'Est affecte directement nos vies quotidiennes et notre avenir collectif. Si la tendance se maintient, force est d'admettre que l'Est demeurera l'enfant pauvre de l'île de Montréal. Or, cela ne relève pas de nous, mais bien de vous.

En somme, nous réclamons de votre part une action concrète, une annonce, une pelletée de terre. Nous souhaitons avoir accès aux lieux de savoir tout comme les jeunes des quartiers centraux. L'avenir de Rivière-des-Prairies dépend de votre pouvoir d'agir. Nous sommes persuadés qu'il n'est pas trop tard.

En attendant, nous vous invitons, avec nous, à faire le trajet moyen d'un étudiant de l'Université de Montréal ou de McGill à partir de Rivière-des-Prairies-Pointe-aux-Trembles. Vous saisissez ainsi la pénible réalité d'un universitaire qui n'a pas encore sa limousine ministérielle...

* Cosignataires du Conseil jeunesse de Rivière-des-Prairies/Pointe-aux-Trembles, un organisme qui a pour but de défendre la voix des jeunes de l'arrondissement : Alyson Augustin, Anaïs Léveillée, Anick Joly, Brianna Di Penna, Darlène Jean Jacques, Esteban Lantimo, Gustavsi Tasi, Jolianne Pelletier, Noveen Norozi Allam, Olivier Provost, Raphaël Boisvert, Raphaëlle Poirier, William Déziel.

Article publié dans La Presse + du 22 mai 2024



ALEXANDRE FABIEN GAGNÉ

Coprésident du Conseil jeunesse de Rivière-des-Prairies-Pointe-aux-Trembles *



DANIEL DI STEFANO

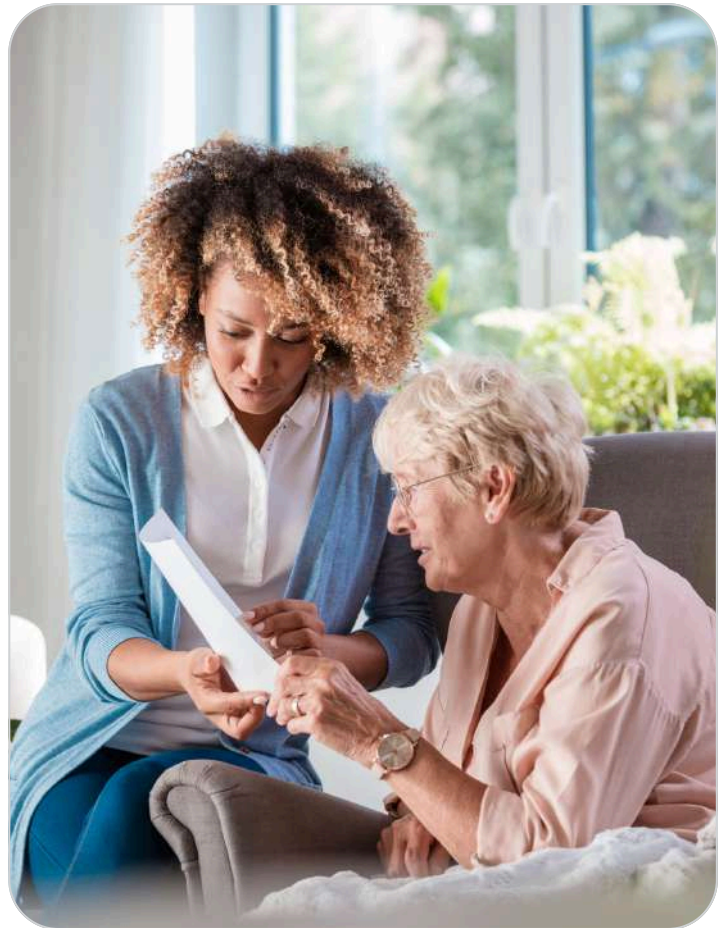
Coprésident du Conseil jeunesse de Rivière-des-Prairies-Pointe-aux-Trembles *

LETTRE D'APPUI

À la suite de la parution de cet article d'opinion, l'AQDR-PDÎ a envoyé une lettre d'appui aux membres du Conseil jeunesse de RDP-PAT et en copie conforme à Geneviève Guilbault, ministre des Transports et de la Mobilité, à Caroline Bourgeois, mairesse de l'Arrondissement RDP-PAT et aux Conseillères, Conseiller de l'Arrondissement, à Chantal Rouleau, députée de Pointe-aux-Trembles et à Marc Tanguay, député de LaFontaine.

NOUS SAVONS CE QUE NOUS VOULONS...

Le 8 mai dernier, la Coalition pour la dignité des aînés (CDA)[2] tenait une grande rencontre dans le but de préciser encore une fois ce que réclament les personnes retraitées en ce qui a trait aux soins nécessaires pour **pouvoir rester chez elles** aussi longtemps qu'elles le voudraient.



Une centaine d'organisations s'unissent autour de 4 demandes pour concrétiser le virage vers les soins et services à domicile.

Plus de 160 personnes représentant plus de 100 organisations engagées de près ou de loin dans la question cruciale des soins et services à domicile, rassemblées au Rendez-vous national sur le maintien à domicile de la Coalition pour la dignité des aînés, ont adopté 4 grandes demandes que le regroupement fera valoir auprès des décideurs afin de concrétiser le **virage vers les soins et services à domicile pour aînés**.

L'événement avait pour objectif de cibler les solutions les plus prometteuses en s'appuyant sur le savoir d'experts, mais aussi sur les meilleures pratiques identifiées par les organismes du secteur et les besoins exprimés par les personnes aînées elles-mêmes.

[2] Fondée en juin 2020, la Coalition pour la dignité des aînés (CDA) est un regroupement de six associations nationales de personnes aînées constituant un interlocuteur privilégié auprès du gouvernement pour les dossiers qui touchent ou qui rejoignent les préoccupations des personnes aînées québécoises, notamment en matière de défense des droits, de soutien à domicile et de sécurité financière.

MAINTIEN À DOMICILE - SUITE

Quatre (4) demandes lucides pour relever le défi démographique

Reconnus pour leur expertise et leur expérience du terrain, les participants au Rendez-vous, provenant d'organisations de la société civile, des services publics ainsi que d'institutions d'enseignement et de recherche, ont énoncé 4 actions à poser de manière prioritaire, si le Québec veut réussir son virage vers les soins et services à domicile et relever les défis amenés par le vieillissement de sa population.

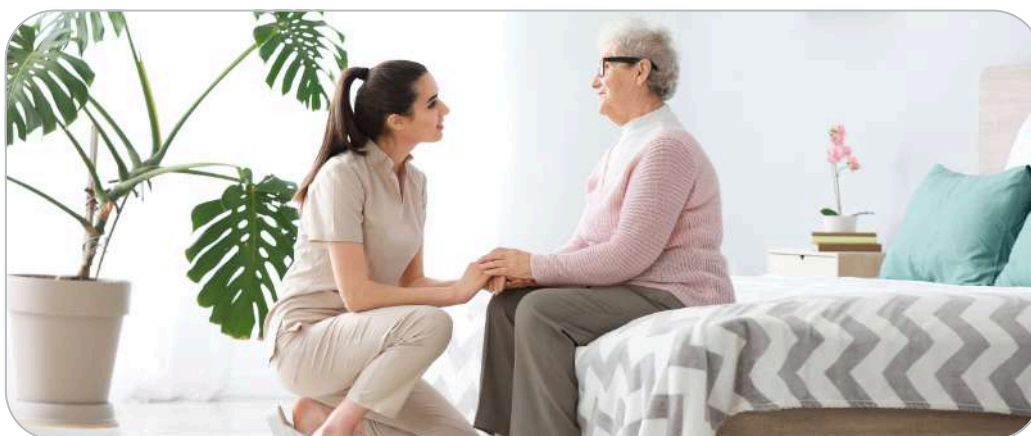
Recommandation 1 : Mettre en place un cadre légal renforcé

Adopter une loi cadre intersectorielle sur le maintien de l'autonomie, inspirée de l'approche française, faisant de l'accès aux soins à domicile un droit et visant à réduire les barrières liées à celui-ci, et énonçant le droit à un logement abordable et adapté ainsi que des options de mobilités accessibles comme étant indissociables de ce dernier.

Recommandation 2 : Faire des CLSC, la porte d'entrée principale pour les personnes en besoin de soins et services à domicile

Pour mieux soutenir l'aidé comme l'aidant, les CLSC doivent favoriser une compréhension commune de la proche aidance et développer des pratiques innovantes d'intervention et de soutien auprès des personnes proches aidantes.

Au-delà des ressources informationnelles qu'il doit fournir sur les différents programmes et services disponibles, le CLSC pourvu de ressources spécialisées adéquates et ouvert 24 heures sur 24, 7 jours sur 7, doit être en mesure d'évaluer les besoins, d'offrir les soins ou de référer la personne au bon professionnel ou au bon prestataire de soins et services à domicile, que celui-ci soit issu du réseau public de santé et de services sociaux, d'entreprises d'économie sociale d'aide à domicile, d'organismes communautaires ou d'entreprises privées.





Les porte-paroles de la **Coalition pour la dignité des aînés** aux côtés de **Sonia Bélanger, ministre déléguée à la santé et aux aînés**, lors du Rendez-vous national sur le maintien à domicile du 8 mai 2024.

Recommandation 3 : Assurer une meilleure coordination territoriale au bénéfice des personnes aînées et de leurs proches

Accorder aux Tables régionales de concertation des aînés, un mandat élargi, accompagné des outils et du financement adéquat pour assurer une communication fluide et une coordination accrue entre les différents acteurs de l'écosystème du maintien à domicile, conforme à une volonté de décentralisation.

Recommandation 4 : Renforcer la place des soins et services à domicile dans l'organisation du réseau public de santé et de services sociaux

Que la nouvelle agence Santé Québec ait une obligation de consultation et soit chargée d'opérer les mesures de court comme de long terme identifiées de concert avec le milieu pour atteindre les cibles gouvernementales en matière de soins et services à domicile, notamment en vertu des recommandations de la Commissaire à la santé et au bien-être.

« Avec ce Rendez-vous, on ne voulait pas critiquer ce qui est déjà fait pour améliorer le sort des personnes aînées sans rien apporter de constructif à la conversation. Ensemble, nous avons insisté sur les solutions qui, si elles sont reprises et pérennisées, nous permettront de réussir le virage vers les soins et services à domicile auxquels les aînés du Québec s'attendent à juste titre, après qu'on leur ait maintes fois promis. »

Pierre Lynch, porte-parole de la CDA et président de l'AQDR nationale

Extrait de l'article de la CDA :

<https://coalitiondigniteaines.quebec/rendez-vous-national-sur-le-maintien-a-domicile/>





LOI 65 : LOI LIMITANT LE DROIT D'ÉVICTION DES LOCATEURS ET RENFORÇANT LA PROTECTION DES LOCATAIRES AÎNÉS

Une nouvelle loi est entrée en vigueur le 6 juin dernier, visant à limiter le droit d'éviction et à mieux protéger les locataires âgés. Ce n'est pas parfait, mais c'est un pas en avant.

Voici les grandes lignes :

Moratoire de trois ans sur les évictions

- Toute éviction pour subdivision, fusion, agrandissement ou changement d'affectation est interdite jusqu'en juin 2027, ou jusqu'à ce que le taux d'inoccupation atteigne 3 %.
- Les RPA ne sont pas incluses dans le moratoire.

Renforcement de la protection des locataires âgés

Votre propriétaire ne peut pas reprendre votre logement si vous répondez aux critères suivants (sauf exception) :

- Vous avez 65 ans et plus **ET**
- Vous habitez le logement depuis 10 ans ou plus **ET**
- Vos revenus annuels correspondent à maximum 125 % du revenu admissible pour les HLM (exemple : 47 500 \$ pour une personne seule ou un couple).

Exceptions aux interdictions

- Votre propriétaire pourrait reprendre votre logement pour se loger, s'il a 65 ans et plus.
- Votre propriétaire pourrait reprendre votre logement pour loger sa famille qui a 65 ans et plus.
- L'éviction pour agrandissement, subdivision, fusion ou changement d'affectation pourrait être légale, si vous demeurez dans une RPA.

Si vous avez reçu un avis de reprise ou d'éviction, ne signez rien et contactez Infologis de l'Est-de-l'île-de-Montréal au 514 354-7373.

On est dans le mur !

Dans le journal d'avril dernier, mon confrère, Pierre Montreuil, a écrit « On est dans le mur ! »...

La situation du logement ne semble pas s'améliorer. Tant s'en faut, lorsque l'on prend connaissance des projets de densification des Halles d'Anjou et de la Place Versailles, force est de constater que le logement social et le logement pour aînés sont laissés pour compte. En fait, il n'y a rien dans le projet des Halles d'Anjou qui soit proposé par le constructeur, et ce, avec l'appui du maire d'Anjou. Infologis de l'Est-de-l'île-de-Montréal s'est fait rabrouer vertement par Luis Miranda quand il a demandé qu'un pourcentage des logements construits soient « abordables ».

Il est peut-être un peu tôt pour le prédire, mais gageons que celui de la Place Versailles sera de la même mouture.

Pour ceux qui connaissent la pyramide de Maslow (pyramide des besoins), les besoins à la base de tout être humain sont des besoins physiologiques (respirer, boire, s'alimenter) et des besoins de sécurité (environnement stable et prévisible, sans anxiété ni crise).

Pyramide des Maslow :

https://fr.wikipedia.org/wiki/Pyramide_des_besoins



On peut dire sans se tromper que nos ministres Bélanger et Duranceau n'avaient pas compris ce que sont ces besoins physiologiques et de sécurité, surtout pour les personnes âgées. Heureusement des changements pour nous protéger ont été apportés ou sont en cours. Remercions tous les organismes qui se sont levés pour forcer le gouvernement à nous respecter, dont fait partie l'AQDR.

On peut souhaiter, non, je me reprends, on doit exiger que les instances responsables du Cadre bâti comprennent que tous ne peuvent payer 2 500 \$ par mois de loyer. Go Infologis Go !



Dernièrement, j'ai pu prendre connaissance d'une étude publiée aux Presses de l'Université de Montréal en mars dernier, par Julien Simard, gérontologue et docteur en études urbaines. Intitulée « Vieillesse et crise du logement », elle traite de gentrification, précarité et résistance.

DOSSIER SUR LE LOGEMENT - SUITE

Voici une courte introduction de l'étude :

« Vieillir en ville est loin d'être simple. La précarité des personnes vieillissantes, souvent dépendantes de revenus fixes ou mal indexés, s'accroît. La crise du logement et la hausse du coût de la vie les frappent durement, sans parler du manque d'accessibilité des soins à domicile, rares et souvent trop coûteux. Les politiques publiques font la promotion de leur maintien dans leur milieu de vie et dans la communauté, mais dans les faits, les besoins restent immenses. Cette étude plonge au cœur du problème en analysant la précarité résidentielle de locataires âgés de quartiers montréalais en pleine gentrification. À mi-chemin entre ouvrage anthropologique, enquête journalistique et manuel de gérontologie sociale critique, Julien Simard illustre concrètement les dynamiques d'exclusion sociale et donne à voir les tactiques de résistance et d'agentivité de ces gens qui font face à un véritable processus de mise à l'écart. »

Plusieurs aînés se retrouveront dans cette description...

Voici le lien pour retrouver l'étude en question, Vieillissement et crise du logement - Les presses de l'Université de Montréal :

https://pum.umontreal.ca/catalogue/vieillissement_et_crise_du_logement



Si vous en avez le temps, visionnez la vidéo, Vieillissement et crise du logement. Gentrification, précarité et résistance (YouTube) :

<https://www.youtube.com/watch?v=tXW2SPq4cpk>



Bonne lecture et bon visionnement !

Serge Ménard,
Membre du CA de l'AQDR-PDÎ



LES PREMIERS SIGNES D'ALZHEIMER

**Voici 10 questions-clés
qui peuvent vous aider
à identifier les premiers
signes de la maladie
d'Alzheimer**



- Oubli de dates ou d'événements récents : Avez-vous remarqué des oublis fréquents de dates ou d'événements récents ?
- Difficultés à effectuer des tâches familières : Rencontrez-vous des difficultés à réaliser des tâches habituelles à la maison ou au travail ?
- Problèmes de langage : Avez-vous des difficultés à suivre ou à participer à une conversation ?
- Désorientation dans le temps ou l'espace : Vous arrive-t-il de vous perdre ou de ne pas comprendre où vous êtes ?
- Jugement affaibli : Avez-vous observé des changements dans le jugement ou la prise de décision ?
- Difficultés à comprendre les images visuelles : Avez-vous des problèmes de vision qui affectent votre capacité à lire, à juger les distances ou à reconnaître les couleurs ?
- Problèmes avec les mots : Avez-vous du mal à trouver le mot juste ou à nommer des objets ?
- Retrait des activités sociales ou de travail : Vous êtes-vous retiré des hobbies, des activités sociales ou du travail ?
- Changements d'humeur et de personnalité : Avez-vous constaté des changements d'humeur ou de personnalité, comme de l'irritabilité ou de l'apathie ?
- Perte d'initiative : Avez-vous une diminution de la motivation ou de l'initiative pour entreprendre des activités ?

Évidemment, ces questions pour détecter l'Alzheimer précoce ne remplacent pas un diagnostic médical professionnel et toute préoccupation concernant la maladie d'Alzheimer doit être discutée avec un médecin ou un professionnel de la santé.

Tiré du blog de la Société Alzheimer de Montréal :
<https://alzheimermontreal.ca/blogue/>



SERVICE DE DÉNEIGEMENT



Le temps froid approche à grands pas. Vous êtes une personne à mobilité réduite ? Vous pourriez recevoir un service de déneigement totalement gratuit. Des jeunes bénévoles pourraient vous venir en aide en déneigeant votre entrée ainsi qu'en appliquant de l'abrasif pour votre sécurité.

Les Carrefours Jeunesse-Emploi vous offrent le service avec la **Brigade neige**.

Téléphonez directement pour réserver votre place, car elles partent RAPIDEMENT.

**Carrefour Jeunesse-Emploi
Rivière-des-Prairies
514 648-8008**

**Carrefour Jeunesse-Emploi
Pointe-aux-Trembles/Montréal-Est
514 640-4700**

**Carrefour Jeunesse-Emploi
Anjou/Saint-Justin
514 353-5400**

**Carrefour Jeunesse-Emploi
Mercier
514 356-3226 poste 233**



Développement, Expertise, Solidarité Internationale

Chers retraités et préretraités,

Votre parcours humain et professionnel vous a doté de compétences et de connaissances précieuses. Aujourd'hui, une nouvelle opportunité s'offre à vous : mettre vos talents au service de la coopération et de la solidarité internationale. L'organisation Développement Expertise et Solidarité Internationale (DESI) vous invite à vous joindre à elle pour soutenir des communautés en Afrique francophone et en Haïti par des actions concrètes comme :

- Habilitier des femmes à fabriquer du pain avec des farines locales et à tenir une boulangerie ainsi que développer la transformation du manioc au Togo;
- Produire des biofertilisants pour le maraîchage avec des jeunes et des femmes, participer à la formation de métiers pour des jeunes filles défavorisées dans le quartier Guedjowaye de Dakar, au Sénégal;
- Soutenir l'association Notre Dame de Siloé qui travaille avec des jeunes de la rue à retrouver leur dignité et un travail décent, à Mbour au Sénégal;
- Appuyer la formation scolaire de jeunes enfants défavorisés dans le village de Falokh, au Sénégal;
- Offrir à des jeunes sans formation des villages de Keur Mariama au Sénégal, l'opportunité d'apprendre les métiers de la terre en agriculture et élevage;
- Offrir à des femmes de Saint-Jean-du-Sud en Haïti des opportunités de gagner dignement leur vie.

Qui est DESI ?

Depuis 20 ans, DESI œuvre pour le développement durable et l'autonomie des populations au Togo, au Sénégal, au Mali, au Niger, en Haïti et bientôt au Bénin. Notre organisation, forte d'une nouvelle stratégie adoptée cette année, se concentre sur des projets variés : éducation, santé, agriculture, développement économique local et environnement. Nous croyons que chaque personne, quel que soit son âge, a quelque chose d'inestimable à offrir. DESI est la seule organisation en coopération et solidarité internationale au Québec, **composée uniquement de personnes bénévoles retraitées et préretraitées actives et engagées**. Pour les trois prochaines années, nous allons consolider nos acquis, grandir avec nos partenaires et créer de nouvelles alliances.



ORGANISATION NON GOUVERNEMENTALE - DESI

Pourquoi nous rejoindre ?

Devenir membre de DESI, c'est intégrer une communauté de personnes bénévoles dévouées et expérimentées, prêtes à partager et à apprendre. Les opportunités sont multiples :

- Membre sympathisant : Soutenez nos actions par votre adhésion et restez informé de nos projets et de nos avancées.
- Membre actif : Participez directement à la mise en œuvre de nos projets. Vos compétences en gestion, en formation ou dans des domaines spécifiques peuvent avoir un impact réel. Accompagnez à distance nos partenaires dans la réalisation de leur projet.
- Membre du Conseil d'administration : Contribuez à la gouvernance de l'organisation, en apportant votre vision et vos idées pour orienter notre stratégie.
- Membre parrain ou marraine de projets : Apportez un soutien financier et moral à un projet particulier, en suivant son évolution et en participant à son succès.

Comment votre expérience peut faire la différence?

Les défis auxquels sont confrontées les communautés que nous soutenons, sont variés et complexes. Votre expertise peut aider à développer des solutions adaptées et durables. Que ce soit en matière d'ingénierie, de santé, d'éducation ou de gestion de projets, chaque compétence est précieuse. Par exemple, nos membres ont contribué :

- à la mise en place de centres de santé communautaires,
- à l'amélioration des pratiques agricoles locales et à la formation de jeunes entrepreneurs,
- à l'élaboration de politiques favorisant l'inclusion des femmes et des jeunes filles,
- à la réalisation d'un guide de formation en coopération à distance,
- à la mise en place d'un dispensaire,
- à la formation des infirmières à l'hôpital de Labrousse, Haïti,
- à la recherche de financement pour un pétrin pour une boulangerie.

Un engagement qui transforme des vies – y compris la vôtre

S'impliquer avec DESI, c'est aussi l'opportunité de vivre une expérience humaine enrichissante. Vous rencontrerez des personnes passionnées, découvrirez de nouvelles cultures et participerez à des projets qui ont un impact tangible sur le terrain. **En partageant votre savoir et votre expérience, vous contribuerez à un avenir meilleur pour des milliers de personnes, tout en enrichissant votre propre vie.**

Nous vous invitons à nous rejoindre et à explorer les différentes façons dont vous pouvez contribuer. Ensemble, nous pouvons faire une différence significative.



Pour plus d'informations, visitez notre site web : <https://ong-desi.qc.ca/> ou contactez-nous directement au 514 937-1614, poste 353 pour la région de Montréal ou au 1-888-330-3603, poste 353, ailleurs au Québec.

Nous serons ravis de discuter de la meilleure façon dont vous pouvez participer.

Avec gratitude et solidarité,

Jean-Pierre Chicoine, président pour l'équipe de DESI,
Membre de l'AQDR-PDÎ

COURS D'INFORMATIQUE - CLIC AÎNÉS

Notre programme de cours d'informatique Clic Aînés se poursuit à l'automne. De nouvelles sessions de cours d'informatique seront offertes aux aînés intéressés à s'initier ou à parfaire leurs connaissances informatiques.

Ces séances, sur une base individuelle et personnalisée, seront dispensées tant à Rivière-des-Prairies qu'à Pointe-aux-Trembles.

Possibilité de prêts ou dons de tablettes.



Pour se prévaloir de ces cours d'informatique, les personnes intéressées doivent être membres de l'AQDR-PDÎ (cotisation annuelle de 20 \$). **Si vous êtes intéressé à ces cours, contactez l'AQDR-PDÎ au 514 643-0930 ou si vous connaissez des personnes aînées qui pourraient bénéficier de ces cours, faites-leur savoir.**

Nous sommes à la recherche de bénévoles formateurs qualifiés pour dispenser les cours d'informatique sur les différents appareils, tels les tablettes (iPad et Android), les téléphones intelligents et les ordinateurs portables. Il suffit de contacter l'AQDR-PDÎ au 514 643-0930. Une certaine compensation est offerte aux bénévoles formateurs.




Journée de la

GENTILLESSE

13 NOVEMBRE



Journée internationale de la gentillesse 

L'AQDR-PDÎ tient à souligner la journée internationale de la gentillesse en souhaitant 

à tous ses membres et abonnés une merveilleuse journée.

Profitez de cette journée pour promouvoir l'amour, l'amitié et surtout la gentillesse au sein de votre entourage !

SECURICAB

SécuriCAB est un service d'appel automatisé de sécurité destiné aux aînés, afin de veiller à leur bien-être dans le confort de leur domicile.

Ce service bilingue et offert gratuitement aux personnes aînées souhaitant s'y abonner est sans engagement de votre part.



Les appels de sécurité se font sept jours sur sept. Le service peut vous être offert à long terme ou de façon temporaire comme lors d'une convalescence.

N'hésitez pas à contacter le service SécuriCAB du secteur : **Centre d'action bénévole de Rivière-des-Prairies au 514 648-2323.**

NOUVEAU BOTTIN DES AÎNÉS DE LA PDÎ

Le NOUVEAU Bottin des Aînés de la Pointe-de-l'île, édition 2024 est maintenant disponible.

Présenté en différentes langues, français-anglais-espagnol-italien-créole-arabe, il rassemble une grande diversité de ressources pour les personnes aînées de Rivière-des-Prairies, Pointe-aux-Trembles et Montréal-Est.

Que ce soit pour trouver de l'aide à domicile, des cliniques médicales ou encore, des garagistes. Ce bottin offre une multitude de numéros de téléphone afin de vous diriger vers les bonnes ressources pour répondre à vos besoins.

Vous pouvez le consulter au lien suivant : Bottin des Aînés de la Pointe-de-l'île – édition 2024

<https://aqdr-pointedelile.org/wp-content/uploads/2024/08/Bottin-des-Aines-de-la-Pointe-de-lile-2024.pdf>



Si vous n'avez pas accès à Internet, des copies du bottin sont disponibles, entre autres, au Centre d'action bénévole de RDP, à l'Association Bénévole PAT-ME et à l'AQDR-PDÎ.

VOEUX D'ANNIVERSAIRE À NOS MEMBRES

*Joyeux anniversaire à tous nos membres
dont l'anniversaire est en
septembre, octobre ou novembre !*

*Que cette journée soit le prélude de plusieurs autres
toutes plus belles les unes des autres agrémentées de
toutes les choses qui apportent du soleil dans la vie !*



AVANTAGES À ÊTRE MEMBRE À L'AQDR



- Abonnement gratuit à la revue **La force de l'Âge**, édition spéciale seulement.
 - Abonnement gratuit aux bulletins électroniques mensuels, **l'Infolettre de l'AQDR nationale** et à **l'Infolettre de l'AQDR-PDÎ**.
 - Réception trois fois par année du journal de l'AQDR-PDÎ, **L'Écho de la Pointe**.
 - Économie moyenne de 520 \$ en regroupant vos assurances auto, habitation et véhicules récréatifs sur vos assurances **Beneva, assurances générales**.
 - Offre du meilleur prix sur le marché de l'assurance voyage chez **SécuriGlobe**. Ligne sans frais dédiée aux membres de l'AQDR : 1-844-766-0124. Mentionnez à l'agent, le code REF006.
 - Économie de 20 % sur vos achats de peinture chez les marchands **Bétonel**, numéro de compte : 3079 2897 0000.
 - Rabais sur certains produits et services du **Groupe Forget**, audioprothésistes.
 - Chez **Insertech**, économie de 10 % sur les appareils reconditionnés, sur les services techniques et sur les cours d'informatique.
 - Économie de 10 % sur les services du **Centre Évasion**.
 - Rabais de 10 % sur l'achat d'arrangements préalables de services complets * au **Complexe funéraire des Trembles** et un rabais de 10 % sur l'achat préalable de droit d'inhumation/mise en niche au cimetière des Trembles.
- * Par « services complets », il s'agit que des visites aient lieu ou que des funérailles soient célébrées dans les installations du Complexe funéraire des Trembles.

beneva



SÉCURIGLOBE



INSERTECH
TECHNOS ET ENGAGÉS



CIMETIÈRE ET COMPLEXE FUNÉRAIRE DES TREMBLES
DES TREMBLES CEMETERY & FUNERAL COMPLEX

AVANTAGES À ÊTRE MEMBRE À L'AQDR - SUITE

Le **Programme Avantages IRIS** en optométrie comprend : (code d'accès : AQDRNAT)



- 150 \$ sur lunettes de prescription :

- Économisez 150 \$ sur une paire complète (lentilles et monture) ou de lunettes de soleil sur ordonnance (la valeur totale des lentilles incluant le traitement doit être de 250 \$ et plus).

- Économisez 50 \$:

- Remplacement des lentilles : Économisez 50 \$ sur les lentilles de prescription à foyers progressifs ou les lentilles d'une valeur de 250 \$ et plus;
- Lentilles cornéennes : Économisez 50 \$ à l'achat d'un forfait annuel de lentilles cornéennes;
- Protection solaire : Économisez 50 \$ à l'achat de lunettes solaires sans prescription de 100 \$ et plus.

Pour plus de détails sur ce partenariat et la procédure d'inscription, cliquez sur le lien suivant : Programme des Avantages IRIS : <https://iris.ca/fr/programme-avantages-iris>



Et bien d'autres avantages :

- Hôtel Sepia – Hôtel Clarendon – Yoga 55+ – Las Olas traiteur – La shop à bonbons – Flair thérapie – Groupe NH photographes.

que vous pouvez consulter au lien suivant : Avantages d'être membre de l'AQDR :

<https://www.aqdr.org/membres/avantages/>



DEVENIR MEMBRE À L'AQDR-PDÎ

La cotisation annuelle est de 20 \$. Voir le formulaire à la page 39.

Vous pouvez adhérer ou renouveler votre carte ...

- En vous présentant au bureau de l'AQDR-PDÎ (prendre rendez-vous),
- Par la poste (chèque non-postdaté, libellé à AQDR Pointe-de-l'île),
- En ligne à l'adresse suivante et en spécifiant la section Pointe-de-l'île de Montréal :

<https://www.aqdr.org/adhesion-ou-re-nouvellement/>



- Lors de notre prochain souper Fraternité.



MERCI À NOS PARTENAIRES

VOTRE CONSEIL D'ARRONDISSEMENT :
DISPONIBLE ET IMPLIQUÉ DANS VOTRE QUARTIER!



Giovanni Rapanà
Conseiller de la Ville
District de Rivière-des-Prairies
giovanni.rapanamontreal.ca
514 234-8505

Lisa Christensen
Conseillère de la Ville
District de La Pointe-aux-Prairies
lisa.christensen@montreal.ca
514 210-9094

Virginie Journeau
Conseillère de la Ville
District de Pointe-aux-Trembles
virginie.journeau@montreal.ca
438 862-0280

Caroline Bourgeois
Mairesse
de l'arrondissement
caroline.bourgeois@montreal.ca
514 868-4050

Daphney Colin
Conseillère d'arrondissement
District de La Pointe-aux-Prairies
daphney.colin@montreal.ca
438 869-1619

Marie-Claude Baril
Conseillère d'arrondissement
District de Pointe-aux-Trembles
marie-claude.baril@montreal.ca
438 869-0291

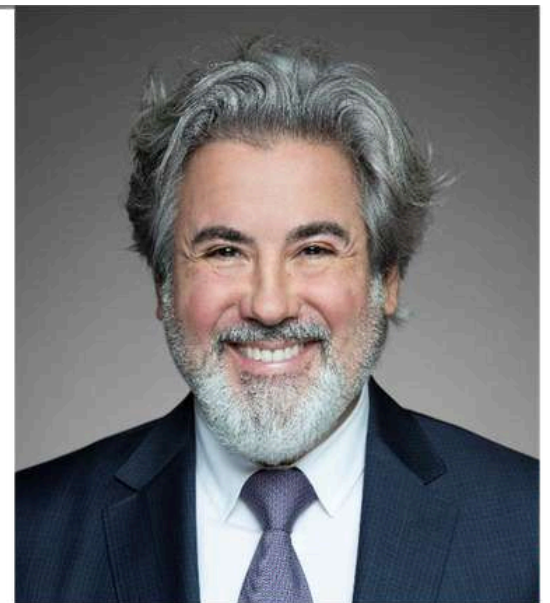
Nathalie Pierre-Antoine
Conseillère d'arrondissement
District de Rivière-des-Prairies
nathalie.pierre-antoine@montreal.ca
514 261-5768



HOUSE OF COMMONS
CHAMBRE DES COMMUNES
CANADA

Pablo Rodriguez
**Député
d'Honoré-Mercier**

8595, boul. Maurice-Duplessis, bureau 208
Montréal, QC H1E 4H7
514 353-5044
Pablo.Rodriguez@parl.gc.ca



FIER DE PARTICIPER À VOTRE ÉVÈNEMENT!



MARIO BEAULIEU
Député de La Pointe-de-l'Île



📍 12500, boul. Industriel, Montréal, H1B 5P5

☎ 514-645-0101 ✉ mario.beaulieu@parl.gc.ca



Marc Tanguay
Député de LaFontaine
Chef de l'opposition officielle



**ASSEMBLÉE NATIONALE
DU QUÉBEC**

Bureau de circonscription
9094, boulevard Maurice-Duplessis
Montréal (Québec) H1E 7C2
Tél. 514 648-1007
Marc.Tanguay-LAFO@assnat.qc.ca



**Chantal
ROULEAU**
DÉPUTÉE DE POINTE-AUX-TREMBLES

MINISTRE RESPONSABLE DE LA SOLIDARITÉ
SOCIALE ET DE L'ACTION COMMUNAUTAIRE

☎ 514 640-9085
✉ chantal.rouleau.pat@assnat.qc.ca



**Karine
BOIVIN ROY**
DÉPUTÉE D'ANJOU-LOUIS-RIEL

ADJOINTE GOUVERNEMENTALE À L'EMPLOI
ADJOINTE GOUVERNEMENTALE À LA MÉTROPOLE

☎ 514 493-9630
✉ Karine.BoivinRoy.ANJO@assnat.qc.ca



**Paul St-Pierre
Plamondon**
Député de Camille-Laurin,
Chef du troisième groupe d'opposition



Bureau de circonscription
8695, rue Hochelaga, bureau 202-E,
Montréal (Québec), H1L 6J5
514 251-8126
prpp.CALA@assnat.qc.ca





Ville de Montréal-Est
11 370, rue Notre-Dame Est
Montréal-Est, QC H1B 2W6

Tél. : 514 905-2000
servicescitoyens@montreal-est.ca

Jacques Barakat

PHARMACIEN-PROPRIÉTAIRE
jbarakat@pjc.jeancoutu.com

9101, boul. Maurice-Duplessis
Montréal, QC H1E 6M3
Tél. : 514 881-8808 – Fax. : 514 494-7212

Pharmacie Barakat et Benhamed
Affiliée à



Pharmacien-proprétaire
affilié à



PHARMAPRIX



Parlez à votre pharmacien-proprétaire dès aujourd'hui.
Il peut évaluer vos conditions mineures et
rédiger des ordonnance au besoin. **

** Pour plus d'informations, consultez votre pharmacien propriétaire.

Pharmacie Olivier Guertin Pharmacien-proprétaire

8222, boul. Maurice-Duplessis, Montréal, QC H1E 2Y5
514 494-8888

Lundi au vendredi : de 8 h à 22 h
Samedi et dimanche : de 9 h à 22 h

Seuls les pharmaciens sont responsables de vérifier
le bon usage des médicaments auprès de la population.

www.drainagequebecois.com

DRAINAGE QUÉBÉCOIS

T 514-644-1616 | F 514-498-7072 | 1-877-40-DRAIN
info@drainagequebecois.com
11000 Sherbrooke Est, local C-13, Montréal-Est, Qc, H1B 5W1

RÉSIDENTIEL • COMMERCIAL

INDUSTRIEL • MUNICIPAL

- Excavation par aspiration
- Inspection et détection de conduit
- Nettoyage à pression
- Pompage par vacuum
- Gel et dégel de tuyau
- Entretien de tout genre de système de drainage et d'égout
- Test de fumée (problèmes d'odeur)

GRUPE SANYVAN

ON EST LÀ POUR VOUS.

Informez-vous sur nos services tels que :

- Consultation personnalisée et suivi de maladies chroniques (diabète, hypertension, cholestérol, etc.)
- Lavage d'oreilles
- Préparation de piluliers*
- Soins des pieds

*Certaines conditions doivent être respectées. Des frais peuvent s'appliquer.
Certains frais sont couverts par les assurances.

Catherine Cellini et Philippe Gauvin

9686, 4^e Rue, Montréal • 514 648-3201

Visitez notre site web pour plus d'Informations: pharmaciecellinigauvin.ca



www.facebook.com/cellinigauvin

Lundi au vendredi : 9 h à 18 h · Samedi : 9 h à 17 h · Dimanche : fermé



Pharmaciens-proprétaires affiliés à **Proxim**

Les pharmaciens sont les seuls responsables
de l'exercice de la pharmacie.

Nouveaux services d'aide à domicile à Rivière-des-Prairies New at-home support services in Rivière-des-Prairies

Bien Chez Soi, la référence en soins et services à domicile au Québec!

Bien Chez Soi, the reference in care and home services in Quebec!

TROUVEZ L'AIDE QUI VOUS CONVIENT.

Soins à domicile
Aide familiale
Entretien ménage
Service de nounou
Aide au quotidien
et à la mobilité

FIND THE RIGHT SUPPORT FOR YOU.

In-home health care
Family support
Household cleaning
Nanny service
Daily living and mobility assistance

1 866-636-2439

www.bienchezsoi.ca



BALAYEZ - SCAN



Bien Chez Soi
Aux petits soins



POURQUOI CHOISIR BIEN CHEZ SOI.

- **UNE AIDE À DOMICILE PERSONNALISÉE**

À la suite d'une évaluation gratuite à domicile, nous établissons un plan d'aide personnalisée selon vos besoins.

- **UN JUMELAGE UNIQUE**

Vous bénéficierez toujours des services d'une même personne, soigneusement choisie parmi nos bienveillants compétents, formés pour votre bien-être.

- **SERVICES 24/7**

Services disponibles 24/7 avec horaires flexibles, adaptés à votre mode de vie.

- **MOINS CHER QU'ON LE PENSE**
- **AIDE GOUVERNEMENTALE**

Appui financier gouvernemental disponible. Nous vous fournirons les informations nécessaires pour que vous puissiez en bénéficier.

- **70 ANS ET PLUS**

Nos services sont admissibles à un crédit d'impôt de 38% pour le maintien à domicile, vous offrant des solutions à domicile plus abordables.

- **GARDE D'ENFANTS**

Nos services de garde sont aussi admissibles aux crédits d'impôts.

WHY CHOOSE BIEN CHEZ SOI.

- **CUSTOMIZED HOME CARE**

Following a free in-home evaluation, we will establish together a plan adapted to your needs.

- **A UNIQUE PAIRING**

You will always benefit from the services of the same person, carefully chosen from among our competent, caring people, trained for your well-being.

- **LESS EXPENSIVE THAN YOU THINK**
- **GOVERNMENT ASSISTANCE**

Government financial support available. We will provide you with the necessary information so that you can benefit from it.

- **CUSTOMERS 70 AND OVER**

Our services are eligible for a 38% tax credit for home support, offering you more affordable home solutions

- **CHILD CARE**

Our childcare services are also eligible for tax credits.

- **24/7 SERVICES**

Services available 24/7 with flexible hours, adapted to your lifestyle.

Engagés, à vos côtés!

**Nous sommes fiers de pouvoir
soutenir des organismes d'ici!**

**Caisse Desjardins
de Pointe-aux-Trembles**

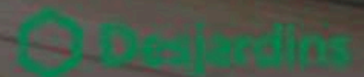
13120, rue Sherbrooke Est
Montréal (Québec) H1A 3W2

514 640-5200

**Caisse Desjardins
de Rivière-des-Prairies**

8300, boul. Maurice-Duplessis
Montréal (Québec) H1E 3A3

514 648-5800



FORMULAIRE D'ADHÉSION

Formulaire d'adhésion ou de renouvellement

Carte de membre AQDR, Pointe-de-l'Île de Montréal

Pourquoi ne pas inviter
des proches et amis à devenir
membres à l'AQDR-PDÎ...



MEMBRE DE L'AQDR-PDÎ : Adhésion Renouvellement

Date : _____ # _____

Prénom : _____

NOM : _____

Adresse : _____

Code postal : _____

Téléphone : _____

Cellulaire/autre : _____

Date de naissance :
(jour-mois-année) _____

Courriel : _____

Assuré par Beneva : Oui * Non

Métier/Profession : _____

S'inscrire à l'Infolettre : Oui Non

*** Consentement AQDR – Beneva :**

Le membre accepte que les renseignements personnels nécessaires soient recueillis, utilisés et communiqués par AQDR, entre autres, à Beneva afin de recevoir des offres et des conseils personnalisés de produits ou de services.

Vous pouvez adhérer ou renouveler votre adhésion **en remplissant ce formulaire et ...**

- En nous l'apportant à notre bureau avec votre paiement.
(Prendre rendez-vous avant de vous présenter au 514 643-0930.)
- En nous le retournant par la poste ainsi qu'un **chèque de 20 \$ non postdaté** et libellé à **AQDR Pointe-de-l'île**, à l'adresse suivante : AQDR Pointe-de-l'île de Montréal
9140, boul. Perras
Montréal, QC H1E 7E4
- Ou encore, en y adhérant **en ligne** à l'adresse suivante et en **spécifiant la section Pointe-de-l'île de Montréal** : <https://www.aqdr.org/adhesion-ou-renouvellement/>



Vous recevrez votre carte de membre par la poste.

Merci de nous aider à poursuivre notre mission !



AQDR

Pointe-de-l'île de Montréal

ASSOCIATION QUÉBÉCOISE DE DÉFENSE
DES DROITS DES PERSONNES RETRAITÉES
ET PRÉRETRAITÉES