

ÉDITION PRINTEMPS

VOLUME 12, NO 1 - AVRIL 2025



CONFÉRENCE ET ASSEMBLÉE GÉNÉRALE ANNUELLE DE L'AQDR-PDÎ 21 MAI 2025

L'aide médicale à mourir, où en sommes nous ?



Découvrez Me Hélène Guay, avocate chevronnée dont le dynamisme et la détermination sont nourris par une profonde compassion et un engagement indéfectible envers la justice.

HG Hélène Guay
AVOQUATE EN CHÈQUE
DES DROITS DE LA PERSONNE
ET DE LA FAMILLE



Aînés actifs à vélo de retour...

Le service d'accompagnement est de retour à l'été 2025. p. 11

Écrire, ça libère !

Une activité intergénérationnelle avec une victoire... p. 24

Semaine de l'action bénévole

Du 27 avril au 3 mai se tiendra la semaine de l'action bénévole sous le thème « Le bénévolat fait des vagues ». p. 10

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
Soupers Fraternité _____	4
Conférences – Bibliothèque de RDP _____	5
Conférence – Programme de la PSV et du SRG pour les aînés _____	6
Conférence – Trucs et astuces pour un budget équilibré _____	7
Conférence AGA – L'aide médicale à mourir, où en sommes nous ? _____	8
AGA de l'AQDR Pointe-de-l'île de Montréal _____	9
Semaine de l'action bénévole _____	10
Aînés actifs à vélo 2025 _____	11
Journée mondiale de lutte contre la maltraitance _____	12
Appel à la bienveillance _____	13
Vieillir chez soi _____	14
Le service 211 – Grand Montréal _____	17
Le Mont-Carmel _____	18
Les arnaques amoureuses _____	20
Fraudes financières _____	22
Capsule santé _____	23
Écrire, ça libère ! - Activité intergénérationnelle _____	24
Un mercredi spécial – Activité intergénérationnelle _____	25
Marché Public – Pointe-aux-Trembles _____	26
Cours d'informatique – Clic Aînés _____	27
Vœux d'anniversaire à nos membres _____	27
Avantages à être membre à l'AQDR _____	28
Devenir membre à l'AQDR-PDÎ _____	29
Nos partenaires _____	29
Formulaire d'adhésion comme membre à l'AQDR-PDÎ _____	35

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 :

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

Dépôt légal - Bibliothèque et Archives nationales du Québec, Avril 2025.

MOT DE LA PRÉSIDENTE

Bonjour à tous et à toutes,

J'ai une amie de 88 ans. Elle vit, disons plutôt qu'elle stationne, dans un CHSLD, dans un fauteuil roulant. D'ailleurs, toutes les personnes qui sont dans ce secteur de l'édifice, sont en fauteuil roulant, mais leur condition ne leur permet pas de déplacer elles-mêmes leur fauteuil. Elles ont sans doute des limitations cognitives également, mais elles sont encore capables de communiquer, de penser.



Après la toilette du matin, on l'amène à la table pour le petit déjeuner dans un « racoin » où se retrouvent les autres pensionnaires, certains devant une table, les autres enlignés au mur dans leur chaise, une petite tablette devant eux sur laquelle sera déposé le petit déjeuner. Après le déjeuner, le personnel enlève les tabliers, essuie les tables et tablettes, puis « range » au mur certains patients qui étaient aux tables. L'avant-midi passe comme ça. Chacun dans son fauteuil. Personne ne leur adresse la parole. Puis arrive le dîner, même scénario. L'après-midi passe, encore le même tableau. Puis arrive le souper, chacun répète son numéro. Je vais visiter mon amie à chaque fois que je peux et à chaque fois, c'est ce que j'ai vu.

Une fois par semaine, en après-midi, des bénévoles passent et proposent des activités. Ces bénévoles font un travail extraordinaire de « patience », de « présence » et « d'attention » aux personnes. Magnifique ! Mais, c'est une fois par semaine seulement.

Dites-moi, est-ce ça que nous avons envie de vivre, lorsque nous aurons perdu certaines capacités ?

L'AQDR-PDÎ insiste, tout comme vous l'avez fait lors du sondage réalisé en 2024, pour que des soins et du soutien à domicile soient accessibles pour les personnes qui en ont besoin afin de leur permettre de rester chez elles le plus longtemps possible et de remettre le plus tard possible un séjour en CHSLD, si on ne peut pas l'éviter.

« Le Québec est caractérisé par l'une des populations les plus vieillissantes au monde et confronté à des défis importants en matière de soutien à domicile pour les aînés... En 2022, le nombre de personnes en attente d'un premier service de soutien à domicile a augmenté de 20 % par rapport à 2019, mettant en lumière un problème majeur d'accessibilité. »

L'AQDR-PDÎ continuera de s'impliquer avec les 40 autres sections de notre association pour faire avancer ce dossier, faire en sorte que les services à domicile soient disponibles, accessibles et donnés. Ensemble, nous arriverons à faire changer les choses. Merci de nous faire part de vos besoins, de rester avec nous et de nous encourager en renouvelant votre adhésion à l'AQDR-PDÎ.

Une date à mettre à votre calendrier : notre Assemblée générale annuelle qui se tiendra le mercredi 21 mai prochain. Dans le présent numéro de L'Écho de la Pointe, voyez nos conférences à venir aux pages 5 à 8 inclusivement et nos articles en lien avec la lutte contre la maltraitance des aînés et l'appel à la bienveillance envers eux, aux pages 12 et 13. Voyez aussi l'information sur les arnaques amoureuses et financières aux pages 20 à 22 dont nombre d'aînés sont les victimes. Il y a moyen de se protéger.

En terminant, je vous souhaite un beau printemps et une belle saison estivale. Au plaisir de vous saluer à notre AGA du 21 mai.

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

SOUPERS FRATERNITÉ



Rappelons que lors de ces repas, 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.

Les repas se tiennent toujours le 3^e mardi de chaque mois à **17 h, selon la date et le lieu du souper.**

Gardez sous la main l'horaire ci-contre des 5 prochains repas.

Pour chacun des repas, inscription au 514 643-0930.



15

AVRIL

SCORES *

12 995, rue Sherbrooke Est, PAT

17 h

20

MAI

PIZZERIA HOLLYWOOD *

8011, av. Blaise-Pascal, RDP

17 h

17

JUIN

CENTRE COMMUNAUTAIRE ROUSSIN

12 125, rue Notre-Dame Est, PAT

Coût : 20 \$ / personne

17 h

15

JUILLET

SCORES *

12 995, rue Sherbrooke Est, PAT

17 h

19

AOÛT

PIZZERIA HOLLYWOOD *

8011, av. Blaise-Pascal, RDP

17 h

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

La Bibliothèque Rivières-Des-Prairies présente...

Protection des renseignements personnels

Mardi 8 avril à 13h30
à la Bibliothèque
Rivière-Des-Prairies

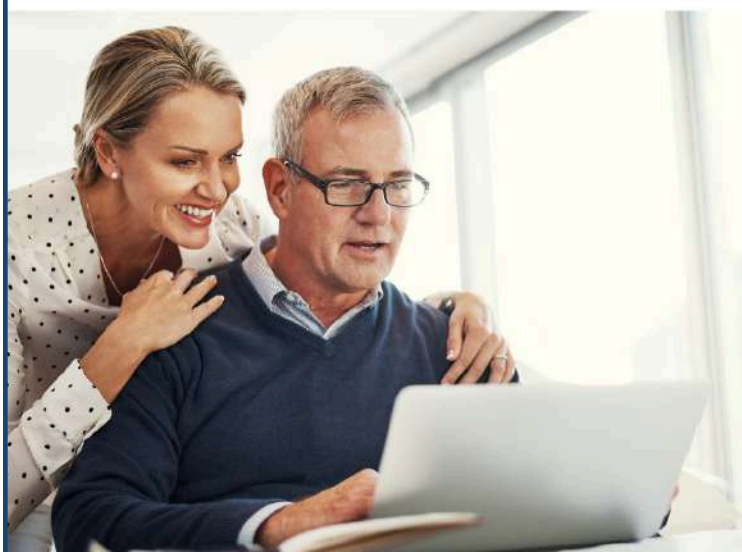
Venez apprendre des trucs et astuces qui vous aideront à vous protéger contre la fraude.

Le système de retraite au Québec

Mardi 20 mai à 13h30
à la Bibliothèque
Rivière-Des-Prairies

Apprenez comment mieux gérer vos finances à la retraite. Au menu : la pension de vieillesse, la régie de rente du Québec et la pension d'employeur.

En collaboration avec ...



**Conférence pour
les aînés.
Sur inscription
seulement au
514 872-9425**

Séance d'information

Programme de la PSV et du SRG pour les aînés

Mardi 15 avril 2025 de 10 h à 11 h 30

Centre communautaire RDP
9140, boul. Perras, RDP
Salle des Tout-Petits

Êtes-vous à la veille de recevoir
votre Pension de Sécurité de la
vieillesse (PSV) ? Êtes-vous
éligible au Supplément de
Revenu Garanti (SRG) ?

Cette séance d'information
vous fournira les réponses à
ces questionnements et à vos
interrogations sur le sujet...

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

Service
Canada

Conférence

TRUCS ET ASTUCES POUR UN BUDGET ÉQUILIBRÉ



Le mercredi 23 avril 2025 à 13 h 30
Chalet Armand-Bombardier



12 535, boul. Armand-Bombardier
Rivière-des-Prairies



INSCRIPTION
514 643-0930

Cet atelier s'adresse à toute personne souhaitant optimiser son budget par la connaissance de trucs et d'astuces pour économiser sur l'ensemble des postes budgétaires.



Café et collation offerts

Réel lieu d'exercices et d'échanges, il vous permettra également de faire votre mise au point financière, d'obtenir quelques outils budgétaires et de partager entre pairs.



AQDR

Pointe-de-l'île de Montréal



CFHI



L'Association coopérative d'économie familiale (ACEF) de l'Est-de-Montréal est un organisme communautaire sans but lucratif qui a comme domaines d'intervention, le budget, l'endettement et la consommation.

Conférence

Le mercredi 21 mai 2025
à 10 h

présentée par l'AQDR-PDÎ,
animée par Me Hélène Guay, avocate

Centre communautaire de RDP
9140, boul. Perras, RDP
Salle des Tout-Petits

Inscription à l'AQDR-PDÎ
au 514 643-0930
avant le 14 mai 2025

À la suite de la
conférence,



un repas est offert aux
participants de l'AGA,
en autant que vous réserviez
auprès de l'AQDR-PDÎ
au 514 643-0930
avant le 14 mai 2025.



L'aide
médicale à
mourir, où en
sommes nous ?



ASSEMBLÉE GÉNÉRALE ANNUELLE

Le mercredi 21 mai 2025
à 13 h

Centre communautaire de RDP
9140, boul. Perras, RDP
Salle des Tout-Petits

INSCRIPTION avant le 14 mai 2025
en contactant l'AQDR-PDÎ au 514 643-0930
ou par courriel à aqdr-pdi@videotron.ca

*C'est un rendez-vous...
Bienvenue à tous !*



AQDR

Pointe-de-l'île de Montréal

ASSOCIATION QUÉBÉCOISE DE DÉFENSE
DES DROITS DES PERSONNES RETRAITÉES
ET PRÉRETRAITÉES

SEMAINE DE L'ACTION BÉNÉVOLE

LE BÉNÉVOLAT FAIT DES VAGUES ! ENSEMBLE, NOUS PROVOQUONS LE CHANGEMENT.

Le thème de l'édition 2025 de la Semaine de l'action bénévole est « **Le bénévolat fait des vagues** ». Il met en lumière le pouvoir, l'impact et l'importance des efforts bénévoles individuels et collectifs au Canada. Comme une vague, le bénévolat crée du mouvement.

L'eau est toujours en mouvement. Elle s'écoule, se déplace et se transforme avec chaque vague ou ondulation. Il en est de même avec chaque contribution bénévole visant à améliorer nos collectivités.



Qu'il s'agisse de gros ou de petits gestes, chaque effort bénévole individuel suscite un élan, a le pouvoir d'influencer et d'inspirer, et contribue à créer une vague de changement positif.

Inspirées par les marées précédentes, de nouvelles vagues déferlent avec chaque génération de bénévoles. Nos actions s'étendent jusqu'aux avantages communautaires les plus vastes, tels que l'amélioration du bien-être, de la cohésion sociale et de la résilience face au changement et à l'incertitude.

Chaque vague est unique et contribue quelque chose de dynamique et d'inédit à l'écosystème. Au cours de la Semaine de l'action bénévole 2025, rassemblons-nous pour souligner et célébrer toutes les vagues de changement créées par les bénévoles d'un océan à l'autre. Ensemble, nous provoquons le changement. Grâce à notre implication, le bénévolat fait des vagues.

Tiré du site Volunteer Bénévoles Canada

Le bénévolat est une action qui vous intéresse, mais vous ne savez pas par où commencer ? L'AQDR-PDÎ est toujours à la recherche de bénévoles pour ses diverses activités durant l'année. Contactez l'AQDR-PDÎ pour en savoir plus au 514 643-0930.

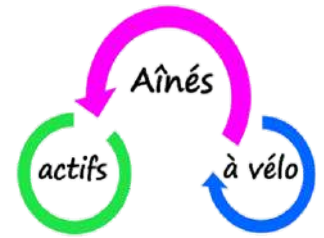


L'équipe de l'AQDR Pointe-de-l'île tient à souligner le travail exceptionnel de tous les bénévoles œuvrant, de près ou de loin, au bien-être de toute personne, plus particulièrement celui de nos aînés. Nous les remercions chaleureusement de tous les efforts individuels et collectifs visant à créer des liens pour une communauté inclusive, résiliente, rapprochée et dynamique.

AÎNÉS ACTIFS À VÉLO 2025

Pour une 9e saison, le service d'accompagnement Aînés actifs à vélo sera opérationnel durant l'été 2025.

Rappelons que le projet Aînés actifs à vélo est un projet intergénérationnel, rassembleur pour l'Arrondissement RDP-PAT et ses environs. Il est devenu un acteur incontournable pour le développement communautaire et social avec l'implication de plusieurs partenaires du milieu.



À l'été 2025, le projet Aînés actifs à vélo sera à nouveau présent dans les deux quartiers de l'Arrondissement RDP-PAT et ses environs. Nous en profiterons pour participer aux activités estivales qui seront offertes dans la communauté. Le service débutera en juin 2025.



Bénéficiaires du service ...

Vous désirez vous balader à vélo ? L'AQDR-PDÎ et ses partenaires vous offrent un service d'accompagnement en vélo-taxi pouvant accueillir un ou deux passagers, et ayant un espace de rangement pour faire des courses. Ce service **gratuit** vous permettra de profiter du beau temps, des commerces de proximité, des parcs-nature du quartier.

Pour vous inscrire à une balade à vélo-taxi, contactez l'AQDR-PDÎ au 514 643-0930.

Chargés de projet rémunérés et Bénévoles actifs recherchés ...



L'AQDR-PDÎ recherche des chargés de projet âgés entre 18 ans et 30 ans, pour accompagner les aînés en vélo-taxi dans le but d'accroître la présence des aînés dans la dynamique sociale des deux quartiers de l'Arrondissement RDP-PAT et ses environs. Grâce au vélo-taxi, les chargés de projet accompagneront les aînés aux différents commerces de quartier, aux activités culturelles et récréatives, ou tout simplement pour une balade au grand air. De plus, les bénévoles pourront prêter main-forte lors de ces activités, entre autres, lors de la tenue du kiosque de l'AQDR-PDÎ.

L'organisme s'engage à remettre aux bénévoles un certificat de reconnaissance de leur implication de bénévolat. Passez le mot ...

Rejoignez l'équipe des accompagnateurs ou des bénévoles en nous contactant dès maintenant, au 514 643-0930.

S'investir dans sa communauté, c'est valorisant !

JOURNÉE MONDIALE DE LUTTE CONTRE LA MALTRAITANCE

**Le 15 juin
souligne la journée mondiale
de lutte contre la maltraitance
envers les personnes âgées.**



Cette journée thématique permet à l'ensemble de la société de se mobiliser pour mieux combattre la maltraitance, un phénomène inacceptable qui nuit sérieusement au mieux-être des aînés. Il est important d'agir collectivement pour prévenir et contrer la maltraitance au Québec.

Rappelons que la maltraitance se définit comme telle, quand une attitude, une parole, un geste ou un défaut d'action appropriée, unique ou répétitif, se produit dans une relation avec une personne, une collectivité ou une organisation où il devrait y avoir de la confiance, et que cela cause, intentionnellement ou non, du tort ou de la détresse chez une personne adulte.

De plus, un guide sur la bientraitance a été publié par le ministère de la Santé et des Services sociaux, afin de favoriser la bientraitance envers toute personne âgée dans la communauté et fournissant des pistes de réflexion et des repères pour la planification des actions. Vous pouvez consulter ce guide au lien suivant :

<https://publications.msss.gouv.qc.ca/msss/fichiers/2024/24-819-20W.pdf>



**Journée mondiale
de lutte contre la maltraitance
envers les personnes âgées**

Vendredi 13 juin 2025

Centre communautaire Roussin
12 045, rue Notre-Dame Est, PAT
Salle Raymond-Mayer

C'est un rendez-vous !

*Agissons, parce qu'ensemble
nous sommes plus forts que la maltraitance !*

Sensibilisation Prévention Soutien

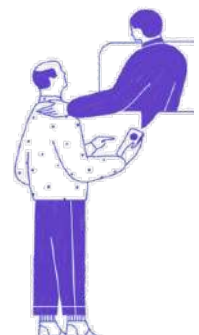
Afin de sensibiliser les aînés et leur entourage, une **ACTIVITÉ SPÉCIALE** sera mise sur pied par différents partenaires de la Table de concertation des aînés de ME-PAT, dont fait partie l'AQDR Pointe-de-l'île.

De plus amples informations sur cette activité vous seront fournies en consultant notre page Facebook et notre Infolettre.

Lutter contre la maltraitance
un appel à la fois.

1-888-489-2287

La Ligne Aide Maltraitance Adultes Aînés est une ligne téléphonique provinciale d'écoute, de référence et d'accompagnement spécialisée en matière de maltraitance envers les aînés et les adultes en situation de vulnérabilité.



APPEL À LA BIENTRAITANCE

Le 11 novembre 2024, Louise Buzit, coordonnatrice provinciale spécialisée dans la lutte à la maltraitance envers les personnes âgées d'expression anglaise et de communautés culturelles de la Direction Régionale de Santé Publique (DRSP) de Montréal, lançait virtuellement des bandes dessinées en bienveillance et en maltraitance envers les personnes âgées et/ou adultes en situation de vulnérabilité.



Lors de la consultation provinciale visant à définir les enjeux actuels en matière de maltraitance envers les personnes âgées issues des communautés culturelles et celles d'expression anglaise, un élément est ressorti, soit l'adaptation des outils afin de rejoindre les personnes âgées plus vulnérables compte tenu de la barrière de la langue, de l'isolement et du faible niveau de littératie.

Ainsi, des bandes dessinées (BD) très imagées et intégrant peu de texte ont été créées et traduites en 6 langues afin de rejoindre les personnes âgées allophones plus isolées. Les langues choisies pour cette première expérience sont le français, l'anglais, l'italien, l'espagnol, le portugais, le grec et le créole. Éventuellement, elles seront traduites en arabe, chinois, arménien, pendjabi et russe.



Deux BD sur la bienveillance ont donc été créées. Ces BD peuvent être téléchargées à partir du site de Ligne Aide Maltraitance Adultes Aînés (LAMAA) :

<https://lignemaltraitance.ca/fr/bandes-dessinees-bienveillance>



Deux BD sur la maltraitance ont aussi été créées. Ces BD peuvent être téléchargées à partir du site de LAMAA :

<https://lignemaltraitance.ca/fr/bandes-dessinees-maltraitance>



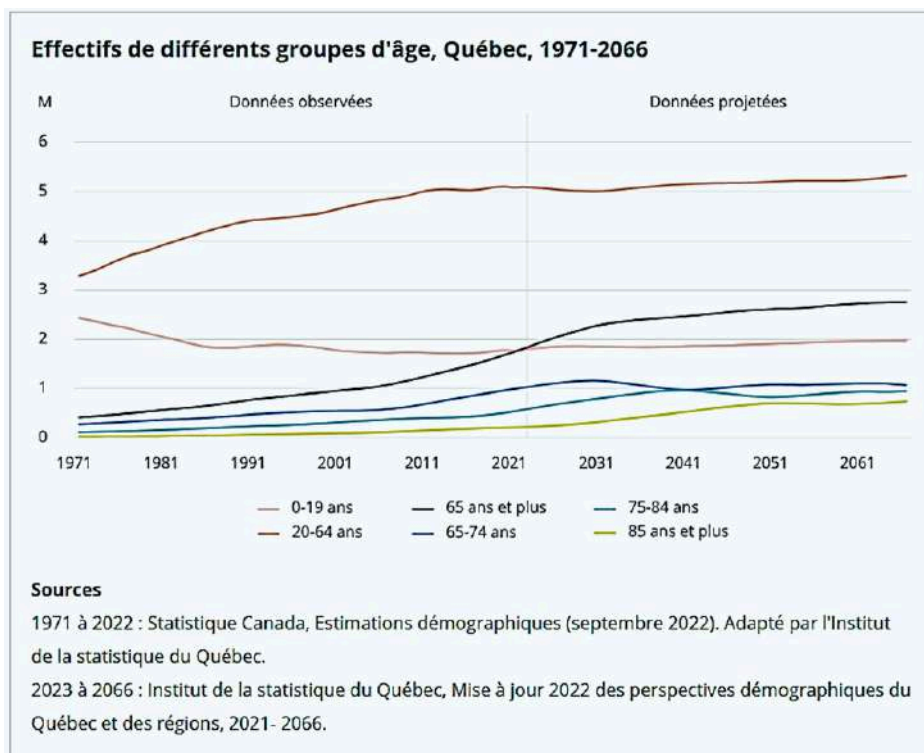
Soutien à domicile : un enjeu crucial pour le Québec de demain



Depuis quelques années, les gouvernements successifs nous disent qu'ils veulent laisser vivre les aînés chez eux dans leur maison le plus longtemps possible avec un soutien adéquat. C'est aussi ce que vous nous avez dit lors du sondage réalisé en 2024 auprès d'une grande partie des membres.

L'Association québécoise de défense des droits des personnes retraitées et préretraitées (AQDR) représente 30 000 membres répartis dans 41 sections à travers toute la province. La nôtre, la section Pointe-de-l'île, partage les mêmes préoccupations que l'Association et travaille sur les mêmes enjeux établis démocratiquement par tous. L'un de ces enjeux porte sur les soins et services de soutien à domicile. À l'AQDR Pointe-de-l'île, nous avons confié à un petit comité de cinq personnes, la tâche de voir comment nous pouvons, ici, agir pour permettre aux aînés de rester chez eux le plus longtemps possible dans les meilleures conditions de santé possibles.

Le sujet est au cœur de l'actualité et avec raison. Comme dans bien d'autres pays industrialisés, au Québec, le taux des natalités a chuté et les personnes vivent plus longtemps. Depuis 1960, le Québec est aux prises avec des questionnements éthiques au sujet de l'accompagnement des personnes âgées dépendantes de ses institutions. Le Québec comptait 1,75 million de personnes de 65 ans et plus en 2021, ce qui représentait le cinquième de l'ensemble de la population (20 %) alors qu'en 1971, la part des personnes âgées était de 7 % seulement. En 2041, les personnes de 65 ans et plus compteront pour 26 % de la population selon les projections démographiques de l'Institut de la Statistique du Québec (ISQ).



VIEILLIR CHEZ SOI - suite

Prenant en considération cette réalité, le gouvernement du Québec lançait en 2003, une politique de soutien à domicile « Chez soi : le premier choix ». En 2012, une autre politique sur le même enjeu voit le jour « Vieillir et vivre ensemble ». Une mise à jour est faite en 2023. Un nouveau plan d'action 2024-2029, « La fierté de vieillir », promet de favoriser le vieillissement actif et sécuritaire des aînés dans le respect de leur dignité afin qu'ils puissent demeurer dans leur communauté. Ce Plan d'action 2024-2029 peut être consulté au lien suivant :

<https://publications.msss.gouv.qc.ca/msss/document-003734/>



On a de la suite dans les idées, mais comment y arriver alors que nous vivons :

- Le manque de ressources professionnelles dans les institutions gouvernementales (soins infirmiers et d'interventions quotidiens et autres).
- La diminution et le maintien des services de soutien de première ligne au domicile des aînés.
- Les financements insuffisants de certaines instances gouvernementales.
- Les inégalités socioculturelles et sectorielles dans l'accessibilité et la qualité des soins offerts (âgisme, manque de traitements humains, réduction des services d'hygiène, etc.) dans les différents CHSLD et CLSC.
- L'épuisement et les ressources limitées pour les proches aidants.
- Les coupures budgétaires importantes.
- Le peu de logements à un coût abordable et/ou salubres.
- La difficulté de s'alimenter sainement et l'absence d'activités physiques adéquates.
- L'augmentation flagrante des rénovictions.
- Les revenus modestes des aînés.



Toutes ces problématiques constituent des barrières structurelles auprès des aînés qui sont déjà vulnérables du fait que leurs conditions physiques sont affaiblies, mais aussi par le fait même qu'ils détiennent des faibles revenus à la retraite. En effet, selon l'Institut de la Statistique du Québec (ISQ), la médiane du revenu individuel après impôt des personnes de 65 ans et plus est de 27 000 \$ en 2020, soit 34 200 \$ pour les hommes et 24 100 \$ pour les femmes.

Il est important de noter, bien que 83 % des québécois et québécoises aspirent vieillir à domicile, que la distribution du financement dans notre province est moindre comparativement aux autres régions canadiennes avec seulement 4,5 % des dépenses allouées en santé au soutien à domicile en 2021 et 2022. Selon les prévisions futures, les besoins de soins et services à domicile de longue durée augmenteront de manière considérable d'ici 2040, avec 571,9 millions d'heures, dont 365,5 millions d'heures dédiées spécifiquement au soutien à domicile.

Une personne retraitée qui ne reçoit pas de fonds de pension privés, doit vivre avec 21 775 \$ de revenus annuels !... Comment arriver à payer un loyer, à se déplacer, à s'alimenter sainement, à payer ses médicaments et toutes ces dépenses incontournables qui arrivent avec la perte des capacités, l'emploi de fournisseurs, d'aide domestique, etc.

VIEILLIR CHEZ SOI - suite

Face aux besoins grandissants des aînés en soutien à domicile, l'AQDR propose dans son mémoire, « Future politique nationale – Soins et services de soutien à domicile au Québec », paru le 31 décembre 2024, quatre recommandations et améliorations pour transformer de manière significative le système actuel. Ces améliorations visent à créer un cadre plus intégré, performant et adapté aux besoins de la population vieillissante, tout en préservant leur autonomie le plus longtemps possible.



Recommandations du Mémoire :

- 1- Innover et financer le soutien à domicile.
- 2- Planifier stratégiquement et former les intervenants.
- 3- Simplifier et améliorer l'accès aux services pour tous nos aînés.
- 4- Renforcer la coordination et le soutien aux proches aidants.

Concrètement, que ...

- Le gouvernement mette en place un **ministère des Aînés** pour coordonner ces changements.
- Le financement, les budgets octroyés et l'innovation des ressources en matière du soutien à domicile soient vraiment déployés sur le terrain.
- Les intervenants et corps hospitaliers soient mieux formés et que des stratégies d'attraction et de rétention du personnel soient mises en place pour répondre aux besoins des personnes retraitées adéquatement.
- La simplification et l'amélioration de l'accès aux CLSC soient une priorité.
- Le renforcement du soutien aux proches aidants soit mis en place, via des services de gardiennage, de conciliation travail-famille, de répit, de dépannage pour alléger leur charge de travail.

À l'AQDR, nous sommes persuadés que si toutes les instances gouvernementales et autres paliers connexes travaillaient dans le but commun de répondre efficacement aux attentes et besoins de nos aînés tout en respectant leurs droits, en favorisant leur intégration et autonomie dans la communauté, cela permettrait fortement de révolutionner le système de soutien à domicile au Québec.

Nous y travaillerons, à l'AQDR-PDÎ, sans baisser les bras. Les élus de notre territoire seront tous approchés dans les prochains jours. Nous leur donnerons des munitions pour qu'ils puissent défendre notre cause auprès de l'Assemblée nationale.

Sources :

Portrait des personnes âgées au Québec : Faits saillants, 18 mai 2023 :

Lien : <https://statistique.quebec.ca/fr/produit/publication/portrait-personnes-aines-quebec-faits-saillants>



Mémoire de l'AQDR : Future politique nationale – Soins et services de soutien à domicile au Québec, 31 décembre 2024

Lien : <https://aqdr-pointedelile.org/wp-content/uploads/2025/02/Memoire-soins-a-domicile-31-dec.2024.pdf>



LE SERVICE 211 - GRAND MONTRÉAL

Le service téléphonique **211** est disponible en **200 langues**.
Information et références vers plus de 5 000 ressources sociocommunitaires.

NE LAISSONS PERSONNE DANS LE BESOIN.
FAITES CONNAÎTRE LE SERVICE DANS VOTRE COMMUNAUTÉ.

211 Grand Montréal

Comme chaque année, le 11 février marque la Journée du 211 dans toute l'Amérique du Nord ! Cette journée vise à mettre en lumière le rôle clé des différents services 211 dans le maintien d'un filet social qui ne laisse personne de côté. **Et son rôle, c'est de faire connaître les ressources et les services auxquels vous pouvez vous référer.**

Le service 211 Grand Montréal est désormais accessible 24 heures sur 24. La détresse et les besoins d'aide ne prenant pas de pause la nuit, les équipes de conseillers du 211 seront un phare essentiel pour tous.

Qu'est-ce que le service 211 ? Il s'agit ...

- D'un **service téléphonique** et de clavardage d'information et de référence vers près de 8 000 ressources sociocommunitaires, **accessible 7 jours sur 7, gratuit, confidentiel et disponible en plus de 200 langues grâce à un service d'interprète.**
- D'un **répertoire en ligne**, qui géolocalise chaque organisme, détaille les services et programmes offerts, la clientèle ciblée et les critères d'admissibilité.
- D'un **outil d'analyse sociale basé sur les appels**. Y sont détaillés les besoins sociaux comblés et non comblés des citoyens, ce qui permet aux acteurs du milieu et aux élus de pouvoir éventuellement combler certains services manquants.

Dans quelle(s) situation(s) le 211 peut-il vous aider ?

Toute personne qui ressent un besoin social, qu'il soit temporaire ou permanent, peut appeler le 211. Le service 211 aide à trouver les services et programmes communautaires, publics et parapublics adaptés et situés proches de la personne. Il est important de le contacter ou de chercher les ressources en ligne avant qu'un problème ne s'intensifie ou ne devienne une crise.

Comment se déroule un appel au 211 ?

En composant le 211, dans un premier temps, la personne explique son besoin ou les services qu'elle cherche à la personne conseillère du 211. À partir du code postal de l'appelant, la personne conseillère effectue une recherche dans la base de données du 211 et lui fournit les coordonnées des organismes qui peuvent répondre à son ou ses besoin(s) et qui sont situés le plus près de chez lui.

211

211qc.ca 2-1-1

LE 211 VOUS RÉFÈRE VERS LES SERVICES COMMUNAUTAIRES PROCHES DE CHEZ VOUS

GRATUIT
CONFIDENTIEL
24/7

Aide alimentaire et matérielle Santé mentale et dépendances
Services aux aînés et à la famille Justice et défense des droits
Soutien aux nouveaux arrivants Et bien plus!

Composez le 211!
Interprète en 200 langues

PARTENAIRES
Communauté métropolitaine de Montréal Québec Montréal Carrefour

Un jugement qui fait du bien ! Des victoires marquantes pour le Mont-Carmel Oui, mais après ?

On connaît les évictions qui se sont produites dans des Résidences pour Personnes Âgées (RPA), entre autres, celles de Napierville, du Jardin Botanique, du Manoir Louisiane et de la Seigneurie de Salaberry; des situations qui ont généré l'indignation des citoyens. On a tous été stupéfaits par les agissements du nouveau propriétaire de la Résidence du Mont-Carmel à Montréal, **en janvier 2022**, lorsque Henry Zavriyev a informé l'ensemble des 216 résidents âgés qui y vivaient, qu'il transformerait la résidence en immeuble locatif.

Le 1er août 2022, il annonce que le changement pour un immeuble résidentiel serait suivi d'une hausse de loyer de 3 % pour les locataires et de l'abolition de services offerts, comme le droit à l'accès et au maintien des soins de santé (coupure de services d'infirmière sur place 24 h/24), à la protection de leur sécurité, d'assistance à l'accueil et à l'accès aux espaces communs/interphones, etc.

En vertu du Règlement sur la certification des résidences privées pour âgés, le propriétaire du Mont-Carmel devait mettre à la disposition des résidents, des services de soins, de repas, de sécurité, de loisirs, d'aide domestique et de distribution des médicaments. Bien qu'une clause de l'acte de vente stipule que l'acheteur doit respecter l'exploitation de l'immeuble à titre de RPA, le nouveau propriétaire du Mont-Carmel a formellement mentionné son intention de couper tous ces services pourtant compris dans le prix des loyers des résidents.



La pression faite par le nouveau propriétaire sur les résidents qui pensaient vivre encore longtemps au Mont-Carmel, les démarches administratives à entreprendre, la perte de pratiquement tous les services qu'ils payaient, mais dont ils ne pouvaient plus bénéficier, ont eu raison de plusieurs d'entre eux. Ils ont cherché ailleurs une autre résidence qui pouvait les accueillir en offrant sur place les services dont ils avaient besoin. Il ne reste plus que 47 des résidents qui étaient là, avant l'achat par Henry Zavriyev. Ces derniers se sont mobilisés. La cause a été portée devant le Tribunal administratif du logement (TAL) qui a conclu que la clause 7.1 dans l'acte de vente est claire et ne nécessite pas d'interprétation : les baux et les conditions du bail doivent être respectées.



Le 17 février 2025, le propriétaire du Mont-Carmel, Henry Zavriyev, s'est vu imposer par la cour suprême, une amende de 216 000 \$ pour outrage au tribunal en raison de son refus de remettre en place les services qu'il avait l'obligation de rendre à ses locataires. Rappelons que les sommes imposées sont payables à l'État, puisqu'il s'agit d'un outrage au tribunal. Plus précisément, la loi dit que « les sommes dues sont versées au fonds consolidé du revenu ».

LE MONT-CARMEL - suite

Que va-t-il se passer maintenant ? Que va faire Henry Zavriyev ? Quelles sont ses intentions ? Les locataires qui ont quitté seront-ils dédommagés ? Les locataires qui restent seront-ils remboursés pour les services non reçus ? Il est vraiment inconcevable de voir qu'en 2025, même dans un pays comme le nôtre, les aînés doivent lutter pour des droits aussi fondamentaux que le droit à leur logement et au respect de leur bail.

Une **lettre collective « Urgence d'agir pour les personnes résidant en RPA et pour les résidents du Mont-Carmel »** signée par plus de 90 organisations, a été publiée le 26 février 2025, entre autres, dans Le Devoir :

<https://www.ledevoir.com/opinion/idees/848509/idees-urgence-agir-personnes-rpa-residents-mont-carmel>



et adressée à François Legault, premier ministre du Québec, Sonia Bélanger, ministre déléguée à la Santé et responsable des Aînés, et France-Élaine Duranceau, ministre responsable de l'Habitation. La demande était claire : que le régime des RPA soit modifié pour éviter des situations comme celle vécue par les résidents du Mont-Carmel et qui se répète sans doute ailleurs, sans que ce ne soit encore rendu public.

Le 15 mars dernier, une nouvelle lettre était publiée, cette fois en réaction aux réponses de madame Sonia Bélanger interpellée à l'Assemblée nationale du 26 février :

« Madame Bélanger, quand serez-vous au rendez-vous des aînés? »

Pourquoi cette nouvelle lettre ? Madame la ministre Bélanger considère ce dossier « réglé ». Dans les faits, rien n'est réglé. Toutes les RPA sont menacées par de potentiels Henry Zavriyev, pourquoi :

- 1 Les règles auxquelles est soumis l'actuel régime de RPA, n'empêchent aucunement un propriétaire de RPA de mettre fin à la certification et d'évincer les résidents. Elles ne font qu'encadrer la procédure de fermeture et d'éviction.
- 2 La réglementation ne permet pas au CIUSSS d'intervenir afin de maintenir l'ensemble de l'immeuble sous la certification RPA et de protéger ainsi les droits des résidents.
- 3 Lors de l'adoption de la Loi limitant le droit d'éviction des locataires et renforçant la protection des locataires aînés (projet de loi 65), les RPA ont été exemptées de respecter le moratoire de trois ans sur les évictions.

**Ce qui se passe au Mont-Carmel doit servir.
Le gouvernement actuel et ses ministres responsables de l'habitation,
des aînés et de la santé doivent prendre leurs responsabilités.**

Références :

Résidence Mont-Carmel : le tribunal empêche la RPA rachetée de changer de statut | Radio-Canada :
Lien : <https://ici.radio-canada.ca/nouvelle/1901191/residence-mont-carmel-rpa-ordonnance-sauvegarde-jugement>



Des amendes de 216 000 \$ imposées à l'entreprise dirigée par Henry Zavriyev : Un jugement qui fait du bien !

Lien : <https://www.ledevoir.com/societe/justice/845203/promoteur-immobilier-henry-zavriyev-devra-debourser-216-000-outrage-tribunal>



LES ARNAQUES AMOUREUSES

À quoi fait-on référence lorsque nous parlons d'arnaques amoureuses ?

L'arnaque amoureuse est une fraude effectuée de manière nuancée dont les personnes âgées en sont souvent les cibles, plus particulièrement les femmes sans exclure les hommes. Dans ces temps modernes, les fraudeurs utilisent différents canaux numériques tels que Facebook, Messenger, WhatsApp et autres applications afin d'entrer en contact avec les personnes âgées.



Aussitôt entamé un premier contact avec la personne visée, le fraudeur essaie de tisser une relation de confiance qui peut s'étaler sur plusieurs semaines dans le but d'escroquer sa victime, et ce, de manière malhonnête. L'escroc utilisera ensuite divers stratagèmes que nous pouvons catégoriser de fraude financière et immatérielle.

♥ **Par fraude financière**, nous faisons référence à des abus de types monétaires qui découlent de l'incitation et/ou de sollicitation malhonnête que les fraudeurs font à l'égard des personnes âgées. Par exemple, en incitant leurs victimes à effectuer des transactions de nature monétaire telles que les transferts de fonds électroniques/virements Interac, télé-virements, voire des dépôts ou dons d'argent en espèces et autres types d'opérations similaires.



♥ À l'inverse des fraudes financières, nous avons **les fraudes immatérielles**, plus abstraites et moins tangibles, qui se manifestent par exemple par le biais de la création de faux profils d'identité (utiliser l'intelligence artificielle pour générer de faux visages, créer ou cloner de faux permis de conduire, des cartes d'assurance maladie erronées, etc.). Nous pouvons également les retrouver sous forme de chantages psychologiques et de toutes sortes d'autres abus s'y rattachant. On pourrait penser à la célèbre phrase : « Si tu me laisses, alors je vais me suicider. » et autres types de citations semblables.



Comment éviter les pièges ?

En restant alerte et en posant des questions ouvertes aux nouveaux partenaires avec qui vous venez d'entamer une relation soi-disant amoureuse et en écoutant votre instinct (petite voix intérieure). En effet, il est important d'être sensibilisé face aux pièges liés à ce type d'abus et de porter une attention particulière aux :

- Déclarations d'amour précoces,
- Incohérences dans les récits que votre nouveau partenaire vous a racontés,
- Demandes d'argent et/ou d'accès à vos renseignements personnels (informations de comptes bancaires, envois de chèques, partage de vos coordonnées du domicile, voire de votre milieu de travail, virements Interac ou transferts, etc.),
- Sentiments d'urgence,
- Réticences à vous rencontrer en personne.

LES ARNAQUES AMOUREUSES - suite

Comment les prévenir ?



En surveillant les réactions de votre nouveau partenaire, lorsque vous lui posez des questions difficiles. Par exemple, devient-il agressif ou sur la défensive ? Est-ce qu'il esquive de répondre de manière honnête, transparente et directe ? Vous donne-t-il des réponses vagues ?



En cas de doute dans des situations ambiguës et peu claires, valider certains renseignements qui vous sont communiqués avec un membre de votre famille ou entourage proche de confiance. Dans le cas contraire, questionnez-vous sur la raison des sentiments d'urgence qui est souvent un des premiers facteurs déclencheurs. Est-ce vraiment nécessaire que je transfère ce montant d'argent à Marcel, nom fictif créé pour vous, chers lecteurs ? Va-t-il vraiment mettre fin à sa vie, si notre relation devait se terminer ?

Il est important de ne jamais partager ses renseignements bancaires et personnels à distance encore moins, dans les relations amoureuses naissantes dont on vient de connaître le nouveau partenaire amoureux. Parce que l'amour peut coûter cher. Ce type d'escroquerie qu'est l'arnaque amoureuse, exploite la vulnérabilité émotionnelle des personnes âgées afin de les manipuler pour leur extorquer de l'argent. Restons vigilants, car cela peut affecter grandement les victimes tant du point de vue psychologique que financier.

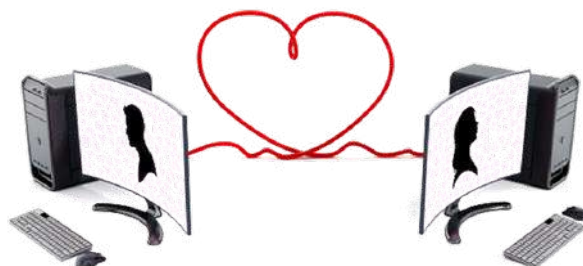
En cas de doute, des ressources communautaires sont à votre disposition pour signaler ce type d'abus :

- Ligne Aide Abus Aînés : 1 888 489- 2287
- Le Centre antifraude du Canada : 1 888 495-8501
- Le Service de police local ou Sûreté du Québec : 310-4141 ou *4141 (cellulaire)
- Le Conseil national des aînés, [Section Publications et rapports], Ce que nous avons entendu : Crimes et torts financiers ciblant les aînés : <https://www.canada.ca/fr/conseil-national-aînés/programmes/publications-rapports/2019-ce-que-nous-entendons-crimes-torts-financiers.html#h2.5-3.3> 
- La Sûreté du Québec [Section Fraude, voir Outils] : <https://www.sq.gouv.qc.ca/services/prevention/#:~:text=pour%20%C3%AAtre%20vrai,%C2%A0%C2%BB.-,Outils,-Fraude%20hame%C3%A7onnage> 

Références :

Sûreté de Québec : <https://www.sq.gouv.qc.ca/services/prevention/> 

Fadoq : <https://www.fadoq.ca/reseau/ressources/maltraitance-fraude-et-intimidation/protegeons-nous-amour-ou-arnaque-2> 



Fraude par téléphone, courriel et texto : comment la reconnaître?

L'hameçonnage, qui peut notamment être effectué sous forme vocale (*vishing*), par courriel (*phishing*) et par message texte (*smishing*), est une technique de fraude de plus en plus diversifiée. Voici quelques conseils pour distinguer les communications légitimes des tentatives d'arnaques.

Une personne mal intentionnée au bout du fil peut se faire passer, entre autres, pour un employé ou une employée de votre institution financière, du gouvernement, d'un corps policier, d'un organisme à but non lucratif, ou encore pour un proche parent. Son but ultime est de récolter de l'information confidentielle ou de recevoir des sommes en argent.

Les prétextes utilisés par les escrocs sont nombreux, mais quelques indices peuvent vous aider à mieux déterminer si vous faites face à une tentative de fraude.

Les fraudeurs ou fraudeuses utilisent parfois une méthode appelée « mystification » (*spoofing*) pour modifier les informations qui apparaissent sur un afficheur, par exemple. Vous pourriez alors croire que le numéro est légitime et de confiance. Faites preuve de vigilance si l'appel vous semble inattendu et inhabituel, et n'hésitez pas à raccrocher au moindre doute.

Des signes qui vous mettront la puce à l'oreille

Par exemple, lorsqu'un conseiller ou une conseillère de Desjardins vous appelle ou encore dans les courriels et textos légitimes, **on ne vous demande jamais de :**

- fournir des informations personnelles et confidentielles, comme votre numéro d'assurance sociale (NAS),
- répondre à des questions de sécurité,
- donner vos codes ou informations ou mots de passe pour vous authentifier,
- transmettre le code à usage unique que vous avez peut-être reçu pendant l'appel.

Toute demande de votre interlocuteur ou interlocutrice sur l'un de ces points devrait éveiller vos soupçons.

Lorsque c'est vous qui faites l'appel, pour vous authentifier, il se pourrait que le conseiller ou la conseillère de Desjardins vous demande de :

- fournir un code à usage unique reçu par notification poussée ou par texto,
- répondre à des questions de sécurité.

Dans tous les cas, ayez toujours de bons réflexes avant de fournir de l'information ou de transférer des sommes d'argent.

Desjardins envoie des courriels et des textos à ses membres et à sa clientèle

Nous utilisons les courriels et les textos pour communiquer de l'information factuelle. Il est possible de recevoir un message ou une alerte vous avisant par exemple que votre relevé de compte est disponible ou que votre solde de carte de crédit est élevé.

Vous pourriez aussi recevoir un texto vous demandant de valider une tentative de connexion à votre compte ainsi que certaines transactions effectuées avec votre carte de crédit. Ces alertes de sécurité sont envoyées de numéros spécifiques et viennent renforcer la sécurité de votre compte.

Signalez

Si vous croyez être victime de fraude, avisez rapidement les ressources suivantes :

- Votre institution financière;
- Les agences canadiennes d'évaluation du crédit : TransUnion (514 335-0374 ou 1 877 713-3393) et Equifax (514 493-2314 ou 1 800 465-7166);
- Les corps policiers, afin de déposer une plainte.

Signalez la fraude auprès des ressources suivantes :

- Le Centre antifraude du Canada (CAFC);
- L'Autorité des marchés financiers (AMF).

Pour plus de sécurité

Consultez la page du [desjardins.com/securite](https://www.desjardins.com/securite) pour obtenir plus d'informations à ce sujet ou pour nous contacter en cas de doute.

LA CRISE DES OPIOÏDES : QUE POUVEZ-VOUS FAIRE ?



Les opioïdes tels que la codéine, la morphine ou le fentanyl, sont couramment prescrits pour traiter la douleur aiguë ou chronique. Par ailleurs, les opioïdes affectent l'esprit, l'humeur et les processus mentaux et peuvent causer de l'euphorie (avoir le sentiment de planer). Ainsi, ces substances bien qu'efficaces pour améliorer la qualité de vie de ceux qui les utilisent, présentent un risque élevé de dépendance et d'abus. Une surdose peut causer une dépression respiratoire et être fatale.

Heureusement, il existe un antidote efficace et facile à administrer, la naloxone, pour inverser les effets des opioïdes et rétablir la respiration normale. De plus, l'accès est gratuit pour toute personne qui désire s'en procurer pour elle-même ou quelqu'un de son entourage. La clé est d'être bien informé et préparé.

De plus, voici quelques conseils pour assurer un usage sécuritaire des opioïdes :

- N'utilisez jamais les médicaments de quelqu'un d'autre.
- Si un opioïde vous est prescrit, utilisez la plus petite dose efficace pour améliorer votre qualité de vie.
- Utilisez un pilulier pour faire le suivi de votre consommation.
- Ne laissez pas vos médicaments sans surveillance afin de prévenir le vol.
- Rappelez tout médicament périmé ou inutilisé à la pharmacie pour qu'il soit détruit de façon sécuritaire.
- Si votre consommation de médicaments ou celle d'un proche vous inquiète, n'hésitez pas à consulter votre médecin, votre pharmacien ou une ressource telle qu'Info-Social 811.

N'hésitez pas à discuter de la naloxone avec votre médecin ou votre pharmacien pour obtenir des informations et, si nécessaire, un kit de naloxone.



Catherine Cellini, pharmacienne-proprétaire
Pharmacie C. Cellini et P. Gauvin Inc. affiliée à Proxim (RDP)
pharmaciecelliniguavin.ca



ÉCRIRE, ÇA LIBÈRE ! - Activité intergénérationnelle

Au printemps 2024, le collège d'Anjou entrait en contact avec l'AQDR-PDÎ en vue de faire des activités intergénérationnelles avec des étudiants du collège. Un des projets intergénérationnels, sous le thème « Écrire, ça libère ! », a été mis sur pied avec la collaboration d'Amnistie internationale, afin de faire signer des cartes pour la libération de prisonniers d'opinion. Pour ce faire, 21 000 cartes ont été imprimées et signées pour la libération de trois femmes subissant un emprisonnement injustifié.



- **Molly Wiekham de la Colombie britannique, Canada**, défenseure de la terre de la nation Wet'suwéun, arrêtée en novembre 2021 pour outrage criminel dans son combat pour préserver la terre ancestrale de la nation et la planète.
- **Manahel al Otaibi d'Arabie saoudite**, arrêtée le 16 novembre 2022 pour avoir défendu les droits des femmes, reconnue coupable de 11 ans de prison, mais portée disparue depuis décembre 2024.
- **Neth Nahara d'Angola**, une tiktokeuse arrêtée le 13 août 2023 et incarcérée pour avoir critiqué le président João Lourenço, dans une vidéo sur TikTok.

Au début de décembre 2024, tout est mis en branle pour faire signer le plus de cartes possible avant les Fêtes. Ainsi, le 17 décembre 2024, 17 000 cartes signées ont été remises à Amnistie internationale de Montréal. Le marathon de signatures s'est poursuivi jusqu'au 14 janvier 2025 permettant de remettre les 4 000 cartes restantes, le 16 janvier 2025.

Entretemps, le 9 janvier 2025, nous apprenions d'Amnistie internationale que la tiktokeuse Neth Nahara a été libérée après 16 mois passés en prison angolaise.



Cette activité intergénérationnelle a impliqué trois générations dans ce projet, soit les étudiants, le personnel enseignant et les retraités et préretraités rejoints par l'AQDR-PDÎ. De plus, un bilan conjoint du projet permettant d'identifier les acquis de l'expérience et de tirer quelques leçons qui nous serviront dans l'avenir, a eu lieu le 27 janvier 2025 avec le collège d'Anjou. Belle réussite !

À VENIR : deux autres activités intergénérationnelles

- **Recueil d'histoires racontées** : En collaboration avec Les Petits Frères de la Pointe-de-l'île, les étudiants recueilleront les histoires de personnes âgées au passé riche en faits vécus de tout genre.
- **Grand projet de bénévolat avec DESI** : Un grand projet de bénévolat sera organisé avec l'organisation non gouvernementale DESI (Développement, Expertise et Solidarité Internationale), et les élèves de certaines classes du collège d'Anjou, afin d'apporter une coopération bénévole dans un pays en voie de développement.

UN MERCREDI SPÉCIAL - Activité intergénérationnelle

La Maison de la culture de Rivière-des-Prairies, en collaboration avec la Bibliothèque de RDP, la Maison de la famille Cœur à Rivière, l'Éco de la Pointe-aux-Prairies, le Cercle de fermières de RDP et l'AQDR-PDÎ, a mis sur pied une nouvelle édition spéciale pour les élèves du primaire de RDP durant la semaine de relâche scolaire 2025.

LE MERCREDI BIEN SPÉCIAL DE LA RELÂCHE



Diverses activités leur ont été proposées durant la journée du **mercredi 5 mars 2025**. En matinée au Centre communautaire de RDP, 52 jeunes ont assisté à la projection du film « Sens dessus dessous 2 » suivie d'un brunch. Ce film était au cœur de la thématique de cette activité intergénérationnelle, soit « **la couleur des émotions** ».

Dans l'après-midi, les jeunes pouvaient s'adonner à différentes activités à la Bibliothèque de RDP, par les organisme impliqués.

L'AQDR-PDÎ s'est jointe aux différents organismes en proposant deux activités simples, mais amusantes !



Pour les plus jeunes, il fallait colorier des personnages illustrant différentes émotions et ensuite, les placer dans la bonne colonne d'un tableau illustrant diverses émotions.

Les plus vieux pouvaient s'amuser à un « jeu de Serpents-Échelles sur les émotions ».

À la fin de la journée, un tirage de deux paniers-cadeaux avait lieu à la Bibliothèque de RDP.



Plus de 215 jeunes participants du primaire ont bénéficié de cette journée spéciale. Nous tenons à remercier les organisateurs et bénévoles de l'événement pour cette édition toute spéciale du mercredi de la relâche.

Bravo pour cette belle organisation ! ... à l'an prochain !





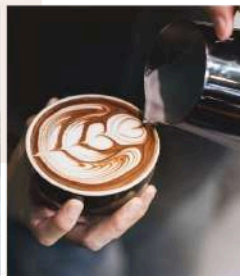
MARCHÉ PUBLIC

POINTE-AUX-TREMBLES

Chaque samedi

24 mai au 27 septembre 2025

de 10 h à 14 h



À la Place du Village de la Pointe-aux-Trembles (coin St-Jean-Baptiste et Notre-Dame)

La saison estivale approche à grands pas, et avec elle, l'effervescence du Marché public de Pointe-aux-Trembles qui reprendra ses activités dès le 24 mai avec la fête horticole « Cultivons Le Plaisir ! » Chaque samedi de l'été, beau temps, mauvais temps, la Place du Village se métamorphose en un lieu vibrant d'échanges et de découvertes. Une occasion à ne pas manquer pour tous les amateurs de produits frais, locaux et de qualité, mais aussi pour ceux en quête de convivialité et d'animations culturelles gratuites. Avec 20 exposants alimentaires et 10 artisans par semaine, chacun y trouve son bonheur, quels que soient ses goûts ou ses besoins.

Profitez de votre passage au Marché pour visiter la Buvette du Quai, un café-bar avec vue sur notre majestueux fleuve Saint-Laurent. Ouverte les jeudis-vendredis de 15 h à 21 h, le samedi de 9 h à 21 h et le dimanche de 10 h à 17 h, la Buvette propose des prestations musicales gratuites, contribuant ainsi à créer une atmosphère chaleureuse et festive.

Au plaisir de vous y voir !



Place du Village de PAT



438-788-3464



info@marchepublic-pat.com

COURS D'INFORMATIQUE - CLIC AÎNÉS

Notre programme de cours d'informatique Clic Aînés se poursuit. 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, ou en petits groupes, seront dispensées tant à Rivière-des-Prairies qu'à Pointe-aux-Trembles.



Clic
Aînés

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.

VOEUX D'ANNIVERSAIRE À NOS MEMBRES

*Joyeux anniversaire
à tous nos membres
dont l'anniversaire est en
avril, mai, juin, juillet ou août !*

*Que cette journée spéciale vienne
couronner une autre année de votre vie et
laisse présager celle qui suit tout aussi
pleine de beauté !*

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 véhicule récréatif 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

ÉVASION
CENTRE DE JOUR ALTERNATIF

GROUPE FORGET
AUDIOPROTHÉSISTES

BÉTONEL
Le roi magasin de peinture
Dulux

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

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.

IRIS

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



Les **Espaces Memoria** offre aux membres de l'AQDR de bénéficier d'un rabais de 5 % sur un service de préarrangement et d'un rabais de 10 % pour des services combinés. Pour plus de détails, allez au lien suivant :

https://www.aqdr.org/wp-content/uploads/2024_11_Memoria_AQDR_CONTENU.pdf



Et bien d'autres avantages :

- Lifeline – Hôtel Sepia – Hôtel Clarendon – Musée des Hospitalières – 55+Yoga – Las Olas traiteur – Flair thérapie.

que vous pouvez consulter au lien suivant : Avantages à 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 35.

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



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
--	--	---	--	---	--	---



MERCI À NOS PARTENAIRES



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
pspp.CALA@assnat.qc.ca



Ville de
Montréal-Est

11370, rue Notre-Dame
Bureaux au 5^e étage
514 905-2000
ville.montréal-est.qc.ca



NOS SERVICES AUX CITOYENS SONT LÀ POUR VOUS :

- Demandes d'information
- Dates de collectes
- Prochains événements
- Subventions
- Activités de la bibliothèque
- Demandes de permis



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




**CLINIQUE AUDITIVE
Ioannoni**
AUDIOPROTHÉSISTES



Montréal | Saint-Léonard | Anjou
514 254-8080

NOS PHARMACIENS SONT 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

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.



Pharmacien-proprétaire affilié à



PHARMAPRIX



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

JAD JURISTES À DOMICILE

PMSBL, OBE



514-944-9929



338, rue Saint-Antoine Est, bureau 202
Montréal, QC, H2Y 1A3



info@juristesadomicile.com



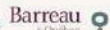
www.juristesadomicile.com



514-339-9956



Avec la participation financière de:



Informations gratuites

Tous les mercredis, par téléphone, de 9h à 17h.



Clinique juridique

Services juridiques à prix modique, sur rendez-vous.



Roulotte juridique

Rencontres individuelles et conférences gratuites offertes à toute la communauté.



Avocat.e.s JAIDE

Service de garde en santé mentale 7 jours/7 :
Représentation devant les tribunaux.
438-371-8090
avocats.jaide@gmail.com

Chaque samedi

Beau temps, mauvais temps !
24 mai au 27 septembre 2025
10 h à 14 h
Place du Village de PAT



- 20 exposants alimentaires
- 10 artisans
- Prestations musicales gratuites

MARCHÉ PUBLIC DE RIVIÈRE- DES-PRAIRIES

Maraisiers, producteurs et artisans
locaux, prêts-à-manger, microbrasserie
et animations gratuites pour toute
la famille.



PARC ARMAND-BOMBARDIER

Boulevards Perras
et Armand-Bombardier

Tel-Aide
MONTRÉAL

À L'ÉCOUTE DEPUIS 1971

Premier centre d'écoute
bilingue au Québec, **TAM** offre
un service téléphonique **sans frais**
et **accessible** pour tous et pour
toutes.

Notre approche **empathique** et **bienveillante**
favorise l'**autonomie** et la **confiance en soi**, pour
vous aider à vous **sentir compris** et à trouver **vos**
propres solutions.

Par l'écoute, notre service **anonyme, inclusif et**
confidentiel vous offre un **répit ponctuel** face
aux **défis du quotidien**, afin de vous permettre
d'améliorer votre **bien-être mental**.



JULIE BÉLANGER

PORTE-PAROLE
DE TEL-AIDE
MONTRÉAL

Tel-Aide Montréal offre un
service plus qu'essentiel à mes
yeux. Être **écouté**, briser la
solitude, pouvoir **se confier**, ça
peut faire toute la différence
dans une vie.

Nous souhaitons développer des liens avec
des regroupements d'aîné-es, afin d'avoir un
impact significatif sur le bien-être mental des
participants par l'écoute.

Ceci entre autre par des séances de partage
sur l'écoute, des ateliers de groupe pour
aîné-es, la formation d'employés-es ou des
rencontres avec des groupes de proches-
aidants.



514 935-1105

7/7 JOURS

7H À 23H

FRANÇAIS ET
ANGLAIS

telaidemontreal.org

Publicité

Vous voulez mettre une publicité dans notre journal

et nous venir en aide pour fournir adéquatement des informations d'intérêt public rejoignant la population aînée des secteurs de Rivière-des-Prairies, Pointe-aux-Trembles, Montréal-Est, Anjou et Mercier-Est.

Contactez-nous au 514 643-0930

et il nous fera plaisir de vous fournir les renseignements nécessaires pour un éventuel partenariat publicitaire.



Aide à domicile disponible à Rivière-des-Prairies



Compagnie et vie sociale

Promenades / Sorties
culturelles / Discussions /
Aide aux courses



Aide à l'autonomie

Aide au lever et coucher /
Aide à la toilette / Aide aux
repas / Présence de nuit



Aide ménagère

Ménage / Rangement /
Repassage / Lessive



Soins spécialisés

Soins infirmiers / Soins post-
opératoires / Soins palliatifs /
Accompagnement spécifique
(Alzheimer / handicap)



Estimation gratuite et sans engagement

438-842-2262

www.bienchezsoi.ca

Engagés, à vos côtés!

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

**Caisse Desjardins
Mercier-Est—Anjou**


2775 rue des Ormeaux,
Montréal (QC), H1L 4X6
514 351-1916

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

13120, rue Sherbrooke Est,
Montréal (QC), H1A 3W2
514 640-5200

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

8300, boul. Maurice-Duplessis,
Montréal (QC), H1E 3A3
514 648-5800

 **Desjardins**

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