

Section Montréal-Nord

## En déjeunant avec les gens de l'AQDR

\*\*\*\*\*



Mercredi 6 avril 2011

Par François Béland



### PETITS CONSEILS PRINTANIERS ...

En avril, ne vous découvrez pas d'un fil,  
Ce conseil s'adresse aussi bien aux gars qu'aux filles,  
Et si vous voulez éviter un lot de bobos,  
Alors tenez vos pieds bien au chaud.

C'est déjà beau de prendre de l'aspirine,  
Mais ça ne libère pas pour autant vos narines,  
Bannissez les maux de gorge,  
Faites de l'exercice et maintenez la forme.

Car en avril dame nature n'entend pas à rire,  
Et une rhumette, une toussette ou une grippette...  
... "c'est vite attrappée" car on ne les voit pas venir,  
Et ... on a même pas le temps de réagir !

Mais quand même, gardez un bon moral,  
Et cela mes amis, ça ne vous fera jamais mal...! F.B.

## Pertinence de militer au sein de l'AQDR (1<sup>ère</sup> partie)

L'AQDR, section de Mtl-Nord, s'avère être l'association toute désignée pour remplir efficacement la mission pour laquelle elle a été fondée. Et elle le fait admirablement bien. Ici chez nous à Mtl-Nord, c'est tout à l'avantage des gens du troisième âge de faire partie d'une telle association.

Ce mouvement a prouvé, à maintes et maintes occasions par le passé, sa raison d'être en se portant résolument et directement à la défense et à la protection des droits des citoyens âgés.

Définitivement qu'il est plus pertinent, pour un aîné, de militer au sein d'une association bien structurée de personnes âgées, plutôt que de s'isoler dans une quelconque tristesse, et parfois même, une déprime ou détresse. Il faut bien comprendre que "seul", il est beaucoup plus difficile d'obtenir des choses, de se défen-

dre, ou encore, de faire changer des projets chez nos dirigeants politiques, et ce, que ce soit au niveau fédéral, provincial ou régional.

Mais à l'intérieur d'un mouvement fort et solide, c'est une toute autre affaire et la "force de frappe" est sensiblement plus dynamique et l'objectif plus facilement atteignable.

L'AQDR de notre secteur organise en outre, à chaque mois, un déjeuner mensuel des plus intéressants et offre également, tout au long de l'année, différentes autres activités sociales, et ce, pour le plus grand bénéfice de nos membres.

Ces derniers, et pour cause, ont développé au cours des ans, une fierté d'appartenance et demeurent vraiment et entièrement attachés à leur association.

François Béland

# Déjeuner AQDR - Mercredi le 6 avril 2011... (et la suite)



Croissants / Café : Centre des loisirs 13 avril 2011  
11121 rue Salk, Montréal-Nord (salle # 8)

Thème de la rencontre ;

"Demeurer dans la partie pour les aîné(e)s"

Accueil à 9 H 30

Les places étant limitées, il est préférable de réserver au (514) 329-2333. Les conférences-partage débutent à 10 H 00 et... café, croissants, beignes et autres vous seront servis...

**La force du nombre** : Une association a un besoin essentiel d'être supportée par un nombre élevé de membres. Quel que soit les actions entreprises en faveur des aîné(e)s, la représentativité auprès des décideurs a toute son importance. Sommes-nous en mesure d'augmenter le nombre de nos membres ? Si oui, quels sont les moyens réalistes à notre disposition en tenant compte que nous ne disposons d'aucune subvention spécifique?

## Les avantages d'être membre :

A part cette formidable force "des Sages" tel qu'exprimé de différentes façons par l'AQDR nationale, ainsi que par les différentes sections, représentées partout au Québec, nous avons un avantage spécial rattaché à "notre membership."

Celui de pouvoir profiter de rabais importants pour nos assurances auto et habitation, Rares sont les opportunités de venir s'informer du programme et poser des questions sur cet aspect de nos privilèges. Cela ne vaut-il pas le déplacement ?

## Des communications efficaces :

Avec son journal "Le Gardien" notre section a un outil privilégié pour communiquer avec ses membres, D'autant plus que cette année nous avons réduit considérablement ses coûts de production, et ça, grâce à la participation de bénévoles qualifiés.

Dans son contenu, notre journal est-il le reflet de la réalité de nos membres? Serions-nous en mesure d'obtenir plus de textes en provenance de membres qui ne sont pas déjà engagés à d'autres tâches ?

## Un bon "coach" et de bons instructeurs ?

Une bonne équipe se doit de recruter le meilleur rassembleur disponible. Ses assistants ont tout avantage à unir leurs forces dans une vision commune de façon à faire progresser l'équipe toute entière. A Montréal-Nord, avons-nous une équipe susceptible de remporter des victoires ?

Pouvons-nous se permettre d'évaluer celle-ci tout en évitant les pièges de glorioles ou d'attaques personnelles ? Quelles sont les pistes proposées pour 2011-2012 ?

## Une richesse chez nous : le bénévolat

Le bénévolat avec ses avantages et ses inconvénients permet de grandes réalisations. Comment inciter davantage de personnes à s'impliquer à leur mesure ? Devons-nous améliorer l'encadrement et/ou apporter plus d'incitatifs?

Le mois prochain, ce sera la dernière rencontre "Croissants/café" avant l'été.

Organisée par les membres du C.A. 2010-2011. L'invitée spéciale sera Mme Murielle Lafond représentant la Capitale, assurances générales. Jean-Pierre Gladu, vice-prés.



**AQDR : 636 membres**

## **Joyeux anniversaire aux membres - Avril - 2011**

Fraga	Antionietta	1	Pelletier-Champagne	Pierrette	9	Buteau	Daniel	23
Morency	Paul	2	Madran	Germaine	11	Cyr	Léo	24
Moody	Germaine	3	Pensato	Tony	12	Leduc	Diane	24
Conte	Nicola	3	Testa	Gloria	14	Levine	Phillip	25
Trottier	Nora	4	Murphy	Dennis	15	Lapierre	Pierre	25
Hajdamacha	Joe	5	Grenon	Stella	16	Audette	Mireille	25
Parent	Marcel	6	Héneault	Claudette	17	Bastien	Huguette	27
Boutin	André	6	Malouin	Thérèse	17	Racine	Diane	27
Pietrangelo	Alberto	6	Desroches	Thérèse	19	Major	Jean-Paul	26
Chabot	Alphonse	7	Grenier	Gaétane	19	Bélanger	Françoise	28
Le Gresley	Léo	7	Dessureault	Yvette	19	Sorel	Denise	28
Coutu	Pierre	7	Sevigny	Margot	20	Leonarduzzi	Michelina	29
Dunn-Boudreau	Berthe	8	Cherrier	Louis	20	Morier	Denis	29
Legendre	Rita	8	Denis	Antonio	21	Bellavance	Nicole	29
Durocher	Claudette	8	Lépine	Michel	21	Marcotte	Lucien	30
Plamondon	Marcel	8	Généreux	Diane	21	Paquette	André	30
Côté	Marcel	9	Poisson	Claude	23	Filiatrault	Lise	30

**Bienvenue aux quatorze nouveaux membres de l'A.Q.D.R.**

Belliveau	Robert	Dilella	Giovanni	Pentheroudaki	Korina
Castonguay	Sylvie	Fera	Amato	Saylik	Hrant
Champagne	Gilles	Grenier	Paulette	Sanche	Monique
Cohn	Carole	Grenon	Stella	St-Onge	Christiane
Di Giulio	Olga	Labbé	Mariette		

**Prochain déjeuner AQDR : Notre prochain déjeuner aura lieu, mercredi le 4 mai 2011, ici même au Restaurant La Flamberge situé au 5600 blvd. Henri-Bourassa, (est) à Mtl-Nord (coin Lacordaire.) Venez nombreux, nous aimons vous revoir et amenez vos ami(e)s, nous aimerions les connaître.**

**Au menu : rires, bonne humeur ... et joie de vivre!**

**F.Béland**