

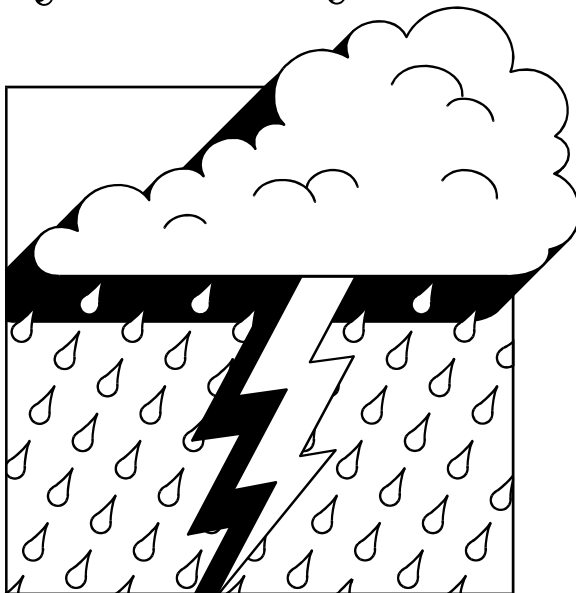
En déjeunant avec les gens de l'AQDR

par François Béland



Bonjour...Bonjour...Quelles nouvelles...

Mercredi 2 novembre 2005



LA MOROSITÉ DE NOVEMBRE ...

Cette année, en novembre, nous n'aurons pas d'ouragan,
Mais nous aurons droit à beaucoup de vent,
Novembre aux jours moroses, sombres et souvent tristes,
Jours qui, malheureusement et sans cesse, raccourcissent,
Jours sujets à la grisaille et à la pluie,
Peut-être est-ce à cause du soleil qui fuit,
Les grands oiseaux migrateurs, eux aussi,
S'en vont, sans compter ceux qui sont déjà partis,

Il n'y a que nous qui, funestement, sommes encore ici,
Et assistons, via la télé, à toutes ces catastrophes étranges,
Heureusement, qu'il y a décembre et sa neige blanche,
Heureusement, qu'il y a Noël et ses réjouissances,
Pour nous apporter de la joie et beaucoup d'espérances.

F.B.

LES PERSONNES ÂGÉES ... LES MAL-AIMÉES DU QUÉBEC ...

Voici un résumé du rapport de l'équipe de travail sur : "Une pleine participation des aînés au développement du Québec."

Une étude commandée par Québec brosse un portrait peu reluisant du vieillissement. Pourtant les aînés peuvent apporter beaucoup à la société. Ils ont de l'expérience, du temps mais, malheureusement ils se sentent inutiles ou abandonnés.

Au Québec, on compte plus de 2.5 millions de personnes qui ont plus de 50 ans. Environ 10 % d'entre elles sont malades, ou dites, vulnérables. Le reste, par contre, est en par-

faite santé et prêt à relever des tonnes de défis.

Selon le rapport Lalande, les aînés québécois sont victimes, plus que partout ailleurs, de stéréotypes négatifs. L'équipe de travail propose 17 recommandations pour remédier à cette situation.

Le rapport conseille de lancer une campagne d'information nationale pour promouvoir l'image positive et réaliste de l'apport de cette tranche d'âge de la société.

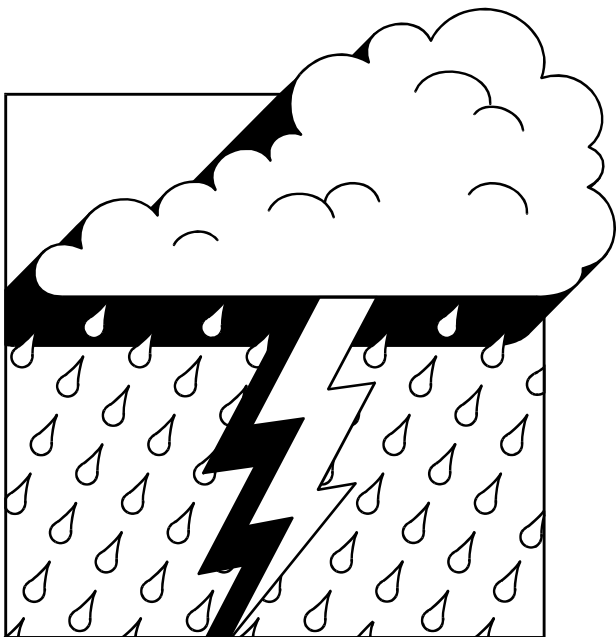
Le document propose de partager leurs connaissances sous forme de programmes de tutorat dans les collèges et les universités.

La ministre responsable des aînés, Mme Carole Thériault, décidera des suites à donner à ce rapport. Un document de 192 pages et intitulé comme suit : «Afin de construire un Québec pour tous les âges.» est à la disposition des sections. Il est bon de noter que le président de l'AQDR provinciale, M. Henri Salembier, faisait partie des membres de l'équipe de travail.

Et pour nous encourager, la SAAQ a déclaré "qu'elle avait les aînés à l'œil" (tel que cité à Radio-Canada, jeudi le 13 octobre 2005.) Encore une fois, les aînés sont sur la sellette...!

Ronald St-Jean, président AQDR, section Mtl-Nord.
Membre du C.A. provincial

Déjeuner AQDR - Mercredi le 2 novembre 2005... (et la suite)



HORAIRE DES CLINIQUES DE VACCINATION AUTOMNE 2005

Les cliniques de vaccination, contre l'influenza "la grippe" et le pneumocoque, auront lieu, au Centre des loisirs de Mtl-Nord, situé au 11 121 rue Salk (au coin de la rue Charleroi.)

Les prochaines journées de vaccination seront les suivantes

Jeudi (demain) le 3 novembre de 12 H 00 à 19H 00. Pour ceux dont le nom de famille, à la naissance, va de "A à G".

Vendredi le 4 novembre de 12H 00 à 19H 00. Pour ceux dont le nom de famille à la naissance va de "H à Z".

Vendredi le 11 novembre de 12H 00 à 19H 00.
(Pour toute la clientèle éligible.)

Samedi le 12 novembre de 8H 30 à 16H 00.
(Pour toute la clientèle éligible.)

VACCINATION ... (suite)

Les vaccins sont gratuits mais la vaccination s'adresse uniquement aux personnes suivantes :

- * aux enfants de 6 à 23 mois,
- * à toutes les personnes de 60 ans et plus,
- * aux personnes de moins de 60 ans ayant des maladies chroniques,
- * ainsi qu'à ceux qui vivent sous le même toit que les personnes précitées.

- a) prière de se présenter, sans rendez-vous au Centre de loisirs,
- b) pour information au service de transport, par autobus, à la STM, téléphonez au 786-4636,
- c) stationnement à l'arrière de l'édifice,
- d) pour informations additionnelles, Veuillez téléphoner à Info-Santé CLSC de Montréal-Nord au numéro 327-0400, poste 400.

AQDR : DISTRIBUTION

Dans les zones de distribution 39 et 43, nous avons un urgent besoin de distributeurs/distributrices parmi les membres.

Allons messieurs / dames, un bon mouvement: distribuer la revue Le Gardien ne demande que quelques minutes de votre temps, une fois, à tous les trois mois.

C'est peu demandé et ça nous aiderait tellement. Pour détails supplémentaires, s.v.p. communiquez avec moi au 324-2111.

Rolande Durocher, secrétaire.

AQDR: DE LA RELEVÉ SVP

Dans le but de mieux planifier notre administration, les dirigeants de votre association prévoient créer un nouveau poste.

Le rôle principal du titulaire de ce poste sera de s'occuper de recrutement et d'apporter une aide précieuse au secrétariat.

Malheureusement, et à cause de mon état de santé, j'en suis à mon dernier mandat et je ne reviendrai pas à titre de membre faisant partie du C.A. , AQDR.

C'est pour cela que nous avons besoin d'une relève afin d'assurer une bonne continuité à votre association. Pour informations, téléphonez au 324-2111.

Rolande Durocher, secrétaire.

NOVEMBRE : Mois du diabète

A savoir: C'est une mauvaise utilisation ou un manque d'insuline dans le corps qui est responsable d'un excès de sucre dans le sang, communément appelé hyperglycémie et ainsi du diabète.

On recense 2 types de diabète :

Type 1 : Il apparaît essentiellement chez les enfants et les jeunes adultes (environ 10% des malades.)

Type 2 : production insuffisante d'insuline et/ou défaut d'utilisation de cette hormone; le type 2 affecte principalement les personnes de 45 ans et plus. (environ 90% des malades)

Dates à retenir en novembre :

Le 11: Jour du Souvenir, Canada
Jour des anciens combattants – Etats-Unis.

Le 24: Action de grâce – U.S.A.



AQDR
667 membres

JOYEUX ANNIVERSAIRE AUX MEMBRES - NOVEMBRE- 2005

Antuomo	Dante	1	Boucher	Léon	12	Corbeil	Madeleine	21
Hubert	Annik	1	Léger	Maurice	12	Gesvaldi	Dominico	21
Roux	Nicole	1	Delorme	Jean-Claude	12	Éthier	Jacques	21
Leduc	Gilberte	2	Bilodeau	Jean-Marie	14	Gagnon	Marie-Claire	21
Demers	Patricia	2	Beaudoin	Gaby	14	Migliara	Johanne	22
Beaulieu	Gisèle	2	Rivest	Thérèse	14	Yelle	Maurice	23
Lefebvre	Mie-Ange	3	Pomerleau	Candide	14	Monette	Renée	25
St-Pierre	Jacques	3	Bossy	Huguette	14	Adam	Pauline	25
Couture	Jeanne	5	Fisher	George	15	Desjardins	Huguette	25
Grenier	M-Blanche	6	Labelle	Gertrude	15	Guyon	Monique	27
Leclerc	Margot	6	Dunnigan	Robert	16	Labrosse	Guy	28
Pivetta	Janine	7	Dunberry	Louise	18	Dubois	Roger	28
Di Paolo	Antonio	7	Dubé	Paulette	18	Mercier	Rolande	28
Mac Donald	Lise	8	Lelièvre	Marie	19	Nadeau	Claire	28
Dupré	Rolande	8	Dupuis	Gilberte	20	Dupré	Carmen	30
Dyotte	Serge	8	Séguin	Yolande	20	Lelièvre	Paulette	30
Retamal	Leonor	9	Champoux	Agathe	20	Paradis	Jacques	30
Schmid	Suzanne	12						

Bienvenue aux vingt nouveaux membres de l'AQDR

Aurello	Dimeco	Foisy	Pauline	Lapierre	Lise	Peckam	Hugh
Blouin	Pierrette	Galarregui	Juan	Leclerc	Richard	Pelletier	Antonio
Bolduc	Jean-Paul	Gendron	Mariette	Marcil	Gisèle	Richelieu	Jean-Pierre
Bouchard	Robert	Huard	J-Yves	Marleau	Maria	Robidoux	Rolande
Boucher	Carmen	Kocherha	Iwan	Monastesse	Claire	Ruccolo	Chiara

Nous déplorons le décès de M. Marcel Leclerc membre de l'AQDR. Sincères condoléances à la famille.

Prochain déjeuner AQDR : Notre prochain déjeuner aura lieu, mercredi le 7 déc. 2005, 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.B.



DÉSIREZ-VOUS AMÉLIORER VOTRE MÉMOIRE ?

Alors ne manquez pas la conférence sur les causes des défaillances de la mémoire et comment faire pour y remédier Date: mardi le 29 novembre 2005 à 19: 30

RÉSERVATION ET INFORMATION (514) 324-7247

Denise Cardinal, auteure, conférencière et animatrice certifiée (membre AQDR)