

Un brin d'Amour!



Des Moulins

ASSOCIATION QUÉBÉCOISE DE DÉFENSE
DES DROITS DES PERSONNES RETRAITÉES
ET PRÉRETRAITÉES

VOLUME 28 NUMÉRO 1 — FÉVRIER 2019



L'AQDR des Moulins invite les personnes âgées de la MRC des Moulins pour sa réunion mensuelle le 5 mars au Centre Guérin, au 6900 rue Guérin, salle Ouimet, à La Plaine. Ce sera pour vous l'occasion de mieux connaître cet organisme qui agit comme moteur de changement pour l'amélioration de la qualité de vie des aînés.

La rencontre débute vers 9h30 avec café et brioches.

La conférencière sera Nancy Bélanger, intervenante d'ARRA (Accès aux Ressources pour le Respect des personnes Aînées).

Le titre de sa conférence est : **Le bonheur de toutes les couleurs.**

C'est un rendez-vous à ne pas manquer.

Dans ce volume...

Table des matières.....	Page 2
Mot de la présidente.....	Page 3
AQDR retour sur la conférence de Marc Gervais.....	Page 4
Des nouvelles de l'AQDR des Moulins, activité intergénérationnelle.....	Page 5
ARRA Vivre en solo.....	Page 6
Réflexion—Bonheur, ou est-tu?.....	Page 7
Un brin d'humour... une femme regarde dans son miroir.....	Page 8
Des nouvelles du national.....	Page 9
Organisme communautaire : Albatros.....	Page 10
Saviez-vous que... ..	Page 11
Réflexion: le respect.....	Page 12
Dîner de Noel et publicité.....	Page 13
Publicités.....	Page 14
Avantages pour être membre de l'AQDR et coupon de renouvellement.....	Page 15
Calendrier des activités.....	Page 16

CONSEIL D'ADMINISTRATION 2018-2019

De gauche à droite:

Richard Landry, trésorier
 Lise Frenette, vice-présidente
 Thérèse Hoyas, présidente
 Nicole Landry, administratrice
 Marie-Paule Bournival, secrétaire
 Lise Dagenais, administratrice
 Madeleine Beaulieu, administratrice

Un Brin d'Amour est publié trois fois par année. Les membres intéressés à participer à sa rédaction peuvent nous faire parvenir leur article ou nous proposer un sujet d'article.

L'AQDR des Moulins est un organisme communautaire reconnu par les villes de Mascouche et Terrebonne.

N.B. Les idées et opinions exprimées dans ce journal sont uniquement celles du rédacteur et ne reflètent pas nécessairement le point de vue de l'AQDR des Moulins.

Journal Un brin d'Amour : Mise en page par Lise Corbeil

MESSAGE DE LA PRÉSIDENTE



Bonjour à chacun et chacune d'entre vous,

C'est dans la froidure de l'hiver que je vous adresse ces quelques lignes. Lorsque vous me lirez, le temps sera probablement aussi froid, mais les journées seront plus longues et je l'espère, plus ensoleillées. Nous commencerons à nous préparer pour le printemps et à penser aux chaudes journées de l'été.

Je suis heureuse d'avoir été choisie, d'abord par vous les membres comme administratrice lors de l'assemblée annuelle, et ensuite, par les membres du conseil d'administration comme présidente de l'AQDR des Moulins. Je suis fière d'appartenir à cette association qui nous renseigne et qui défend les droits collectifs des personnes âgées.

Dans notre section, nous avons le privilège d'avoir une intervenante de milieu, Madame Nancy Bélanger, d'ARRA (Accès aux Ressources pour le Respect des Personnes âgées) *qui agit comme un pont ou un intermédiaire entre les personnes âgées et les ressources pouvant répondre à leurs besoins*. N'hésitez pas à la contacter, elle se fera un devoir de vous écouter dans une problématique que vous vivez ou de vous référer vers les ressources du milieu.

À l'automne, Lise Dagenais et moi-même avons eu le bonheur de participer aux journées des présidents de l'AQDR Nationale. Nous avons assisté au lancement du guide *Aînés, des réponses à vos questions*. Ce guide nous présente nos droits, mais aussi nos obligations dans différentes sphères de notre vie. Vous en avez une brève description à la page 9 de notre journal. Vous pouvez vous le procurer lors de nos divers kiosques. La rencontre des présidents de section est aussi l'occasion pour obtenir de la formation, par exemple, comment prévenir la fraude chez les personnes âgées et autres sujets.

Nos rencontres mensuelles, le premier mardi du mois, se tiennent au Chez-Nous du Communautaire. Cependant, nous avons voulu innover cette année en ayant deux rencontres à Terrebonne (dont l'une à la Plaine). Les sujets des conférences apparaissent à la dernière page de notre journal. Toutes les personnes âgées sont les bienvenues, bien que certaines activités sont réservées à nos membres.

À tous les membres de l'AQDR des Moulins, le conseil d'administration vous souhaite une année 2019 remplie de santé, de bonheur et d'amour.

Thérèse Bussière Hoyas, présidente de l'AQDR des Moulins

Marc Gervais, un homme authentique

Le 2 octobre dernier, suite à l'invitation de la Ville de Mascouche, l'AQDR des Moulins tenait sa rencontre des membres au Pavillon du Grand Coteau et avait ouvert ses portes à tous. Plus de 150 personnes ont répondu à l'appel.

Des kiosques ont permis de faire connaître notre organisme aux visiteurs et à recruter des participants pour le programme SécurOr que le Service de police de Mascouche vient de mettre sur pied.

La conférence de cette journée, *Être authentique, un mode de vie pour se respecter*, a su captiver l'attention de tous les participants. En effet, M Marc Gervais, auteur émérite de plusieurs best-sellers et ex-policier, s'est adressé à son auditoire en toute liberté en agrémentant sa conférence d'une pointe d'humour.

Les participants ont apprécié grandement la conférence de M Gervais. Son humanisme et son humour ont permis de faire passer un message important. Le 4 octobre, son agent de spectacles nous écrivait que *M Gervais n'avait que de bons mots pour votre organisation et les invités. Il a passé un très bon moment avec vous.*

Sur la photo : Nancy Bélanger, intervenante ARRA, Denis Jean, agent de prévention, Marc Gervais, conférencier, Caroline Lauzé, agent préventionniste, Dominique Robert, policière jeunesse.



Activité intergénérationnelle, le 3 décembre 2018

L'AQDR des Moulins, en partenariat avec Nancy Bélanger d'ARRA et deux policières de Mascouche Mmes Caroline Lauzé et Dominique Robert, a répondu à l'invitation de Mme Nathalie Morin, enseignante à l'école Le Prélude pour une activité intergénérationnelle. Quinze personnes âgées ont accepté de rencontrer les 27 étudiants de secondaire 2 et de répondre à leurs questions.

La présidente, Mme Thérèse Hoyas écrivait ces mots aux étudiants :

Nous souhaitons par cette activité établir des ponts entre les générations, en permettant aux personnes âgées de transmettre leur acquis dans un esprit de partage et aux jeunes de contribuer à ouvrir d'autres horizons aux personnes âgées.

Nous espérons que ces petits pas faits aujourd'hui nous amèneront à des actions concrètes dans chacun de nos milieux de vie.

Les personnes âgées ont fait un retour sur cette activité. Elles ont trouvé que les jeunes étaient préparés et intéressés : leurs questions étaient adéquates, diversifiées et précises.

Sur la photo : le directeur adjoint, Patrice Bourassa, la directrice Bianca Bélisle, l'intervenante d'ARRA, Nancy Bélanger, les policières Dominique Robert et Caroline Lauzé, la professeure Nathalie Morin.



ARRA

*Accès aux Ressources
pour le Respect des
personnes Aînées*



Une initiative du Comité pour contrer l'abus envers les
aînés de la MRC Les Moulins

NANCY BÉLANGER

450-918-3520

INTERVENANTE DE MILIEU

Courriel : intervenante.arra@videotron.ca

VIVRE EN SOLO

- * Entourez-vous de photos qui vous inspirent
- * Prenez soin de votre santé financière
- * Aménagez votre maison à votre goût
- * Offrez-vous des fleurs, des chocolats....
- * Planifiez des objectifs personnels
- * Soyez actif à tous les jours
- * Ouvrez-vous à de nouvelles amitiés
- * Invitez une amie à partager votre repas
- * Échangez des repas
- * Assurez-vous de votre sécurité
- * Adoptez un animal de compagnie
- * Entourez-vous d'objets qui vous plaisent
- * Réalisez un vieux rêve que vous chérissez
- * Minimisez vos attentes
- * Que la gratitude vous accompagne et que la vie vous soit douce
- * Cultivez le bonheur et vivez le moment présent



RÉFLEXION: BONHEUR ! OÙ ES-TU ?**Par Lise Arpin**

Si tu ne trouves pas le bonheur,
C'est peut-être que tu le cherches ailleurs,
Ailleurs que dans tes souliers...
Ailleurs que dans ton foyer.

Selon toi, les autres sont plus heureux,
Mais toi, tu ne vis pas chez-eux...
Tu oublies que chacun a ses tracas,
Tu n'aimerais sûrement pas mieux son cas.

Comment peux-tu aimer la vie,
Si ton cœur est plein d'envie?
Si tu ne t'aimes pas,
Si tu ne t'acceptes pas.

Le plus grand obstacle au bonheur, sans doute,
C'est de rêver d'un bonheur trop grand.
Sachons cueillir le bonheur au compte-gouttes,
Ce sont les gouttes qui font les océans.

Ne cherchons pas le bonheur dans nos souvenirs;
Ne le cherchons pas non plus dans l'avenir.
Cherchons le bonheur dans le présent,
C'est là et là seulement qu'il nous attend.

Le bonheur n'est pas un objet
Que l'on peut trouver quelque part hors de nous.
Le bonheur, c'est avant tout un projet
Qui part de nous et se réalise en nous.

Il n'existe pas de marchands de bonheur...
Il n'existe pas de machine à bonheur.
Il existe des gens qui croient au bonheur.
Ce sont des gens qui font eux-mêmes leur bonheur.

Si dans votre miroir votre figure vous déplaît,
À quoi ça sert de briser le miroir...?
Ce n'est pas lui qu'il faut casser,
C'est uniquement vous qu'il faut changer.

(texte de Charles-E. Plourde)

UN BRIN D'HUMOUR...

UNE FEMME REGARDE DANS SON MIROIR

- À 3 ans :** Se regarde et voit une reine
- À 8 ans :** Se regarde et voit Cendrillon ou la Belle au Bois Dormant
- À 15 ans :** Se regarde et voit Cendrillon, la Belle au Bois Dormant, une «cheerleader», une actrice de cinéma. Ou si elle est dans ses SPM se voit grosse, laide, pleine de boutons et dit à sa mère : « Maman, je ne peux pas aller à l'école comme ça! »
- À 20 ans :** Se regarde et se voit trop grosse/trop mince, trop petite/trop grande, les cheveux trop raides/trop frisés mais décide qu'elle ira quand même.
- À 30 ans :** Se regarde et se voit trop grosse/trop mince, trop petite/trop grande, les cheveux trop raides/trop frisés, mais décide qu'elle n'a pas le temps de les arranger et y va quand même.
- À 40 ans :** Se regarde et se voit trop grosse/trop mince, trop petite/trop grande, les cheveux trop raides/trop frisés, mais se dit qu'au moins elle est propre et y va quand même.
- À 50 ans :** Se regarde et se dit : « C'est moi », sourit et va où bon lui semble.
- À 60 ans :** Se regarde, se rappelle que bien des gens ne peuvent même plus se voir dans le miroir, sourit et va conquérir le monde.
- À 70 ans :** Se regarde et voit l'expérience, l'habileté, sourit et sort profiter de la vie.
- À 80 ans :** Ne se regarde même plus dans le miroir, met son petit chapeau violet et sort juste pour le plaisir de voir le monde.

NOUS DEVRIONS TOUTES PRENDRE NOTRE PETIT CHAPEAU VIOLET UN PEU PLUS TÔT

Chacune de nous a besoin de se faire dire qu'elle est formidable. Alors pour une femme exceptionnellement belle : « La beauté d'une femme n'est pas dans ses vêtements, ni le joli minois qu'elle affiche ou la façon dont elle se coiffe. La beauté d'une femme doit être vue dans ses yeux parce qu'ils sont les portes de son cœur, là où l'amour réside. La vraie beauté d'une femme est réfléchie par son âme. L'amour qu'elle donne, la passion qu'elle démontre, les années qui passent l'embellissent ».



Lise Arpin

DES NOUVELLES DU NATIONAL

Aînés, des réponses à vos questions

L'AQDR Nationale a publié un guide qui comprend quatre fascicules :

1. Vos droits dans votre milieu de vie
2. Votre droit de vieillir avec dignité
3. Vos protections juridiques
4. Vos droits en santé et services sociaux

Ce guide est disponible en version PDF sur le site de l'AQDR Nationale.

Vous y trouverez également une présentation de l'AQDR (page 2) que nous reproduisons intégralement :

L'Association québécoise de défense des droits des personnes retraitées et préretraitées (AQDR) est un organisme sans but lucratif qui, depuis près de 40 ans, se consacre à la défense collective des droits des aînés. Forte de ses 25 000 membres, l'Association se distingue par son implication au Québec grâce au travail de ses 42 sections dynamiques et dévouées à la cause. L'AQDR canalise l'ensemble des revendications des personnes aînées de la province et les soumet, en leur nom, aux instances appropriées.

L'AQDR a pour mission exclusive la défense collective, la protection et la promotion des droits des personnes aînées, retraitées ou préretraitées. Elle porte leur voix sur la place publique, représente leurs droits et agit comme moteur de changement pour l'amélioration de leur qualité de vie. Les activités à portée sociale et politique sont au centre de la programmation annuelle de l'AQDR.

L'AQDR adhère à une vision dynamique du vieillissement en tant que période de plénitude où les personnes aînées disposent de la capacité à maîtriser leur vie, à évoluer et à s'engager dans leur communauté. L'AQDR assure un rôle de meneur dans la défense des droits des personnes aînées notamment ceux des plus vulnérables.

Dans sa conclusion (page 71), l'AQDR Nationale écrit :

C'est en connaissant nos droits et nos obligations que l'on peut se sentir en sécurité en toute situation... En les connaissant, on peut surtout prévenir des situations difficiles ou même être en mesure de se défendre convenablement dans des situations de tous les jours ou des étapes importantes de notre vie.



Connaissez-vous le mouvement Albatros ?

Le mouvement Albatros existe depuis plus de 30 ans. Notre mission est d'accompagner, en toute gratuité et sans discrimination, les personnes atteintes de maladies graves en soins palliatifs ou en fin de vie ainsi que leurs proches et ce, dès l'annonce du diagnostic.

Le soutien peut se faire à domicile, en résidence, en établissement ou en maison de soins palliatifs et permet un répit aux proches aidants. De plus, Albatros Lanaudière offre aussi un suivi de groupe et ce, pendant 10 semaines à raison de trois heures par semaine ainsi qu'un bilan deux semaines après le suivi. Nous offrons également un suivi individuel téléphonique pour ceux et celles qui ne peuvent se déplacer.

Le bénévole accompagnateur formé et qualifié offre à la personne malade et à ses proches :

- Présence par l'écoute, respect et soutien;
- Son aide à cheminer et lui permettre de prendre le temps de vivre jusqu'au bout.

Pour en savoir plus sur Albatros Lanaudière, visitez notre page Facebook Albatros14 Lanaudière abordant le nouveau logo ou contactez-nous par courriel au albatros14@videotron.ca

Voici un petit extrait tiré d'un témoignage d'un bénévole Albatros:

« Tout près du lit de la personne accompagnée, il y a ces multiples gestes qui peuvent sembler «petits», et qui font de «grandes» différences. J'étais assis près d'un homme aux soins palliatifs... L'homme n'ayant pas la force d'atteindre le combiné, je lui offre de répondre. Imaginez ! Son fils appelait de Miami et voulait avoir des nouvelles de son père. Sans ma présence, le téléphone aurait sonné dans le vide... Cette riche présence n'est pas de l'intervention. Elle ne consiste pas en des coups d'éclat. Par-dessus tout, elle exprime simplement l'importance d'être présent, respectueux, à l'écoute de la personne que nous accompagnons... la personne la plus importante du monde. J'ai la profonde conviction que la population gagnerait à connaître les bénévoles d'Albatros. L'organisme offre un service unique et complémentaire (à ce qui est généralement utilisé par les familles, et ce,) au bénéfice de la personne qui traverse une période névralgique de sa vie, pour qu'elle ne soit jamais seule. Jamais...»

L'organisme Albatros Lanaudière

2500, boul. Mascouche, Mascouche, Québec, J7K 0H5

Local 139

450-966-9508

SAVIEZ-VOUS QUE...

Par Lise Frenette

Même sans y prêter attention, nous employons tous les jours un grand nombre de locutions familières qui mettent en jeu tout le système digestif. Il fonctionne en permanence inconsciemment de l'intérêt soutenu suscité, qui ressurgit, au détour de l'inconscient dans notre vocabulaire. Laissez-nous vous en remémorer quelques détours :

S'en lécher les babines : passer la langue sur les lèvres à l'idée d'un mets délicieux

Avoir l'eau à la bouche : être mis en appétit

Se faire de la bile : s'inquiéter

Avoir la dent dure : critiquer férocement

Avoir l'estomac dans les talons : avoir faim

Faire des gorges chaudes : se moquer méchamment

Ne pas avoir la langue dans sa poche : parler avec aisance

Manger du bout des lèvres : manger sans appétit

Rire en s'en décrocher les mâchoires : rire de toutes ses forces

Être un sac d'os : être très maigre

Se faire du mauvais sang : s'inquiéter

La pierre philosophale ou pierre de sagesse est l'étape ultime de la quête des alchimistes . Ceux qui choisissent de se limiter au Petit Oeuvre produisent une substance capable de transformer les métaux vils en argent, c'est la pierre blanche.

Mais certains aspirent à la réalisation du Grand Oeuvre, une substance capable, par son seul contact, de transformer tout métal en or, c'est la pierre rouge.

Ses vertus vont plus loin encore, car elle permet aussi de réaliser la Panacée, un élixir de longue vie car il guérit de tous les maux, et, de ce fait même, rend celui qui la boit immortel.

Lise Frenette

RÉFLEXION : LE RESPECT

Il y a peu de temps, en lisant un article décrivant l'importance du respect en société, l'idée m'est venue de vous soumettre le sujet pour y réfléchir ensemble. Où en sommes-nous? Le respect des gens, des lois, des valeurs, de la parole donnée, le respect de l'environnement et le respect de la vie sont-ils en perte de vitesse?

Notre mode de vie actuel laisse passer bien des «choses» au nom de la liberté d'expression et de l'humour. Si on se réfère à notre vie personnelle, on nous a appris que pour de bonnes relations entre nous, le respect était une valeur sûre. Dans une famille, si les parents ne se respectent pas, les enfants seront-ils respectueux? On exige de l'école de former des enfants au bon comportement, pourtant si à la maison la base du respect n'est pas là... Au regard de notre monde actuel, à la télévision, au cinéma et même de la part de nos représentants politiques, le respect ne semble étouffer personne.

Comment les jeunes, qu'on voudrait respectueux, se retrouvent-ils dans un monde où être «cool» est à la mode? Pourtant, chacun, chacune réclame le respect, le respect des aînés, le respect de la parole donnée... On pourrait dire que le respect est le «lubrifiant» des bonnes relations entre individus. On s'accorde pour reconnaître l'importance du respect, mais le respect se mérite, il ne va pas de soi. Le respect des lois et des conventions établies sont les principes de base dans une démocratie. Qu'on soit d'accord ou non, la réflexion vaut le détour.

Si des gens veulent en parler et donner suite à cette réflexion, nous serons heureux de vous entendre, de vous lire. Personne ne possède toute la vérité; mais chacun, chacune en possède une partie qu'on peut mettre ensemble pour nous faire tous progresser.

Denis Bélanger

Les gens auxquels vous devez le respect n'ont généralement pas de petite monnaie à vous rendre.

Philippe Bouvard

Le respect que vous donnez aux autres est une réflexion claire du respect que vous vous donnez.

Le respect constitue sans aucun doute le premier élément, car sans respect il ne peut y avoir de véritable amour, bien que l'on puisse respecter profondément quelqu'un sans pour autant l'aimer.

Emmanuel Kant

Celui qui n'a pas de respect pour lui-même n'a pas le droit d'en exiger des autres.

Jean-Claude Delamétherie





RÉSIDENCE
FUNÉRAIRE
St-Louis inc.

JEAN-MARC THUOT
Thanatologue
450.471.4092

939, rue St-Louis, Terrebonne (Québec) J6W 1K1

Coûts de publicité

3 parutions

Cartes d'affaires (5cm x 9cm) 40,00

1/4 de page (6cm x 18cm) 80,00

1/2 page (12cm x 18cm) 120,00

Pour faire paraître votre publicité et par le fait même nous aider à financer notre journal, veuillez communiquer au bureau de l'AQDR au 450 918-0800

L'AQDR des Moulins remercie les commanditaires qui nous ont remis des prix de présence pour le dîner de Noël des membres qui avait lieu, le 4 décembre dernier, au Pavillon du Grand Coteau :

Restaurant Au Poulet Nouveau, Métro Plus Supermarché Mascouche, Pâtisserie Madeline,
Livre de Monique Duplessis 'Pousse ton bateau plus au large', Panier artisanal de Thérèse Grondin, Articles artisanaux de Léo Guilbault

Autres cadeaux offerts par l'AQDR : Contribution financière pour le repas, Baluchons de chocolat, Bouteilles de vin, Arômes pour café et latté, Boîte de chocolat Lindt





Pour Terrebonne Pour Le Québec Pour Vous.



MICHEL BOUDRIAS Député de Terrebonne

Porte-parole en matière de Défense nationale,
d'Anciens combattants, de Sécurité publique et nationale

- 🏠 730, rue St-Louis, Terrebonne
- ✉️ michel.boudrias@parl.gc.ca
- ☎️ 450-964-9417
- 📘 [michelboudrias101](https://www.facebook.com/michelboudrias101)



LUC THÉRIAULT

Député de Montcalm

- 📍 1095, montée Masson
Mascouche (Québec) J7K 2M1
- ☎️ 450 474-1044 // 1-800-263-5726
- ✉️ luc.theriault@parl.gc.ca
- 📘 / [luctheriaultdepute](https://www.facebook.com/luctheriaultdepute)



Avantages à être membre de l'AQDR

- Obtenir de l'information sur les droits des personnes de 50 ans et plus au Québec au niveau social, économique et culturel;
- Abonnement gratuit à la revue «*La force de l'âge*» publiée 4 fois par année et dont les numéros précédents se retrouvent sur le site web: www.aqdr.org;
- ⇒ Abonnement gratuit au journal de l'AQDR des Moulins dont les numéros précédents se retrouvent également sur le site web: www.aqdr.org/site/desmoulins/journal.php
- **NOUVEAU: Programme Avantages IRIS** en optométrie;
- **Rabais de 2,5 % à 12,5 %** sur une assurance voyage adaptée à vos besoins avec SécuriGlobe (Ligne dédiée aux membres de l'AQDR : 514-370-2555 ou Sans frais 1-866-666-0060);
- **Rabais exclusifs sur vos assurances** habitation et automobile avec La Capitale assurances générales;
- **Rabais de 20 %** chez les marchands de peinture Bétonel.



COUPON DE RENOUVELLEMENT

AQDR Nationale
1090 rue de l'Église, bureau 204
Verdun, Qc H4G 2N5

Cotisation régulière : 15\$ par année _____ \$

Je fais un don : _____ \$

Total : _____ \$

Renouvellement dû le : _____

Numéro de membre: _____

Nom : _____ Prénom : _____

Assurances La Capitale : Oui Non Date d'expiration de la police: _____

Veuillez apporter vos modifications si nécessaire

Adresse : _____

Téléphone : _____ Courriel : _____

Date de naissance : _____



2500, boulevard de Mascouche, bureau 115
Mascouche (Québec) J7K 0H5
Téléphone : 450 918-0800
Télécopie : 450 966-2814
Messagerie : aqdrdesmoulins@videotron.ca

Nos droits ça nous concerne

- **Se défendre plus que se distraire**
- **Se regrouper plutôt que s'isoler**
- **S'organiser plutôt que se faire organiser**

Calendrier des activités 2019

AQDR des Moulins



Réunions des membres, à 9 h 30

Les rencontres des membres ont lieu au Chez-Nous du Communautaire,
sauf les rencontres de mars, de septembre et d'octobre.

- Mardi, le 5 mars Le bonheur, conférence de Nancy Bélanger, intervenante d'ARRA
Centre Guérin, 6900 rue Guérin, salle Ouimet, La Plaine
- Mardi, le 2 avril Simone et tous les autres
Conférencière Gabrielle Coulombe : *Les personnes âgées sont des bibliothèques humaines à bien des égards; historique, anthropologique, mais surtout, humain. La beauté d'une personne âgée réside, entre autres, dans le fait qu'elle possède tous les âges, son histoire pouvant ainsi faire écho dans le passé, comme au présent.*
- Mardi, le 7 mai Échec au crime, M Desmarais
Cette ressource propose une méthode simple et humaine de signaler et de prévenir un crime de façon anonyme, en toute sécurité.
- Mardi, le 3 septembre Cette réunion des membres aura lieu à
Cité GénérAction 55+, à Terrebonne
- Mardi, le 1er octobre Conférence d'Alain Dumas, Du rêve à la réalité
Pavillon du Grand Coteau, 2510 boul. Mascouche
Depuis l'aube de sa carrière, Alain Dumas remettait l'accomplissement de certains rêves à plus tard. Vint un jour où, comme un bon vin qui mûrit avec l'âge, le rêve est devenu trop grand pour être ignoré. C'est sur ce passage à l'action que porte la conférence d'Alain Dumas.
Admission : 5 \$ billets limités et disponibles dès février

- Mardi, le 28 mai **Assemblée générale annuelle, à 9 h 30**
au Pavillon du Grand Coteau

Une assemblée annuelle nous permet de tracer un bilan de l'année, prendre conscience de nos forces et nous projeter vers l'avenir. Votre présence est importante : elle est une preuve de l'importance de la vie démocratique de l'AQDR des Moulins. Nous vous attendons en grand nombre.