



AQDRLL

INFO

N°58– Mars 2019

Budget du Québec, ce que nous attendons

Nous nous attendons en tout premier lieu à ce que des mesures énergiques soient prises afin d'assurer de la qualité et de la continuité des soins et services aux personnes âgées qui en ont besoin pour vivre quotidiennement dans la dignité. Ce qui veut dire agir sur tous les fronts, tellement notre situation est dégradée : autant augmenter la réponse aux besoins à domicile qu'en résidence privée ou en institution publique d'hébergement.

Les services doivent être financés selon les besoins de la personne et non pas selon l'endroit où elle habite ou le type de résidence où elle se trouve. Il faut un cadre clair et équitable de financement aux résidences privées qui offrent des soins complexes de type ressource intermédiaire ou CHSLD. Il faut s'occuper du personnel qui donne ces services qui doit être payé décemment et dont les conditions de travail doivent être bonnes, sinon on continue d'être dans un cercle vicieux où le manque de personnel cause le départ de celui qui tient le fort.



Le renforcement des services à domicile est essentiel, tant pour garder la personne là où elle veut rester, chez elle, que pour s'assurer que les proches aidants puissent se contenter légitimement d'aider au lieu de se retrouver avec le gros des responsabilités sur les épaules. Aussi, il faut établir des critères d'admissibilité au niveau provincial pour assurer une équité d'accès au programme Soutien à l'autonomie des personnes âgées (SAPA).

Rappelons que le Québec se situe en avant-dernière position des provinces canadiennes, devant l'Île-du-Prince-Édouard pour ses investissements par personne dans les services à domicile.

L'autre front est celui des mesures pour aider financièrement ceux qui n'ont pas un revenu suffisant pour avoir une vie active et normale. C'est cette population qui va s'isoler et ses conditions de vie se dégraderont de telle façon qu'un maintien à domicile sera devenu prématurément impossible. Vivre et vieillir dans la dignité repose d'abord sur des revenus décents, c'est-à-dire des revenus qui atteignent et dépassent le seuil de faible revenu.

Il faut poursuivre la bonification du Régime des rentes du Québec (RRQ) pour atteindre graduellement 40% du revenu cotisé et hausser à 75 000 \$ par an le maximum des gains admissibles. Également, les crédits d'impôt pour les aînés doivent être plus simples à obtenir. Le logement social est un autre moyen puissant pour lutter contre la pauvreté. Or, d'année en année, les investissements gouvernementaux diminuent au chapitre du logement social, alors même que les besoins sont en croissance, notamment en raison du vieillissement de la population.

Faites-vous entendre et communiquez avec ministre@finances.gouv.qc.ca

La maltraitance, savoir la reconnaître

Une campagne de sensibilisation à la maltraitance des aînés se déroule depuis le mois de février. Informez-vous sur les différents types de maltraitance : maltraitance psychologique, physique, sexuelle, matérielle ou financière, organisationnelle, âgisme, violation des droits.

Vous pouvez trouver de l'information sur le site du gouvernement [ICI](#)

Une capsule ont été également été produite : [Les belles paroles n'excusent pas la maltraitance financière](#)

Toute personne concernée (aîné, proche aidant, membre de la famille, intervenant, etc.) peut contacter la Ligne Aide Abus Aînés de 8h00 à 20h00, 7 jours par semaine. Vous avez accès à des travailleurs sociaux (ou l'équivalent) spécialisés en maltraitance qui peuvent vous offrir : de l'écoute et du soutien, de l'information, une évaluation téléphonique de la situation, une intervention ponctuelle ou de crise, un suivi téléphonique auprès de l'appelant au besoin, lorsque pertinent, une orientation ou une référence vers l'organisation la plus appropriée, ainsi qu'un service de consultation professionnelle aux intervenants.



LIGNE AIDE ABUS AÎNÉS
1 888 489-2287
7 JOURS SUR 7 DE 8 H À 20 H

LA MALTRAITANCE
envers les personnes aînées
c'est inacceptable!
N'hésitez pas à en parler
www.aideabusaines.ca

CONTRE LA MALTRAITANCE AGISSONS

Québec

Les préarrangements, moi ?

Les préarrangements,
ce n'est pas si compliqué.

Pour connaître la réponse :
visitez yveslegare.com/reponse
ou appelez un de nos conseillers.

514 595-1500 | 1 800 454-8767
yveslegare.com 

Fière partenaire de l'AQDR

Offre exclusive

Pour les membres de l'AQDR, **10 % de rabais**
sur nos biens et services à l'achat d'un
contrat de préarrangements funéraires.*

* Offre applicable sur les biens et services à prix courant seulement.
Ne peut être jumelée à aucune autre offre promotionnelle.



YVES LÉGARÉ
Complexes funéraires

Avec vous™

COMPLEXES FUNÉRAIRES | MAUSOLÉES | CIMETIÈRES | COLUMBARIUMS
Laval | Montréal | LaSalle | Anjou | Pierrefonds | Châteauguay | Verdun | Longueuil

À votre agenda

Nos conférences gratuites

Mardi 26 mars 2019 13h30

Les revenus de retraite et les crédits gouvernementaux pour aînés

Connaissez-vous bien les programmes gouvernementaux ainsi que les revenus de retraite qui s'adressent à vous ? Les crédits d'impôts, les exemptions de taxes, les suppléments que vous pourriez avoir à votre revenu ? Cette conférence du Carrefour d'information des aînés vous permettra de cibler quel programme peut s'appliquer à vous et comment l'obtenir.

Carrefour Axion 50 plus , 435 boulevard Curé-Labelle salle 209

Information et réservation

450-978-0807 ou 1-844-978-0807



Mardi le 30 avril 2019 13h30

Conférence de l'Association coopérative d'économie familiale de Laval (ACEF Laval)

Lors de cette conférence il sera notamment question de l'univers des télécommunications, des pratiques commerciales abusives et de commerce itinérant.

Mieux comprendre pour mieux se protéger.

Carrefour Axion 50 plus , 435 boulevard Curé-Labelle salle 209

Information et réservation 450-978-0807 ou 1-844-978-0807



ACEF Laval

Préparation de déclaration d'impôt pour personnes à faible revenu

Laurentides

Saint-Jérôme

Centre d'action bénévole Saint-Jérôme

Du 4 mars 2019 jusqu'au 30 avril 2019 (fermé le lundi 22 avril), des bénévoles seront disponibles pour vous aider à compléter vos déclarations de revenus fédérales et provinciales. Ce service gratuit est disponible pour les personnes à faible revenu et dont la situation fiscale est simple.

Pour une personne seule, le revenu ne doit pas dépasser 25 000 \$. Pour un couple, le revenu ne devrait pas dépasser 30 000 \$ plus 2 000\$ supplémentaire pour chaque personne à charge.

Pour information : 450 432-3200

Mirabel

Table de concertation communautaire mirabelloise

Pour une personne seule, le revenu ne doit pas dépasser 25 000 \$. Pour un couple, le revenu ne devrait pas dépasser 30 000 \$ plus 2 000 \$ supplémentaire pour chaque personne à charge.

Pour information et inscription

[Inscription en ligne](#)

Par téléphone : 450-848-6059

Laval

Comité d'animation du troisième âge de Laval (CATAL)

Le Carrefour d'information pour aînés de Laval (CIA), en collaboration avec le programme des bénévoles des gouvernements provincial et fédéral, offre le service de déclarations de revenus en février, mars et avril de chaque année. Le service de déclarations est gratuit et des frais de 5 \$ sont chargés pour la version électronique. Nous acceptons un certain nombre de déclarations selon la disponibilité des bénévoles.

Pour une personne seule, le revenu ne doit pas dépasser 25 000 \$. Pour un couple, le revenu ne devrait pas dépasser 30 000 \$

Le nombre de places étant limité, appelez pour prendre un rendez-vous, à partir du 5 février 2019.

Informations: 450 622-1228



Documentation

Programmes et services pour les aînés

Ce guide a pour objectif de faire connaître aux aînés du Québec ainsi qu'à leurs proches les principaux programmes et services gouvernementaux qui leur sont destinés. Les divers sujets sont présentés sous forme d'articles qui regroupent l'information sous les rubriques Qu'est-ce que c'est?, Pour qui?, Que faut-il faire?, Quand?, Où s'adresser?

[Cliquez ici pour consulter le guide](#)



Guide de prévention destiné aux proches aidants

Nouveau guide de prévention à l'intention des proches aidants :
Vous sentez-vous seul en prenant soin de quelqu'un?

Ce nouveau guide se veut un outil de prévention contre l'épuisement, le stress et la maltraitance qui guettent les proches aidants, tout en les encourageant à aller chercher l'aide qui leur est nécessaire dès le début de leur parcours. « Tout le monde peut se retrouver dans la situation de proche aidant, mais personne ne le vivra de la même façon. »

Le guide est disponible en format PDF sur notre site web sous l'onglet Ressources, section Documentation au : <http://www.aldpa.org/documentation/>



Linda Lapointe
Députée fédérale de
Rivière-des-Mille-Îles

450 420-5525
linda.lapointe@parl.gc.ca
61, chemin de la Grande-Côte
Boisbriand (Québec) J7G 1C8



Ramez Ayoub
Député fédéral de
Thérèse-De Blainville

450 965-1188
ramez.ayoub@parl.gc.ca
201, boul. Curé-Labelle, bur. 401
Sainte-Thérèse (Québec) J7E 2X6



Les aînés apportent une contribution significative et précieuse à leur famille, à leur communauté et à la société. C'est la raison pour laquelle notre gouvernement a pris des mesures concrètes pour soutenir les aînés en augmentant le Supplément de revenu garanti, en rétablissant l'âge de la retraite à 65 ans et en bonifiant le Régime de pensions du Canada.

Journée conférence annuelle de la Table de concertation régionale des aînés des Laurentides

Mardi 26 mars 2019 Complexe Val d'Espoir, Mirabel

Horaire de la journée

8h30-9h	Accueil des participants
9h	Mot de bienvenue et ouverture de la journée
9h15	Conférence: <i>Besoins des personnes en fin de vie et leurs perceptions de l'aide médicale à mourir</i> . Conférencière Catherine Perron, travailleuse sociale
10h15	Pause
10h30	Conférence : <i>Tout ce qui craque ne casse pas : les défis de l'adaptation en contexte de vieillissement</i> . Conférencière Julie Gravel, psychosociologue
12h00	Dîner gratuit
13h30	Pièce de théâtre : <i>La pension Auclair</i> , présentée par la troupe La Belle Gang
15h00	Clôture de la journée

Complexe du Val D'Espoir

17700 rue du Val d'Espoir,

Mirabel, QC J7J 1V7

Ouvert à tous ! Inscription obligatoire en écrivant à tralaurentides@gmail.com ou en appelant au 819-326-5657 poste 27



J'aime le



COMMUNAUTAIRE

.org



L'AQDR Laval-Laurentides est un organisme communautaire, le saviez-vous ?

Afin de promouvoir la contribution positive ainsi que les impacts socioéconomique des groupes communautaire dans l'ensemble de nos interactions publiques, et pour démontrer que le mouvement communautaire autonome est apprécié par de nombreuses personnes, nous vous proposons d'aller écrire un témoignage d'amour envers les organismes communautaires autonomes et le mouvement d'action communautaire autonome.

Comment faire ? C'est simple, il suffit d'aller au www.jaimelecommunautaire.org et au www.sauvonsnotrefilet-social.org et à remplir le court formulaire pour inscrire votre témoignage. Tous les témoignages recueillis s'affichent directement sur le site web. Cela permettra de démontrer l'appui populaire envers les organismes.

Merci pour cette démonstration d'amour !

Vous pouvez également laisser aller votre plume pour un texte à votre goût !

L'équipe de l'AQDR Laval-Laurentides



Mars, mois de la prévention de la fraude

Le mois de mars est le mois de la prévention de la fraude., c'est un bon moment pour se renseigner pour savoir détecter les fraudes, les contrer et les signaler. L'AQDR Laval-Laurentides offre d'ailleurs des ateliers de prévention contre la fraude à des groupes de 15 personnes et plus et ce, gratuitement. Appelez-nous au 450-978-0807 pour réserver une date!

Médias sociaux... Attention !

Facebook et les autres médias sociaux sont des outils formidables pour échanger avec vos amis et votre famille. Cependant, pour votre propre protection, il est important de ne jamais partager les informations suivantes qui pourraient notamment mener à une fraude d'identité.

Date et lieu de naissance et nom de jeune fille de votre mère

Pour vous identifier certaines compagnies vous demandent souvent le nom de fille de votre mère. Or, si vous partagez cette information des personnes malveillantes pourraient l'utiliser pour accéder à vos comptes.

Numéro d'assurance sociale , de permis de conduire

Pour les mêmes raisons : vol d'identité

Dates de vacances

En publiant que vous partez en voyage, vous annoncez du même coup que personne ne sera à la maison, ce qui pourrait intéresser des voleurs!

Soyez vigilant avant de publier sur les réseaux sociaux, surtout lorsqu'il est question de renseignements personnels les malfaiteurs sont bien organisés... et bien branchés !



Activités de nos partenaires

Ateliers et conférences de l'ALPA

Ateliers

Faciliter la collaboration auprès d'une personne vivant avec un trouble neurocognitif par France Boisclair, coach certifié.

Les troubles neurocognitifs peuvent affecter la mémoire, le raisonnement, le jugement, le langage, la personnalité et le comportement, ainsi que les 5 sens, dû aux différentes atteintes au cerveau. Ces différents changements peuvent amener des défis aux proches et/ou aux intervenants. Cette série de 5 ateliers a comme objectif de revoir la façon d'intervenir auprès d'une personne vivant avec un trouble neurocognitif. L'approche préconisée est la Positive Approach to care de Teepa Snow.

Les vendredis 15, 22, 29 mars, 5 et 12 avril de 9h00 à 11h30, aux bureaux de l'ALPA au 1850, boul. Le Corbusier, H7S 2K1. Cette formation est gratuite. Inscription au 450-686-2572

Conférence

Présentation de l'Institut de médiation et d'arbitrage du Québec (IMAQ)

Séance de sensibilisation aux modes de prévention et de règlement des différends. M. Paul Leclerc vous expliquera quels sont les services offerts par l'IMAQ.

Mercredi 27 mars à 13h30, aux bureaux de l'ALPA au 1850, boul. Le Corbusier, H7S 2K1. Présentation gratuite. Inscription au 450-686-2572.



Activités de nos partenaires

Conférences du CATAL

L'anxiété et la dépression

Mardi 12 mars 2019 – De 13h30 à 15h30 Au centre communautaire Le Sorbier – Local 116, 140 rue Nadon, Laval

Plusieurs aînés souffrent d'anxiété ou de dépression qui détériore leur qualité de vie et celle de leurs proches. Cette conférence a comme objectif de vous présenter les principaux symptômes d'anxiété et de dépression vécus par les aînés afin que vous puissiez les identifier et les différencier ainsi que des stratégies pour mieux les gérer sans médicament. Conférence présentée par ALPABEM (Association lavalloise de parents et amis pour le bien-être mental)

Réservation: 450-622-1228

Comité des usagers de Laval

Les GMF et les cliniques privées: ce que les usagers-ères doivent savoir

Mardi 12 mars à 19h gymnase du Carrefour Axion 50+ de Laval situé au 435 Boulevard Curé-Labelle à Laval, salle 101

Conférencière : Roxane Borgès Da Sylva, professeure, École de santé publique de l'Université de Montréal

Réservation obligatoire car les places sont limitées

Inscription par courriel : cucssslaval@outlook.com ou par

le site WEB : www.cucssslaval.ca Votre réservation vous sera confirmée par courriel

Bibliothèque Marius-Barbeau, Laval

Démystifier les soins palliatifs

Présenté par la Dre Elisa Pucella, directrice médicale à la Maison de soins palliatifs de Laval

Jusqu'à 89 % de la population pourrait avoir besoin, un jour ou l'autre, de soins palliatifs. Découvrez les services offerts à la Maison de soins palliatifs de Laval, et explorez les mythes ainsi que les réalités sur le sujet : vous serez ainsi en mesure de faire de meilleurs choix, pour vous et vos proches.

Mercredi 13 mars, à 19 h

Information : 450 662-4005

Conférences du Quartier 50+ Saint-Jérôme

Activités de nos partenaires

Connaître ses droits de consommateur pour éviter les abus financiers

Conférence présentée par l'Office de protection du consommateur.

Plusieurs thèmes seront abordés:

les achats par internet, les échanges et les remboursements, les garanties, le vol d'identité et les pratiques illégales.

Mardi 12 mars de 14h à 16h

Quartier 50 +, 425 boul. Jean-Baptiste-Rolland Est, Saint-Jérôme

Gratuit - Réservations via le www.quartier50.eventbrite.ca

**VOUS VOULEZ FAIRE
DU BÉNÉVOLAT ? À LAVAL
OU DANS LES LAUREN-
TIDES ?**

VENEZ NOUS VOIR !

**L'AQDR Laval-Laurentides est à
la recherche constante de
bénévoles pour appuyer
son conseil d'administration**

- appels à nos membres
- organisation d'activités
- recherche de commanditaires
- co-animation d'ateliers
- analyse de dossiers
- rédaction d'articles

Informez-vous à 450-978-0807

ou 1-844-978-0807

ou aqdrLaval@aqdr.org

HORIZON 65+



L'autobus, c'est gratuit!

Lavallois de 65 ans ou plus, déplacez-vous sans frais
sur notre réseau grâce au titre HORIZON 65+.



stl.laval.qc.ca

Centre contact clients: 450 688-8520



palliacco
support, accompagnement & respite care

**Free lunch
conference**



FEELING CALM THROUGHOUT THE DAY

Proven tips and daily habits to reduce
stress and promote well-being

SAINTE-AGATHE-DES-MONTS

TUESDAY, MARCH 26, 2019 - 3:15 TO 7:00

- Holy Trinity Church - 12, rue Préfontaine West

MORIN-HEIGHTS

THURSDAY, MARCH 28, 2019 - 5:00 TO 8:00 PM

- Royal Canadian Legion Hall - Branch 171-127, chemin Watchorn

MONT-TREMBLANT

THURSDAY, APRIL 4, 2019 - 5:00 TO 8:00 PM

- Mont-Tremblant City Hall - 1145, St-Jovite Street

FREE

Conference by Lois Wilkie MA

Psychotherapist, Individual & Family Counsellor
Information on services offered by Palliacco and the CISSS des Laurentides

IN PARTNERSHIP WITH
le Centre intégré de santé
et de services sociaux
des Laurentides



REGISTRATION 1 855 717-9646

Vos droits, parlons-en !

Pour mieux comprendre les problèmes vécus par les personnes âgées et proposer des solutions concrètes, l'Association québécoise de défense des droits des personnes retraitées et préretraitées (AQDR) a entrepris une vaste consultation en 2017.

Cela a permis de définir 4 enjeux, 10 droits ainsi que des solutions et propositions qui ont été regroupés dans un Cahier des revendications.

L'atelier ***Vos droits, parlons-en !*** propose de susciter la discussion sur ces enjeux et inciter les aînés à connaître et faire respecter leurs droits. Afin de favoriser les échanges, il est préférable que les groupes ne dépassent pas 20 personnes. L'atelier est gratuit et dure environ 2h avec pause.

Information et réservation:

Brigitte Tremblay
450-978-0807 ou
1-844-978-0807



AQDR

Laval-Laurentides

ASSOCIATION QUÉBÉCOISE DE DÉFENSE
DES DROITS DES PERSONNES RETRAITÉES
ET PRÉRETRAITÉES

La revue de presse

[La FADOQ ET la RIPTB unissent leurs forces afin de contrer la maltraitance et la fraude envers les aînés](#) Nord-Info 4 février 2019

[Modernisation de l'Hôpital de Saint-Eustache Le projet franchit une nouvelle étape](#) Nord-Info 4 février 2019

[CISSS des Laurentides : Rehaussement du financement pour les organismes](#) L'Éveil 6 février 2019

[L'exercice physique combattait la dépression chez les aînés](#) Métro 8 février 2019

[Offrir des douches...au lit en CHSLD](#) Radio-Canada 15 février 2019

[Baisse des visites aléatoires dans les résidences privées pour aînés](#) TVA Nouvelles, 15 février 2019

[Vivre vieux et riche ou pauvre et malade](#) La presse 18 février 2019

[Entretien avec Marguerite Blais](#) Journal Accès le journal des Pays d'en-Haut 19 février 2019

[CHSLD: la ministre songe à mettre en place des «équipes volantes»](#) Journal de Québec 19 février 2019

[Québec compte augmenter le financement des CHSLD privés](#) Le Devoir, 20 février 2019

[Au moins 4 ans pour constater des améliorations dans les CHSLD, souligne la ministre](#) Radio-Canada 23 février 2019

[L'aide à vivre](#) La Presse 25 février 2019

Serez-vous
le prochain
POISSON?



Nos ateliers Fraude

Les personnes aînées sont LA cible de prédilection des fraudeurs qui font preuve d'une créativité accrue dans les nombreux pièges qu'ils leur tendent. C'est ainsi qu'en quatre ans, les vols d'identité au Québec ont connu une hausse de 1 285 % ! Et l'arnaque des grands-parents sévit sans cesse davantage dans les résidences pour personnes retraitées.

Mais ce n'est pas une fatalité ! Les personnes âgées peuvent se prémunir contre les pièges de fraudeurs et bien réagir en cas de problème. Il suffit qu'elles soient bien informées et qu'elles sachent faire appel aux ressources disponibles. L'atelier interactif gratuit *Serez-vous le prochain poisson ?* donne l'information utile et développe des réflexes adaptés aux dangers actuels.

Pour organiser un atelier *Serez-vous le prochain poisson ?*, réunissez un groupe d'au moins dix personnes et appelez l'AQDR Laval-Laurentides à 450 978-0807.



AQDR

Laval-Laurentides

ASSOCIATION QUÉBÉCOISE DE DÉFENSE
DES DROITS DES PERSONNES RETRAITÉES
ET PRÉRETRAITÉES

1450, boulevard Pie X, bureau 202
Laval, Québec H7V 3C1
450-978-0807
1-844-978-0807

Coordination

Brigitte Tremblay

Rédaction

Brigitte Tremblay
Anne Falcimaigne

Notre mission

L'Association québécoise de défense des droits des personnes retraitées et préretraitées (AQDR) a pour mission exclusive la défense collective des droits culturels, économiques, politiques et sociaux des personnes âgées.

L'AQDR est un regroupement d'hommes et de femmes de toutes les régions du Québec qui œuvrent à la défense collective de leurs droits. Il existe des sections à travers tout le Québec, qui regroupent près de 25 000 personnes âgées.



Suivez-nous sur Facebook

et sur notre site aqdrlaval.org

NOS PARTENAIRES

