

# L'Écho de la Pointe



AQDR

Pointe-de-l'Île de Montréal

Volume 8, n° 2  
Septembre-Octobre-Novembre 2021



**Association québécoise de défense des droits des personnes  
retraitées et préretraitées de la Pointe-de-l'Île de Montréal**

9140, boul. Perras, bureau B 2.6, Montréal, QC H1E 7E4

Téléphone : 514 643-0930 ♦ Courriel : [aqdr-pdi@videotron.ca](mailto:aqdr-pdi@videotron.ca)

Site web : [aqdr-pointedelile.org](http://aqdr-pointedelile.org) ♦  [facebook.com/aqdrpdi](https://facebook.com/aqdrpdi)

Heures d'ouverture : du lundi au vendredi, de 10 h à 12 h et de 13 h à 16 h





## Journal d'information de l'AQDR de la Pointe-de-l'Île de Montréal

### SOMMAIRE

Mot du président _____	3
Activités à venir _____	4
Nouveau Conseil d'administration de l'AQDR-PDÎ 2021-2022 _____	7
Mot du nouveau coordonnateur _____	8
Un rendez-vous avec vos candidats _____	9
Le projet <i>Aînés actifs à vélo</i> , 1 <sup>er</sup> bilan de l'été 2021 _____	10
Témoignage d'Alysée _____	12
Témoignage de Benjamin _____	13
SPVM – Le sentiment de sécurité des résidents de la Pointe-de-l'île : l'affaire de tous _____	14
Cours d'informatique _____	16
La Ligne Espoir Aîné LÉA _____	17
La médiation pour les aînés _____	18
Ensemble pour la bienveillance _____	20
Accès à notre bureau, petit rappel _____	21
Carte OPUS de la STM _____	21
Programme Pair _____	22
Je deviens bénévole à l'AQDR-PDÎ _____	23
Être membre à l'AQDR-PDÎ _____	23
Carte de membre AQDR-PDÎ _____	24
Les soupers <i>Fraternité</i> _____	24
Nos partenaires _____	25
Anniversaires des membres _____	28

Conception et réalisation :  
Diane Lamontagne, membre bénévole

## Les membres du nouveau Conseil d'administration de l'AQDR-PDÎ 2020-2021

Le Conseil d'administration de l'AQDR-PDÎ se  
compose des membres suivants :

Président :	Jean-Claude Théroux
1 <sup>er</sup> Vice-président :	Ivan Dussault
2 <sup>e</sup> Vice-présidente :	Marthe D'Amours
Secrétaire :	Diane Lamontagne
Trésorière :	
Administratrice :	Louise Croussett
Administrateur :	Christian Duchesne
Administratrice :	Suzanne Duchesne
Administratrice :	Huguette Dussault
Administrateur :	Bernard Parent

Vous pouvez toujours assister  
à nos rencontres à tous les deuxièmes  
mardis du mois.

### Citations du moment ...

*Votre calme est votre meilleur atout  
face aux défis de la vie.*

Anonyme

*La patience est un arbre dont la racine est  
amère et dont les fruits sont très doux.*

Proverbe persan

*Tout ce qui en vaut la peine  
mérite de la patience.*

Anonyme



## Mot du président



Chères, chers membres,

Comme vous le constatez, je m'adresse à vous en tant que nouveau président élu pour la période du 19 mai 2021 au 18 mai 2022. Les membres du Conseil d'administration m'ont accordé leur confiance afin de poursuivre l'œuvre commencée il y a 33 ans, par des gens impliqués dans le quartier Rivière-des-Prairies dans la défense des droits des personnes âgées.

Eh oui, le temps passe très vite, nous voici déjà à l'automne, même si la chaleur ne nous a pas encore quittés. Durant cet été, nos deux équipes du projet *Aînés actifs à vélo* n'ont pas chômé malgré la pandémie. Elles ont pu accompagner plus de 345 personnes à des promenades pour du magasinage et autres activités.

Pour la saison automnale, nous envisageons d'offrir à nos membres et aux aînés de la Pointe-de-l'île de Montréal, des conférences, ateliers et rencontres sur plusieurs sujets qui vous sont énoncés dans les pages suivantes de ce journal.

Je m'en voudrais de ne pas souligner le travail de notre nouveau coordonnateur, M. Madjid Boudjedar, arrivé en mai dernier. Il a repris le flambeau laissé vacant par M. Julien Beaulieu que nous remercions pour ses services au cours des dernières années. Les cours d'informatique seront aussi à l'horaire, si la santé publique le permet.

Il va sans dire que nos principales revendications demeurent les mêmes, telles qu'un revenu convenable, un logement abordable ainsi que des soins à domicile, de même que l'équité entre les femmes et les hommes.

Pour terminer, je vous souhaite une bonne rentrée, dans la joie de collaborer avec nos membres, nos employés, nos bénévoles et nos partenaires.

Jean-Claude Thérroux,  
Président de l'AQDR Pointe-de-l'île





# Activités à venir



**Des conférences, ateliers, rencontres et causeries  
sont offerts par la Bibliothèque de Rivière-des-Prairies  
et la Bibliothèque de Pointe-aux-Trembles,  
en collaboration avec l'AQDR Pointe-de-l'île.**

Inscrivez-vous dès maintenant, si ces activités vous intéressent.  
Vous pouvez le faire directement en remplissant le formulaire  
d'inscription en ligne, selon le lien de l'activité choisie.



**Pour toute information, contactez ...**

**Bibliothèque de RDP : 514 872-9425 ou Bibliothèque de PAT : 514 872-6987.**

## Voici les prochaines activités :

- 1) **Récits d'ainé.e.s – Ateliers d'écriture en ligne,**  
**animés par M<sup>me</sup> Aimée Verret.**

Les mardis 14 et 28 septembre, 5 et 19 octobre 2021,  
de 10 h à 11 h 30.

Formulaire d'inscription : <https://forms.gle/KDgE1za6TQePevot6>



- 2) **Musclez vos méninges – Ateliers pour stimuler votre mémoire  
et préserver votre vitalité intellectuelle,**  
**en présentiel à la bibliothèque de RDP.**

Les jeudis 30 septembre, 28 octobre, 25 novembre  
et 9 décembre 2021, de 10 h à 12 h.

Pour s'inscrire, appelez au 514 872-9425.



- 3) **Vieillir en bonne santé mentale, en ligne.**

Le vendredi 1<sup>er</sup> octobre 2021, 13 h.

Formulaire d'inscription : <https://forms.gle/uBvKo9fVNGiidi3E9>



- 4) **Rencontre d'auteure avec M<sup>me</sup> Caroline Dawson, en ligne.**

Le mercredi 6 octobre 2021, de 19 h à 20 h.

Formulaire d'inscription : <https://forms.gle/3zTrTBy6eGBCEHx26>





# Activités à venir



## Activités offertes par les bibliothèques de RDP et PAT – suite

- 5) **Rencontre d'auteur avec M. Michel Jean,**  
**en présentiel à la bibliothèque de PAT.**

Le mardi 5 octobre 2021, 19 h.

Formulaire d'inscription : <https://forms.gle/YfCKf3iSc9G3t1DG6>



- 6) **L'art autochtone au Québec et au Canada,**  
**en présentiel à la bibliothèque de PAT.**

Le mardi 12 octobre 2021, 19 h.

Formulaire d'inscription : <https://forms.gle/oPAtp67sYxqgGs396>



- 7) **Rencontre d'auteur avec M. Jean-Philippe Baril Guérard,**  
**en présentiel à la bibliothèque de RDP.**

Le mercredi 13 octobre 2021, de 19 h à 20 h.

Formulaire d'inscription : <https://forms.gle/WVhNCatLYtgZ4XMVA>



- 8) **Les aurores boréales – Atelier d'art pour ados ET adultes,**  
**animé par *Nous les arts*,**  
**en présentiel à la bibliothèque de RDP.**

Le samedi 16 octobre 2021, de 15 h à 16 h.

Formulaire d'inscription : <https://forms.gle/buB4wH8aWAuZC76B7>



- 9) **Maudites hormones ! – Conférence de M<sup>me</sup> Sarah Rodrigue,**  
**en présentiel à la bibliothèque de PAT.**

Le mardi 26 octobre 2021, 19 h.

Formulaire d'inscription : [https://forms.gle/2\\_6Z1NjMPE9wywx998](https://forms.gle/2_6Z1NjMPE9wywx998)





# Activités à venir



## Activités offertes par les bibliothèques de RDP et PAT – suite

- 10) **Causerie sur le créole/Ti koze sou Kreyòl**  
animée par M. Jean-Claude Martineau  
et la **Compagnie Théâtre Créole**,

**en présentiel à la bibliothèque de RDP.**

Le mercredi 27 octobre 2021, de 19 h à 20 h.

Formulaire d'inscription : <https://forms.gle/cfNhYL3MtBmHN2i39>



- 11) **La transition écoresponsable à votre image**  
animée par **La Simplificatrice**,

**en présentiel à la bibliothèque de RDP.**

Le mercredi 3 novembre 2021, de 18 h 30 à 20 h.

Formulaire d'inscription : <https://forms.gle/S6kaKPbbsCsTUuLv5>



- 12) **La Gaspésie – Conférence-voyage**,

**en présentiel à la bibliothèque de PAT.**

Le mardi 9 novembre 2021, 19 h.

Formulaire d'inscription : <https://forms.gle/JjMRsXrpd9wrb8SS8>



- 13) **Rencontre d'auteure avec M<sup>me</sup> Roxanne Bouchard**,

**en présentiel à la bibliothèque de PAT.**

Le mardi 16 novembre 2021, 19 h.

Formulaire d'inscription : <https://forms.gle/ao5jxBRvX9rAC4WG9>



- 14) **Protection contre la fraude, en ligne.**

Le mardi 23 novembre 2021, 19 h.

Formulaire d'inscription : <https://forms.gle/bESs5Lma8Dy46B3C9>



*Bienvenue à tous !*



## Nouveau Conseil d'administration de l'AQDR-PDÎ 2021-2022



Le 19 mai 2021 se tenait l'Assemblée générale annuelle (AGA) de l'AQDR Pointe-de-l'île à laquelle 30 personnes y ont pris part virtuellement. Nous les remercions de leur présence qui s'avère toujours indispensable pour assurer le bon fonctionnement et la continuité de notre section.

Lors de l'AGA, l'équipe de l'AQDR-PDÎ a pu présenter aux participants un bilan général des actions et activités de la section, de les informer de la gestion annuelle terminée et de l'année en cours d'exercice.



À cette occasion, l'élection d'administrateurs-trices a permis de créer le nouveau Conseil d'administration de l'AQDR-PDÎ 2021-2022. Ainsi, neuf membres composent ce Conseil d'administration. *Bravo aux membres élus !*

### Membres du Conseil d'administration 2021-2022



Jean-Claude Théroux  
président



Ivan Dussault  
1<sup>er</sup> vice-président



Marthe D'Amours  
2<sup>e</sup> vice-présidente



Diane Lamontagne  
secrétaire-trésorière



Louise Crousset  
administratrice



Christian Duchesne  
administrateur



Suzanne Duchesne  
administratrice



Huguette Dussault  
administratrice



Bernard Parent  
administrateur

## Mot du nouveau coordonnateur



Après avoir travaillé pendant plusieurs années dans le secteur de production et de marketing, le temps m'a amené à œuvrer pour l'AQDR-PDÎ et j'en suis très fier. En 2008, j'ai eu l'opportunité de faire du bénévolat dans la restauration pour les enfants démunis, et ce, au sein d'un organisme communautaire dans le quartier Hochelaga-Maisonneuve.

Cette petite expérience m'a appris que faire preuve d'entraide et venir en aide à autrui font partie de mes valeurs fondamentales. Travailler au sein de l'AQDR-PDÎ me permettra de renouer et d'améliorer ces valeurs afin de mieux promouvoir l'engagement et le dévouement de la section auprès de la population aînée.

De plus, mes acquis académiques et mes expériences professionnelles diversifiées m'ont permis d'acquérir d'importantes compétences transférables et de bonnes relations interpersonnelles avec lesquelles je me suis engagé dans le monde communautaire afin de contribuer au bien-être des citoyens, en particulier celui des aînés.

Déjà, j'ai pu rencontrer quelques-uns parmi vous et j'ai hâte de pouvoir en rencontrer d'autres, lors de nos prochaines activités.

Madjid Boudjedar,  
Coordonnateur de l'AQDR-PDÎ



## Un rendez-vous avec vos candidats...



À l'occasion des élections fédérales du lundi 20 septembre prochain, la Corporation de développement communautaire (CDC) de RDP et ses partenaires, le Centre des femmes, le Carrefour Jeunesse Emploi, Infologis, la Société historique, Impulsion-Travail, la Maison des Jeunes et l'AQDR-PDÎ, vous convient à l'événement « *Votez Éclairés-es* », débat électoral entre les différents candidats de la circonscription d'Honoré-Mercier,

**le jeudi 16 septembre 2021 à 19 h,**  
**via la plateforme Zoom.**

Animé par M<sup>me</sup> Isabelle Rivard du Centre des femmes et M. Mamina Aïdara du Carrefour Jeunesse Emploi de RDP, cet événement virtuel offrira aux citoyens, l'opportunité d'écouter les propositions politiques de leurs candidats de circonscription sur divers domaines de société.

À la suite d'une série de questions thématiques en lien avec certains enjeux, une période de questions permettra aux citoyens de questionner directement les candidats sur leurs préoccupations plus spécifiques.



Si vous souhaitez poser une question à un candidat lors du débat, mais que vous ne pouvez être présent, n'hésitez pas à la faire parvenir à l'équipe de l'AQDR-PDÎ par téléphone ou par courriel. Nous nous chargerons alors de la poser pour vous, dans la mesure du possible.

**Une inscription préalable à ce débat sera nécessaire pour y participer, afin de vous faire parvenir le lien Zoom.**

**Téléphone : 514 643-0930 ou Courriel : aqdr-pdi@videotron.ca**

*Bienvenue à tous !*



# Le projet *Aînés actifs à vélo*, 1<sup>er</sup> bilan de l'été 2021...



Pour une 5<sup>e</sup> saison, le service d'accompagnement *Aînés actifs à vélo* a été opérationnel durant l'été, malgré certains inconvénients en raison des contraintes sanitaires, entre autres, pour l'embauche des employés d'été qui s'est avérée plutôt difficile.

Cette initiative conçue afin de répondre à un besoin de transport actif dans l'Arrondissement RDP-PAT, est aussi un moyen d'agir contre l'isolement chez les aînés, en favorisant les relations intergénérationnelles et interculturelles entre les participants et les accompagnateurs du service. Le projet permet également d'offrir un mode de transport convivial et adapté aux besoins locaux.



Le service d'accompagnement à l'aide des trois vélos-taxis s'est déroulé sur 9 semaines, soit du 28 juin au 1<sup>er</sup> septembre 2021, sur le territoire de l'Arrondissement RDP-PAT. Ce moyen de transport innovateur a permis aux aînés d'être accompagnés par un employé d'été pour faire des courses ou tout simplement, pour profiter des espaces verts de leur quartier.

## Le projet 2021 en chiffres, en date du 20 août ...

Accompagnements : **plus de 195**

Participants aux accompagnements : **plus de 345**



Partenaires financiers et communautaires : **13**

Résidences impliquées et CHSLD : **13**

Participation à des activités culturelles : **2**

Bénévoles : **4**

Heures de bénévolat : **plus de 150 h**

Employés d'été : **2**

Durant la saison estivale, les accompagnateurs et les personnes âgées ont pu vivre des moments inoubliables et découvrir de nouveaux lieux, lors de leur rendez-vous au projet. De plus, la participation à certaines activités a permis aux participants jeunes et moins jeunes de se prévaloir d'une petite balade sur le site des activités.



L'AQDR-PDÎ tient à souligner le soutien des deux députés fédéraux qui ont permis l'engagement d'employés d'été nous permettant la poursuite du projet *Aînés actifs à vélo*, à l'été 2021. Merci MM. Pablo Rodriguez et Mario Beaulieu !



L'AQDR-PDÎ tient également à remercier chaleureusement l'appui et l'implication indispensables du Conseil d'Arrondissement RDP-PAT permettant la continuité d'un tel projet.



De plus, nous soulignons l'implication financière de la résidence *Au Fil de l'Eau* de RDP, dans l'achat d'un nouveau vélo-taxi.



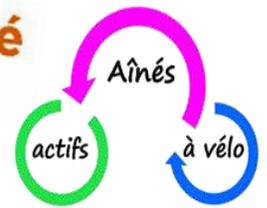
Nos remerciements vont aussi à tous les partenaires, résidences et CHSLD qui se sont impliqués dans le projet. C'est grâce à ces collaborations que le service d'accompagnement a permis aux personnes âgées de profiter de leur quartier, et ce, en bonne compagnie durant cet été.

Aux pages suivantes, nos chargés de projet vous révèlent leur expérience estivale. L'AQDR-PDÎ les félicite du bon travail accompli durant cet été particulier où parfois les chaleurs accablantes ne leur favorisaient pas des randonnées faciles...

*Grand merci à tous !*

# Témoignage d'Alysée...

Emplois d'été  
Canada



Ayant pris part au projet *Aînés actifs à vélo* à titre de chargée de projet, j'ai eu le grand plaisir de découvrir tout au long de l'été, le magnifique territoire de Pointe-aux-Trembles, du Vieux-Moulin à la plage de l'Est en passant par la magnifique Place du Village-de-la-Pointe-aux-Trembles. Tous ces grands espaces verts m'ont charmée mais surtout, je retiendrai toutes les belles rencontres que j'ai pu faire.



Au fil de sorties mère-fille à la crémierie, de promenades en amoureux sur le bord du fleuve ou de balades entre bonnes amies au Parc-Nature de la Pointe-aux-Prairies, ces rencontres m'ont fait prendre conscience de l'importance de cultiver les relations qui nous sont précieuses, malgré les épreuves, la distance et le temps qui passe.

À l'occasion de mes sorties hebdomadaires dans plusieurs CHSLD, j'ai été très touchée par la grande reconnaissance exprimée par plusieurs résidents, toujours enthousiasmés par les balades à vélo. Lors des promenades dans les parcs, votre capacité à apprécier les petits plaisirs, qu'il s'agisse de la présence de jolies fleurs ou des bateaux sur le fleuve m'ont rappelé notre aptitude à s'émerveiller et à vivre pleinement le moment présent.

Après cette difficile année pandémique, être à vos côtés lors de ces sorties a été tout un privilège. Je suis très heureuse d'avoir pu occuper cet emploi tout au long de l'été, vous côtoyer m'aura enseigné plusieurs belles leçons de vie !

Alysée Lavallée-Imhof,  
Chargée de projet  
*Aînés actifs à vélo* à PAT

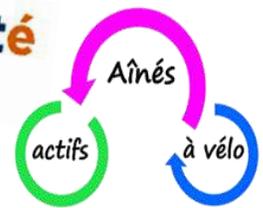
*Merci beaucoup !*



*Bonne chance  
dans tes projets futurs !*

# Témoignage de Benjamin...

Emplois d'été  
Canada



Pour mon tout premier emploi, l'AQDR-PDÎ m'a offert d'être le chargé de projet à Rivière-des-Prairies, pour le service d'accompagnement *Aînés actifs à vélo*. Quelle belle expérience ! Entre les personnes que j'ai rencontrées et les connaissances que j'ai acquises, tout était là pour m'offrir une expérience inoubliable.



Durant cet été, les activités à faire étaient très variées, entre autres, promotion du projet, appels téléphoniques, photos-souvenirs des balades et surtout, parler avec des personnes inspirantes et remplies d'espoir.

Toutes ces activités m'ont permis de mieux m'organiser, de mieux travailler en équipe et de mieux comprendre les autres. J'ai appris plein de choses qui m'aideront dans mes études et aussi, dans mon futur.

Pour moi, le projet *Aînés actifs à vélo* n'était pas un travail, mais un service que je rendais aux aînés qui, à chaque fois que je les voyais, m'accueillaient chaleureusement et respectueusement. Partout où j'allais, il y avait toujours des personnes pour m'encourager et me remercier.

Merci à toutes les personnes inspirantes qui m'ont aidé dans cette aventure estivale !

Benjamin Plouffe,  
Chargé de projet  
*Aînés actifs à vélo* à RDP



*Merci beaucoup !*  
❁❁❁

*Bonne chance  
dans tes projets futurs !*



## **Le sentiment de sécurité des résidents de la Pointe-de-l'île : l'affaire de tous.**

À la suite de la recrudescence d'événements impliquant des armes à feu, le SPVM unit ses forces, avec celles de la Sûreté du Québec, afin de travailler de concert au-delà de la frontière des quartiers. Soyez assurés que tout est mis en œuvre pour contrer ce type de violence à Montréal et rétablir le sentiment de sécurité de la population, en collaboration avec les différents partenaires communautaires et institutionnels.

La situation est prise très au sérieux et une série de mesures sont appliquées afin de préserver le sentiment de sécurité. Des actions concrètes sont notamment mises en place, soit ...

### **Plan de visibilité en vue de maintenir le lien de confiance :**

- ◆ Augmenter la présence policière aux endroits ciblés,
- ◆ Effectuer des visites de commerces,
- ◆ Rencontrer les organismes locaux.

### **Porte-à-porte dans les secteurs affectés, en collaboration avec les divers partenaires :**

- ◆ Écouter les préoccupations citoyennes,
- ◆ Créer des occasions d'échange entre les policiers et la population,
- ◆ Référer toutes personnes affectées aux organismes d'aide,
- ◆ Promouvoir le signalement d'information pouvant faire progresser les enquêtes.



Cependant, les interventions policières ne peuvent à elles seules résoudre la situation complexe qui sévit. C'est pourquoi le travail est effectué en partenariat avec les élus et les intervenants du réseau de la santé, des services sociaux et communautaires, dans la recherche de solutions durables en matière de prévention.



Le SPVM tient également à rappeler que la collaboration de la population est importante dans cette lutte.



Toute personne détenant des informations relatives à des événements de violence ou à tout autre événement peut communiquer avec ...

- ↳ le PDQ 45 – Rivière-des-Prairies, au 514 280-0145,
- ↳ le PDQ 46 – Anjou, au 514 280-0146,
- ↳ le PDQ 49 – Pointe-aux-Trembles/Montréal-Est, au 514 280-0149,
- ↳ ou de façon anonyme et confidentielle, avec Info-Crime Montréal au 514 393-1133,
- ↳ ou via le formulaire de signalement disponible sur le site : [infocrimemontreal.ca](http://infocrimemontreal.ca).

Le SPVM réitère son engagement à protéger la sécurité et la qualité de vie des citoyens, en concertation avec ses partenaires communautaires et institutionnels.



# Cours d'informatique

Click  
Aînés



Une nouvelle session de cours d'informatique sera offerte dès octobre 2021, aux aînés intéressés à s'initier ou à parfaire leurs connaissances informatiques et qui ont en leur possession leur appareil, soit une tablette (iPad ou Android), un téléphone intelligent ou un ordinateur portable.



Pour se prévaloir de ces cours d'informatique, les personnes intéressées doivent être **membres de l'AQDR-PDÎ (cotisation annuelle de 20 \$)** et déboursier **10 \$ pour chacun des cours suivis**, et ce, **en argent comptant**.



AQDR

Pointe-de-l'île de Montréal

**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 toujours 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.



# La Ligne Espoir Aîné LÉA...

Dernièrement, l'Association bénévole de Pointe-aux-Trembles/Montréal-Est a mis sur pied un nouveau projet pour venir en aide aux personnes âgées vulnérables, soit la *Ligne Espoir Aîné LÉA*.

Vous avez besoin d'aide pour vos soucis !

Un agent de liaison communautaire est là pour ...

- ↳ vous guider,
- ↳ vous assister,
- ↳ vous orienter et
- ↳ vous soutenir dans toutes vos démarches.

Ligne Espoir Aîné  
LÉA



De plus, il intervient comme levier de soutien auprès de la population âgée de la Pointe-de-l'île, soit Pointe-aux-Trembles, Rivière-des-Prairies et Montréal-Est.

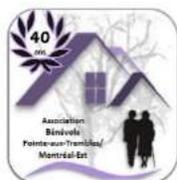


Nous avons la solution pour vous aider en la personne de M. Bernard Parent, agent de liaison.

N'hésitez pas à lui téléphoner au

**514 645-4949**

Le projet est financé par le Programme Nouveaux Horizons pour les Aînés (PNHA), sous la coordination de la Coalition pour le maintien dans la communauté (COMACO), la Direction de la Santé publique (DRSP) et le Plan d'impact collectif (PIC).



# LA MÉDIATION POUR LES AÎNÉS

Service d'accompagnement  
facilitant l'accès à la médiation

Un projet pilote de :



Si vous vivez un conflit d'ordre financier, familial, de voisinage ou successoral, ce nouveau service d'accompagnement pourrait vous être utile.

L'Institut de médiation et d'arbitrage du Québec (IMAQ), avec la participation financière du gouvernement du Québec dans le cadre du *Programme Action Aînés du Québec*, a lancé le 10 août dernier, un projet pilote pour permettre aux personnes aînées de recourir plus facilement à la médiation.



Par l'entremise de ce service d'accompagnement, l'IMAQ répondra, entre autres, à deux obstacles fréquemment cités pour l'amorce d'une médiation, soit la communication avec l'autre partie pour l'inviter à aller en médiation et la sélection d'un médiateur avec l'expérience requise.

Le service développé offre de l'information sur la médiation et propose une approche « pas à pas ».

Après avoir rempli un formulaire en ligne, décrit sommairement son différend et acquitté des frais minimes d'ouverture de dossier, le demandeur demeure informé des étapes subséquentes réalisées par l'équipe de l'IMAQ pour entamer le processus de médiation.

La partie qui reçoit la demande de médiation profite aussi d'un accompagnement. Elle peut facilement accéder à de l'information lui présentant les avantages de la médiation, communiquer avec l'IMAQ et ainsi, prendre une décision éclairée à la suite de l'invitation reçue.



« Les conflits apportent leur lot de perturbations et d'anxiété pour nos aînés. Notre service d'accompagnement leur permet d'accéder à la médiation sans avoir à se soucier des démarches

à entreprendre pour y arriver. », précise M. Pierre Grenier, président de l'Institut de médiation et d'arbitrage du Québec (IMAQ).

Ce projet pilote s'ajoute à la gamme de services développés pour les aînés au cours des dernières années. Il s'inscrit en continuité des séances de sensibilisation et de formation effectuées auprès de milliers d'aînés et d'intervenants en 2019 et récemment adaptées dans une série de capsules-vidéos disponibles sur [www.imaq.org/interactif](http://www.imaq.org/interactif).

La médiation est un mode alternatif de règlement des différends. Un médiateur a comme objectif principal d'écouter les parties prenantes pour mieux comprendre leurs points de vue respectifs, tenter de faire diminuer l'intensité émotionnelle et contribuer à rétablir le dialogue.

### **À propos de l'IMAQ**

Fondé en 1977, l'IMAQ est le principal regroupement multidisciplinaire et centre d'accréditation de médiateurs et d'arbitres au Québec, reconnu par le ministère de la Justice du Québec comme organisme accréditeur en médiation civile. Organisme sans but lucratif, il a pour mission la promotion et le développement de la justice participative comme la médiation, l'arbitrage et les autres modes de prévention et de règlement des différends (PRD).

L'IMAQ compte plus de 450 membres accrédités, médiateurs et/ou arbitres. La majeure partie de ces membres (85 %) sont des professionnels issus de 19 ordres professionnels œuvrant dans tous les secteurs d'activités économiques et sociales et offrant la plus importante diversité d'expertises en matière de modes de PRD au Québec.

### **Pour plus d'informations, contactez l'IMAQ ...**

**Téléphone : 514 282-3327**

**Sans frais : 1-855-482-3327**

**Courriel : [info@imaq.org](mailto:info@imaq.org)**

**Site web : [www.imaq.org/accompagnement-aines-mediation/](http://www.imaq.org/accompagnement-aines-mediation/)**



# Ensemble pour la bientraitance...



Le 17 juin 2021 avait lieu un atelier sur *la bientraitance envers les personnes âgées*, présenté par l'AQDR-PDÎ et le Centre d'action bénévole (CAB) de RDP. Animé par M<sup>me</sup> Imane Sahraoui (CAB-RDP) et M. Madjid Boudjedar (AQDR-PDÎ), cette vidéoconférence a su informer les 15 participants sur ce sujet parfois trop actuel.

Soutenue par un support visuel et un quiz, une discussion interactive amenait les participants à s'approprier des différents points soulevés pour mieux faire face à la maltraitance envers les aînés ou toute personne victime de maltraitance.

Il est à noter que le prochain Plan d'action gouvernemental pour lutter contre la maltraitance envers les personnes âgées vise à lutter contre celle-ci à partir de 4 grandes thématiques, soit ...

- ➔ La maltraitance psychologique,
- ➔ L'âgisme,
- ➔ La maltraitance organisationnelle,
- ➔ La bientraitance.



Pour en savoir plus sur ces 4 thématiques, on peut consulter l'infolettre de la Table de concertation des Aînés de l'île de Montréal (TCAÎM), au lien suivant :

<http://tcaim.org/infolettre/infolettre-mai-2021.html>

De plus, 5 capsules-vidéos de sensibilisation à la maltraitance envers les personnes âgées peuvent être consultées au lien suivant : [youtube.com/santemontreal](https://www.youtube.com/santemontreal).



N'hésitez pas à consulter, si vous êtes victimes d'abus.

Cette réalisation peut facilement se véhiculer dans un milieu propice à la réflexion et discussion, comme dans les résidences pour personnes âgées. N'hésitez pas à nous contacter, si vous êtes intéressés par la tenue d'un tel atelier. Il nous fera plaisir de voir avec vous de la faisabilité de celui-ci, en nous contactant au 514 643-0930.



# Accès à notre bureau, petit rappel...



Bien que le Centre communautaire de Rivière-des-Pairies soit ouvert avec certaines restrictions, il est très important de nous contacter au



**514 643-0930,**

**avant de vous présenter à notre bureau.**

De plus, nous vous rappelons que le port de couvre-visage est obligatoire lors de votre visite à notre bureau et que les mesures de prévention générale sont toujours en vigueur.

Pour toute question ou information, n'hésitez pas à nous contacter en nous écrivant au courriel **aqdr-pdi@videotron.ca** ou en nous téléphonant au **514 643-0930**.

N'oubliez pas de consulter les publications sur ...

 notre page Facebook : **facebook.com/aqdrpdi**

 notre site web : **aqdr-pointedelile.org**



*Vivre bien informé !*



Il est toujours possible de **renouveler ou d'adhérer à la carte OPUS 65 ans et plus de la STM**, à notre bureau. Prenez rendez-vous au **514 643-0930**.

## Il faut avoir :

### ➔ Une photo de format passeport

➔ Il sera possible de faire la photo sur place, au coût de **5 \$ comptant**.



### ➔ Un chèque au montant de **15 \$** au nom de

➔ Société de transport de Montréal  
➔ **Aucun argent comptant** ne sera accepté.



### ➔ Carte **OPUS** actuelle, si renouvellement.



### ➔ Pièce d'identification

➔ Permis de conduire ou  
➔ Carte d'assurance-maladie ou  
➔ Passeport.



**Depuis le 1<sup>er</sup> juillet 2021, le coût du billet pour les aînés de 65 ans et plus est de **1,00 \$**.**

# Programme Pair

**Pair**  
Une présence rassurante !



## Un simple appel peut faire la différence ...

Rappelons que le programme Pair est un service d'appels quotidiens qui permet aux aînés et aux personnes vivant seules de se sentir davantage en sécurité. Inscrivez-vous maintenant dans votre quartier. Le service est gratuit.

*Pour vous inscrire... selon votre lieu de résidence*

**C'EST GRATUIT !**



**RIVIÈRE-DES-PRAIRIES**

### **AQDR DE LA POINTE-DE-L'ÎLE DE MONTRÉAL**

Téléphone : 514 643-0930  
Courriel : [aqdr-pdi@videotron.ca](mailto:aqdr-pdi@videotron.ca)



**POINTE-AUX-TREMBLES**

### **ASSOCIATION BÉNÉVOLE DE POINTE-AUX-TREMBLES/MONTRÉAL-EST**

Téléphone : 514 645-1264  
Courriel : [association.benevole@associationbenevolepatme.ca](mailto:association.benevole@associationbenevolepatme.ca)



**ANJOU**

### **SARA D'ANJOU**

Téléphone : 514 351-2517  
Courriel : [info@sara-anjou.com](mailto:info@sara-anjou.com)



**MERCIER-EST**

### **LE CHEZ-NOUS DE MERCIER-EST**

Téléphone : 514 354-5131  
Courriel : [lecheznous@lecheznous.org](mailto:lecheznous@lecheznous.org)

L'AQDR Pointe-de-l'île de Montréal a pour mission la défense collective des droits des aînés. Avec l'appui et le soutien de bénévoles, nous pouvons poursuivre notre mission.



Que ce soit, entre autres, pour devenir membre du Conseil d'administration, collaborer à nos tâches administratives, contribuer au succès d'un de nos projets, vous pouvez choisir une activité bénévole selon vos goûts, vos disponibilités et vos compétences, tout en mettant votre expérience à profit.

Si vous êtes intéressé-e à devenir bénévole,  
contactez-nous au **514 643-0930**.



## Connaissez-vous les avantages à être membre de l'AQDR-PDÎ ?

- ➔ Réception du journal de l'AQDR-PDÎ, **L'Écho de la Pointe**, et de la revue, **La force de l'Âge**.



LA FORCE DE L'ÂGE

- ➔ Économie sur vos primes d'assurances **La Capitale**, assurances générales; sur vos achats de peinture chez les marchands **Bétonel**; sur des produits du **Groupe Forget**, audioprothésistes; sur vos assurances-voyages **SécuriGlobe**; sur les appareils reconditionnés, les services techniques et les cours d'informatique chez **Insertech**; sur vos achats de vêtements, accessoires de vélo et course à pied chez **Vélocyclop**; sur vos achats de lunettes de prescription ou lunettes solaires et sur une correction de vision par chirurgie chez **Iris**; sur les services du **Centre Évasion**.



### De plus,

- ➔ Des conférences gratuites sur les droits des aînés dans différents endroits du territoire,
- ➔ Une équipe pour vous aider et à qui vous référer sur des enjeux sociaux et personnels en lien avec les droits des aînés et notre mission,
- ➔ Un milieu stimulant d'implication sociale pour revendiquer vos droits.

## Carte de membre AQDR-PDÎ

La cotisation annuelle est de **20 \$**.

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 l'AQDR Pointe-de-l'île),
- En ligne à l'adresse suivante : <https://www.aqdr.org/adhesion-ou-renouvellement/>
- Lors de notre prochain souper *Fraternité*.



*Les soupers Fraternité sont suspendus jusqu'en janvier 2022.*

**En raison des mesures sanitaires et de la 4<sup>e</sup> vague de la COVID-19 qui malheureusement s'installe, nous sommes dans l'obligation de suspendre les soupers *Fraternité* jusqu'en janvier 2022.**

**PIZZERIA  
HOLLYWOOD**

**Les soupers *Fraternité***  
se tiennent **le 3<sup>e</sup> mardi de chaque mois à 17 h.**  
Bienvenue à tous à la **Pizzeria Hollywood**  
8011, ave Blaise-Pascal, Rivière-des-Prairies  
Téléphone : 514 494-9407

Nous vous y attendons et invitez parents et amis !



*Merci à nos partenaires!*

## LE CONSEIL D'ARRONDISSEMENT: IMPLIQUÉ DANS VOTRE MILIEU!



**CAROLINE BOURGEOIS**

Mairesse de l'arrondissement  
090, rue Notre-Dame Est, H1B 2Z1  
514 868-4050

**LISA CHRISTENSEN**

Conseillère d'arrondissement  
District de  
La Pointe-aux-Prairies  
514 210-9094

**RICHARD GUAY**

Conseiller de la Ville  
District de  
La Pointe-aux-Prairies  
514 868-4354

**GILLES DÉZIEL**

Conseiller d'arrondissement  
District de  
Pointe-aux-Trembles  
514 234-8803

**SUZANNE DÉCARIE**

Conseillère de la Ville  
District de  
Pointe-aux-Trembles  
514 515-7224

**NATHALIE PIERRE-ANTOINE**

Conseillère d'arrondissement  
District de  
Rivière-des-Prairies  
514 868-4052

**GIOVANNI RAPANÀ**

Conseiller de la Ville  
District de  
Rivière-des-Prairies  
514 234-8505



**MARC TANGUAY**  
Député de LaFontaine



Bureau de circonscription  
9094, boulevard Maurice-Duplessis  
Montréal (Québec) H1E 7C2  
Tél. 514 648-1007 Téléc. 514 648-4559  
marc.tanguay-lafo@assnat.qc.ca

**CHANTAL ROULEAU**

Députée de Pointe-aux-Trembles  
Ministre déléguée aux Transports  
Ministre responsable de la Métropole et  
de la région de Montréal



Bureau de circonscription  
500, boul. Saint-Jean-Baptiste, bureau 100, Montréal, QC H1B 3Z7  
514 640-9085  
chantal.rouleau.pat@assnat.qc.ca





**ASSEMBLÉE NATIONALE  
DU QUÉBEC**

**Lise Thériault**  
Députée d'Anjou-Louis-Riel

514 493-9630  
ltheriault-anjo@assnat.qc.ca  
www.facebook.com/LiseTheraultplq  
twitter.com/LiseT\_ALR  
instagram.com/alr\_l




**ASSEMBLÉE NATIONALE  
DU QUÉBEC**

**Richard Campeau**  
Député de Bourget

Toujours là pour vous!

6070 rue Sherbrooke Est, Montréal H1N 1C1  
514-251-8126 - Richard.Campeau.Bour@assnat.qc.ca




**MONTRÉAL-EST**

Ville de Montréal-Est  
1370, rue Notre-Dame Est  
5<sup>e</sup> étage  
Montréal-Est, QC H1B 2W6

Tél. : 514 905-2000  
servicescitoyens@montreal-est.ca



Pharmaciens: propriétaires  
affiliés à




**Informez-vous sur nos différents services :**

- Services d'une infirmière en pharmacie - **NOUVEAU!**
- Orthopédie
- Prise de tension artérielle et glycémie
- Bas support sur mesure

**On est là pour vous.**

**Pharmacie Catherine Cellini et  
Philippe Gauvin inc.**  
9686, 4<sup>e</sup> Rue, Montréal • 514 648-3201  
Lundi au vendredi : 9h à 21h - Samedi : 9h à 17h - Dimanche : 10h à 15h

Les pharmaciens exerçant à cette pharmacie sont seuls responsables des services pharmaceutiques annoncés.

**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



**PIZZERIA HOLLYWOOD**

PIZZA • SOUS-MARINS • PÂTES

8011, Blaise-Pascal, R.D.P., Montréal (Québec)  
(Angle Armand-Bombardier)  
Livraison : 514 494-9407

**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 une éventuelle publicité.

# Desjardins, fier de soutenir les organismes d'ici!



## CAISSE DESJARDINS DE POINTE-AUX-TREMBLES

Siège social

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

## CAISSE DESJARDINS DE RIVIÈRE-DES-PRAIRIES

Siège social

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





# ANNIVERSAIRES DES MEMBRES

## SEPTEMBRE

Gilles	Desnoyers	1 <sup>er</sup>
Danièle	Sorel	1 <sup>er</sup>
Achour	Terzi	1 <sup>er</sup>
Monique M.	Boivin	2
Diane	Charron	2
Raymond	Dugas	2
Léo	Lafèche	2
Hocine	Asmani	3
Robert	Belval	3
Richard	Martin	3
Lorraine	Forest	4
Diane	Lamontagne	4
Lisette	Lafortune	5
Gérald	Hirsch	7
Michele	Pacifico	7
Huguette	Tanguay	8
Claude	Cloutier	9
Richard	Houle	9
Maria	Iacovella	9
Thérèse	Bussièrre	11
Richard	Nadeau	11
Michel	Doucette	12
Claudette	Verdon	12
Pierrette	Chaput	13
Normand	Côté	13
Réjean	Nolet	14
Maurice	Bannon	15
Ghislaine	Caron	16
Faiza	Gherdi	16
Roland	Thifault	16
Antonio	Trombino	16
Ginette	Bertrand	17
Pierre	Gareau	17
Serge	Ménard	17
Léo	Marcotte	18
Lynn	Wright	18
Ginette	Paulet	19
Huguette	Duclos	21
Wesner	St-Cyr	21
Domenica	Casola	22
Pierre-Paul	Goyette	22
Jacques	Arsenault	23
Bernard	Frapplier	23
Roland	Lefebvre	23
Ghislaine	Pelletier	23
Nunzia	Vessia Perillo	23
Rosa	Di Ielsi	24
Serge	Goulet	24
Gisèle	Hétu	24
Luc	Trottier	24
Mario	Beaudoin	25
Louise	De Carufel	25
Nadica	Filipic	25
Denise	Major	25
Denis	Pelletier	25
Arsenio	Carosella	26
Jean	Chayer	26
Ernest	Pelletier	26
Adriano	Scarpa	26
Yves	Gaboury	27
José Martires	Viera Fuentes	27
Robert	Poirier	28
Mireille	Dubé	29
Monique	Duguay	29
Ghislaine	Gallant	29
Bernard	Parent	29
Lucie	Renaud Laviolette	29
Gulston	Williams	29
Normand	Aubin	30
Chardin	Dumay	30
Gérard	Lussier	30
Marc	O'Dowd	30

## OCTOBRE

Rosaria	Sparagna	3
Francesca	Adolphe	4
Carmen	L'Écuyer	4
Giovannantonio	Cecere	5
Réjeanne	Ménard	5
Jean-René	Gauthier	6
Sylvie	Hanna	6
Colette	Lapointe Groulx	6
Michele	Longobardi	6
Annette	Maillet	7
Giulla	Zanon	7
Michelle	Lamy	8
René	Tancrède	8
Louise	Blackburn	9
Monique	Lizotte	9
Marie-France	Camirand	10
Louise	Croussett	10
Thérèse	Dufour	10
Claude	St-Onge	10
Nicole	Galarneau	14
Robert	Gour	14
Daniel	Barrette	15
Ivan	Dussault	15
Jocelyne	Paquette	15
Gabriel	Brissette	16
Rita	Petrella	16
Jeanne	Veillette	16
Giuseppe	Chiaraluna	17
Régis	Tremblay	17
Rollande	Bradford	18
Anicet	Ndayishimiye	18
Giovanni	Niro	18
Ginette	Champagne	21
Claude	Dalpe	21
Yvan	Lauzon	22
Luigi	Bernardi	23
Filippa	Cipolla	23
Marthe	Durand	23
Huguette	Bond	24
Sylvie	Bouchard	24
Mario	Marinelli	24
Pauline	Leblanc	27
Denise	Leclerc Sabourin	27
Patrick	Davis	29
Alton	Le Blanc	31

## NOVEMBRE

Pierre	Desfosses	1 <sup>er</sup>
Jean-Marie	Ladouceur	1 <sup>er</sup>
Santino	Porco	1 <sup>er</sup>
Bernard	Smith	1 <sup>er</sup>
André	Bélanger	2
Jacqueline	Morand	3
Michel	Plouffe	3
Jean-Paul	Barbeau	5
Serge	Beauséjour	5
Robert	Mailhot	5
Giovanni	Martone	5
Réjeanne	Lemelin	6
Réal	Lescarbeau	7
Simone	Pejot-Charrost	7
Suzanne	Bouchard	10
André	Fortier	10
Luisa	Geloso Di Meo	10
Jean-Claude	Tremblay	10
Claudine	Bergeron	11
Lucette	Gignac	11
Fernande	Racicot	11
Diane	Hébert	12
Louise	Hogue	12
Lise	Savoie	12
Stanley	Turner	12
Monique	Sauvé	13
Rosette	Ambroise	14
Albert	Belleville	14
Daniel	Boucher	14
Denis	Leporé	14
Pierre	Racine	15
Richard	St-André	16
Jean-François	Bissonnette	17
Jacques	Comtois	17
Charles	Martel	17
Lina	Paolini	17
Céline	Cayouette	18
Suzanne	Duchesne	18
Huguette	Dussault	18
Odette	Gravel	18
Richard	Lebeau	18
Gaétan	Chrétien	19
Santo	Recupero	19
Gertrude	Tahon	20
Suzanne	Bouchard	21
Anna	Giancaspro	21
Johanne	Roy	21
Marcel	Leblanc	22
Jean-Pierre	McDuff	22
Léo	Tremblay	23
Nicole	Beauregard	24
Aline	Bossé	24
Rollande	Lamarre	24
Monique	Denis	25
Lise	Auger	26
Diane	Tremblay	26
Micheline	Blouin	27
Marthe	D'Amours	27
Quintino	Valeriani	27
Diane	Bernier	29
Ghislaine	Massé Thibaudeau	29

