

**Avis important pour l'affichage de ce courriel**

Si ce courriel ne s'affiche pas correctement dans votre navigateur, il faut :

- Cliquez sur le lien «**Afficher les images ci-dessous**» se trouvant au-dessus de la page pour afficher les images.
- Pour afficher le message complet, allez à la fin de la page et cliquez sur le lien «**[Message tronqué] Afficher l'intégralité du message**» ou «**[Ce message a été coupé] Afficher le message complet**».



*Bulletin électronique mensuel de l'AQDR – Mai 2019 – N° 136*

## Sommaire

### Publications de l'AQDR

- **Communiqué de presse — Plus de 108 000 \$ pour prévenir et contrer l'intimidation dans la région de la Mauricie**
- **Repos**
- **Communiqué de presse — Accompagnement des aînés à la Régie du Logement : L'AQDR-Rosemont salue ce pas dans la bonne direction**

### L'AQDR dans les médias

- **Industrie du taxi et transport adapté : les plus vulnérables sont inquiets**
- **Il faut maintenir la gratuité de la vérification des antécédents judiciaires des bénévoles**

- Un merci à nos bénévoles !

## Nouvelles et actualités

- Message de remerciement de l'AQDR Sherbrooke aux membres
- Aide médicale à mourir de la dignité, peu importe le code postal
- Comprendre la maladie d'Alzheimer pour mieux intervenir
- Comment préserver la santé de sa mémoire malgré le vieillissement
- Un réseau parallèle de « CHSLD privés »
- Changements climatiques : des médecins lancent un cri d'alarme
- Aînés vulnérables confiés au privé : Blais alerte le Protecteur du citoyen
- Des crédits pour réduire vos impôts
- Retraite : arrêtons de nous mentir sur notre âge !
- Le vieil âge et l'espérance : vieillir en sagesse

---

## Publications de l'AQDR

---

### **Communiqué de presse — Plus de 108 000 \$ pour prévenir et contrer l'intimidation dans la région de la Mauricie**

**Cabinet du ministre de la Famille**

QUÉBEC, le 3 avril 2019/CNW Telbec/— Pour soutenir des projets visant à prévenir et à contrer l'intimidation sous toutes ses formes dans la région de la Mauricie, le gouvernement du Québec annonce une aide financière de 108 902 \$. Celle-ci permettra la réalisation de trois projets dans le cadre du programme de soutien financier Ensemble contre l'intimidation.

[Lire la suite sur le site web de l'AQDR nationale.](#)

---

## **Repos**

**Michel Emond**

Texte tiré du recueil de Michel Emond, écrivain et membre de l'AQDR Québec

Oh ! Belle nuit automnale.

Ô navigateur, tu es arrivé au bout de ton voyage.

Tu as contré une multitude de dangers en chemin qui t'ont amené plein de péripéties.  
Aujourd'hui, tu es immensément heureux, tu ne tiens plus en place.  
Tu as grandement hâte de voir toute la magie de cette nuit magnifique.  
Bientôt, tu voudras danser pour accompagner toute la splendeur de l'aurore boréale qui va se mouvoir pour toi.  
Heureux voyageur, tu ne laisserais pas ta place pour rien au monde.  
Vis pleinement ta vie !

---

## **Communiqué de presse — Accompagnement des aînés à la Régie du Logement : L'AQDR-Rosemont salue ce pas dans la bonne direction**

**AQDR Rosemont**



L'annonce de la ministre des Affaires municipales et de l'Habitation, Mme Andrée Laforest et de Madame Marguerite Blais, ministre responsable des Aînés et des Proches aidants, d'accorder 3,2 millions de dollars pour accompagner les aînés dans leurs démarches auprès de la Régie du Logement vient répondre en partie aux nombreuses préoccupations à l'égard des baux dans les résidences privées pour aînés.

Le projet de loi 16 prévoyait déjà une ouverture plus grande pour l'accompagnement dans les démarches auprès de la Régie et ce montant vient appuyer la démarche. « Cela étant dit, les baux des résidences privées pour aînés sont complexes et de l'avis même de la ministre Blais, les aînés hésitent à se plaindre par crainte de représailles. Nous attendons le fruit du travail amorcé pour simplifier les baux des résidences privées pour aînés », de dire le président de l'AQDR-Rosemont, André-Bernard Lemer.

[Lire la suite sur le site web de l'AQDR nationale.](#)

---

## **L'AQDR dans les médias**

---

### **Industrie du taxi et transport adapté : les plus vulnérables sont inquiets**

**Marie-Ève Martel, La Voix de l'Est, 2 avril 2019**

Il n'y a pas que les travailleurs de l'industrie du taxi qui s'inquiètent des conséquences du projet de loi 17, qui revoit de fond en comble la manière



d'offrir des services de transport rémunérés. La Dynamique des Handicapés Granby et région (DHGR) mène une charge contre le texte de loi, craignant que la clientèle des plus vulnérables ne soit pénalisée par la déréglementation du secteur.

La coordonnatrice de l'organisme parle d'un important recul pour les personnes vulnérables, aux prises avec un handicap ou une déficience intellectuelle, de même que les personnes âgées, qui ne sont pas considérées par les dispositions du projet de loi. « Je suis tombée en bas de ma chaise, confie Marie-Christine Hon. C'est une loi qui vient de sacrifier quarante ans d'acquis. »

[Lire la suite sur le site de La Voix de l'Est.](#)

---

## **Il faut maintenir la gratuité de la vérification des antécédents judiciaires des bénévoles**

**Le Droit, 3 avril 2019**



POINT DE VUE/François Legault, premier ministre du Québec, nous applaudissons la récente décision du gouvernement d'élaborer un nouveau plan d'action communautaire afin d'offrir « un meilleur soutien et une plus grande reconnaissance à ces organismes qui répondent à une multitude de besoins non couverts par les réseaux publics », comme annoncé par Jean Boulet dans une lettre du 18 février adressée au Réseau québécois de l'action communautaire autonome.

Nous espérons que cette volonté se traduira par l'accessibilité de la vérification des antécédents judiciaires des bénévoles, effectuée par la Sûreté du Québec, et ce, afin d'assurer la sécurité des personnes bénéficiant des services des centaines d'organismes communautaires, dont les 107 centres d'action bénévole (CAB) membres de la FCABQ.

[Lire la suite sur le site web de l'AQDR nationale.](#)

---

## **Un merci à nos bénévoles !**

**Mariette Gélinas, présidente de l'AQDR Trois-Rivières, Le Nouvelliste, 7 avril 2019**

OPINIONS/La Semaine de l'action bénévole aura



lieu cette année du 7 au 13 avril sous le thème « Le facteur bénévole pour élever les collectivités ». Selon Bénévolat Canada, cela vient rappeler que les bénévoles constituent un rouage important de notre société.

Ce sont les bénévoles qui, par un sourire, quelques mots adressés à une personne un peu déprimée, permettent de passer une meilleure journée. Ce sont les bénévoles qui aident à planifier et à réaliser diverses activités dans une association, qui participent aux différentes instances (conseil d'administration, comités) rendant ainsi service à la communauté et rassurant les membres qui ont des problèmes et posent des questions. a sécurité routière, version 2018, et tout spécialement sur les règles de circulation et la signalisation.

[Lisez la suite de l'article sur le site de du Nouvelliste.](#)

---

## Nouvelles et actualités

---

### Message de remerciement de l'AQDR Sherbrooke aux membres

#### AQDR Sherbrooke

L'AQDR Sherbrooke veut remercier les sections qui ont participé à faire signer la pétition papier à l'automne dernier pour le respect des droits des personnes âgées en résidence privée. Grâce à vous et à la mobilisation en Estrie, nous avons recueilli près de 1 500 signatures. La pétition sera déposée à l'Assemblée nationale dans les prochaines semaines.

Nous avons maintenant besoin de votre appui pour signer et partager la **pétition en ligne** qui porte sur le même sujet, mais qui est considérée comme une pétition différente. Donc même si vous avez déjà signé la pétition papier, vous pouvez signer la pétition en ligne! Nous espérons récolter quelques milliers de signatures d'ici le 3 juin prochain. Merci de votre précieuse collaboration!

**Pétition en ligne** : <https://www.assnat.qc.ca/fr/exprimez-votre-opinion/petition/Petition-7741/index.html>

---

### Aide médicale à mourir de la dignité, peu importe le code postal

Ariane Krol, La Presse

On craignait les excès, c'est plutôt l'accès qui



pose problème, révèle le premier grand bilan de l'aide médicale à mourir (AMM) rendu public cette semaine. Des centaines de malades sont laissés à la merci du système et privés de ce soin légitime. C'est inhumain et il est urgent d'y remédier.

« La Commission est aussi très préoccupée par le fait que certaines personnes qui satisfont à l'ensemble des critères d'admissibilité prévus dans la Loi, et donc qui sont en droit de recevoir l'AMM éprouvent des difficultés à l'obtenir », souligne le Rapport sur la situation des soins de fin de vie au Québec.

Près de 400 Québécois potentiellement admissibles à l'AMM l'ont demandée, mais pas reçue, signale la Commission sur les soins de fin de vie.

Les données couvrent plus de deux ans d'AMM — de l'entrée en vigueur de la loi, en décembre 2015, à la fin mars 2018. Et ce n'est que la partie visible de l'iceberg.

[Lire la suite sur le site de La Presse.](#)

---

## Comprendre la maladie d'Alzheimer pour mieux intervenir

Emiliy Blais, Radio-Canada



Intervenants et proches aidants ont appris, mercredi, à adapter leurs interventions avec les personnes atteintes de la maladie d'Alzheimer. Près de 90 personnes ont assisté à une journée de formation organisée à Rouyn-Noranda par le Comité des usagers du Centre intégré de santé et de services sociaux, un thème choisi en raison du vieillissement de la population en Abitibi-Témiscamingue.

Selon la conférencière Nicole Poirier, il faut d'abord comprendre le comportement d'une personne avant de faire des tâches à sa place. Un geste aussi simple que de mettre des lunettes.

Elle peut tout simplement se dire « est-ce qu'elles sont à moi ces lunettes-là ? », parce qu'elle n'a pas la mémoire, parce que ses lunettes sont neuves, par exemple, et elle a oublié qu'elle est allée chez l'ophtalmologiste, ça peut être qu'elles sont sales, ça peut être qu'elle ne reconnaît pas à quoi sert sa lunette, explique-t-elle.

[Lire la suite sur le site de Radio-Canada.](#)

---

---

## Comment préserver la santé de sa mémoire malgré le vieillissement ?

Jonathan Hayward, Journal Metro, 16 avril 2019



MONTRÉAL — Les femmes instruites, sociables et qui pratiquent des activités stimulantes cognitivement sont plus susceptibles que n'importe qui d'autre de vieillir avec une mémoire en santé, ont constaté des chercheurs de l'Université de l'Alberta.

Règle générale, les gens âgés de 55 à 75 ans et dont la mémoire était en bon état avaient aussi un rythme cardiaque plus lent et s'adonnaient à des activités susceptibles de stimuler leur cerveau, comme l'informatique ou l'apprentissage d'une nouvelle langue.

À l'inverse, ceux chez qui la mémoire déclinait participaient à moins d'activités stimulantes cognitivement, avaient un rythme cardiaque plus élevé et étaient moins actifs socialement.

[Lire la suite sur le site du Journal Metro.](#)

---

## Un réseau parallèle de « CHSLD privés »

Ariane Lacoursière, La Presse, 22 avril 2019



Des dizaines de places dans des résidences privées pour aînés de Montréal sont achetées par le réseau de la santé afin de libérer des lits d'hôpitaux et d'y confier des aînés dont la condition est parfois très lourde. Des « CHSLD privés », dénonce un rapport produit pour le Centre intégré universitaire de santé et de services sociaux (CIUSSS) du Centre-Sud-de-l'Île-de-Montréal et obtenu par La Presse.

Dans le document daté du 9 janvier 2017, l'équipe de certification du CIUSSS du Centre-Sud-de-l'Île-de-Montréal évoque l'existence de ces ententes qui, s'inquiètent les auteurs, ne permettent pas toujours de bien répondre aux besoins des aînés.

[Lire la suite sur le site de La Presse.](#)

---

## Changements climatiques : des médecins lancent un cri d'alarme

Stéphanie Marin, La Presse, 23 avril 2019



Parce qu'ils ont peur pour leurs futurs patients, une grande coalition de médecins lance cet avertissement : les changements climatiques constituent la plus grande menace pour la santé des Québécois.

Constatant dans leurs propres urgences les effets du réchauffement du climat et toutes ses conséquences médicales, ils déclenchent un « Code Bleu » : « celui qu'on crie quand un patient est en arrêt cardiaque », a expliqué Claudel Pétrin-Desrosiers, médecin résidente en médecine familiale et porte-parole de l'Association canadienne des médecins pour l'environnement (ACME).

L'ACME a organisé une conférence de presse mardi matin à Montréal, avec une longue liste d'organisations de professionnels de la santé, pour appeler les citoyens à se mobiliser contre les changements climatiques.

[Lire l'article sur le site de La Presse.](#)

---

## **Aînés vulnérables confiés au privé : Blais alerte le Protecteur du citoyen**

**Arianne Lacoursière, La Presse, 24 avril 2019**



La ministre responsable des Aînés et des Proches aidants, Marguerite Blais, a écrit hier à la protectrice du citoyen pour lui manifester ses inquiétudes quant à la qualité des soins offerts dans certaines des 212 résidences privées pour aînés auxquelles le réseau de la santé confie des centaines de personnes âgées en perte d'autonomie.

Après la lecture d'une enquête publiée dimanche dans La Presse sur le cas de la résidence Bellerive, la ministre a aussi demandé au ministère de la Santé d'envoyer une directive à tous les PDG du réseau « pour s'assurer du contrôle de la situation ».

Malgré plusieurs lacunes, la résidence Bellerive, une résidence privée pour personnes âgées de l'est de Montréal, a hébergé pendant des mois des résidents qui lui étaient confiés par le réseau de la santé en vertu d'un contrat.

[Lire la suite sur le site de La Presse.](#)

---

## Des crédits pour réduire vos impôts

Christian Menier, Journal de Québec, 25 avril 2019



### Aîné ou retraité

Les régimes fiscaux offrent plusieurs avantages pour les aînés et les retraités. À cet égard, il y a par exemple le crédit d'impôt non remboursable pour travailleur d'expérience offert au Québec.

Maintenant disponible à partir de 61 ans plutôt que 63 ans, ce crédit pourrait vous donner un crédit maximal de 450 \$ si vous avez 61 ans, de 750 \$ si vous avez 62 ans, de 1050 \$ si vous avez 63 ans, de 1350 \$ si vous avez 64 ans et de 1650 \$ si vous avez 65 ans. Vous devez être sur le marché du travail et gagner plus de 5000 \$ par année.

[Lire la suite sur le site du Journal de Québec.](#)

---

## Retraite : arrêtons de nous mentir sur notre âge !

Ariane Krol, La Presse, 26 avril 2019



Ce n'est pas parce qu'on vit plus vieux qu'il faut tout reporter à plus tard. Au contraire, il y a des discussions qu'il vaudrait mieux avoir maintenant, pendant qu'on a du temps devant nous. C'est le cas de l'âge de la retraite, au sujet duquel il faut arrêter de se mettre la tête dans le sable.

« Le coût de la retraite aujourd'hui est sensiblement plus élevé qu'il y a 50 ou 60 ans, car la longévité a augmenté et les taux d'intérêt atteignent actuellement des creux historiques », souligne l'Institut canadien des actuaires dans un rapport publié ce mois-ci.

Au début des années 70, l'homme québécois avait une espérance de vie à 65 ans d'environ 13 années supplémentaires, mais depuis, il a gagné presque 7 ans de plus. La Québécoise, qui avait déjà environ 16 années devant elle, en a gagné plus de 6 autres durant la même période. Et la période suivant l'âge officiel de la retraite devrait continuer à s'allonger, puisque l'espérance de vie globale, elle, continue à augmenter.

[Lire la suite sur le site de La Presse.](#)

---

## Le vieil âge et l'espérance : vieillir en sagesse

Normand Provencher, Le Soleil, 26 avril 2019



CRITIQUE/ Il ne faudrait pas avoir peur de vieillir, dit-on, car c'est encore la seule façon de rester en vie. La réflexion fait sourire, et comme tous ceux qui arrivent au crépuscule de l'existence, Fernand Dansereau essaie de la mettre en pratique, même si ce n'est pas toujours chose facile au regard de l'inéluctable déclin physique et mental associé au grand âge.

À 91 ans, plutôt que de se laisser envahir par de sombres pensées sur la maladie et la souffrance, le réalisateur, poussé par une belle curiosité, a choisi de faire œuvre utile et de fournir à ses contemporains quelques pistes de réflexion afin de mieux aborder cette ultime période de remise en question.

[Lire la suite sur le site de Le Soleil.](#)

---

## Avantages aux membres

---

An advertisement for LaCapitale insurance. It features a photograph of an elderly couple sitting on a boat, looking out at the water. The text on the right side of the image reads: "Vous pourriez économiser 425 \$ en regroupant vos assurances!". At the bottom left is the LaCapitale logo, and at the bottom right is an orange button that says "Apprenez-en plus".

Vous pourriez économiser **425 \$** en regroupant vos assurances!

LaCapitale  [Apprenez-en plus](#)

## SÉCURIGLOBE FIER PARTENAIRE DE L'AQDR

SécuriGlobe, le plus important distributeur d'assurance voyage du Canada, est heureux de consentir un rabais spécifique aux membres de l'AQDR. Votre rabais de base est de 2,5% et pourrait aller **jusqu'à 12,5%**.

Comparez l'offre de **14 assureurs** en un seul appel et trouvez l'assurance voyage adaptée à vos besoins, à un prix des plus concurrentiels !



**securiglobe.com**  
**1 844 766-0124**

(LIGNE DÉDIÉE AUX MEMBRES DE L'AQDR)



ASSOCIATION QUÉBÉCOISE DE DÉFENSE  
DES DROITS DES PERSONNES RETRAITÉES  
ET PRÉRETRAITÉES

# AVANTAGES IRIS



## IRIS VOUS OFFRE DES AVANTAGES EN SOINS VISUELS POUR VOUS ET VOTRE FAMILLE!

Saviez-vous que votre organisation est membre du Programme Avantages IRIS? Cela vous permet d'avoir accès à des avantages exclusifs qui sont combinables avec votre régime de soins médicaux. Il n'y a aucun frais pour vous. Il est facile de vous inscrire et vous bénéficierez de tous les avantages offerts par IRIS tel que la facturation directe à vos assurances, le financement sans intérêts, la garantie inconditionnelle IRIS et bien plus !

### VOICI QUELQUES-UNES DE VOS OFFRES EXCLUSIVES



#### LUNETTES DE PRESCRIPTION | ÉCONOMISEZ 150\$\*

À l'achat de lunettes comprenant une monture et des lentilles de prescription traitées antireflet (lentilles d'une valeur de 250 \$ ou plus) ou lors de l'achat de lunettes solaires de prescription.



#### REPLACEMENT DES LENTILLES | ÉCONOMISEZ 50\$\*

Économisez à l'achat d'une paire de lentilles de prescription à foyers progressifs lorsque vous désirez remplacer uniquement les lentilles de vos lunettes actuelles (lentilles d'une valeur de 250 \$ ou plus).



#### LENTILLES CORNÉENNES | ÉCONOMISEZ 50\$\*

À l'achat d'un forfait annuel de lentilles cornéennes.



#### PROTECTION SOLAIRE | ÉCONOMISEZ 50\$\*

À l'achat de lunettes solaires sans prescription de 100 \$ et plus.

\* Ces offres ne peuvent être combinées à aucune autre offre IRIS, Remise instantanée, Carte IRIS, Certificat IRIS ou toute autre offre ou promotion en force à l'époque. Ces offres ne sont pas applicables à l'achat de lunettes de sécurité, de lunettes de sécurité pour le sport, de lunettes TRIVUE ou de lunettes solaires IRIS pour enfants, de forfaits COOL pour enfants ou d'autres forfaits lunettes IRIS. Les offres du Programme Avantages IRIS peuvent être modifiées sans préavis. Aucune offre du Programme Avantages IRIS n'est transférable. Les certificats Avantages doivent être présentés au moment de l'achat. Limite d'un Avantage par transaction. Ces offres sont valables du 1er avril au 31 décembre 2018. Dr. Danyal Anjali, Optométriste.



### INSCRIVEZ-VOUS EN TROIS ÉTAPES FACILES

ET COMMENCER À RECEVOIR LES OFFRES DU PROGRAMME DES AVANTAGES IRIS DÈS AUJOURD'HUI!

- 1 Allez à [iris.ca/avantages](http://iris.ca/avantages)
- 2 Cliquez sur **Inscrivez-vous maintenant**
- 3 **Sélectionnez AQDR nationale**  
à partir du menu déroulant et remplissez l'inscription en ligne

**Besoin d'aide pour l'enregistrement ou l'accès à vos avantages?**

Contactez-nous à [avantages@iris.ca](mailto:avantages@iris.ca) ou 1.800.363.6378

**Téléchargement de la version PDF**

---

La version PDF de L'AQDR Express se trouve sur le site Internet de l'AQDR nationale.  
Téléchargez la [version PDF](#) de ce numéro de L'AQDR Express ou consultez les [archives](#).

---

## **L'AQDR Express – Bulletin électronique de l'AQDR**

**Rédacteur en chef** : Félix-Antoine Downs

**Révision de textes** : Pauline Robert

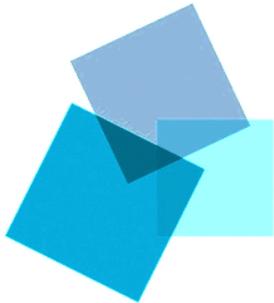
**Mise en pages** : Guy Nganou

**Responsabilité** : Comité Communications de l'AQDR nationale

*Les textes n'engagent que leurs auteurs et reflètent la richesse de nos débats.*

**Numéro de juin 2019**  
**Envoyez vos textes avant le 15 mai 2019.**

À : [express@aqdr.org](mailto:express@aqdr.org)



# AQDR

## AQDR nationale

ASSOCIATION QUÉBÉCOISE DE DÉFENSE  
DES DROITS DES PERSONNES RETRAITÉES  
ET PRÉRETRAITÉES

Diffusé par :

**AQDR nationale**

1090, rue de l'Église, bureau 204

Verdun (Québec) H4G 2N5

514-935-1551 ou 1-877-935-1551 | [www.aqdr.org](http://www.aqdr.org)



[Se désabonner de cette liste d'envoi](#)