



**Pointe-de-l'Île
de Montréal**

211-9140, boul. Perras, Mtl H1E 7E4
Téléphone : 514-643-0930
Télécopieur : 514-643-4467
Courriel : aqdr-rdp@videotron.ca
Ouverture : lundi au jeudi
10 h à 12 h et 13 h à 16 h

Association québécoise de défense des droits des personnes retraitées et préretraitées



**Les soupers de fraternité se tiennent
le 3^e mardi de chaque mois à 16 h 30**
Bienvenue à tous au restaurant *Diane-Deli-Gril*
10 941, Notre-Dame Est, Mtl Téléphone : 514-645-5555
Nous vous y attendons et invitez vos amis!

L'AQDR, Pointe-de-l'Île
tient à souhaiter à tous ses membres
un Heureux Temps des Fêtes!



Décembre 2014 — Janvier 2015



Mot du président

La période des Fêtes arrive à grands pas avec tous ses événements festifs. J'en profite pour vous souhaiter, en mon nom et au nom de toute l'équipe de bénévoles, un Joyeux Noël et une Bonne Année.

Cette saison d'automne s'achève avec beaucoup de réalisations pour votre AQDR PDÎ.

Je félicite M. Ivan Dussault, M. Ghislain Hudon et M^{me} Caroline Archambault, d'avoir donné des cours d'initiation à l'informatique à près de 80 citoyens aînés de l'arrondissement. Ils ont été victimes de leur succès. Nous avons dû refuser des inscriptions, car l'équipe de bénévoles ne pouvait fournir à la demande, tellement les aînés ont répondu à cette offre de cours.

Félicitations à la mobilisation citoyenne et communautaire de Rivière-des-Prairies contre la fusion du Poste de police de quartier #45 de RDP. Cette participation en grand nombre a influencé les élus de la Ville de Montréal qui ont repoussé la date de fusion de ce dernier. Ce n'est que partie remise, continuez à manifester votre opinion sur ce sujet.

La session de conférences de l'AQDR PDÎ a été très active avec 5 conférences et 2 cafés-causeries dont celui du 1^{er} octobre qui a souligné la journée internationale des Aînés. De plus, l'AQDR PDÎ a reçu l'événement de la Table ronde sur la mobilité sécuritaire à Montréal. Cette rencontre organisée par le regroupement des AQDR de Montréal que nous présidons, s'est terminée par une volonté de continuer à veiller sur la sécurité des piétons sur le territoire de l'Île de Montréal.

Je tiens aussi à souligner le 35^e anniversaire de fondation de l'AQDR Rosemont, un des premiers organismes de défense des droits des aînés au Québec.

Pour terminer, je suis très fier de vous annoncer officiellement que votre AQDR PDÎ en partenariat avec Tandem PDP/PAT organisera le Salon des Aînés de la Pointe-de-l'Île, le mardi 6 octobre 2015 au centre Roussin à Pointe-aux-Trembles.

Pour tous les bénévoles militants à la cause des Aînés, Merci!

Jean-Paul Tremblay

Conférences à venir

Comprendre mes droits et mes obligations en tant que locataire aîné

Conférence présentée par l'ACEF de l'Est

Le jeudi 26 février 2015 à 14 h,

à la Résidence Lionel-Bourdon

12 100, boul. Rodolphe Forget, RDP.

Bienvenue à toutes et tous!

Conférence sur la santé auditive

Conférence présentée par l'Association des devenus sourds et
des malentendants du Québec

Le mercredi 20 mai 2015 à 10 h,

au Centre communautaire de Rivière-des-Prairies

9140, boul. Perras, RDP.

Un repas vous sera offert à 11 h 30.

Réservez votre diner au 514-643-0930.

Cette conférence sera suivie de
l'Assemblée Générale Annuelle de l'AQDR PDÎ.



Des hausses de loyers injustifiées : Un recours collectif intenté par des aînés

par M^e Hélène Guay, avocate

Au printemps 2014, un Comité de locataires d'une résidence pour retraités et préretraités a déposé une demande d'autorisation pour exercer un recours collectif. Près de 2 100 locataires de résidence sont visés par ce recours intenté contre la Société d'habitation et de développement de Montréal (SHDM). La demande d'autorisation vise les résidents de 16 immeubles répartis dans différents quartiers de Montréal qui sont régis par le programme « immeuble 95 », en vertu de l'article 95 de la *Loi nationale sur l'habitation*. Les résidences se situent sur tout le territoire de la Ville de Montréal, de Pointe-aux-Trembles à Notre-Dame-de-Grâce, incluant Ahuntsic et Rosemont notamment. Plusieurs des résidences comptent des locataires dont la moyenne d'âge s'élève à environ 70 ans.

Le Comité de locataires du Rigaud qui a déposé le recours reproche à la SHDM d'avoir imposé des augmentations de loyers injustifiées et réclame une compensation pour les locataires qui ont appris cette illégalité après les faits.

Saisie des contestations de locataires du Rigaud et d'autres résidences qui contestaient leurs augmentations de loyers, la Régie du logement a donné raison aux locataires. Elle a rendu pas moins de 40 décisions au printemps 2011 qui ont mis au jour le fait que la SHDM recourait à une pratique irrégulière pour justifier des augmentations de loyers importantes.



À l'automne 2013, la SHDM a adopté une politique visant à établir la procédure que doit suivre le gestionnaire pour la fixation des loyers.

Le recours collectif vise à indemniser les locataires qui résident dans les immeubles de la SHDM, qui font partie du programme « immeuble 95 » et qui ont été victimes des augmentations de loyers injustifiées, depuis juin 2009. Pour en savoir davantage, visitez le Registre des recours collectifs à l'adresse :

<https://services.justice.gouv.qc.ca/DGSJ/RRC/DemandeRecours/DemandeRecoursRecherche.aspx>, ou appelez-nous au 514-272-1164.



Projet de loi n° 10 L'AQDR PDÎ s'inquiète de l'avenir des services de santé aux aînés

L'AQDR PDÎ s'inquiète des impacts du projet de loi n° 10 du ministre de la Santé et des services sociaux sur la qualité des services aux aînés.

Avec la création des nouveaux Centres intégrés de santé et de services sociaux (CISSS) où la place des hôpitaux sera prépondérante, nous sommes particulièrement inquiets de la nouvelle distribution du financement favorisant les hôpitaux au détriment des autres services. Cette approche centralisatrice nous fait craindre pour l'avenir des services sociaux, des soins de santé, des services à domicile et de l'hébergement des aînés au Québec.

Les nouveaux CISSS apporteront une nouvelle culture dans l'administration de la santé publique au Québec. Avec l'abolition des agences régionales de santé, le nombre de conseils d'administration passera de 128 à 28 et ces membres seront nommés par le ministre de la Santé en place. Ce pouvoir apportera au ministre un contrôle quasi absolu sur le système de santé. Cela pourrait donner lieu à une série de nominations partisans dans le but, par exemple, de faire une place aux entreprises privées sur ces CA.

Avec une plus grande ingérence du ministre sur les services de santé, l'espace réservé aux citoyens pour s'exprimer et prendre position se trouvera diminué.

Votre Nouveau CA

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

M. Jean-Paul Tremblay, président; M. Jean-Claude Théroux, vice-président;
M. Bernard Millette, vice-président; M. Christian Duchesne, trésorier;
M^{me} Suzanne Duchesne, M. Ivan Dussault, M. Ghislain Hudon,
M^{me} Diane Lamontagne, administrateurs. Cette dernière s'est
jointe à l'équipe à la réunion de novembre.

Les postes du CA sont complets, vous êtes toujours invités à assister à nos rencontres à tous les deuxièmes mardis du mois.



De plus, si vous désirez faire du bénévolat pour nos différentes activités, journal, organisation des conférences et cours d'informatique, vous êtes les bienvenus.

Défendre nos droits!

Il n'y a pas d'âge pour défendre nos droits. Pour lutter contre l'abus, cela demande de se prendre en main et de tenir fortement sur ce que l'on croit.

Voici l'expérience vécue de M^me Perras (nom fictif pour confidentialité), membre de l'AQDR, PDÎ.

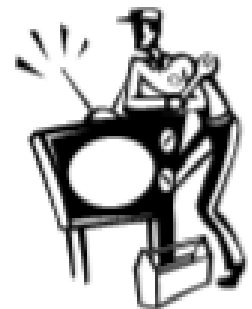
À 84 ans, M^me Perras a su tenir tête à une multinationale comme Vidéotron pour garder ses acquis.



M^me Perras reçoit un appel d'un employé de Vidéotron de laquelle elle est abonnée aux services de base de téléphone et de télévision. Cet employé lui offre le service de télévision Illico pour 2 \$ de plus par mois. M^me Perras trouve l'offre très généreuse et accepte le nouveau service plus avantageux. Le lendemain, les techniciens de Vidéotron viennent chez elle lui porter le nouvel appareil et procèdent à son installation.

Les problèmes commencent quelques jours plus tard quand M^me Perras reçoit la facture de 150 \$ pour le décodeur Illico et son installation, frais que le vendeur ne lui a jamais fait mention. De plus, l'augmentation du nouveau service n'est plus de 2 \$, mais de 10 \$ par mois.

Aussitôt, M^me Perras demande de l'information auprès de Vidéotron. On lui dit que c'est le coût normal du nouveau service qu'elle vient d'obtenir. Mécontente, M^me Perras demande à parler à un employé supérieur; un superviseur écoute donc ce qui lui est arrivé. M^me Perras avait tout noté, le nom du premier vendeur, la date et l'heure. Le superviseur s'excuse et mentionne que le vendeur avait omis de lui dire le supplément pour l'appareil et l'installation. Ce superviseur lui offre de diminuer le montant de 150 \$ à 80 \$ et une augmentation de 2 \$ par mois comme prévue initialement; M^me Perras accepte l'accord. Un peu plus tard, M^me Perras reçoit son compte de Vidéotron et le changement du nouvel accord n'a pas été apporté.



Désabusée, elle décide d'appeler au bureau de l'AQDR PDÎ pour obtenir du soutien. M^me Perras se sent victime de fraude. Nous l'écoutons et concluons qu'elle est en droit de demander une annulation du contrat. Avec toute cette histoire, M^me Perras est épuisée et demande du support et de la compassion.

Revendiquer ses droits ce n'est pas facile, c'est une forme de conflit et il n'est jamais facile de confronter une personne dans le conflit. Nous lui donnons notre appui et lui suggérons de rappeler le superviseur et de demander de tout annuler et de revenir au service qu'elle avait auparavant.

Encore une fois, M^{me} Perras rappelle en affirmant qu'elle a demandé l'aide de l'AQDR et de l'Office du consommateur. Grâce à sa persévérance, Vidéotron lui a finalement donné l'appareil Illico et l'installation tout en gardant l'augmentation mensuelle de 2 \$ pour le nouveau service.

Ce récit s'est passé avec Vidéotron, mais aurait aussi bien pu se passer avec une autre compagnie. Merci à M^{me} Perras de nous avoir raconté son expérience et nous espérons que ces faits vous aideront à gérer des situations similaires, si elles se présentaient.

Récit rapporté par M. Étienne Tremblay, coordonnateur de l'AQDR PDÎ

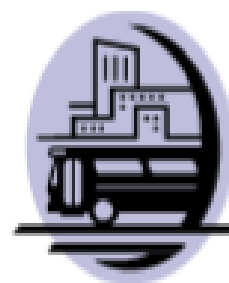
Table ronde sur la mobilité et sécurité des aînés de Montréal

Le 19 novembre dernier se tenait la Table ronde sur la mobilité et sécurité des aînés de Montréal organisée par l'AQDR PDÎ et se tenant au Centre communautaire de Rivière-des-Prairies. Ce regroupement impliquait cinq sections AQDR de l'Île de Montréal : Ahuntsic-St-Laurent, Montréal-Nord, Pointe-de-l'Île, Rosemont et St-Michel. Une trentaine de personnes ont assisté à cette table ronde.



Certains objectifs étaient visés par ce regroupement, entre autres, promouvoir les principes d'accessibilité universelle, accroître la mobilité de la population et intensifier les actions pour le transport. Différentes personnes invitées à cette table ronde ont exposé des plans d'action en vigueur et devant l'être. Citons les marches exploratoires effectuées par des aînés dans certains quartiers en vue d'apporter des correctifs améliorant leur mobilité et leur sécurité.

Différents organismes se penchent sur ce dossier tels que Actions des municipalités amies des aînés (MADA), Table de concertation des aînés de l'île de Montréal (TCAÎM), Programme montréalais de soutien à l'action citoyenne en sécurité urbaine dans les arrondissements (TANDEM), Prévention TANDEM, Transport à l'AQDR nationale, Département d'architecture paysagisme de la Ville de Montréal.



À la lumière des interventions durant la table ronde, l'orientation prise par ce regroupement vise d'avoir une action commune des AQDR, de dégager les éléments majeurs, d'identifier des problématiques communes et faire part de l'information dans le Journal de l'AQDR nationale.

La mobilité et la sécurité des aînés demeure un dossier important et relève de plusieurs degrés de gestion afin de toujours apporter des améliorations adéquates.

Lien dans la communauté

Chers amis de l'AQDR, voici un projet de la Société historique de Rivière-des-Prairies (SHRDP) dont vous entendrez parler davantage au printemps 2015. Il s'agit de commémorer le 325^e anniversaire de la bataille de la Coulée Grou.



SALUT RIVIÈRE-DES-PRAIRIES !

Bonjour! Ciao! Hi! Hola!

Le samedi 4 juillet 2015

AU PARC ARMAND-BOMBARDIER

D'HIR À DEMAIN

(1687 À 2017)

Nous sommes fiers de participer avec vous à la vie de ce quartier. De notre côté, nous vous informons que le parcours patrimonial vient de s'enrichir de trois nouveaux panneaux, le long du boulevard Gouin, ce qui porte à 29 le nombre de sites à visiter. Voir notre site societe-historique-rp.org

À l'approche du temps des Fêtes, nous vous souhaitons, ainsi qu'à vos proches, la santé et la joie de vivre dans un environnement serein.

Louise Bernard, présidente
Société historique de RDP

Société Historique
RIVIÈRE-DES-PRAIRIES
9140, boul. Perras, Montréal, QC, H1E 7E4

Citations du moment...

M. Gilles Grenier, administrateur de votre AQDR PDÎ, vous propose des citations du moment qui vous amènent à prendre la vie du bon pied.

- Le bonheur suprême dans la vie, c'est la conviction d'être aimé.
Victor Hugo
- La foi, c'est croire en une chose que le bon sens refuse d'admettre.
George Seaton

Bien vieillir en santé

La médecine traditionnelle relègue l'herboristerie à une collection de remèdes maison administrés comme médicaments placebos.

Nos grands-mères avaient des recettes simples qui cachaient des composantes curatives. Contre la grippe, le citron était le remède par excellence comme dans la préparation suivante : mélanger 20 ml de jus de citron, 50 ml d'eau chaude, une gousse d'ail écrasée et une pincée de cannelle en poudre; boire 3 fois par jour.



PRINCIPAUX EFFETS		
CITRON	AIL	CANNELLE
Antiseptique	Antibiotique	Antiseptique
Antibactérien	Expectorant	Antiviral
Fait baisser la fièvre	Active la transpiration	Favorise le réchauffement

Évidemment, il faut noter que si une fièvre persiste, il vaudrait mieux consulter un médecin.

En pharmacie, on trouve des produits tels que le *néocitran*. Le fabricant sait que dans la conscience des gens, le citron est perçu comme un élément curatif et il l'est dans les faits. Par contre, ce dernier joue le rôle de placebo car il n'y a pas de citron dans le *néocitran*. Il n'y a qu'une saveur de citron.

On y trouve aussi un décongestionnant et un antihistaminique comme le *maleate de peniramine* 20 mg, ce dernier a une action hypnotique et anesthésique local. Il est usuellement utilisé contre les maladies allergiques.

Finalement, il y a un analgésique, l'*acétaminophène* 650 mg. Le problème potentiel ici est que l'on ne lit pas toujours la liste des ingrédients. Donc, si vous avez pris 500 ou 600 mg de tylenol ou autre, en plus des 650 mg contenus dans le sachet de *néocitran*, ceci représente une surdose et une surcharge pour le foie.



En guise de conclusion, notons que la recette de grand-mère est douce et sans risque et votre foie vous en sera reconnaissant.

Mike DuBois, membre du CA de l'AQDR PDÎ

SAVIEZ-VOUS QUE . . .

Le quartier de Rivière-des-Prairies a un **bottin de ressources du quartier pour les aînés**. Ce document réalisé par la Table des Aînés de RDP, a pour objectif d'offrir un outil de références sur les ressources disponibles dans le quartier. Vous pouvez le télécharger à l'adresse Internet suivante :

<http://www.aqdr.org/section/riviere-des-prairies/>
sur le site web de l'AQDR nationale.



Si vous êtes intéressés à ce bottin et que vous n'avez pas accès à un ordinateur, vous pouvez nous contacter au 514-643-0930. Il nous fera plaisir de vous en offrir un exemplaire.

En janvier 2015, une nouvelle édition sera disponible. Vous pouvez nous téléphoner pour avoir plus de détails sur ce nouvel outil.

La ligne Aide Abus Aînés

Ce service vient en aide aux aînés qui subissent de l'abus, de la maltraitance ou vivent une situation inconfortable.

« Il y a maltraitance quand un geste singulier ou répétitif, ou une absence d'action appropriée se produit dans une relation où il devrait y avoir de la confiance et que cela cause du tort ou de la détresse chez une personne aînée. »

Ce service gratuit confidentiel et bilinque est offert 7 jours par semaine de 8 h à 20 h. **514-489-2287 ou 1-888-489-2287**



Carte de membre AQDR, PDÎ

La cotisation annuelle est de 15 \$. Vous pouvez renouveler votre carte lors de notre prochain souper ou venir au bureau de l'AQDR.



FUSION DU POSTE DE POLICE # 45

Lors de notre dernier numéro de septembre, nous annonçons la possibilité de la fusion des deux postes de police de quartier de l'arrondissement à l'avantage de Pointe-aux-Trembles. Grâce à la grande mobilisation citoyenne de RDP, cette fusion a été reportée et réévaluée pour répondre aux deux quartiers.

Votre grande présence et implication dans les différentes actions concertées telles que la pétition de près de 10 000 signatures, le dernier conseil d'arrondissement aux centres récréatifs, la maison hantée à l'Halloween devant le PDQ #45 et bien d'autres évènements ont démontré aux élus votre influence citoyenne.

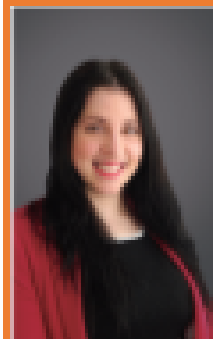
La campagne de mobilisation n'est pas terminée, nous ne connaissons pas encore la nouvelle stratégie du SPVM et des élus pour les deux postes de quartier de l'arrondissement, restons actifs et vigilants!

JE TIENS À MA
COMMUNAUTÉ



JE SOUTIENS LE
COMMUNAUTAIRE

Pour un meilleur Programme de soutien
des organismes communautaires
www.federatascmmunautaire.org



Ève Pécelet
Députée de La Pointe-de-l'Île
Service électoral
1000, rue Saint-Jacques 900
Montréal (Québec) H3A 2M4
Tel: 514-392-2100
Tel: 514-392-2100

www.peclet.rpd.ca / www.peclet@ford.ca




Bureau de circonscription
2715, boul. Saint-Jean-Baptiste #101,
Montréal Qc H3R 5V4
Tél. : 514-840-9085
Téléc. : 514-840-0857
Nicole.Legar@BAT.quebec.ca

Nicole Légar
Députée de
Pointe-aux-Trembles



Paulina Ayala
Députée de Honoré-Mercier
7077, rue Beaudin Est, # 214
Montréal QC H4M 2V9
Tél. : 514 392-2100
ayala.paulina@rdp.ca
www.paulinaayala.com




Bureau de circonscription
1197, avenue Alexis-Carrel, Montréal (Québec) H1E 5K7
TÉL. : 514 648-1007 | Téléc. : 514 648-1539
marc.tanguay@ndras.na.qc.ca

Marc Tanguay
Député de L'Assommoir




Bureau de circonscription
7077, rue Beaudin Est, Anjou,
Bureau 205
514 483 5855

Lucie Thibault
Députée Anjou-Louis-Riel

ANNIVERSAIRES

DÉCEMBRE

Aubry	Gertrude	Godbout Roy	Luca
Auger	Claudette	Hamel	Pierre
Beaudoin	Denise	Ladouceur	Lillian
Beaulieu	Marcel	Landry	Lisa
Bédard	Jean-Paul	Lanoix	Aline
Bergeron	Robert	Lebel	Joseph
Bergeron	Christyan	Lemieux	Gilles
Boisvert	Michel	Lévesque	Gilles
Camplani	Antonio	Mangiola	Vincenzo
Carriero	Gigetto	Mantello	Domenico
Chandonnet	Denise	Minier	Magella
Courtemanche	Réjean	Morel	Florence
Dagenais	Huguette	Phaneuf	Linda
De Luca	Albert	Pilon	Gilles
Desrosiers	Marielle	Pomerleau	Louise
Du Ruisseau	Lise	Saint-Jacques	Micheline
Durocher	Réjean	Sallafranque	Lionel
Gagné	Bernard	Salvatore	Donato
Gatineau	Daniel	Sergie	Micheline
Georges	Pierre-Yves	Théroux	Jean-Claude
Giguere	Yvon	Truong	Bich Tan

JANVIER

Agnellini	Gabriele	Mancinelli	Vittorio
Archambault	Monique	Martorana	Marcel
Boucher	Rosaire	Messier	Yvon
Bounadere	Georgette	Michaud	Claude
Bourgeois	Roger	Mondor	Jacques
Campanella	Francesco	Muciano	Sebastian
Carrière	Richard	Ortiz	José Manuel
Corbeil	Raymond	Palmieri	Nick
Duchesne	Christian	Parent	Jean-Paul
Gagnier	André	Pecora	Antonio
Gascon	Daniel	Pelletier	Roger
Guénette	Réal	Pepe	Domenico
Guérin	Françoise	Ricard	Micheline
Harvey	Céline	Robinson	Daniel
Hogue	Michel	Roy	Michel
Jean	Jaques	Savard	Jeanne Manoe
Lacombe	Pierre	Simard	Liliane
Lavoie	Gilles	Spada	Vincent
Lecours	Alfred	St-Germain	Réal
Lefebvre	Guy	Sylvestre	Daniel
Levesque	Daniel	Thériault	Jean-Claude
Maggiore	Giuseppina	Young	Robert
Maia	Alberto		

