



AQDR

Ahuntsic-Saint-Laurent
L'ASSOCIATION QUÉBÉCOISE DE DÉFENSE
DES DROITS DES PERSONNES RETRAITÉES
ET PRÉRETRAITÉES



3 \$

LA PAROLE DES AÎNÉS

Vers une société pour tous les âges

1650, rue Viel, Montréal, Québec, H3M 1G5, tél. : (514) 332-8222, aqdr.as1@gmail.com

Édition du 15 mars 2021

SOMMAIRE

P. 3 Mot du président François Marquis
P. 4 Logement des aînés Osvaldo Nuñez
P. 6 Pénurie de médecins Jean-Paul Lahaie
P.8 Lettre à François Bonnardel AQDR nat.
P. 10 Personnes proches aidantes Me Hélène Guay
P. 13 Enquête sur la COVID-19 Zaida Nuñez
P. 22 Voyage Ouest américain Hélène Robillard Frayne
P. 24 Appels d'amitié Nadia Kapinga (CABBC)
P. 27 In memoriam Michel Lizée
P. 30 Régime de retraite Jean-Paul Lahaie
P. 31 Avantages d'être membre à l'AQDR-ASTL



La Parole des aînés est publiée et distribuée électroniquement à nos 1 200 membres d'Ahunstic St-Laurent, aux intervenants gouvernementaux et sociaux ainsi qu'à ses partenaires.

Éditeur: AQDR-ASTL.

Comité de rédaction:

Boucherrab Malika, secrétaire-comptable
Kapinga Nadia, coordonnatrice
Lahaie Jean-Paul, trésorier
Marquis François, président

Dans le but de faciliter la lecture pour nos membres retraités, nous avons utilisé un corps de caractère le plus gros possible dans les circonstances. Cela a un impact sur la mise en page mais nous le faisons dans le but d'accommoder le plus de lecteurs et lectrices possible.

Le conseil d'administration de l'AQDR-ASTL n'endosse pas nécessairement les opinions exprimées dans les textes de ses collaborateurs.

Un **remerciement** particulier à M. Jean-Marc Phaneuf, caricaturiste professionnel connu dans plusieurs médias, pour la permission de publier ses caricatures dans nos pages.

Coordonnées:

1650, rue Viel
Montréal Québec H3M 1G5
514 332 8222
aqdr.astl@gmail.com
www.aqdr-astl.org



Vite, UN VACCIN !

Pour en finir avec cet hiver un peu long, il faut attaquer le virus qui nous condamne aux activités virtuelles et ralenties depuis un an ! Ça tombe bien, les personnes de plus de 70 ans commencent à être vaccinées depuis le 1er mars. Enfin, nous allons vivre une éclaircie dans nos possibilités de rencontres en personne dans un avenir proche. Il faut se préparer.

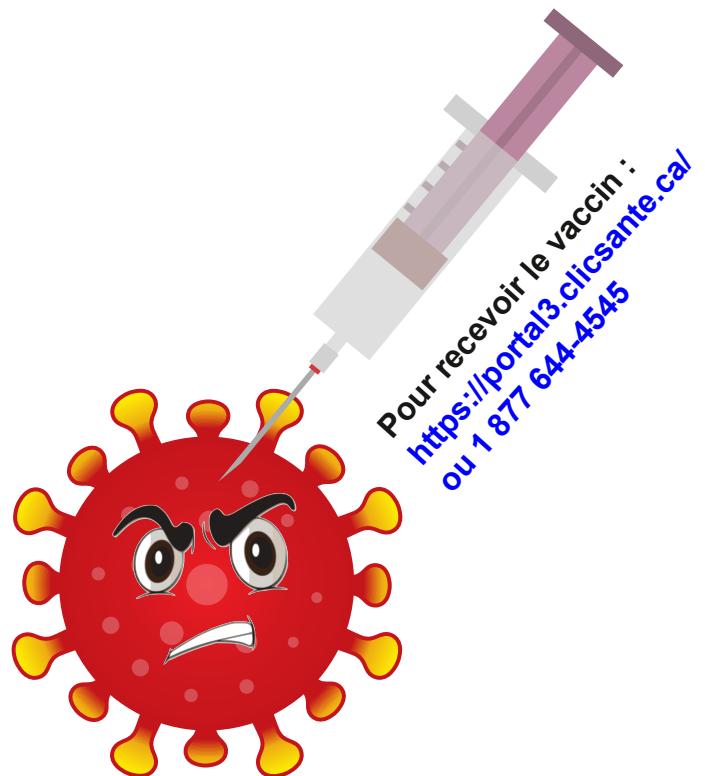
Par exemple, on peut entrevoir de nouveaux travaux en présentiel et en équipe, pour donner des conférences et des débats vivants et participatifs, axés sur des solutions aux problèmes des aînés.

Comment allons-nous sortir de la paralysie actuelle ? Est-ce une question de semaines ou de mois ? Selon la réponse à cette question, nous pourrions nous dire quelles activités nous pourrions planifier cet été ou cet automne. Entretemps, l'AQDR-ASTL devra défendre vos intérêts avec les moyens du bord.

Vous voyez tout de suite que la feuille de route sera complexe et exigera de la créativité. Nous attendons votre opinion et vos idées pour utiliser nos ressources au meilleur du possible. Maintenant que nous recevons le financement du SACAIS, nous avons les moyens d'agir. Il faut choisir les clous que nous allons enfoncer et quand nous allons le faire.

Le plus vite nous serons tous vaccinés, le plus tôt nous reviendrons à la vie normale. Bon printemps !

François Marquis
Président AQDR-ASTL
Montréal, mars 2021





LES AÎNÉS ONT DROIT À UN LOGEMENT CONVENABLE

Les personnes âgées ont droit à un logement propre, salubre, en bon état, bien chauffé, sécuritaire et à un coût raisonnable. Ce coût ne devrait pas être supérieur à 30% du revenu du locataire. Malheureusement, les prix du loyer sont trop élevés. Aussi, il faut noter que les logements sociaux sont de plus très rares. Cette pénurie est particulièrement grave dans le secteur des habitations à loyer modique (HLM), des coopératives d'habitation (COOP) et dans les organismes sans but lucratif (OSBL).

D'autre part, les programmes gouvernementaux d'accès au logement pour les personnes à faible revenu ne sont pas suffisants. Ils sont mal connus par les aînés. C'est le cas de l'allocation-logement et du supplément au loyer, ainsi que des crédits d'impôt pour le maintien à domicile. De plus, les critères d'admissibilité sont trop stricts.

Depuis longtemps, à l'AQDR, nous demandons aux gouvernements fédéral, provincial et municipal de favoriser la construction d'un plus grand nombre de logements sociaux pour les aînés, à des prix abordables. Il faut également offrir de l'aide financière en vue

de l'adaptation du domicile pour répondre aux besoins spécifiques des personnes âgées.

À l'AQDR Ahuntsic - St-Laurent, nous défendons avec force le respect et la promotion de ce droit fondamental de tous nos membres. À plusieurs occasions, notre intervention a été requise. Ce fut le cas à la Résidence Monaco pour aînés, dans l'arrondissement de St-Laurent. En mars 2011, l'entreprise propriétaire envoie un avis aux 125 locataires de quitter leurs logements dans un délai de six semaines, malgré le fait que les baux avaient été signés pour une durée d'une ou de

plusieurs années. À l'époque, j'étais président de cette section regroupant plus de 1 200 membres.

Face à cette éviction illégale et abusive, nous avons déposé une plainte à la Commission des droits de la personne en vertu de l'article 48 de la Charte québécoise des droits et libertés, qui interdit toute forme d'exploitation des personnes âgées. Cependant, la Commission rejetait ce recours sous prétexte que les plaintes



devaient être individuelles, ne reconnaissant pas le droit de notre organisme de les représenter. Cette cause s'est rendue devant la Cour supérieure.

Dans ce même dossier, d'autres plaintes ont été également déposées devant la Régie du logement, nommée aujourd'hui Tribunal administratif du logement. A ce moment, nous avons fait des pressions politiques. Avec la députée Lisette Lapointe, porte-parole des aînés à l'Assemblée nationale, nous avons visité les locaux et rencontré plusieurs locataires. Finalement, considérant les longs délais judiciaires, nous avons négocié une entente hors-cour avec la Résidence Monaco. Des indemnités ont été versées à un groupe d'aînés. Cependant, l'acquis le plus important de cette lutte fut le dépôt à l'Assemblée nationale, par la députée Françoise David, d'un projet de loi modifiant le Code civil, adopté en 2016, qui protège les locataires de 70 ans et plus.

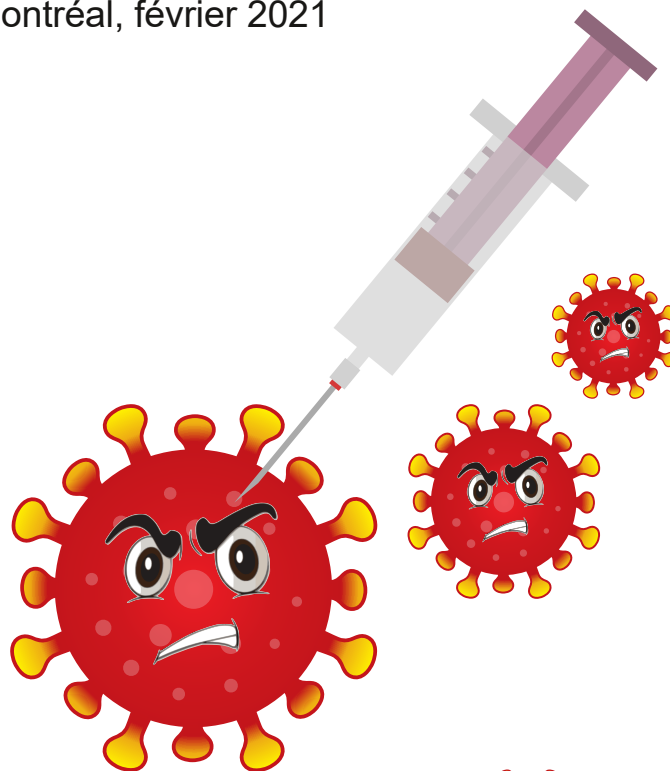
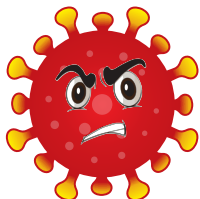
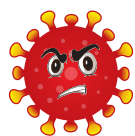
Deux autres dossiers importants sont toujours en cours. Le premier a trait à une locataire aînée de la Résidence Le Russell. Selon nous, la vraie raison c'est que le propriétaire veut l'évincer, car elle défend ses droits et ceux des autres locataires. Cette cause se trouve actuellement devant le Tribunal administratif du logement. Un autre cas a trait à une dame de 85 ans à qui le propriétaire a récemment coupé l'eau chaude en plein hiver, essayant ainsi de la pousser à

quitter le logement pour le relouer à un prix supérieur. À la suite à notre intervention, le problème vient d'être solutionné.

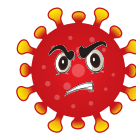
Il faut mentionner qu'un grand nombre de locataires vivent dans la pauvreté et que les prix du loyer ne cessent d'augmenter, surtout dans les centres urbains comme Montréal. Dans ce contexte, le député Andrés Fontecilla, de Québec Solidaire, a présenté le projet de loi 696 prévoyant le gel des loyers pour une période d'un an, à partir de juin 2021. Cette initiative dont les possibilités d'adoption sont très faibles permettrait à des milliers de locataires, incluant des locataires aînés, de mieux traverser ces temps difficiles de coronavirus. Une mesure similaire est en vigueur en Ontario et en Colombie-Britannique. Québec devrait agir de la même façon.

Oswaldo Nuñez
Vice-président
de l'AQDR Ahuntsic - St-Laurent
Ex-député fédéral

Montréal, février 2021



Pour recevoir le vaccin :
<https://portal3.clicsante.ca/>
ou 1 877 644-4545



SANTÉ

du peu de médecins qu'ils ont que nous devons combler ce déficit. Ce serait une grande injustice envers les pays pauvres qui ont toutes les misères du monde à garder leurs médecins, attirés par le « rêve occidental ».

Une bonne partie de la solution à nos problèmes d'admissibilité à des soins de santé : débloquons les admissions dans les facultés de médecine.

Nombre de médecins en exercice sur 15 ans au Québec.

Année	Nombre de médecins / 1000 hab.	Nombre de médecins au QC	Population du Québec
2005	2,24	17 016	7 581 471
2010	2,33	18 504	7 929 222
2020	2,58	22 150	8 574 571

Si on se comparait à certains pays ayant un système public comparable au nôtre :

- En **France** nous aurions 5322 médecins de plus.
- En **Italie** nous aurions 12 191 médecins de plus.
- En **Suède** nous aurions 13 050 médecins de plus.
- En **Allemagne** nous aurions 14 766 médecins de plus.
- En **Autriche** nous aurions 22 493 médecins de plus.

Jean-Paul Lahaie
Trésorier AQDR-ASTL
Montréal, mars 2021

Passerelle de la santé 2009 - Les indicateurs de l'OCDE - OCDE © 2009 - ISBN 9789264075244

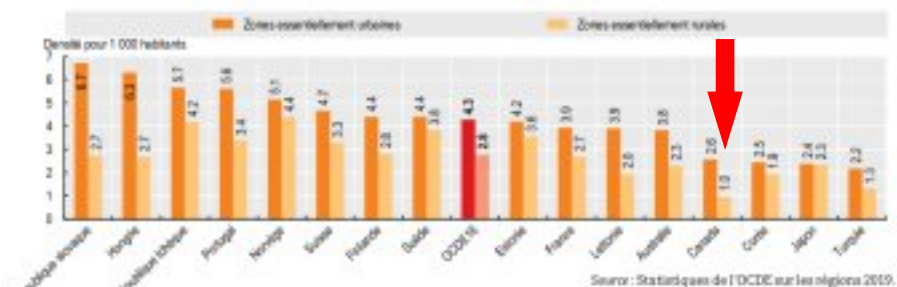
6. Accès aux soins - 6.4 Répartition géographique des médecins
Version 1 - Last updated: 29-Oct-2009

6.4.3. Densité des médecins dans les zones rurales et urbaines de quatre pays de l'OCDE

	Zone ruralisée	Zone urbaine
Australie, 2005	1,80	2,25
Canada, 2004	84	217
France, 2007	122	458
États-Unis, 2004	122	265

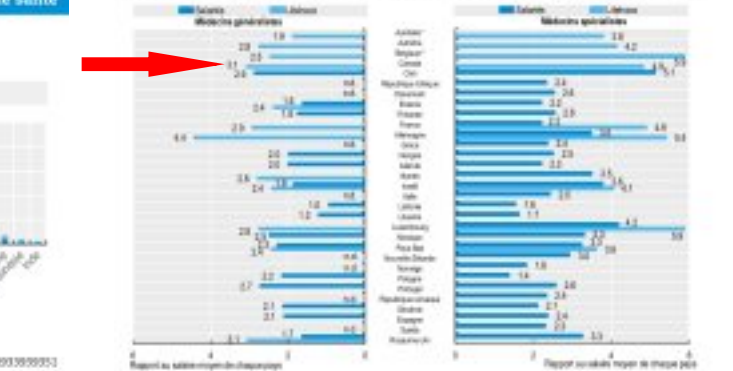
Source: AFPA, 2006; CHS, 2006; SRECS, 2008; NCHS, 2007

Graphique 5.14. Densité de médecins dans les zones urbaines et rurales, 2016 (ou année la plus proche)



Source: Statistiques de l'OCDE sur les régions 2010.

Graphique 6.3. Médecins en exercice pour 1 000 habitants, 2000 et 2017 (ou année la plus proche)



LETTRE AU MINISTRE FRANÇOIS BONNARDEL

Repentigny, le 2 février 2021

Monsieur François Bonnardel
Ministre des Transports
Ministère des Transports Édifice de la Haute-Ville
700, boulevard René-Lévesque Est 29e étage
Québec (Québec) G1R 5H1

Monsieur le Ministre,

C'est à titre de responsable du comité Transport de l'AQDR nationale que je vous écris aujourd'hui. Notre comité, porte-voix des plus de 25 000 membres de l'AQDR, se préoccupe de l'accessibilité au transport collectif pour les citoyens québécois de 55 ans et plus, soit plus du tiers de la population du Québec. Comme nous le savons tous, ce pourcentage ira en augmentant dans les prochaines années. Il nous semble donc essentiel de vous soumettre dès maintenant nos points de vue et idées sur le développement du transport collectif au Québec.

Tout d'abord, nous considérons que le transport collectif est un outil essentiel à l'autonomie, et ce, pour les personnes de tous âges. Nous déplorons donc que les services ne soient pas adaptés aux citoyens qui sont à mobilité réduite ou qui n'ont tout simplement pas de voiture. En facilitant l'accès au transport collectif, et ce, dans toutes les régions du Québec, on préserve la dignité de tous les citoyens et on respecte leur droit fondamental de choisir leur lieu de résidence.

En nous inspirant d'un des plus grands succès économique et social de notre histoire, les Caisses populaires Desjardins, nous vous soumettons une idée novatrice dans le domaine du transport collectif : plutôt que de le développer à partir des grands centres, pourquoi ne pas mettre ceux-ci au service des petites localités ? Il s'agirait donc d'organiser l'axe de transport régional en se basant sur les petites municipalités pour ensuite continuer vers les centres régionaux. Ceci diffère complètement du plan de l'Autorité régionale de transport métropolitain (ARTM) qui suit le modèle actuel partant du centre pour aller vers les couronnes.

De plus, nous nous soucions de l'empreinte écologique du transport collectif. Le Québec en est à un tournant en matière d'électrification des transports. Nous croyons que la province dispose des ressources nécessaires pour offrir aux citoyens de toutes les régions des services de transports collectifs électriques adaptés aux besoins des aînés, qu'il s'agisse d'autobus à plancher bas, de taxis (Navette Or) ou autres.

Nous aimerions connaître l'accueil que vous faites à nos suggestions et serions heureux de collaborer avec les différents organismes impliqués dans la planification du développement du transport au Québec.

En vous remerciant de l'attention que vous porterez au message des membres de l'AQDR, nous vous prions d'agréer, Monsieur le Ministre, l'expression de notre considération distinguée.

Pour le responsable du comité Transport,
Richard Chrétien,

Gaëlle Vincent, Adjointe administrative
514 935-1551 Sans frais 1-877-935-1551
gaelle.vincent@aqdr.org www.aqdr.org

VOUS AVEZ DIT ÂGISME?

Comment ne pas réfléchir sur l'âgisme par les temps qui courent ? Cette pandémie a pris un an pour nous mettre les yeux en face des trous. Tous ces aînés abandonnés à leur sort et à leur mort dans les CHSLD taraudent les consciences. Dire « on aurait pu faire mieux », c'est manier l'euphémisme. La dernière période de la vie serait-elle un épouvantail à moineaux ? Denys Desjardins se penche sur le sort des personnes âgées délaissées par le système dans la websérie documentaire L'industrie de la vieillesse, sur ICI tou.tv, en 11 épisodes. Il faut dire et montrer. Même les aînés actifs se font regarder de travers. Un manque de culture et de sens historique crée ces fossés. Les communautés en respect des anciens possédaient des racines profondes. Nos temps suspendus endiguent la sève de transmission. Nous voici prisonniers d'un présent en apesanteur. Avec les effets pervers meurtriers en fin de compte.

La chroniqueuse et écrivaine polémiste Denise Bombardier s'est levée contre une animatrice de Télé-Québec qui lui avait demandé comment on fait pour être pertinente à son âge. Nos sociétés effrayées par la perspective du déclin et de la mort déconsidèrent l'expérience. Tant de références, de précieux enseignements de la vie sont tenus pour des cacahuètes... Folie amnésique, quand tu nous tiens. Autant profiter des atouts de chacun. En temps de crise, créer des liaisons sur la ligne du temps devient essentiel. La fougue de la jeunesse fouette les sociétés, mais les générations du dessus ne s'en laissent guère conter. Tant de mises en perspective des débats contemporains, tant d'œuvres-sommes sont composées du haut de la montagne. On enterre de grands artistes, de grands scientifiques avec les honneurs de la guerre. Si vite oubliés...

Remarquez, la sagesse ne vient pas nécessairement avec l'âge. Tant d'humains demeurent obtus du berceau à la tombe. On en voit se cramponner farouchement à leurs préjugés d'antan. À l'autre bout du spectre, certains jeunes désolent par leur conformisme aux diktats de l'époque. Les gens vieillissent comme ils ont vécu, munis d'antennes ou pas. « Le temps ne fait rien à l'affaire », chantait Brassens. Mais le respect se perd. Toute cette violence déversée à pleins médias sociaux le crie.

Reste que les aînés avisés puisent à des eaux profondes. Ironie du sort, en temps de jeunisme, certains d'entre eux trouvent même des adeptes enthousiastes dans la génération de leurs petits-enfants. Fragiles, les

ponts, mais pas tous coupés. Ainsi, ces derniers mois, des têtes blanches enflammaient les réseaux sociaux. La fameuse photo de Bernie Sanders mitaines aux mains, masque au visage et air ennuyé à l'intronisation de Joe Biden n'en finissait plus de se voir pastichée sur la Toile. Au Québec, le cri du cœur de la comédienne Louise Latraverse lancé à l'émission de fin d'année En direct de l'univers, « L'amour, crise ! » est devenu viral, reproduit à pleins t-shirts.

Le nonagénaire cinéaste et mage des temps modernes franco-chilien Alejandro Jodorowsky compte six millions d'abonnés de tous âges en ligne qui l'écoutent religieusement évoquer la thérapie par l'art et la nécessaire prise de conscience collective. La poétesse innue Joséphine Bacon inspire les Québécois par sa sagesse et sa résilience, comme Janette Bertrand par sa générosité et son art de vivre. Aux Golden Globes, dimanche dernier, c'est Jane Fonda qui prononça le discours le plus engagé, le plus porteur et le plus visionnaire de la scène hollywoodienne.

Je lisais cette semaine le recueil de chroniques Un café avec Marie, de Serge Bouchard. Et dans ces textes si bien écrits, pétris de références non seulement à la vie et aux deuils de l'auteur septuagénaire mais à ceux qui l'ont précédé, aux Innus, aux coureurs des bois, aux écrivains, la trame de son existence s'y relie à une humanité plus vaste que son parcours personnel. « De quoi se souvient une poussière d'étoile ? demande l'anthropologue. Elle se souvient des unicellulaires dans l'océan, de l'évolution des formes de la vie, des poissons primitifs, des amphibiens. » Ces chroniques-là, mêlées de réflexions sur la beauté, le bonheur fugace, le miroir du moi qui s'ignore, le doute et la peur, n'auraient pu être composées à un âge plus tendre. Ça prenait les amours disparues, les ennuis de santé, les rencontres avec l'ours, les vieux mots oubliés en remontée de mémoire, la lecture de Montaigne et les trajets infinis avec des camionneurs au long cours. « Or, comment se fait-il que, dans un monde où la mémoire individuelle prend une si grande importance, la mémoire collective, elle, soit en si grande perte de vitesse ? » lance-t-il au vent qui passe. Apprendre à écouter les témoins du passé est aussi prolonger sa propre destinée.

4 mars 2021 CHRONIQUE
par Odile Tremblay, Le Devoir



RÉFORME LÉGISLATIVE CONCERNANT LES PERSONNES PROCHES AIDANTES [1]

par Me Hélène Guay, avocate, BCL, LLM

En juin 2020, le gouvernement a adopté en deuxième lecture le projet de loi no 56, Loi visant à reconnaître et à soutenir les personnes proches aidantes et modifiant diverses dispositions législatives.

Puis, en septembre, le projet de loi a été étudié en commission parlementaire. Les commentaires des organismes ont bonifié le projet de loi. Le projet de loi modifié a été sanctionné et il est entré en vigueur le 28 octobre 2020.

Voyons la portée de cette loi novatrice.

Le Préambule de la Loi compte cinq motivations, à savoir :

- Qu'il est fondamental de reconnaître l'apport considérable des personnes proches aidantes à la société québécoise et l'aspect déterminant de leur engagement;
- Que les responsabilités inhérentes au rôle des personnes proches aidantes peuvent entraîner des répercussions significatives sur leur qualité de vie;
- Qu'il est essentiel pour les personnes proches aidantes de se reconnaître et d'être reconnues dans la diversité des réalités qu'elles vivent de leurs parcours de vie et des contextes dans lesquels elles assument leur rôle;
- Que chaque personne proche aidante est une personne à part entière qui doit être traitée avec dignité, bienveillance et sollicitude;
- Qu'il y a lieu d'affirmer la volonté du gouvernement du Québec et de l'ensemble de la

société québécoise de se mobiliser afin de mettre en œuvre solidairement des actions concertées visant à faire connaître la contribution des personnes proches aidantes, à la faire reconnaître et à soutenir ces personnes dans leur rôle.

Ce que cette loi apportera à notre société

La Loi visant la reconnaissance des proches aidants a pour objectif d'orienter les actions du gouvernement. Elle comporte :

- L'adoption d'une politique nationale pour les personnes proches aidantes
- La création d'un Comité de suivi chargé de vérifier les actions des intervenants gouvernementaux
- L'institution d'un Comité de partenaires concernés par le soutien aux proches
- La création de l'Observatoire québécois de la proche aidance
- L'octroi au ministre de la Santé et des Services sociaux d'un pouvoir d'inspection des résidences privées pour aînés et de toute autre ressource ou catégorie de ressource offrant de l'hébergement.

Elle définit comme suit la personne proche aidante (art. 2).

Toute personne qui apporte un soutien à un ou à plusieurs membres de son entourage qui présentent une incapacité temporaire ou permanente de nature physique, psychologique, psychosociale ou autre, peu importe leur âge ou leur milieu de vie, avec qui elle partage un lien affectif, familial ou non.

Le soutien apporté est continu ou occasionnel, à court ou à long terme, et est offert à titre non professionnel, de manière libre, éclairée et révocable, dans le but, notamment, de favoriser le rétablissement de la personne aidée, le maintien et l'amélioration de sa qualité de vie à domicile ou dans d'autres milieux de vie. Il peut prendre diverses formes, par exemple le transport, l'aide aux soins personnels et aux travaux domestiques, le soutien émotionnel ou la coordination des soins et des services. Il peut également entraîner des répercussions financières pour la personne proche aidante ou limiter sa capacité à prendre soin de sa propre santé physique et mentale ou à assumer ses autres responsabilités sociales et familiales.

Comme on le constate, cette définition est beaucoup plus vaste et englobante que celle qui existait auparavant, découlant de la Politique de maintien à domicile de 2003.

La Loi proclame aussi la première semaine de novembre Semaine nationale des personnes proches aidantes.

Innovations de la loi québécoise sur la proche aidance

La politique nationale devra être élaborée après consultation auprès de personnes proches aidantes, de chercheurs, d'organismes et de groupes représentant des proches aidants, et de ministères et d'organismes gouvernementaux, d'ici le 28 avril 2021 (6 mois de l'adoption).

Elle devra s'appuyer sur six principes directeurs (art. 4) :

1- La reconnaissance de l'apport considérable des personnes proches aidantes et de l'importance de les soutenir;

2- La préservation de leur santé, de leur bien-être et de leur équilibre de vie;

3- La considération de la diversité des réalités des personnes proches aidantes[1] dans la réponse à leurs besoins;

4- La reconnaissance et la considération de leur expérience et de leurs savoirs dans le cadre d'une approche basée sur le partenariat;

5- Le respect de leurs volontés et de leurs capacités quant à la nature et à l'ampleur de leur engagement;

6- La concertation gouvernementale et collective aux niveaux national, régional et local en impliquant les personnes proches aidantes pour favoriser des réponses adaptées à leurs besoins.

Les orientations de la politique nationale s'articuleront autour de quatre axes (art. 5) :

1- Reconnaissance et auto-reconnaissance des personnes proches aidantes et mobilisation des acteurs concernés par la proche aidance;

2- Partage de l'information et développement de connaissances et de compétences;

3- Développement de services de santé et de services sociaux dédiés aux personnes proches aidantes dans une approche basée sur le partenariat;

4- Développement d'environnements soutenant la participation sociale des personnes proches aidantes.

Le plan d'action découlant de la politique nationale devra être révisé tous les cinq ans et être rendu public (art. 10).

Les participants clés à l'élaboration du plan d'action devront quant à eux se réunir au moins une fois par année pour discuter du suivi du plan d'action (art. 11).

La responsabilité de l'application de la loi incombe au ou à la ministre responsable des Aînés.

Le Comité de suivi pour sa part sera chargé de vérifier les actions gouvernementales. Il sera composé de représentants des ministères et des organismes du gouvernement ou de personnes nommées par le gouvernement. Il sera chargé d'assurer le respect de la politique nationale et de ses orientations.

Le Comité de partenaires concernés par le soutien aux personnes proches aidantes sera composé d'organismes, de chercheurs et d'observateurs qui s'intéressent à la proche aide.

Ce comité aura pour fonctions de (art. 24) :

1- Faire au ministre toute recommandation qu'il juge nécessaire concernant la politique et le plan d'action;

2- Soutenir le ministre et le Comité de suivi dans la mise en œuvre de la politique et du plan d'action;

3- Donner son avis au ministre sur toute question que celui-ci lui soumet quant à la proche aide.

Il pourra recommander de procéder à des consultations, de solliciter des opinions, de recevoir et d'entendre des suggestions de personnes concernées en matière de proche aide. Il devra également remettre un rapport annuel.

Enfin, la loi institue l'Observatoire québécois de la proche aide, lequel est dirigé par un comité de direction au sein de l'Observatoire, lequel déterminera les orientations scientifiques, les objectifs et les politiques, pour les transmettre ensuite au ministre (art. 28).

Me Hélène Guay, avocate
200, avenue Laurier ouest, bureau 300
Montréal (Québec) H2T 2N8
Téléphone : 514-272-1164
hguay@heleneguay.com

L'Observatoire aura pour objectif de fournir une information fiable et objective en matière de proche aide. Il a essentiellement pour fonctions (art. 34) :

1- De recueillir, intégrer, compiler, analyser et diffuser des renseignements sur l'aide;

2- D'assurer une veille de l'évolution des besoins des personnes proches aidantes et des moyens pour les soutenir;

3- De faciliter le transfert des connaissances au bénéfice des divers intervenants impliqués;

4- De faciliter des collaborations en matière d'aide avec des institutions universitaires, des centres de recherche d'autres observatoires, des organismes du gouvernement, etc.

L'Observatoire devra aussi rendre compte au ministre annuellement.

À la lumière du préambule de la Loi, des objectifs, des principes directeurs, des quatre axes d'orientation de la politique nationale et des comités mis en place, l'ampleur du mandat s'annonce colossale. Des défis attendent les intervenants et acteurs clés qui seront investis de la mission. Des défis encore plus grands attendent le gouvernement, ses ministères et organismes, qui devront rendre des comptes de la mise en place de mesures et de politiques qui répondent réellement à la reconnaissance et au soutien des personnes proches aidantes. Une situation à suivre !

[1] Le texte de loi utilise l'expression épicienne « personne proche aidante » plutôt que « proche aidant-e ».

Me Hélène Guay, avocate, BCL, LLM



LES IMPACTS DE LA COVID-19 SUR LES MEMBRES DE L'AQDR

L'Association québécoise de défense des droits des retraités et préretraités a réalisé une enquête sur "**LES IMPACTS DE LA COVID-19 SUR LES MEMBRES DE L'AQDR** depuis mars 2020", auprès de 16 671 membres branchés, d'un total de 25 000 membres, enregistrés dans 40 sections au Québec. Ceci représente 66 % de nos membres.

Cette enquête a permis à l'AQDR nationale de rédiger un rapport qui contient plus de 50 revendications et recommandations, que le président Pierre Lynch et le coordonnateur du comité santé, Alain Lampron, feront valoir aux différents paliers de gouvernement, sur les divers médias et réseaux de communications.

J'ai participé à toutes les étapes des travaux du comité santé qui se sont déroulées du 30 octobre au 8 novembre 2020, en représentation de l'**AQDR AHUNTSIC-ST-LAURENT**. Je vous présente un résumé des résultats de l'enquête.

Sept grands thèmes ont été abordés : le maintien de la qualité de vie ; les services sociaux, de santé et de réadaptation, le soutien à domicile, la prévention et le traitement des cas de COVID-19 et l'annonce du décès aux proches. Les recommandations et les revendications se veulent porteuses de solutions qui permettront, pendant la pandémie et bien au-delà, d'améliorer et d'adapter les services offerts aux personnes de 55 ans et plus en lien avec ces thèmes.

Un total de 962 répondants ont rempli le questionnaire en ligne, en témoignant pour 1 214 personnes (puisque la personne pouvait répondre pour elle-même et/ou pour un proche). Les

membres ont été invités à se prononcer sur les impacts qu'ont eus sur eux la COVID-19 et les mesures de prévention et de confinement, ainsi que des services de santé et services sociaux qui ont été offerts aux québécois depuis mars 2020.

L'AQDR, par l'entremise de son comité santé, a élaboré le questionnaire, analysé les réponses et rédigé un rapport final intitulé 'Rapport d'enquête sur les impacts de la COVID-19 sur les membres de l'AQDR', que vous pouvez lire au www.aqdr.org

Les faits saillants du rapport:

QUI SONT NOS MEMBRES?

Nos membres sont des personnes retraitées ou préretraitées qui ont entre 55 et 90 ans.

- Ils vivent majoritairement dans un logement autonome, en couple ou seul ;
- Ils ont une vie active ;
- Ils veillent à leur bien-être et à leur santé ;
- 22% jouent le rôle de proches-aidants, les hommes à 47%, les femmes à 53%
- Ils gèrent leurs finances
- Ils sont disponibles pour les personnes qui leur sont chères et leur communauté.

Environ 93 % de nos membres demeurent dans des logements de type individuel ou collectif. Ils souhaitent demeurer « chez eux » le plus

longtemps possible. C'est le même sentiment qu'on trouve chez les personnes âgées dans la population générale.

Nos membres sont tantôt parents et grands-parents bienveillants, gardiens, bénévoles mandataires, exécuteurs testamentaires, mentors, ou autres.

Ils sont impliqués au sein de leur famille et une bonne partie d'entre eux sont impliqués au sein de leur famille et de leur communauté.

Comment ont-ils vécu leur situation de santé depuis la pandémie?

Avant le début de la pandémie, la grande majorité des répondants avaient des contacts réguliers avec des proches (79%) et faisaient régulièrement des activités de consommation (66%). C'est aussi en proportions importantes qu'ils pratiquaient régulièrement des activités sportives (43%), participaient à des activités culturelles (39%) ou autres regroupements sociaux (37%). 33% voyageaient aussi périodiquement à l'extérieur de la province.

DIMINUTION DE LA QUALITÉ DE VIE

- 59% des répondants affirment que leur qualité de vie a diminué depuis le début de la pandémie.

Plus de 50 % de nos membres ont constaté depuis mars 2020 une baisse de la qualité et de la fréquence des services sociaux et de réadaptation causée par l'instabilité du personnel, par la diminution des rencontres de suivi dans le milieu de vie et par la diminution des activités de réadaptation dans des locaux adaptés.

La diminution de la qualité de vie est causée aussi parce qu'ils ont moins de liens avec les personnes chères (87%), ne peuvent plus réaliser les activités normales de consommation (62%), voyager (58%), participer aux activités culturelles (52%) ni aux

regroupements sociaux (46%).

Il est impressionnant de constater que ce sont 5 500 personnes parmi nos membres qui agissent et se reconnaissent comme proche aidant.

Nous sommes préoccupés par l'épuisement physique et mental que les proches aidants pourraient connaître à cause de l'alourdissement de leur rôle. De plus, en raison de différents facteurs, ceux-ci sont sujets à tomber malades et à ne plus pouvoir tenir ce rôle.

Force est de constater que le bien-être psychologique et social qu'apportent les relations familiales et amicales, et leur participation à la vie communautaire se sont vus affectés pendant la pandémie.

Nos membres sont préoccupés par l'incapacité des services de maintien à domicile de répondre, sans liste d'attente, à l'ensemble des besoins de la population. Les membres considèrent que l'adaptation du soutien à domicile et du budget qui leur est consenti est une priorité qui requiert toute l'attention.

Le confinement des personnes âgées de plus de 70 ans peut-être extrêmement dommageable. Il peut entraîner une augmentation de l'anxiété et créer un terrain propice à toutes sortes de problèmes de santé physique et mentale. Il est cependant inacceptable que la pandémie serve d'excuse au non-respect des droits des usagers.

Cette situation risque d'engendrer des impacts négatifs sur le maintien et le développement des capacités physiques et mentales des personnes malades ou handicapées, ainsi que sur leurs proches. De plus, la diminution des rencontres de suivi dans le milieu de vie, et la diminution des activités de réadaptation dans des locaux adaptés ont des impacts négatifs, tant sur le bénéficiaire de ces services que sur son entourage.

L'AQDR REVENDIQUE

Les revendications et les recommandations qui suivent sont tirées ou inspirées de ces résultats et des 4 265 suggestions que nos membres ont formulées dans le cadre de l'enquête menée par le comité Santé de l'AQDR nationale en novembre 2020.

La reconnaissance, par le gouvernement, du droit universel à l'accès aux soins de santé et de services sociaux, et l'utilisation de toutes les ressources nécessaires (humaines, financières, matérielles, etc.) pour y arriver, peu importe les circonstances (pandémie ou autres urgences).

Nous revendiquons le droit, pour toutes les personnes retraitées et préretraitées, à des services adaptés à leurs besoins individuels, qu'ils soient offerts par des dispensateurs publics, privés ou communautaires.

On ne peut de nos jours que constater une précarité sans précédent du respect des droits des personnes âgées, et s'inquiéter des moyens très limités qui sont disponibles pour en assurer la protection.

L'amélioration de la disponibilité de soins et de services de qualité est essentielle dans l'ensemble du réseau, même en contexte de pandémie.

Le respect des droits des personnes âgées ne doit en aucune occasion être mis en veilleuse.

- **L'AQDR REVENDIQUE** que le gouvernement tienne des états généraux qui permettent la participation des organisations communautaires et de la société civile, en vue de faire valoir nos expériences et revendications. Le régime de santé du Québec et en particulier les soins aux personnes

âgées requièrent une révision en profondeur, afin de pouvoir répondre aux besoins des usagers et respecter le droit à la santé, l'accès universel aux soins des personnes en fonction de leurs besoins.

Les aînés veulent être entendus et écoutés, car leur expérience leur alloue la crédibilité pour faire des recommandations porteuses de solutions adaptées aux défis auxquels notre société est confrontée.

L'expérience vécue au pire moment de la crise nous enseigne que le gouvernement doit revoir en profondeur l'organisation des services qui sont dédiés aux personnes de 55 ans et plus.

Il est évident que les conditions de santé et les besoins des membres (comme c'est le cas pour l'ensemble des aînés), vont évoluer en fonction de leur santé physique et psychologique, de leurs relations familiales et amicales, de leur participation et de leur implication sociale, de leur situation financière, de leur environnement et de leur lieu de résidence.

Le désir de rester dans leur résidence de type personnel s'est avéré un enjeu incontournable pour nos membres.

Les personnes âgées souhaitent vivre dans leur résidence de type personnel le plus longtemps possible. Nous considérons donc comme essentielle l'adaptation des services de soins à domicile, afin qu'ils répondent à l'ensemble des besoins de toutes les personnes qui les requièrent, et ce, sans liste d'attente.

L'enjeu du soutien à domicile doit requérir toute notre attention afin de diminuer et retarder le déménagement des personnes de leur domicile à un hébergement dépendant du MSSS.

La stabilité du personnel ainsi que le maintien de la fréquence des services sont un enjeu majeur dans les services à domicile : cela sécurise le bénéficiaire et facilite le suivi du plan de soins. Il est primordial qu'il y ait le moins d'intervenants possible à franchir les limites de l'intimité des personnes.

L'AQDR joindra donc sa voix à celle de plusieurs organismes et regroupements pour revendiquer qu'un ensemble de services et de politiques adéquates assure le maintien et l'amélioration de ces services, et ce, dans un respect intégral des besoins des personnes.

Il est aussi apparu que le maintien d'une disponibilité de soins et de services de qualité est essentiel. Le respect des droits des personnes retraitées ne doit en aucune occasion être mis en veilleuse en raison de la pandémie.

Qu'un plan d'action soit établi dès maintenant pour éliminer progressivement, sur une période raisonnable, l'utilisation d'agences privées de main d'œuvre en santé et services sociaux dans les services de maintien à domicile et dans les CHSLD.

Le gouvernement doit procéder à une révision majeure des mesures fiscales incitatives (subventions, crédit d'impôt ou autres) visant les personnes de 55 ans et plus qui désirent vivre dans une résidence de type personnel et ce, afin de diminuer leurs charges financières liées au domicile et de leur faciliter l'obtention de tous les services de soutien nécessaires.

Que la Société de l'assurance automobile du Québec revoie ses pratiques de renouvellement de permis de conduire en établissant des permis restrictifs de déplacement (restriction au quartier, à la municipalité, de jour, etc.) comme il existe dans plusieurs pays européens, plutôt que d'interdire la conduite automobile aux personnes en perte d'autonomie.

DÉVELOPPER LES SERVICES DE PROXIMITÉ.

Que les personnes de 55 ans et plus puissent avoir accès à un maximum de services médicaux, infirmiers ou sociaux le plus près possible de leur lieu de résidence, de façon à rendre les services plus accessibles, disponibles pour plus de personnes.

Nous souhaitons que les pharmacies communautaires soient parties prenantes du développement et de l'implantation du concept de « services de proximité » et qu'elles servent de pôle offrant plusieurs services.

Que tous les CISSS et les CIUSSS aient l'obligation de créer un guichet unique d'accès aux services de maintien à domicile sur chaque territoire de desserte, pour tous les services offerts par les réseaux public et privé, le communautaire et le municipal.

LES PROCHES AIDANTS

Le résultat de l'enquête menée auprès de nos membres en novembre 2020 nous révèle que 22 % de ceux-ci (environ 5 500 personnes) agissent et se reconnaissent comme proche-aidants. Nos membres (44.6%) ont indiqué que leur rôle de proche-aidant est devenu plus exigeant depuis le début de la pandémie. Ils sont préoccupés par les risques d'épuisement physique et mental découlant de l'alourdissement de leur rôle en raison, notamment, de l'incapacité des organismes qui dispensent les services à domicile d'avoir accès à du personnel bien formé en nombre suffisant. Plusieurs d'entre eux craignent donc d'être malades et de ne plus pouvoir remplir ce rôle.

La nouvelle loi 56 sur les proches aidants oblige le gouvernement d'élaborer une politique pour les proches aidants et consacre le principe de la reconnaissance du rôle de proche aidant.

Actuellement, le soutien personnel et financier qui est accordé aux proches aidants est très insuffisant. La faible partie du budget de la santé qui est consacrée aux soins à domicile doit être augmentée. Il faut augmenter le budget, le financement.

Le gouvernement devrait attribuer à chaque proche aidant un montant mensuel ou un crédit d'impôt adéquat pour pouvoir payer des services particuliers à la personne qu'elle aide ou à lui-même afin de prévenir et éviter l'épuisement.

Il faut accorder de l'importance à l'isolement, à la santé mentale, venir en aide aux plus vulnérables.

Les répondants à l'enquête suggèrent d'augmenter le personnel et/ou leur formation, et qu'il faut augmenter l'offre de soins et services à domicile.

L'AQDR joindra donc sa voix à celle de plusieurs organismes et regroupements des proches aidants pour que le gouvernement adopte un ensemble de services et de politiques adéquates en faveur des proches aidants, comme l'exige la Loi 56 et ce, dans le respect intégral des besoins des personnes.

Zaida Nuñez,
membre du CA de l'AQDR Ahuntsic-St-Laurent

Montréal, février 2021





Madame Nadia Mukendi Kapinga, née en République démocratique du Congo, vit au Québec depuis 5 ans. Elle est actuellement coordonnatrice à l'AQDR Ahuntsic/St-Laurent après y avoir occupé le poste de secrétaire-comptable pendant trois mois. Elle a d'ailleurs formé sa remplaçante à ce poste, Mme Malika Boucherrab.

Journaliste de formation, en République démocratique du Congo, Mme Kapinga a obtenu un baccalauréat en Sciences de l'Information et de la communication,

option journalisme et politique extérieure à l'Institut Facultaire des Sciences de l'Information et de la Communication. Elle a ensuite eu dix ans d'expérience comme journaliste des questions humanitaires et a été présentatrice des nouvelles et d'émissions radio et télévision.

Elle a pu ensuite faire profiter pendant un an de son expérience comme journaliste-formatrice des radios communautaires dans le cadre d'un projet d'appui aux radios communautaires, financé par le gouvernement hollandais. Ce qui l'a amenée à être chef de bureau d'un projet d'appui aux médias communautaires, projet financé par le gouvernement hollandais. Elle en a assuré la gestion financière, administrative, des ressources humaines et de la logistique. Arrivée au Québec, Mme Kapinga a obtenu un diplôme d'études

professionnelles en secrétariat au Centre de Formation professionnelle Léonard De Vinci. Son premier emploi fut comme agente de télémarketing à Québec Loisirs. Mais elle s'est aussi impliquée dans des activités de bénévolat et des causes sociales, entre autres via CARI St-Laurent (Centre d'Accueil et de Référence sociale et économique pour Immigrants).

Mme Kapinga avait donc tout à fait le bon profil pour devenir secrétaire-comptable, puis coordonnatrice à l'AQDR Ahuntsic/St-Laurent. Et nous sommes tous et toutes très heureux de profiter de ses qualifications, de son expérience et de son entregent.

Hélène Robillard-Frayne
Membre du CA de l'AQDR Ahuntsic/
St-Laurent
Montréal, février 2021



Malika Boucherrab habite seulement depuis 16 mois à Montréal et a l'air de se sentir comme un poisson dans l'eau. Elle est actuellement secrétaire-comptable à l'AQDR Ahuntsic-St-Laurent et a été bien pilotée pour ses nouvelles tâches par Mme Nadia Mukendi Kapinga, sa prédécesseure dans cette fonction et M. François Marquis, président.

Mme Boucherrab est originaire de

l'Algérie. Détentrice d'un Baccalauréat en Sciences économiques, spécialité "monnaie, finance, banque" à l'Université Mouloud Mammeri à Tizi-Ouzou, elle a ensuite eu 12 années d'expérience à la Banque BNP Paribas- El Djazair comme chargée de fonctions administratives dans plusieurs départements (commerce international, middle-office dinar, service production-crédit). Entre l'Algérie et Montréal, Mme Boucherrab a étudié en France, à l'Université Paris II Sorbonne, tout en étant caissière-vendeuse à Monoprix Charenton-Ecole et Agente commerciale à Globe Diffusion et, en tant que travailleuse autonome, elle a aussi accompagné des enfants dans leurs diverses activités.

Mme Boucherrab s'est vite intégrée à Montréal via son bénévolat au CACI (Centre d'appui aux communautés immigrantes) pour l'accompagnement des aînés aux rendez-vous médicaux. Ces antécédents de Mme Boucherrab sont un bon atout pour l'AQDR Ahuntsic/St-Laurent. Nous bénéficions tous et toutes de son sens des responsabilités et de l'organisation, de sa facilité d'intégration dans divers milieux et de sa bonne capacité à travailler en équipe.

Hélène Robillard-Frayne
Membre du CA de l'AQDR Ahuntsic/
St-Laurent
Montréal, février 2021
Montréal, février 2021
Montréal, février 2021

Vers une société pour tous les âges...



L'AQDR Ahuntsic/St-Laurent est maintenant très heureuse d'avoir un nouveau membre de son CA, très motivé et compétent, M. Jean-Paul Lahaie. Il est devenu trésorier et responsable du comité du bulletin "La Parole des Aînés".

M. Lahaie vit dans l'arrondissement de Saint-Laurent depuis sa naissance. Il a eu un parcours varié : étudiant en science politique à l'UQAM, mécanicien-électricien à la ville de Montréal, syndicaliste convaincu, responsable du comité d'éducation et action politique et responsable de la production du journal syndical et du site Web. Selon son expression, il croit à la démocratie participative. Il a aussi milité pour les droits des femmes.

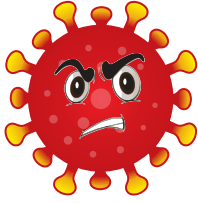
Depuis plusieurs années, M. Lahaie siège au Conseil d'administration du regroupement des retraités cols bleus de Montréal à titre d'administrateur et responsable du site Web.

En dépit de toutes ces activités, M. Lahaie a toutefois trouvé le temps d'être guide à temps partiel de randonnées pédestres pour l'entreprise de sa conjointe Nicole, pendant 40 ans.

L'AQDR Ahuntsic/St-Laurent se félicite d'avoir ce nouveau membre si expérimenté et motivé comme membre de son CA. Il est clair qu'il contribuera de façon très positive à la situation des personnes aînées.

Merci à M. Osvaldo Nuñez, vice-président de l'AQDR Ahuntsic-St-Laurent, d'avoir recruté M. Lahaie pour faire partie du CA de l'AQDR Ahuntsic/St-Laurent, car M. Lahaie fait déjà preuve de son dynamisme, sa motivation et son professionnalisme. Il est un atout inestimable dans notre organisme.

Hélène Robillard-Frayne
Membre du CA de l'AQDR Ahuntsic/St-Laurent
Montréal, février 2021

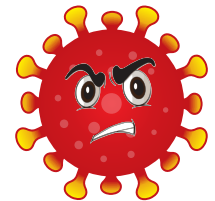
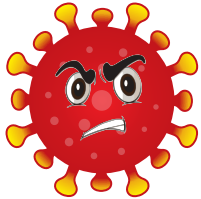


journaldesvoisins.com

Actualités - Calendrier - Annonces - Mag Papier - Contact - Soutenez-nous - Suivez-nous

Accueil - Covid-19 - COVID-19 - Ahuntsic-Cartierville compte ses morts après un an de pandémie

COVID-19 : Ahuntsic-Cartierville compte ses morts après un an de pandémie



NOUS AVONS RÉAGI !!!

COMMUNIQUÉ DE PRESSE DES MALADES CONFINÉS, NON MERCI

L'AQDR Ahuntsic - St-Laurent est un organisme de défense collective des droits des aînés.

Au CHSLD Saint-Laurent, des dizaines de malades mentaux ont été confinés dans leur chambre pendant les derniers mois. La plupart n'ont pu prendre une douche pendant des semaines.

L'AQDR Ahuntsic-St-Laurent proteste énergiquement contre ce genre de traitement inhumain.

Les autorités du Ministère doivent intervenir d'urgence pour redresser ces abus, qu'aucune société civilisée ne devrait tolérer, même en temps de pandémie.

COMMUNIQUÉ DE PRESSE
49 RÉSIDENTS INFESTÉS AUX HABITATIONS ST-FIRMIN, DE L'OMHM

Une pétition de 49 noms circule présentement aux Habitations St-Firmin, au sujet des coquerelles et punaises de lit qui rampent dans leurs logements depuis des semaines, sans que l'Office Municipal (propriétaire du HLM) ne remédie à la situation efficacement.

La compagnie Citron Hygiène est appelée à régler le problème, mais ses méthodes d'extermination ne vont jamais au fond des choses.

À l'AQDR Ahuntsic-Saint-Laurent, nous considérons que de tels problèmes exigent une intervention énergique et déterminante pour aboutir à une solution. Les locataires ont droit à la jouissance paisible et sécuritaire de leur habitation. Nous insistons pour que l'Office municipal responsable des lieux trouve et applique une solution radicale à ce problème d'hygiène urgent. Il en va de la dignité et de la sécurité de tous les locataires de cette résidence.

- 30 -



COUPS DE CŒUR DANS L'OUEST AMÉRICAIN

Le 12 février de 10 h à 11 h30, mon mari Tony et moi avons fait une présentation ZOOM intitulée 'Nos coups de cœur dans l'Ouest américain'. Pour ceux et celles qui n'ont pas pu participer à ce ZOOM et pour ceux et celles qui y étaient, mais qui n'ont pas nécessairement pris de notes, je fais un résumé, étant bien consciente qu'un bref article ne peut que donner une idée de l'Ouest américain.



Une vingtaine de personnes, dont un certain nombre de membres de l'AQDR/ASTL, mais aussi quelques autres représentants d'autres sections de l'AQDR et quelques invités ont participé à ce ZOOM. Plusieurs d'entre eux et elles étaient déjà allés dans l'Ouest américain; comme nous l'a écrit par la suite une des participantes, ça rappelait de bons souvenirs à ceux qui y étaient déjà allés et pour les autres, ça pouvait faire penser à un voyage éventuel, ou, à tout le moins, les informer sur cette partie des Etats-Unis qui mérite d'être connue.

La présentation portait sur quatre Etats, soit l'Utah, le Colorado, le Nouveau-Mexique et l'Arizona. Nous sommes allés à de multiples reprises dans l'Ouest américain, mais la présentation portait surtout sur les 8 fois que nous y sommes allés depuis notre retraite en 2007, la plus récente fois étant en janvier 2020.

Les photos présentées montraient et les commentaires verbaux évoquaient :

- des parcs nationaux et des parcs d'Etat fabuleux,

tels le Grand Canyon, mais aussi Bryce Canyon, Arches, Canyonland, Mesa Verde; des parcs municipaux intéressants, tel le parc derrière le Capitole à Salt Lake City ;

- certains attraits de villes tels Salt Lake City, Park City, Santa Fe, Taos, Sedona ;

- certains aspects de la vie culturelle : salle de concert à Salt Lake City, complexe de cinéma de répertoire multilingue à Salt Lake City, musée autochtone à Flagstaff ;

- des piscines extérieures d'eau thermale à Pagosa Springs et à Glenwood Springs, la plus grande piscine d'eau thermale au monde !

-et, pour être pratiques, certains hôtels et restaurants que nous avons particulièrement appréciés.



Bref, à part les stations de ski où il est dit qu'il y a la plus belle neige au monde, ce qui correspond à notre expérience, ces Etats de l'Ouest américain offrent de quoi satisfaire tous les goûts.

Une mise en garde toutefois : d'une part, la grandeur

des paysages est magnifique, plusieurs secteurs sont très peu peuplés ; la contrepartie, c'est qu'il faut parfois conduire un très grand nombre de kilomètres pour trouver un hôtel ou un motel ou même un restaurant adéquat. Il est donc bon de réserver les hôtels à l'avance et avoir avec soi, dans la voiture, ne serait-ce qu'un sac d'arachides.

Etant une ex-responsable du Comité Transport de



l'AQDR nationale et le transport étant un domaine de très grand intérêt pour Tony, nous avons été positivement impressionnés par le fait qu'il y ait du transport en commun gratuit, ou très peu cher, dans certaines villes telles Salt Lake City et Park City en Utah, Flagstaff en Arizona, ainsi que dans le parc du Grand Canyon. Par contre, pour les longues distances, mieux vaut avoir sa voiture et les routes sont peu

achalandées (sauf sur l'autoroute à 8 voies qui ceinture Salt Lake City) ; les vues sont très souvent magnifiques sur des montagnes, des champs. Les routes sont très bien déblayées et, en général, il n'y a pas de 'nids de poules' et peu de cônes orange.

En terminant : nos remerciements à nouveau à l'AQDR Ahuntsic/St-Laurent qui s'est montrée ouverte à ce que nous fassions cette présentation. Des mercis particuliers à François Marquis, le président, Osvaldo Nuñez, le vice-président, Jean-Paul Lahaie, le trésorier et organisateur logistique de la présentation, Nadia, la coordonnatrice, Malika la secrétaire-comptable.

Hélène Robillard-Frayne
Membre du CA de l'AQDR Ahuntsic/St-Laurent
2è Vice-présidente de l'AQDR nationale

Montréal, février 2021



LE CABBC AU SERVICE DES AÎNÉS



Les appels téléphoniques d'amitié aux aînés, un projet mis en place par le Centre d'action bénévole de Bordeaux Cartierville. Ce service a pour but de créer des liens amicaux entre les aînés de notre communauté et nos bénévoles. Si vous ou l'un de vos proches est intéressé(e) à ce service gratuit, contactez :

Graciela Koehle
Coordonnatrice du projet
Téléphone 514 664 4440
Courriel projet@cabbc.org
Site Web: www.cabbc.org

Nouveau volet du projet appels d'amitié «la lecture au bout du fil »

Contexte de crise : Le service d'appels téléphoniques d'amitié du CABBC a pour but de briser l'isolement social des aînés de 60 ans et plus de notre communauté. Les appels téléphoniques sont maintenus grâce à l'élan de solidarité de nombreux bénévoles. Nous encourageons ces derniers à augmenter la fréquence des appels afin de briser l'isolement des aînés et de les reconforter en cette période difficile. En temps de pandémie, plusieurs aînés se sentent encore plus isolés. Leurs activités sont annulées, leurs habitudes de vie modifiées et l'ennui, bien souvent, s'installe... Les appels d'amitié sont un rayon de soleil dans leur journée!

Description du volet: Lire par téléphone de courts textes littéraires aux aînés participant au projet Appels d'amitié, si possible dans leur langue maternelle.

Nouveau volet du projet appels d'amitié «la musique en cadeau »

Objectifs:

1. Animation aux aînés
 2. Soutien aux bénévoles jumelés
- Description du volet: Jouer au téléphone de courtes pièces musicales au violon ou au piano aux aînés participant au projet Appels d'amitié.

Description du volet: Jouer au téléphone de courtes pièces musicales au violon ou au piano aux aînés participant au projet Appels d'amitié.

Présentation du bénévole musicien : Le musicien

s'appelle Thierry, a 25 ans et a terminé une maîtrise au Conservatoire de musique de Montréal en violon alto. Il est prêt à vous jouer de courtes pièces classiques ou même quelques chansons de musique populaire. Il a déjà fait une série de concert en CHSLD et apprécie beaucoup ce public qui aime prendre le temps d'écouter de la belle musique. Il aime aussi aller voir des concerts d'orchestre et son rêve est d'avoir un poste au sein de l'Orchestre Symphonique de Montréal.

Présentation de la bénévole musicienne : La pianiste s'appelle Suzanne. Après des études de piano et d'orgue à Vincent d'Indy, elle a opté pour une carrière en enseignement des sciences. Maintenant à la retraite, elle s'est remise au piano et adore le calme que lui apporte la musique classique (Beethoven, Bach, Burgmüller, Haendel...). Si vous voulez vous relaxer, c'est avec plaisir qu'elle jouera pour vous.

Présentation de la bénévole chanteuse et musicienne : Alexandra a très récemment complété son baccalauréat en chant classique à l'Université du Québec à Montréal. Bien qu'elle ait étudié en musique classique, elle adore chanter des pièces et des chansons de différents styles et genres. Elle se fera donc un plaisir de vous chanter le répertoire de votre choix!

Démarches pour les aînés qui souhaitent recevoir des appels téléphoniques:

Pour rappel, si vous voulez recevoir des appels d'amitié de la part d'un(e) bénévole :

Contactez la coordonnatrice du projet par courriel ou par téléphone.

Dès qu'un(e) bénévole sera disponible, la coordonnatrice vous appellera. Après avoir donné votre consentement, elle donnera votre numéro de téléphone au bénévole avec lequel vous serez jumelé. Nos bénévoles ne se déplaceront pas à votre domicile!

Extrait du contenu du projet sélectionné par
Nadia Kapinga
Coordonnatrice AQDR-ASTL
Montréal, mars 2021

TRADUCTION DU TEXTE ANGLAIS « THE GOLDEN CAGES.....»

Être une mère, c'est toute une tâche, quand les enfants grandissent et commencent à s'ennuyer.
Lorsqu'ils vieillissent, ils voyagent à l'étranger pour voir l'univers qui est si étrange.
Alors les mères commencent à se sentir mieux, ayant plus de liberté, prenant des positions.
Travailler et jouer nous pouvons comprendre, le rôle d'être mère n'est plus là.
Être une grand-mère est tellement charmant avec des petits bébés si ravissants.
Nous devenons si épanouies, nous demandant ce que l'avenir apportera.
Leur réalité montre un monde désespéré, alors les grands-mères veulent dénoncer
Un monde en douleur, avec des enfants si pâles, que de se choquer et d'être actives est tout un défi.
Elles s'appellent les grands-mères en colère; elles chantent avec un chapeau sur la tête pour rappeler
Que le leadership doit se tenir bien droit; que les aînés doivent briser les plafonds de verre.
Dans les années 50, les personnes âgées étaient 'placées', car trop vieilles pour vivre chez elles.
Pour toutes sortes de raisons elles étaient déracinées, maintenant elles sont déshonorées.
Cet âge d'or est devenu des cages dorées où elles doivent durer.
Aves ces portes dorées avec classe. Être ou ne pas être, quel dilemme !
La répression à l'égard des personnes âgées formule ceci de façon très subtile:

Il est temps de se réveiller et d'agir avec sagesse et clarté !
Nous soucions-nous vraiment de l'avenir de notre humanité?
Répondre à cette question créerait plus de solidarité.
Une grand-mère en colère de Montréal
Marguerite Bilodeau
Le 11 juin 2020

RUBRIQUE DES PETITES ANNONCES

AUTO À VENDRE



NISSAN MAXIMA 2010
COMME NEUVE, IMMACULÉ 113 000 KM
À QUI LA CHANCE?
514 335 4105

Un pacte

Une entente solennelle et libre
Entre des personnes de tout calibre,
Qui désirent et qui rêvent,
Des gens qui, tôt le matin, se lèvent.

Un pacte: est-ce comme un traité
Que l'on signe et où l'on désigne
Les parties qui rechignent?
Malgré tout, veulent-ils la paix?

Mais aujourd'hui, tout est bousculé.
Changements politiques erratiques,
Changements climatiques,
Le champagne n'est pas plus pour lui.

Le Pacte, il l'a écrit jusqu'à minuit.
Il veut que l'on entende ses cris.
Le 22 avril, en 2012, a réjoui
Tous les Québécois enchantés.

En avril 2020, la Terre fut silencieuse.
La pandémie étant si sérieuse,
Ne permettant pas de rassemblement,
Tout le monde était en sacrement.

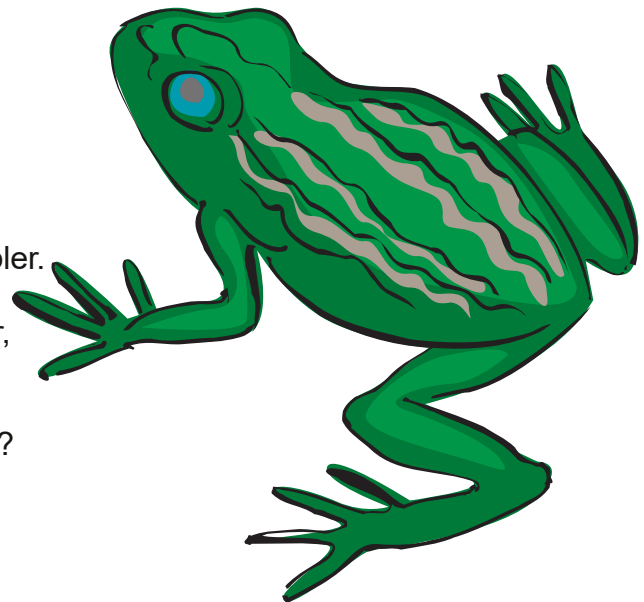
Comme Dominic, je demande
Aux chauffeurs récalcitrants,
D'arrêter leur moteur ronronnant,
Polluer cet air est essoufflant!

Dé nier qu'il y a danger
On abuse de l'air climatisé.
Les canicules se multiplient,,
Cette chaleur continue de nous accabler.

En France, les vallées sont en danger,
Au Mont Blanc et à Chamonix,
Au grand Nord et en Sibérie.
Le pacte de Dominic aura t-il un effet ?

Marguerite Bilodeau

Le 29 juillet 2020



DÉCÈS DE MICHEL LIZEE, UN HOMME REMARQUABLE

Une grande perte pour les retraités

Avec beaucoup de tristesse, nous avons appris le décès de notre cher ami Michel Lizée, survenu à Montréal le 24 janvier 2021, à l'âge de 70 ans. J'ai connu Michel à mon arrivée à Montréal, en 1974. Lui aussi, il était revenu du Chili à la suite du coup d'État du 11 septembre 1973. Jeune économiste progressiste et idéaliste, il s'était rendu dans ce pays pour y travailler, attiré par le projet et le programme du Président Allende de la voie chilienne vers le socialisme démocratique. D'ailleurs, il parlait très bien l'espagnol et a fait partie, avec moi et une vingtaine d'autres personnes, de la mission pan-canadienne d'observation des élections tenues au Chili le 14 décembre 1989.

En tant que coordonnateur du Service aux collectivités de l'UQAM, il a collaboré de façon permanente avec la communauté chilienne de Montréal, en lui facilitant l'accès à des locaux et des salles pour des réunions et des présentations artistiques. Il a appuyé la lutte du peuple chilien contre la dictature de Pinochet et à Montréal, il a soutenu la Fondation Salvador Allende, notamment pour l'érection d'une œuvre d'art dédiée à la mémoire de ce Président, au Parc Jean-Drapeau.

Grand syndicaliste, il a été président de son syndicat, à l'UQAM, durant de nombreuses années et un collaborateur assidu des Centrales syndicales québécoises dans le dossier des régimes de retraite, qu'il maîtrisait à la perfection. On l'appelait souvent le "magicien de la retraite" ou tout simplement "Monsieur Retraite". Moi-même, quand je travaillais au sein du mouvement syndical FTQ, j'ai suivi les séminaires qu'il animait en cette matière. Doté d'un immense talent de pédagogue, il réussissait toujours à vulgariser et à nous faire comprendre ce domaine, parfois très technique et

complexe. Ces connaissances étaient nécessaires pour pouvoir négocier des régimes complémentaires de retraite dans les conventions collectives.

À cause de sa grande expertise en la matière, nous lui avons demandé de donner des conférences pour les membres de l'Association québécoise de défense des droits des personnes retraitées et préretraitées, AQDR, section Ahuntsic - St-Laurent. J'ai animé avec lui, pour

la dernière fois, une rencontre sur les régimes publics de pensions, tenue à la Bibliothèque d'Ahuntsic le 16 mai 2018. Nous utilisons encore le diaporama qu'il avait préparé pour l'occasion. Il aida également de nombreux groupes communautaires et groupes de femmes à créer et à négocier des régimes de retraite.

Personne d'une générosité et d'un dévouement exceptionnels, il a aidé beaucoup de salariés à s'organiser pour ne pas tomber dans la pauvreté et obtenir une meilleure sécurité du revenu à la retraite. Il nous laisse un legs extraordinaire comme expert en matière de régimes de retraite et surtout comme l'artisan infatigable d'une plus grande justice sociale.

Michel, la communauté chilienne de Montréal, les syndicalistes québécois et l'AQDR Ahuntsic - St-Laurent te saluent aujourd'hui avec beaucoup de gratitude.

OSVALDO NUÑEZ

Vice-président de l'AQDR Ahuntsic - St-Laurent
Ex-Président du Conseil chilien du Québec et ex-député fédéral



VIVRE JEUNE JUSQU'À 100 ANS? VIVRE ÉTERNELLEMENT?

La Fontaine de Jouvence a-t-elle distillé un terrible poison?

Lisez cette anecdote* :

Un jour, après une longue vie de plaisirs et de débauche, un homme meurt et se retrouve devant Saint-Pierre. Celui-ci le reçoit avec beaucoup de gentillesse, en lui disant qu'il va trouver dans ce nouvel espace infini et éternel une santé parfaite, des plaisirs variés: paysages d'une beauté merveilleuse, douceur de climat et tous les charmes discrets qu'il aimait tant, femmes voluptueuses, nourritures exquises, vins somptueux, liberté de voyager là où bon lui semble, bref ces choses mêmes qu'il convoitait si fort sur terre. L'homme est enchanté que tant de grâces lui soient accordées et sans plus tarder s'y plonge éperdument. Au bout de quelques siècles de ce régime, la nouveauté est estompée, il demande à rencontrer Saint-Pierre, lui fait part de son ennui et ajoute :

– J'aimerais faire autre chose.

Saint Pierre le rassure :

– Ressaisis-toi, la vie éternelle est le suprême cadeau de Dieu, as-tu vraiment tout essayé ? Continue de voyager et de profiter de toutes les jouissances que tu puisses imaginer.

L'homme acquiesce et replonge dans ce monde de félicité, les siècles passent, mais arrive un moment où il n'en peut vraiment plus et revient vers Saint-Pierre en lui disant :

– Je ne peux plus vivre comme ça, le temps est un supplice, je préfère mourir.

– Impossible lui répond Saint-Pierre, c'est vraiment la seule chose à laquelle je ne peux accéder, mourir est interdit.

Alors je préfère aller en enfer lui déclare l'homme, ça sera sûrement différent là-bas.

– En enfer ? répond Saint-Pierre étonné. Mais où croyais-tu que tu étais ? »

Leçon à retenir : jouissez du temps présent et laissez la vie éternelle à ceux qui y croient.

* Anecdote tirée du livre de Léon Ouaknine, Les Clés du Bien-Vieillir, aux éditions du Dauphin (2017)



Vers une société pour tous les âges...



Christine St-Pierre

Députée de l'Acadie

1600, boulevard Henri-Bourassa Ouest,
bureau 540

Montréal (Québec) H3M 3E2

Tél. 514-337-4278

Courriel : cstpierre-acad@assnat.qc.ca

Chères citoyennes et chers citoyens,

*Un an après le début de la pandémie, la vaccination contre
la Covid-19 progresse rapidement et les beaux jours s'en viennent.*

Je vous souhaite

JOYEUSES PÂQUES!

Santé et Sécurité

LE DRAME DES RETRAITÉS DE LA COMPAGNIE WHITE BIRCH

La décision de la Cour suprême dans la cause des retraités et de leur fond de pension à prestation déterminée de leur ex-employeur White Birch est tombée sur eux comme une avalanche de briques. C'est NON, disent les juges. C'est aussi une grande déception pour les autres groupes de travailleurs qui se trouvent dans la même situation (ex.: Le Groupe Capital Médias)

Un rappel des faits :

Les travailleurs de cette compagnie ont cotisé toute leur vie pour espérer retirer une pension à leur retraite. La compagnie White Birch a fait faillite et a été rachetée par un autre groupe. Le syndicat représentant les employés a négocié (un couteau sous la gorge) la terminaison du fond de retraite à prestation déterminée. Les retraités, qui n'étaient pas partie prenante de la décision de leur syndicat, ont décidé de poursuivre leur syndicat pour mauvaise représentation de leur part et sans les avoir consultés. On connaît le résultat...

Les leçons de cette malheureuse histoire.

Ce ne seront jamais les tribunaux qui feront avancer la cause des travailleurs. Seules les luttes syndicales permettent d'aller chercher des gains espérés.

Les faillites et les fermetures d'usines font partie des malheurs qui accompagnent le système capitaliste. Ce qui reste pour les travailleurs, ce sont les pressions politiques qui permettent de créer des lois qui protégeront les conditions de travail de ceux-ci. Les fonds de pension font partie de ces avantages fragiles et sans protection contre des employeurs

peu soucieux du bien-être de leurs retraités. Il ne faut pas oublier que la pension est une forme de salaire différé. Ces prestations nécessitent une protection parce que ces travailleurs comptent sur ces revenus pour le jour où ils atteignent l'âge de la retraite.

Les solutions existent pourtant et le gouvernement fait présentement la sourde oreille pour régler cette grave injustice. Du côté de l'Ontario, il existe un régime d'assurance qui protège les fonds de pension contre les malheurs qui les accablent. Une loi en ce sens permettrait d'empêcher les compagnies de se payer des "congrés de cotisation" et de mettre en péril la santé financière du régime. Ultimement, l'assurance permet de protéger les revenus des retraités.

Comme le disait le représentant des retraités de la White Birch : "La décision est décevante mais la lutte ne fait que commencer..."

Jean-Paul Lahaie
Trésorier AQDR-ASTL
Montréal, mars 2021



QUELS SONT LES AVANTAGES D'ÊTRE MEMBRE À L'AQDR-ASTL?

- Participer aux activités organisées par les sections locales :
- cafés-rencontre
- conférences avec des professionnels
- séances d'information
- Participer l'assemblée générale annuelle de votre section locale;
- Devenir bénévole pour aider les personnes âgées.

Vous avez droit à des rabais à des compagnies tel que :

- La Capitale
- SécuriGlobe
- Programme Avantages IRIS:
- Des milles de récompense AIR MILES sur certains de vos achats;
- Garantie inconditionnelle IRIS;
- Financement sans intérêt.

En plus d'autres avantages! Tel que:

- Rabais de 20 % chez les marchands de peinture Bétonel;
- Rabais sur certains produits et services du Groupe Forget, audioprothésistes;
- Abonnement gratuit à la revue La Force de l'âge et au bulletin électronique mensuel L'AQDR Express;
- Obtenir de l'information sur les droits culturels, économiques, politiques et sociaux des personnes de 50 ans et plus.



AQDR

Ahuntsic-Saint-Laurent
L'ASSOCIATION QUÉBÉCOISE DE DÉFENSE
DES DROITS DES PERSONNES RETRAITÉES
ET PRÉRETRAITÉES



AQDR

Ahuntsic-Saint-Laurent
L'ASSOCIATION QUÉBÉCOISE DE DÉFENSE
DES DROITS DES PERSONNES RETRAITÉES
ET PRÉRETRAITÉES

TOUTE L'ÉQUIPE

De gauche à droite

Gilles Léveillé
Hélène Robillard-Frayne
Jeannine Roy-Nuckle
Amy Nalbandian
François Marquis, président
Zaida Nuñez
Osvaldo Nuñez, vice-président
Jean-Paul Lahaie, trésorier
Nadia Kapinga, coordonnatrice
Malika Boucherrab, secrétaire-comptable
Samuel Luboya

