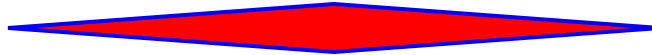


La force des s@ges

Bulletin électronique mensuel de l'AQDR – Sept. 2015 — N° 100

Le tour de l'actualité aînée en quelques clics



Peut-on accroître le militantisme et le bénévolat chez les aînés?

par Jacques Fournier

AQDR Saint-Michel

Paru dans [Le Devoir du 5 août 2015](#).

De nombreux organismes communautaires ont besoin de bénévoles. Peut-on favoriser une augmentation du militantisme et du bénévolat chez les aînés? Si oui, comment?

26 % des aînés font du bénévolat

Selon le [Réseau de l'action bénévole du Québec](#) et l'[Institut de la statistique du Québec](#), plus de 2,4 millions de Québécoises et Québécois âgés de 15 ans et plus font annuellement du bénévolat au Québec. La proportion de bénévoles parmi les 65 ans et plus est d'environ un quart (26,4 %) alors que 32 % des Québécois âgés de 15 ans et plus font du bénévolat

SOMMAIRE

- **Nouvelles des sections – p. 3**
- **Les comités nationaux vous informent – p. 6**
- **Mobilisation des sections de l'AQDR – p. 8**
- **Manifestation du 1^{er} mai – p. 11**
- **Hébergement, services à domicile – p. 13**
- **Santé – p. 15**
- **Sur la place publique – p. 21**
- **Si vous avez le temps de lire – p. 22**
- **Humour – p. 25**

auprès d'organismes. Les jeunes, âgés de 15 à 24 ans, sont le groupe d'âge qui a le plus haut taux de bénévolat (66 %). Par contre, ils donnent beaucoup moins d'heures que leurs aînés : les jeunes de 15 à 19 ans fournissent 110 heures en moyenne par an comparativement aux personnes âgées de 65 à 74 ans, qui donnent 231 heures en moyenne.

Le nombre total d'heures que les personnes âgées de 65 ans et plus offrent compte pour près du cinquième (19 %) des heures dont profitent les organismes au Québec. Les aînés ont une plus grande disponibilité, mais, par contre, leur état de santé est souvent plus fragile.

Déterminer nos priorités

Quand on arrive à la retraite, on doit redéfinir nos priorités de vie. Certains choix s'imposent rapidement : si notre entourage immédiat a besoin d'aide, on se retrouve aidant naturel (ou proche aidant). On peut évidemment concilier plaisir et responsabilité : la garde des petits-enfants est habituellement plus gratifiante que l'entretien ménager chez un beau-frère malade. La théorie de la pyramide des besoins de Maslow s'applique ici : il faut combler les besoins essentiels dans notre environnement immédiat avant, par exemple, de faire du bénévolat pour le club de loisirs voisin. L'état de santé est par ailleurs un facteur déterminant de la capacité à s'impliquer.



L'objectif est d'avoir une retraite équilibrée : sport et plein air (se tenir en santé), loisirs et culture, voyages, visite des amis, cours de toutes sortes, etc. Chacun varie le dosage entre les diverses activités possibles. Normalement, il y a place dans cet équilibre pour le bénévolat. Tout simplement parce qu'on se dit : il faut rendre un peu ce qu'on a reçu. Quand on étudie les diverses motivations possibles du bénévolat (suivre l'exemple des amis, se constituer un réseau, rencontrer des gens, mettre à profit compétences et expériences, être personnellement touché par la cause, contribuer à la communauté, etc.), on se rend compte que plusieurs de ces motivations rejoignent les préoccupations réelles des aînés.

La suite dans les [chroniques de Jacques](#).

Nouvelles des sections

Reconnaissance pour Normande Dallaire de l'AQDR Saint-Félicien Médaille du lieutenant-gouverneur du Québec pour les aînés

Mme Normande Dallaire, grand manitou de « La brèche du temps », a été décorée de la Médaille du lieutenant-gouverneur pour les aînés, le samedi 30 mai dernier, lors d'une cérémonie tenue à la Cité étudiante de Roberval.

L'AQDR Saint-Félicien se réjouit que la candidature qu'elle a soumise ait été retenue par le lieutenant-gouverneur pour reconnaître ses innombrables heures de bénévolat et de don de soi entre autres dans le projet intergénérationnel « La brèche du temps » qu'elle a si bien dirigé de 2008 à 2013.

Depuis son tout jeune âge, Mme Dallaire s'est dévouée grandement à la pastorale de son milieu, participa à la vie de sa paroisse en étant animatrice, auxiliaire de communion et en présidant des ADACE à l'église et des cérémonies d'adieu. Depuis plusieurs années, la télévision communautaire, le Festival des Camionneurs de La Doré, l'AQDR et Le Moulin des Pionniers ont bénéficié ou bénéficient encore de sa grande implication bénévole.

En 2008, c'est avec empressement qu'elle répond à l'appel de l'AQDR Saint-Félicien pour créer un pont intergénérationnel de l'histoire dans une école. Avec son sens aiguisé de persuasion, elle dénicher des aînés qui acceptent de vivre l'aventure de « La brèche du temps » (projet qui fait voyager les jeunes dans le temps par le biais de mystérieuses lettres du passé pour comparer hier à aujourd'hui). Les élèves répondent par le biais de la fameuse brèche. De surprise en surprise, les élèves améliorent leur français écrit tout en apprenant d'où ils viennent. L'aventure se conclut par la rencontre des correspondants.

En 2009, les prix remportés permettent d'étendre l'expérience à Albanel, Saint-Prime, Saint-Félicien et finalement à Normandin en 2013. Toujours avec le même feu, elle recrute des aînés pour chaque édition. Elle dirige, anime les passionnantes réunions et fait un succès de chaque

édition où l'originalité est maître. Octobre 2012, c'est la MRC Domaine-du-Roy qui décerne la Mention HD (haute distinction) à ce projet. Au total, c'est plus de 275 personnes qui ont connu les joies de « La brèche du temps » avec le charisme et l'enthousiasme de Mme Normande Dallaire.

« La brèche du temps » lui donna ensuite l'idée d'utiliser les écrits du passé pour animer le site du Moulin des Pionniers de La Doré. C'est ainsi que naît « Les Pionniers au Moulin » en 2010. Depuis, elle dirige bénévolement une trentaine d'aînés qui animent le site historique l'été par les lettres du passé.

Cette « mordeuse » dans la vie, aime les gens et l'action, connaît la valeur de l'histoire et sait intéresser l'auditoire de toute génération. Elle a un grand cœur et est toujours prête à aider. C'est un beau modèle de générosité, d'implication et d'abnégation. À 79 ans, elle a toujours la fougue, la foi, la passion et l'amour qui la caractérise si bien. Voilà une grande dame! Bravo!



Mme Normande Dallaire, entourée de leurs Honneurs, l'honorable Pierre Duchesne et Mme Ginette Lamoureux, et accompagnée de son mari, M. Normand Dallaire. Rappelons que la candidature de Mme Dallaire a été présentée par l'AQDR Saint-Félicien qui a été épatée par son dynamisme, sa vivacité et ses talents de rassembleuse.

© Photo Marie Landreville

2^e Salon des ressources communautaires pour les 50 ans et plus **L'AQDR Des Moulins vous invite à « Vieillir en prévenant les tracas »**

Afin de prévenir certaines problématiques engendrées par le vieillissement de la population, l'Association québécoise de défense des droits des personnes retraitées et préretraitées, AQDR Des Moulins, propose à la population la deuxième édition du Salon des ressources communautaires pour les 50 ans et plus.

« Ce salon des ressources est pour nous une façon très concrète de remplir notre mission et de protéger les droits des aînés, qu'ils soient économiques, culturels, politiques ou sociaux, affirme Thérèse Hoyas, présidente du conseil d'administration de l'AQDR des Moulins. L'AQDR n'est qu'une seule ressource, mais en nous unissant à d'autres organismes, nous pouvons réellement faire une différence et améliorer les conditions de vie des aînés. »

Lire la suite sur le site du journal [Le Trait d'Union](#).



Le Salon des ressources communautaires pour les 50 ans et plus, qui accueillera plus d'une trentaine d'organismes au Pavillon du Grand Coteau à Mascouche, se tiendra le 12 septembre de 9 h à 17 h

© Photo TC Media — CM

L'AQDR dans les médias



Intervention de Judith Gagnon, présidente de l'AQDR nationale **Les aînés et l'épargne**

Le chef conservateur Stephen Harper estime que le CELI est une bonne façon d'épargner pour les aînés. Mais, comme l'explique David Savoie, la question de l'épargne semble un problème pour les retraités puisqu'ils sont de plus en plus nombreux à faire faillite.

Par le biais de sa présidente, Judith Gagnon, l'AQDR dénonce la faiblesse des pensions de vieillesse et du supplément de revenu garanti. Certains aînés ne reçoivent que 16 000 \$ par année. « Minimalement, il faudrait que le supplément de revenu garanti soit haussé pour que les gens soient au moins au seuil de la pauvreté », ajoute Mme Gagnon.

[Audio] Pour écouter le [reportage de David Savoie](#).

Lettre d'opinion de Pauline Robert de l'AQDR Granby **L'âgisme, encore l'âgisme, toujours l'âgisme**

Dernièrement, j'assistais à un spectacle d'humour au Palace de Granby. Un des humoristes demandait de signifier, par des cris et des applaudissements, quels groupes d'âge étaient dans l'assistance. Chaque groupe s'est exécuté sous le regard amusé de l'humoriste.

Quand le groupe des 70 ans a crié et applaudi comme les autres, la réaction de l'artiste a été choquante. « Tiens, un groupe de l'âge d'or venu en autobus! » Pourquoi une telle remarque désobligeante envers notre groupe? Se peut-il que des personnes âgées se soient présentées par leurs propres moyens? Et même si elles étaient venues par autobus, quelle est la raison d'une remarque aussi vexante?

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

Participation de l'AQDR nationale à deux commissions parlementaires

Un automne chaud avec quatre projets de loi à surveiller

Quatre projets de loi sont à surveiller cet automne. La Commission de l'économie et du travail entendra les représentants de l'AQDR sur le projet de loi n° 58 alors que la Commission de l'aménagement du territoire recevra les représentants de l'AQDR pour le projet de loi n° 492. Les hyperliens mènent à la page de chacun des projets de loi sur le site de l'Assemblée nationale. Pour de plus amples informations, surveillez le site Internet de l'AQDR ainsi que les prochains numéros de La Force des s@ges.

[N° 56 — Loi sur la transparence en matière de lobbyisme](#)

Étapes de cheminement : Présentation

[N° 57 — Loi modifiant la Loi sur les régimes complémentaires de retraite principalement quant au financement des régimes de retraite à prestations déterminées](#)

Étapes de cheminement : Présentation

[N° 58 — Loi regroupant la Commission administrative des régimes de retraite et d'assurances et la Régie des rentes du Québec](#)

Étapes de cheminement : Présentation — Consultations particulières

DATE IMPORTANTE : Dépôt d'un mémoire et audition de l'AQDR

— Lundi 31 août 2015 à 14 h

Plus d'informations sur la [page du projet de loi n° 58](#) du site Internet de l'AQDR nationale.

[N° 492 — Loi modifiant le Code civil afin de protéger les droits des locataires aînés](#)

Étapes de cheminement : Étude détaillée en commission — Présentation — Adoption du principe

DATE IMPORTANTE : Dépôt d'un mémoire et audition de l'AQDR

— Jeudi 17 septembre 2015 à 16 h 30

Loi sur la transparence en matière de lobbyisme L'AQDR Centre-du-Québec réagit au projet de loi 56

Les OSBL participant à la campagne « Mon OSBL n'est pas un lobby » sont consternés par le contenu du projet de Loi 56, remplaçant la Loi sur la transparence et l'éthique en matière de lobbyisme. L'adoption de ce projet de loi, déposé le 12 juin 2015 par le ministre Jean-Marc Fournier, aurait de graves conséquences sur tous les OSBL et sur la participation citoyenne tout en inondant le registre des lobbyistes de renseignements déjà publiques. Par conséquent, la détermination des OSBL s'en trouve renforcée. En plus de leur participation prochaine aux consultations, les OSBL encouragent la population à agir, entre autres, en signant la [pétition sur le site de l'Assemblée nationale](#) (NDLR : La période de signature de la pétition est terminée).



Le projet de loi intègre tous les OSBL comme des lobbyistes. « C'est un non-sens », s'insurge Mercedes Roberge, coordonnatrice de la Table des regroupements provinciaux d'organismes communautaires et bénévoles. « Ainsi, la soupe populaire, le club de lecture et

le groupe d'entraide seraient des lobbyistes, et ce, au même titre que les industries pharmaceutiques et pétrolières », ajoute-t-elle.

Le projet de loi limite l'exercice de la démocratie et de la citoyenneté, brime les droits d'association et d'expression. « Comment les mouvements sociaux pourront-ils jouer pleinement leur rôle? » Dans le cas de la Fédération des maisons d'hébergement pour femmes, sans s'inscrire au registre, il aurait été impossible de même contacter le gouvernement afin qu'il se dote d'une politique en violence conjugale, d'un plan d'action avec des engagements clairs et actualisés, notamment en matière de financement des services d'aide aux victimes et de sensibilisation. « C'est stupéfiant! » affirme Marie-Hélène Senay, coordonnatrice en communication et analyste de cette fédération.

L'AQDR nationale et les quarante-quatre sections à travers le Québec dont la section AQDR Centre-du-Québec, s'opposent à ce projet de loi qui limite la participation citoyenne.

Les comités nationaux vous informent

Un 3^e colloque pour l'AQDR nationale

Fidèle à sa politique de soutien auprès de ses membres, l'AQDR nationale a élaboré un colloque portant sur les chutes accidentelles à domicile chez les aînés. Il est connu qu'au Québec, un million d'aînés de 65 ans et plus vivent à domicile et que le tiers fera une chute au cours de l'année. L'AQDR est préoccupée par les conséquences des chutes des aînés sur leur autonomie. Le colloque de l'AQDR s'inscrit dans le cadre de la défense des droits des aînés à un logement sécuritaire, à l'accès à des services de santé à domicile, à des programmes d'aménagement domiciliaire, au respect de leur autonomie, de leur qualité de vie et de leur dignité.

L'intérêt pour le colloque est déjà palpable et le comité organisateur souhaite en faire un véritable succès auprès de ses 27 000 membres répartis dans 45 sections à travers le Québec. Aînés, proches parents, aidants naturels, soignants, tous ont un intérêt à parfaire leurs connaissances et à relever le défi des chutes accidentelles chez les citoyennes et les citoyens aînés qui vivent à domicile.

Prévenir les chutes chez les aînés à domicile.
Mon autonomie j'y tiens!



Jeudi 8 octobre 2015, à l'Hôtel Gouverneur Place Dupuis, à Montréal.

Des conférenciers spécialisés présenteront leurs recherches et partageront leurs connaissances étendues avec les participants. La journée sera animée par la journaliste Françoise Guénette connue pour son dynamisme. Régine Laurent, présidente de la FIQ et invitée d'honneur, nous entretiendra de son expérience et donnera le ton à une journée des plus enrichissantes.

Information et inscription : <http://www.aqdr.org/colloque2015>.

Date limite pour bénéficier du tarif préférentiel pour les membres de l'AQDR et les organismes communautaires : **le vendredi 11 septembre 2015.**



Est-ce que le CHUM aussi pourrait brûler?

par Guillaume Hébert

Encore des raisons de frissonner devant les partenariats public-privé (PPP). Une fois de plus, c'est d'Angleterre que nous viennent les nouvelles qui minent plus avant la crédibilité de cette formule déjà terriblement amochée pour la construction d'infrastructures. On apprenait la semaine dernière dans le journal *The Independent* que le tout premier hôpital construit en vertu



de la formule PPP en Grande-Bretagne, le Cumberland Infirmary de Carlisle, présente des risques majeurs d'incendie. Après le dépôt d'un rapport produit par une commission indépendante, un porte-parole des pompiers a confirmé que l'hôpital en question constituait « l'un des plus gros risques d'incendie » dans cette ville du nord-ouest de l'Angleterre.

La suite dans [Le Journal de Montréal](#).

La cour maintient le mur entre le public et le privé

La Cour supérieure vient renforcer le principe d'étanchéité entre les systèmes de santé public et privé en refusant aux médecins participants au régime public et aux non-participants de pratiquer ensemble au sein d'un même centre médical spécialisé.

Dans un jugement livré le 16 juin dernier, la juge Marie-France Courville rejette un recours intenté en 2010 par la Fédération des médecins spécialistes du Québec (FMSQ), alors sous la présidence de l'actuel ministre de la Santé, Gaétan Barrette, et l'Association des anesthésiologistes du Québec qui contestaient l'article 333.3 de la Loi sur les services de santé et les services sociaux. Cet article prévoit qu'un centre médical spécialisé doit choisir de travailler avec des médecins participants, payés par la RAMQ, ou des médecins non participants, qui sont payés par le privé, mais qu'ils ne peuvent pas faire les deux à la fois.

La suite dans [Le Devoir](#).



La santé, ce n'est pas que l'accès à un médecin

par David Bergeron

Le système de santé québécois dans sa forme actuelle, c'est-à-dire constitué d'une gamme de services de santé et de services sociaux accessibles à l'ensemble de la population, demeure un des piliers du Québec moderne. Ce système public a été instauré au début des

années 1970 à une époque où des politiciens plus grands faisaient progresser notre Québec vers un idéal de société plus égalitaire où il ferait bon vivre. Jacques Parizeau était un de ceux-là!

Cette époque est révolue. Depuis l'élection du gouvernement Couillard en avril 2014, on assiste au saccage de l'État québécois, qui s'exprime par un mépris et un sous-financement de nos services publics. L'entente signée il y a deux semaines par le ministre de la Santé, Gaétan Barrette, et le président de la Fédération des omnipraticiens, Louis Godin, n'augure rien de positif. Cette entente a pour effet de miner les services sociaux publics en les grevant d'un financement adéquat, alors que l'on exonère de l'autre main les médecins de leur obligation de solidarité.

La suite dans [Le Devoir](#).

Couper maintenant, réfléchir ensuite

Le ministère de la Santé demande aux établissements de revoir la « pertinence des soins et des services en santé physique » à la hauteur de 150 millions de dollars dans le budget actuel. Mais les chantiers de l'Institut national d'excellence en santé (INESSS), qui doivent développer les lignes directrices pour aider les établissements à définir ce qui est pertinent ou non, viennent à peine de débiter et les résultats ne seront pas connus avant 12 à 18 mois, a appris Le Devoir.

En août 2014, le ministère de la Santé a mandaté l'INESSS pour qu'il revoie la pertinence de certains services offerts dans le réseau. En se basant sur les données scientifiques les plus récentes, les experts de l'INESSS vont ainsi plancher sur 14 chantiers pour déterminer les meilleures pratiques et répertorier les soins et services qui ne sont plus pertinents.

La suite dans [Le Devoir](#).



Coupes en santé : votre région est-elle plus touchée que les autres?

Par Roxane Léouzon et Naël Shiab

Selon une analyse de Métro, les coupes imposées par Québec sont réparties inégalement dans la province. Les régions sont les grandes perdantes des compressions en santé.



Dans le Nord-du-Québec, la région la plus touchée, l'effort budgétaire demandé aux établissements de santé pour 2015-2016 correspond à 268,03 \$ par habitant, ce qui équivaut à une compression de 6,68 %. Par comparaison, dans Lanaudière, la région la moins touchée subit une compression de 26,81 \$ par personne, soit 1,96 % de son enveloppe.

La suite dans le [journal Métro](#).

L'omerta en santé, parlons-en!

par Olivier Martin et Mathieu Francoeur

Mouvement des personnes handicapées pour l'accès aux services (PHAS). Dernièrement, plusieurs articles parus dans Le Devoir rapportaient l'omerta sévissant dans le réseau de la santé et des services sociaux (voir l'encadré). La loi du silence s'imposerait aux travailleurs et travailleuses, aux usagers et aux proches susceptibles de dénoncer, ou à tout le moins de témoigner des problématiques vécues. Certains dénonciateurs ayant même fait l'objet de représailles et de réprimandes.

Comment faire respecter les droits des usagers dans une telle situation? Le ministre Barrette « reconnaît que le climat est “malsain” dans le réseau de la santé, et parle même d’une “chasse

aux sorcières” », ajoutant du même souffle qu’« il n’est pas question que les sonneurs d’alerte soient pénalisés de quelque manière que ce soit, c’est ma position absolue ». Quelles mesures prendra-t-il pour s’en assurer?

La suite dans [Le Devoir](#).

Laval : autre vague d’abolition de postes prévue

Quelque 111 postes seront abolis au Centre intégré de santé et de services sociaux (CISSS) de Laval qui a présenté son budget pour l’année 2015-2016, le 29 juillet. « Totalisant la somme de 14 734 600 \$ (dans un budget de 698 889 305 \$), ces mesures d’optimisation seront réalisées au cours de la prochaine année tout en assurant le maintien des services auprès de la clientèle, en favorisant une plus grande fluidité et une intégration de ses services », indique-t-on dans un communiqué envoyé au lendemain de la présentation du budget.

La suite dans le [Courrier de Laval](#).

Les enjeux de la réingénierie (lean)

Voici la [première d’une série](#) de trois capsules (durée de 5 minutes) portant sur le RÉCIFS (Regroupement, Échanges, Concertation des Intervenantes et des Formatrices en Social) et les enjeux auxquels il fait face. Dans le cadre de cette première capsule, Audrey Gonin, professeure à l’UQAM, parle de la méthode Lean et de ses enjeux sur la pratique. Ces capsules ont été réalisées par cinq étudiantes, Valérie, Vicki-Joyce, Alexandra, Isabelle et Grace, du cours de Mobilisation et action collective en travail social de l’UQAM, à la session d’hiver 2015.



Interventions de l’AQDR dans le dossier de l’âge de la retraite

Le gouvernement Couillard a finalement reculé malgré la volonté des congressistes du Parti libéral de hausser l’âge de l’admissibilité à la RRQ. L’AQDR est en défaveur de cette hausse.

Entrevue de Serge Gravel du comité Revenu et fiscalité de l’AQDR nationale, au canal Argent — [À la une, émission du 11 juin 2015](#) (23 minutes).

Entrevue de Jacques Fournier, membre du comité Communications, AQDR nationale, à [Salut bonjour](#), réseau TVA, le 15 juin 2015 (3 minutes).



Centre d'hébergement Cooke de Trois-Rivières **Vidéo d'aînés en détresse dans une résidence :** **des lacunes humaines en cause**

Les gestionnaires de la résidence Cooke à Trois-Rivières admettent que des lacunes humaines ont mené à la vidéo dans laquelle on voit deux personnes âgées allongées sur le sol, incapables d'obtenir de l'aide.

Le soir du 14 juillet, quand une femme a filmé les images qui ont fait le tour du Québec, la moitié du personnel de la résidence Cooke était en pause repas, les trois intervenants au travail à l'unité étaient occupés avec des bénéficiaires derrière des portes fermées, ou encore inaccessibles. De plus, aucun système ne permettait à la visiteuse d'appeler à l'aide efficacement. Ces trois points représentent l'essentiel de l'analyse interne menée par la résidence Cooke sur la vidéo qui a choqué le Québec.

Lire la suite dans [Le Journal de Montréal](#).

Résidence Cooke: **Barrette reconnaît les problèmes d'organisation**

Le ministre de la Santé, Gaétan Barrette, convient qu'il existe des problèmes d'organisation dans les soins prodigués aux résidents des centres d'hébergement. Et il entend bien s'attaquer à ces problèmes.

Il a dit mercredi qu'il allait donner suite aux recommandations formulées dans le rapport d'enquête sur les circonstances entourant la découverte de deux personnes âgées gisant au sol et laissées à elles-mêmes de longues minutes après être tombées de leur lit au Centre d'hébergement Cooke, en Mauricie. Ce rapport « ne peut pas être tabletté », a commenté le ministre Barrette, en point de presse.

Plus d'informations dans La Presse du [17 août](#) et du [19 août](#) 2015.

Le rapport d'analyse et le plan d'action qui en découle sont disponibles sur le site Internet du CIUSSS MCQ à l'adresse suivante : www.ciuusssmcq.ca/documentation/publications

CHSLD : les caméras sont légales, dit le Protecteur du citoyen



Un CHSLD ne peut empêcher un résident ou son représentant légal d'installer une caméra de surveillance dans la chambre sans son autorisation, tranche le Protecteur du citoyen. Ce chien de garde, qui relève de l'Assemblée nationale, juge invalide, du moins en partie, la politique mise en place l'automne dernier par le CISSS de Laval, le premier à avoir restreint l'utilisation des caméras. Il est intervenu à la suite d'une plainte alléguant que les « lignes directrices »

adoptées par le CISSS « comportaient certains éléments de nature à léser les droits des usagers ». Il conclut que certains éléments sont en effet « plus restrictifs que nécessaire ».

La suite dans [La Presse](#).

M. Couillard, ne touchez pas à nos centres de jour

par Anita Boudreau

Citoyenne québécoise de 83 ans, bénéficiaire reconnaissante du centre de jour de pointe-aux-trembles

Monsieur le premier Ministre,

Nous sommes des citoyens et citoyennes à part entière. Nous avons travaillé toute notre vie, avons payé des impôts et continuons d'en payer. Nous avons contribué à l'économie du Québec et avons participé à le bâtir. La société nous doit respect et reconnaissance. Nous avons droit à tous les services que requiert notre situation.

J'habite seule. Avant, je prenais des antidépresseurs, je ne m'alimentais pas suffisamment, je visitais les hôpitaux très souvent. Aujourd'hui, depuis que je fréquente le centre de jour de Pointe-aux-Trembles, je suis sortie de mon isolement morbide, je ne prends plus d'antidépresseurs, je m'alimente normalement et je me garde éloignée des hôpitaux, ce qui permet aux cas plus urgents d'avoir un lit.

La suite dans [La Presse](#).

Lire aussi : « Centres de jour : le syndicat s'inquiète d'une diminution de la qualité des services », sur [Radio-Canada](#).

Financement par statistiques dans le réseau de la santé : une bombe à retardement

Marc-Olivier Pagé est travailleur social et responsable politique de l'Alliance du personnel professionnel et technique de la santé et des services sociaux (APTS) en Montérégie. En lien avec la situation actuelle dans le réseau de la santé, il signe le billet : « Financement par statistiques, une bombe à retardement ».

La population doit s'inquiéter vivement des effets pervers de la « gestion par statistiques » utilisée largement dans le réseau de la santé et des services sociaux, tout particulièrement pour les services à domicile. Ces statistiques conditionnent en partie les budgets que reçoivent les établissements. Cadences et quotas sont leur lot quotidien. L'obsession du ministère de la Santé et des Services sociaux pour la pseudo-performance et les statistiques va finir par faire sauter le presto. Ce système fou est une machine à épuisement professionnel.

La suite sur [Info Suroit](#).



LUTTE CONTRE L'AUSTÉRITÉ

Les aînés et l'austérité Hochelaga-Maisonneuve réagit à l'austérité

Le Comité de défense de droits de La Table de quartier Hochelaga-Maisonneuve (LTQHM) dénonce vivement les mesures d'austérité qui attaquent plusieurs droits sociaux. Cinq minutes de [présentation sur YouTube](#).

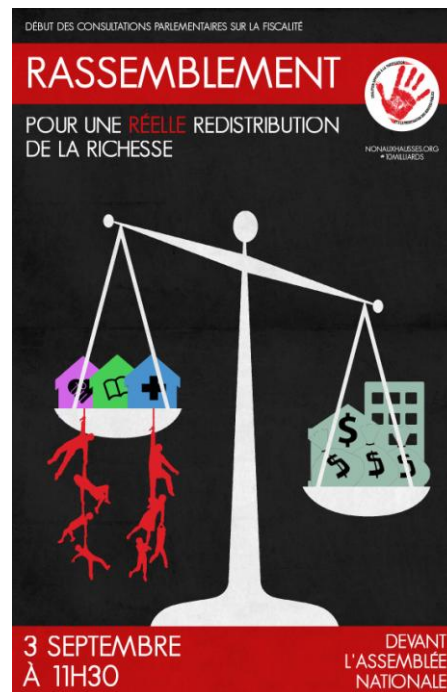


M. Jean Carette

Action de mobilisation à Québec à l'occasion de la Commission parlementaire sur la fiscalité, le 3 septembre 2015

La Coalition opposée à la tarification et à la privatisation des services publics (Coalition Main rouge, dont l'AQDR est membre) a retenu la première journée des auditions publiques de la Commission parlementaire sur la fiscalité, **le jeudi 3 septembre**, à 11 h 30, pour tenir un rassemblement devant l'Assemblée nationale à Québec.

À la rentrée de septembre, la Commission sur les finances publiques de l'Assemblée nationale tiendra des consultations sur le rapport de la Commission d'examen sur la fiscalité québécoise (Commission Godbout). Rappelons que l'an dernier, les consultations menant à ce rapport ont été qualifiées de « bidons » par plusieurs, dont la Coalition Main rouge. La légitimité de cette commission, présidée par l'économiste Luc Godbout, a aussi été largement contestée. Quant aux invitations à participer aux consultations sur ce rapport, elles ont été transmises à un groupe très restreint. Il est clair que le « dialogue social » annoncé au départ pour cette démarche n'en est pas un!



Une mine d'informations utiles!

Obtenez des renseignements sur les services, les prestations, les initiatives et les programmes que les gouvernements fédéral et provincial, et certaines municipalités, offrent aux aînés du Québec.

Cliquez sur le lien suivant pour accéder à des renseignements et des ressources pouvant vous aider en tant qu'aîné ou aidant naturel : <http://www.seniors.gc.ca/fra/index.shtml>.

Le lien suivant est une vidéo vous indiquant la façon de procéder pour faire vos recherches : <http://www.seniors.gc.ca/fra/ai/qc/index.shtml>.

N'hésitez pas à partager l'information dans votre entourage et sur vos réseaux!

Rabais aux aînés

En prenant notre retraite, nos revenus diminuent et nous devons regarder un peu plus à la dépense. Cependant, il y a plusieurs endroits où on offre des rabais aux personnes âgées. Il n'y a pas de règles précises, il faut s'informer. Voici ce qui a été trouvé sur le net.

Dans le domaine du loisir :

- Le centre de ski Owl's Head, en Estrie, offre aux personnes de 65 ans+ de skier tous les jours de l'hiver à partir de 20 \$.
- La vaste majorité des terrains de golf réduit les prix pour les joueurs d'un certain âge.
- Le Ciné-club 65+ du cinéma de répertoire Excentris propose des projections gratuites pour les cinéphiles ayant plus de 65 ans.
- YMCA : 15 % pour un abonnement d'un an aux 60 ans+.
- Plusieurs centres de conditionnement physique offrent des réductions, il faut s'informer.

Si vous magasinez les journées moins achalandées, il se peut que vous puissiez économiser. Demandez-le à votre magasin préféré.

- Archambault Musique : 10 %, aux personnes de 60 ans+.
- La Baie d'Hudson : 15 %, le premier mardi de chaque mois aux 60 ans+.
- Canadian Tire : 10 %, le premier mercredi du mois aux 65 ans+.
- Renaud-Bray : 10 %, le mercredi aux personnes de 65 ans+.
- Réno-Dépôt : 10 %, le premier mardi du mois aux 60 ans+.
- Rona-L'Entrepôt : 10 %, le premier mardi du mois aux 65 ans+.

Quant aux pharmacies, la grande majorité offre des rabais aux personnes âgées, mais jamais sur les médicaments.

- Pharmacie Brunet : 10 %, aux 60 ans+ avec la carte privilège.
- Pharmacie Jean Coutu : 10 %, tous les mercredis aux 65 ans+.
- Pharmaprix : 20 %, le dernier jeudi du mois, aux 55 ans+ avec la carte Optimum.
- Uniprix : 10 %, en tout temps, avec la carte Optimum.

L'hébergement aussi offre des rabais assez intéressants.

- Hôtel Best Western : 10 % aux 55 ans+ s'ils sont membres de l'AARP/CARP.
- Hôtel Days Inn : tarifs réduits aux 60 ans+ selon les hôtels participants.
- Hôtel Fairmount : tarifs réduits pour les 55 ans+.
- Hôtel Hilton : 5 % aux 60 ans+ à la condition d'être membre de l'AARP/CARP.
- Hôtel Marriott : 15 % aux personnes de 62 ans+.
- Hôtel Radisson : tarifs réduits pour les 60 ans+.
- Hôtel Travelodge : tarifs réduits aux 60 ans+ selon les endroits participants.

Les services de transports offrent des rabais alléchants aux personnes de 65 ans+. D'autres services de transport en offrent aussi. Informez-vous auprès de votre municipalité.

- Laval (STL) : GRATUIT.

- Longueuil (RTL) : 40 % (gratuit en période hors pointe).
- Montréal (STM) : 40 %.
- Québec (RTC) : 50 %.
- Sherbrooke (STS) : 24 %.
- Trois-Rivières (STTR) : 21 %.
- Greyhound Autobus : 10 % aux 62 ans+.
- VIA Rail Train : 10 % aux 60 ans+.

Source : [La Presse](#).



Des romans qui concilient philosophie et psychothérapie

(JF) Je vous suggère trois œuvres du psychothérapeute américain Irvin Yalom, toutes parues dans le Livre de poche.

Et Nietzsche a pleuré

Venise, 1882. La belle et impétueuse Lou Salomé somme le Dr Breuer de rencontrer Friedrich Nietzsche. Encore inconnu du grand public, le philosophe traverse une crise profonde due à ses relations orageuses avec Lou Salomé et à l'échec de leur ménage à trois avec Paul Rée. Friedrich Nietzsche ou le désespoir d'un philosophe.

La Méthode Schopenhauer

Lorsqu'à l'occasion d'un bilan de santé de routine, on découvre un mélanome sous son omoplate droite, Julius Hertzfeld comprend que ses jours sont comptés. Un an tout au plus, lui annonce son dermatologue. Julius, 65 ans, vit à San Francisco où il exerce la profession de psychothérapeute. Le premier moment d'angoisse surmonté, il décide de vivre ses derniers mois comme il a toujours vécu. Et il s'interroge : « A-t-il vraiment réussi à aider ses patients? » Au cœur de ce voyage où chacun cherche un sens à la vie, Schopenhauer, penseur du détachement et précurseur de la psychanalyse, dont Irvin Yalom, nous retrace la vie.



Le Problème Spinoza

Amsterdam, février 1941. Le Reichleiter Rosenberg, chargé de la confiscation des biens culturels des juifs dans les territoires occupés, fait main basse sur la bibliothèque de Baruch Spinoza. Qui était-il donc ce philosophe, excommunié en 1656 par la communauté juive d'Amsterdam et banni de sa propre famille, pour, trois siècles après sa mort, exercer une telle fascination sur l'idéologue du parti nazi? Irvin Yalom explore la vie intérieure de Spinoza, inventeur d'une éthique de la joie, qui influença des générations de penseurs.



Le président

Un soir, le Président Obama et sa femme Michelle décident de casser la routine et de dîner dans un restaurant ordinaire, pas luxueux.

Une fois assis, le propriétaire du restaurant demande aux services secrets du Président, l'autorisation de parler à la Première Dame en privé. Ils acceptent et Michelle a eu une conversation avec lui.

À la suite de la conversation, le Président demande à Michelle pourquoi il voulait lui parler. Elle répond que, quand elle était adolescente, il était amoureux fou d'elle. Le Président dit alors : « Donc, si tu l'avais épousé, tu serais aujourd'hui propriétaire de ce charmant restaurant? », ce à quoi elle répond : « Non, si je l'avais épousé, il serait Président. »

Enterrement d'un cardiologue

Ça se passe au cimetière. Au moment de l'inhumation d'un célèbre cardiologue, de nombreux confrères sont présents. Pour la circonstance (vu qu'il est cardiologue), l'entrée du caveau a été ornée d'un énorme cœur de deux mètres de haut, fait avec des fleurs, et le cercueil est placé devant. Après le sermon et les adieux, le gigantesque cœur s'entrouvre, le cercueil est placé à l'intérieur puis le cœur se referme.

Tout le monde est silencieux, triste, mais ébloui par cette démonstration très significative. Soudain, un homme éclate de rire. Son voisin le réprimande d'un air sévère : « Chut! Mais qu'est-ce qui vous prend de rire comme ça? »

Et l'homme de répondre : « Je pense à mes obsèques : je suis gynécologue ».
(Source : Claude Trudel, AQDR Mékinac)

Les biscuits

Un banquier, un travailleur et un immigrant sont assis à table devant 20 biscuits. Le banquier s'empare de 19 biscuits et dit au travailleur : « Attention, l'immigrant veut prendre ton biscuit. »

LA FORCE DES S@GES – Bulletin électronique de l'AQDR

Rédactrice en chef par intérim : Lyne Baillargeon
Responsable section Santé et services sociaux : Jacques Fournier
Révision : Pauline Robert
Mise en page : Gilles Boucher

Responsabilité : comité Communications de l'AQDR

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

Numéro d'octobre 2015

Envoyez vos textes avant le 15 septembre

À : fds@aqdr.org



AQDR

AQDR nationale

ASSOCIATION QUÉBÉCOISE DE DÉFENSE
DES DROITS DES PERSONNES RETRAITÉES
ET PRÉRETRAITÉES