

L'Écho de la Pointe



AQDR

Pointe-de-l'Île de Montréal

Volume 7, n° 1
Avril-Mai-Juin-Juillet-Août 2020


Édition spéciale



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

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

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

Site web : aqdr-pointedelile.org ♦  facebook.com/aqdrpdi

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

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

SOMMAIRE

Mot du président _____	3
Activité à venir _____	4
Assemblée générale annuelle de l'AQDR-PDÎ _____	5
Programme Pair à Rivière-des-Prairies _____	6
15 juin : Journée mondiale de lutte contre la maltraitance envers les aînés _____	6
Le projet <i>Aînés actifs à vélo</i> est ANNULÉ à l'été 2020 _____	7
Cours d'informatique _____	8
Prix Hommage bénévolat-Québec _____	9
Bravo et merci à nos anges gardiens _____	9
Coronavirus COVID-19 _____	10
Arrondissement RDP-PAT _____	11
Ressources aux citoyens RDP-PAT _____	12
Ville de Montréal-Est _____	14
Arrondissement Anjou _____	15
Arrondissement MHM _____	16
Une activité intergénérationnelle _____	17
Je deviens bénévole à l'AQDR-PDÎ _____	18
Être membre à l'AQDR-PDÎ _____	18
Les soupers <i>Fraternité</i> _____	19
Nos partenaires _____	19
Anniversaires des membres _____	23

*Conception et réalisation :
Diane Lamontagne, membre bénévole*

**Les membres du
Conseil d'administration de
l'AQDR-PDÎ 2019-2020**



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

Président :	Jean-Paul Tremblay
1 ^{er} Vice-président :	Ivan Dussault
2 ^e Vice-président :	Gilles Grenier
Trésorier :	Christian Duchesne
Secrétaire :	Diane Lamontagne
Administrateurs :	Suzanne Duchesne
	Huguette Dussault
	Ghislain Hudon
	Bernard Parent

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

Citations du moment ...

*La chose la plus difficile est la décision d'agir,
le reste n'est que ténacité.*

Amelia Earhart

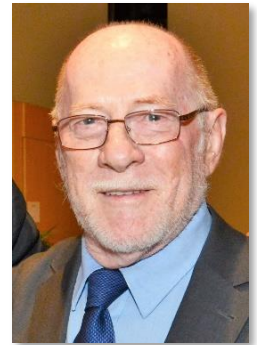
*Celui qui sourit au lieu de s'emporter,
est toujours le plus fort.*

Les beaux proverbes





Mot du président



Ces dernières semaines se sont déroulées sous le signe de la vigilance et de l'inquiétude pour nos aînés. Nous sommes tous conviés à limiter la propagation du COVID-19 en continuant de respecter les consignes de confinement et les mesures de santé. Soyons collectivement et individuellement vigilants pour que cette période exceptionnelle ne mette pas à mal nos droits.

Sur un autre ordre d'idées, nous en profitons pour vous remercier de votre compréhension par rapport à cette situation de trouble que nous vivons. Depuis la mise en confinement du 13 mars dernier, nous avons dû annuler toutes nos activités et avons aussi été contraints de fermer notre bureau. Néanmoins, la coordination continue à recevoir vos appels, à traiter vos courriels et à maintenir le travail de planification des mois à venir.

Avant la période d'interruption des activités, l'AQDR-PDÎ a connu un hiver actif avec sa quatrième session de cours d'informatique pour l'année 2019-2020. Nous avons également eu plusieurs conférences sur des sujets variés, bien que certaines ont dû être annulées ou seront reportées. De plus, nous avons poursuivi nos échanges avec les autres sections (AQDR) montréalaises afin de travailler sur des enjeux communs, comme la gratuité des services de la STM pour les personnes de 65 ans et plus.

Malheureusement, notre cinquième saison du service d'accompagnement du projet *Aînés actifs à vélo* dans les rues de l'Arrondissement RDP-PAT est annulée pour la saison estivale.

Pour conclure, je vous incite à nouveau à prendre soin de vous et vos proches tout en respectant les consignes sanitaires pour nous revenir en bonne forme et en santé.

Ça va bien aller !

Jean-Paul Tremblay,
Président de l'AQDR de la Pointe-de-l'Île



IN MEMORIAM: M. Ghislain Hudon était un père, un mari, un ami, un collègue extraordinaire. Membre du CA au sein de l'AQDR-PDÎ, il était une personne forte et aimante pour son entourage. Il était aimé et admiré en retour par un grand nombre de personnes qu'il a touchées au cours de son existence. Merci pour ton dévouement cher Ghislain !





Activité à venir



Un spectacle-conférence,

Aider un proche malade sans le devenir soi-même,

sera présenté par l'AQDR-PDÎ,

et animé par M^{me} Carole Miville, humoriste.



Reportée à une date ultérieure...

~~Mardi 20 mai 2020 à 10 h,~~



**au Centre communautaire de Rivière-des-Prairies,
salle des Tout-petits,
9140, boul. Perras, RDP.**

Inscription à l'AQDR-PDÎ au 514 643-0930.

Contenu de la conférence : À l'heure du vieillissement de la population où plusieurs d'entre nous sommes confrontés à ce défi, durant ce spectacle-conférence, les participants seront...

- ◆ sensibilisés à l'importance du 2^e diagnostic pour votre proche malade,
- ◆ informés sur les ressources disponibles au privé et au public pour votre proche malade et qui sont en mesure de vous donner les outils d'aide indispensables tels qu'une procuration, un testament biologique,
- ◆ outillés pour transiger avec les conflits familiaux lorsque l'on doit s'occuper d'un proche malade,
- ◆ outillés pour gérer les émotions générées par la prise en charge d'un proche malade,
- ◆ outillés pour entretenir une bonne relation avec le proche malade,
- ◆ outillés pour l'étape du décès et du deuil proprement dit,
- ◆ ***Et tout ça, sans devenir malade soi-même !***

Bienvenue à tous !



AQDR

Pointe-de-l'île de Montréal



Activité à venir



Date à fixer ultérieurement...

**Assemblée
Générale**



L'Assemblée générale annuelle de l'AQDR-PDÎ

se tiendra dès que nous pourrons la faire en toute sécurité.

Nous vous tiendrons au courant par les médias,
soit par courriel, notre page Facebook, notre site web
ou par envoi d'un courrier postal.

C'est un rendez-vous !



AQDR

Pointe-de-l'île de Montréal

Programme Pair à Rivière-des-Prairies



Dans le dernier numéro du journal, nous vous faisons part que l'AQDR-PDÎ était devenue porteuse du programme Pair à Rivière-des-Prairies.



Rappelons que le programme Pair est un service d'appels quotidiens qui permet aux aînés et aux personnes vivant seules de se sentir davantage en sécurité.

Pourquoi s'abonner ?

Parce que personne n'est à l'abri d'un malaise sérieux ou d'une chute. Parce que c'est un moyen de vous sentir en sécurité chez soi, ainsi que raccourcir des moments potentiels de détresse. Parce que la famille, souvent éloignée, est inquiète de vous savoir isolés.

Pour vous inscrire...



AQDR de la Pointe-de-l'île de Montréal

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

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

Téléphone : 514 643-0930

Courriel : aqdr-pdi@videotron.ca

Rivière-des-Prairies

C'EST GRATUIT !

15 juin : Journée nationale de lutte contre la maltraitance envers les aînés

Comme l'an passé, nous aurions aimé offrir, en partenariat avec le Centre d'action bénévole de RDP, une activité de sensibilisation de la maltraitance faite envers les personnes âgées. Pourquoi ne pas transformer cette journée en actions de bienveillance des aînés...



La Table de concertation des aînés de l'île de Montréal (TCAÎM) dont nous sommes membre, nous communique des informations sur cette journée spéciale dans son Infolettre

<http://tcaim.org/infolettre/infolettremai2020.html>

dans laquelle vous trouverez des informations, statistiques, réflexions et témoignages relatifs à la maltraitance en temps de pandémie et aussi, quelques outils conçus et produits par des organismes-aînés montréalais. On y recense également quelques activités en format webinaire/en ligne qui auront lieu le 15 juin.

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



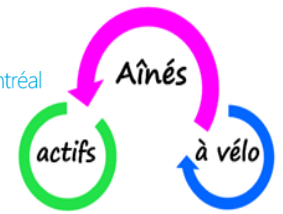
LIGNE AIDE ABUS AÎNÉS
1 888 489-ABUS (2287)



CONTRE LA
MALTRAITANCE
AGISSONS



CAVAC
CENTRE D'AIDE AUX VICTIMES
D'ACTES CRIMINELS
1 866 LE CAVAC
1 866 532-3822



Le projet Aînés actifs à vélo est ANNULÉ à l'été 2020...

Depuis 2016, l'AQDR-PDÎ a sillonné les rues de l'Arrondissement RDP-PAT durant la saison estivale. Avec les temps difficiles que nous traversons, et plus particulièrement pour les aînés, le service d'accompagnement *Aînés actifs à vélo* pour l'été 2020 a dû être annulé. Cette décision a été prise selon quatre considérations.

- La population aînée sera vraisemblablement la dernière à pouvoir sortir de leur confinement. Et même si cette sortie se produit durant l'été, nous sommes dubitatifs par rapport au goût des aînés à sortir et d'utiliser notre service dans ce contexte de la propagation de la COVID-19.
- La logistique inhérente à la mise en place du service durant ces temps difficiles ne pourrait s'effectuer qu'au ralenti et inadéquatement.
- Par le fait même, nous avons dû retirer notre demande de soutien pour l'embauche d'employés d'été à Service Canada dans le cadre du programme d'Emplois d'Été Canada 2020.
- Considérant que plusieurs activités estivales ont déjà été annulées, nous sommes toutefois disposés à utiliser nos vélos-taxis pour participer à des événements ponctuels dans l'Arrondissement de RDP-PAT durant l'été 2020, si l'occasion se présentait et dans la mesure du possible.



Cette décision de suspendre le projet pour cette année est ainsi cohérente à notre mission, nos principes et nos valeurs, bien que nous sachions toute l'importance d'un tel projet pour la population aînée.

Ce n'est que partie remise à l'été 2021 !...

Cours d'informatique...



Depuis le printemps 2019, quatre sessions de cours d'informatique ont permis à des membres de l'AQDR-PDÎ de devenir plus autonomes dans l'utilisation des appareils technologiques qui leur sont proposés, soit l'ordinateur, le portable, le téléphone intelligent, la tablette, et ainsi d'améliorer leurs liens avec l'ensemble de leur communauté.

Voici un résumé de nos sessions offertes en 2019-2020 :

SESSION	PARTICIPANTS	HEURES	FORMATEURS
Printemps 2019 (du 29 avril au 4 juin)	11	47	5
Été 2019 (du 2 juillet au 16 août)	14	47	4
Automne 2019 (du 2 octobre au 11 décembre)	14	60	3
Hiver 2020 (du 3 février au 6 mars)	10	30	2

Ces séances consistent à offrir, sur une base individuelle, une formation introductive à l'informatique adaptée aux besoins des aînés. Pour bonifier ces formations, nous avons produit de nouveaux tutoriels adaptés aux nouveaux outils informatiques et avons également créé des tutoriels-vidéos qui offrent un support supplémentaire aux aînés par rapport à l'utilisation de leur appareil. Plus spécifiquement, ils permettent de mieux comprendre l'utilisation de leur système d'exploitation et l'utilisation des logiciels disponibles. Ces vidéos sont présentement disponibles en lien, sur notre site web.



À l'été 2020, une nouvelle session devait être offerte aux aînés intéressés à ces cours informatiques, malheureusement la pandémie de la COVID-19 nous oblige à annuler la session. Nous reprendrons les cours, lorsque la situation le permettra.



Nous vous rappelons que pour se prévaloir de ces cours d'informatique, les personnes intéressées doivent être **membres de l'AQDR-PDÎ (cotisation annuelle de 20 \$)** et déboursier 10 \$ pour chacun des cours suivis.

Pourquoi ne pas devenir membre de l'AQDR-PDÎ dès maintenant en nous contactant au 514 643-0930 et par le fait même, nous aider à poursuivre notre mission.

Prix Hommage bénévolat-Québec 2020



En décembre 2019, le Centre d'action bénévole (CAB) de Rivière-des-Prairies avait proposé la candidature de M^{me} Huguette Dussault au prix Hommage bénévolat-Québec 2020. La catégorie « **Bénévole** » rend hommage aux personnes âgées de 36 ans ou plus qui ont particulièrement contribué, par leur engagement social dans leur milieu, à l'amélioration de la qualité de vie de leurs concitoyennes et concitoyens.

Durant la Semaine de l'action bénévole en avril dernier, le Gouvernement du Québec a souligné le dévouement de 41 lauréats des Prix hommage Bénévolat-Québec 2020. Ces lauréats des Prix hommage Bénévolat-Québec se sont distingués par leur engagement hors du commun et par la richesse de leurs actions.

M^{me} Huguette Dussault a débuté son bénévolat en 1998 au CAB de RDP. Son engagement et sa volonté d'aller de l'avant ont permis au Centre de surmonter des moments difficiles dans son histoire et de mieux s'intégrer dans la communauté. Ayant occupé divers postes au Conseil d'administration, elle aura assurément amené l'organisme à se dépasser. À titre individuel, elle a su faire une différence auprès de beaucoup de personnes du quartier, dont plusieurs aînés qu'elle accompagne à leur camp d'été depuis des années. Son sourire et son optimisme sont des éléments positifs, essentiels pour les personnes en difficulté qu'elle accompagne. Son action a également une portée régionale, puisque la clinique d'impôt à laquelle elle participe activement, dessert le Grand Montréal. Ainsi, malgré son âge, elle est une ambassadrice bénévole par excellence, tant par l'énergie qu'elle dégage que pour sa disponibilité à aider sa communauté.



M^{me} Dussault œuvre également comme bénévole au sein du Conseil d'administration de l'AQDR-PDÎ. *Félicitations Huguette !*

BRAVO ✨ **MERCI** à nos anges gardiens !

L'AQDR-PDÎ tient à souligner le travail exceptionnel des anges gardiens de la santé et de toutes les personnes qui contribuent, de près ou de loin, à venir en aide aux victimes de la COVID-19, plus particulièrement à tous nos aînés si vulnérables durant cette pandémie.



Nous les en remercions et sommes de tout cœur avec vous !





L'AQDR-PDÎ réitère avec vous, les informations diffusées par le Gouvernement du Québec quant à la pandémie de la COVID-19. Toutefois, même lorsque la crise sera passée, nous vous rappelons que les mesures de prévention générale énumérées ci-dessous sont tout à fait utiles pour se prémunir face aux autres virus, comme la grippe qui revient ponctuellement et qui éprouve particulièrement les personnes âgées.

Rappel des mesures de prévention générale

Ces mesures d'hygiène reconnues sont recommandées pour tous :



Lavez-vous souvent les mains



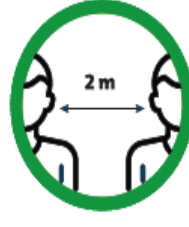
Évitez de toucher votre visage



Éternuez et tousssez dans votre coude



Jetez vos mouchoirs après l'utilisation et lavez vos mains



Respectez une distance de 2 mètres



Portez le couvre-visage si vous ne pouvez maintenir 2 mètres de distance avec les autres

Le Gouvernement du Québec nous invite à suivre ces mesures et les recommandations des autorités, et ce, dans notre quotidien et dans nos déplacements essentiels à notre survie.

Nous vous rappelons que toute personne pensant être atteinte de la COVID-19 ou souhaitant obtenir des renseignements à ce sujet est invitée à composer le **1 877 644-4545**. La population peut, en tout temps, joindre la ligne Info-Santé, soit le **811**. Naturellement, lorsque vous êtes dans une situation où votre vie est compromise, communiquez avec les services d'urgence du **911**.

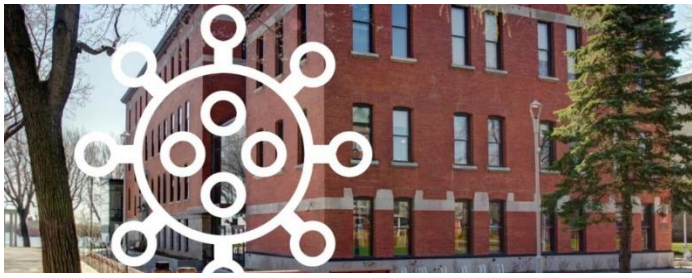
Pour plus d'informations sur la situation de la COVID-19 au Québec, vous êtes invités à visiter le site web [Quebec.ca/coronavirus](https://www.quebec.ca/coronavirus).

Soyons vigilants autant pour nous que pour les autres !



L'équipe de l'AQDR-PDÎ continue de servir la population âgée et ses proches en apportant son aide dans la mesure du possible, que ce soit pour le transport de denrées alimentaires, dans la préparation de paniers alimentaires à chaque semaine, dans la distribution de feuillets d'information à certains commerces essentiels, dans la continuité des informations à recevoir ou à donner durant cette pandémie.





L'agglomération de Montréal, de concert avec son Centre de sécurité civile, suit de près l'évolution de la situation de la COVID-19 avec la Direction régionale de santé publique de Montréal. L'Arrondissement Rivière-des-Prairies/Pointe-aux-Trembles prend les mesures nécessaires pour faire face à la situation.

RDP-PAT déploie une série de mesures

Préoccupé par la hausse des cas de la COVID-19 dans une partie du secteur de Rivière-des-Prairies et souhaitant aider à contrer la progression du virus sur son territoire, l'Arrondissement déploie une série de mesures, entre autres,

- Des cliniques de dépistage mobile et une clinique de dépistage permanente, sans rendez-vous dans le stationnement du CLSC de l'Est-de-Montréal;
- Le déploiement d'une équipe d'intervention, en collaboration avec l'organisme Équipe RDP;
- La distribution massive de 10 000 masques de protection sur le territoire de l'Arrondissement, en priorisant les personnes les plus à risques ou plus démunies;
- Des efforts concertés de promotion avec les organismes du milieu communautaires sur leurs différentes plateformes d'information, lesquels agiront en tant qu'agents mobilisateurs;
- Une mise sur pied d'une aide alimentaire d'urgence incluant une ligne téléphonique unique pour colliger les besoins citoyens.

Pour en savoir plus sur ces mesures, consultez-les en allant sur ...

<https://montreal.ca/actualites/covid-19-rdp-pat-deploie-une-serie-de-mesures>

ou sur le site de l'Arrondissement RDP-PAT :

<https://montreal.ca/riviere-des-prairies-pointe-aux-trembles>

De plus, nous vous joignons aux pages suivantes, les informations sur les ressources aux citoyens.

COVID-19



RESSOURCES AUX CITOYENS

CENTRE DE RÉFÉRENCE DU GRAND MONTRÉAL - ☎ 211

7 JOURS SUR 7 - 8 H À 18 H

SECTEUR DE RIVIÈRE-DES-PRAIRIES (RDP)



ORGANISMES DE SOUTIEN ALIMENTAIRE ET PSYCHOSOCIAL



LIGNE D'URGENCE UNIQUE (RDP)
438 969-9673
LUNDI AU VENDREDI - 9 H 30 À 16 H 30

SECTEUR DE POINTE-AUX-TREMBLES (PAT)



ORGANISMES DE SOUTIEN ALIMENTAIRE

Action Secours Vie d'Espoir : 514 564-5295
Dépannage alimentaire

Association bénévole de Pointe-aux-Trembles : 514 645-1264
Livraison d'épicerie à domicile pour aînés

Cuisine collective À toute vapeur : 514 640-6024
Dépannage alimentaire

Les Délices de Roussin : 514 645-1135
Livraison de plats congelés abordables à domicile (service payant)



ORGANISMES DE SOUTIEN PSYCHOSOCIAL

Centre des femmes de Pointe-aux-Trembles : 514 799-2380
Ligne d'écoute et d'aide

Maison Dalauze : 1 866 619-4222
Ressource d'hébergement pour les femmes violentées avec ou sans enfants

Prévention Pointe-de-l'Île :
438 341-4930 / 514 608-8470 / 514 238-5183 / 514 604-5129
Lignes d'écoute et de discussions pour briser l'isolement

TOUS LES SECTEURS (RDP-PAT)



RESSOURCES DIVERSES

Accueil psychosocial du CLSC (PAT) : 514 642-4050 # 73102
Besoins psychosociaux

Accueil psychosocial du CLSC (RDP) : 514 494-4924 # 73102
Besoins psychosociaux

Accueil aux immigrants de l'Est de Montréal : 514 723-4939 (bilingue)
Soutien psychosocial
514 251-9988 (trilingue)

Association québécoise de défense des droits des personnes
retraitées et préretraitées (AQDR) : 514 643-0930
Mise en relation des aînés avec les fournisseurs de services et les autorités

Infologis de l'Est de l'île de Montréal : 514 354-7373
Aide juridique téléphonique aux locaux

Les Petits Frères : 1 877-805-1955
Ligne de soutien pour les aînés de 75 ans et plus souffrant d'isolement

Les Relevailles de Montréal : 514 865-2976
Soutien téléphonique pour futurs et nouveaux parents

Perspective autonomie en santé mentale : 438 521-7276
Soutien téléphonique pour personnes ayant des problèmes d'anxiété

Répit une heure pour moi : 514 265-6030
Soutien téléphonique pour familles dont un enfant a un problème de santé mentale

Tel-Aînés : 514 353-2463
Ligne d'écoute pour aînés

Tel-Écoute : 514 493-4484
Ligne d'écoute pour tous

SOS Violence conjugale : 1 800 363-9010
Services d'aide 24 h/24 et 7 jours/7



COVID-19



RESSOURCES AUX CITOYENS

SECTEUR DE RIVIÈRE-DES-PRAIRIES (RDP)



ORGANISMES DE SOUTIEN ALIMENTAIRE ET PSYCHOSOCIAL

- Carrefour Jeunesse-Emploi de Rivière-des-Prairies
- Centre d'action bénévole de Rivière-des-Prairies
- Centre d'entraide aux familles de Rivière-des-Prairies
- Centre de la famille haïtienne et interculturel de Rivière-des-Prairies
- Centre de l'Enfance de Rivière-des-Prairies
- Centre de promotion communautaire Le Phare
- Centre des femmes de Rivière-des-Prairies
- Équipe R.D.P.
- L'Art-Rivé, centre de jour en santé mentale
- Maison de la famille Coeur à Rivière
- Maison des jeunes de Rivière-des-Prairies



LIGNE D'URGENCE UNIQUE (RDP)
438 969-9673
LUNDI AU VENDREDI - 9 H 30 À 16 H 30

SECTEUR DE POINTE-AUX-TREMBLES (PAT)



ORGANISMES DE SOUTIEN ALIMENTAIRE

- Action Secours Vie d'Espoir : 514 564-5295
Dépannage alimentaire
- Association bénévole de Pointe-aux-Trembles : 514 645-1264
Livraison d'épicerie à domicile pour aînés
- Cuisine collective À toute vapeur : 514 640-6024
Dépannage alimentaire
- Les Délices de Roussin : 514 645-1135
Livraison de plats congelés abordables à domicile (service payant)



ORGANISMES DE SOUTIEN PSYCHOSOCIAL

- Centre des femmes de Pointe-aux-Trembles : 514 799-2380
Ligne d'écoute et d'aide
- Maison Dalauze : 1 866 619-4222
Ressource d'hébergement pour les femmes violentées avec ou sans enfants
- Prévention Pointe-de-l'Île :
438 341-4930 / 514 608-8470 / 514 238-5183 / 514 604-5129
Lignes d'écoute et de discussions pour briser l'isolement et obtenir des références

TOUS LES SECTEURS (RDP-PAT)

CENTRE DE RÉFÉRENCE DU GRAND MONTRÉAL - 211
7 JOURS SUR 7 - 8 H À 18 H



RESSOURCES DIVERSES

- **Accueil psychosocial du CLSC (PAT) : 514 642-4050 # 73102**
Besoins psychosociaux
- **Accueil psychosocial du CLSC (RDP) : 514 494-4924 # 73102**
Besoins psychosociaux
- **Accueil aux immigrants de l'Est de Montréal : 514 723-4939 (bilingue)**
Soutien psychosocial **514 251-9988 (trilingue)**
- **Association québécoise de défense des droits des personnes retraitées et préretraitées (AQDR) : 514 643-0930**
Mise en relation des aînés et leurs proches avec les fournisseurs de services et les autorités
- **Infologis de l'Est de l'île de Montréal : 514 354-7373**
Aide juridique téléphonique aux locataires
- **Les Petits Frères : 1 877-805-1955**
Ligne de soutien pour les aînés de 75 ans et plus souffrant d'isolement
- **Les Relevailles de Montréal : 514 865-2976**
Soutien téléphonique pour futurs et nouveaux parents
- **Perspective autonomie en santé mentale : 438 521-7276**
Soutien téléphonique pour personnes ayant des problèmes d'anxiété, angoisse.
- **Répit une heure pour moi : 514 265-6030**
Soutien téléphonique pour les familles dont un enfant a un problème de santé mentale
- **Tel-Aînés : 514 353- 2463**
Ligne d'écoute pour aînés
- **Tel-Écoute : 514 493-4484**
Ligne d'écoute pour tous
- **SOS Violence conjugale : 1 800 363-9010**
Services d'aide 24 h/24 et 7 jours/7

RD PAT
MONTREAL.CA/RDPPAT





MOT DU MAIRE



S'IL EST UNE CHOSE QUE NOUS AVONS TOUS EN COMMUN, C'EST DE N'AVOIR JAMAIS CONNU UNE SITUATION COMME CELLE QUE NOUS VIVONS AUJOURD'HUI.

Tous nos plaisirs quotidiens et nos rituels réconfortants sont lentement remplacés par des inquiétudes et des contraintes. Certains vivront des tragédies qui nous bouleverseront, et nous souhaitons ardemment que vous soyez épargnés.

Sachez que votre ville demeure présente pour vous, et que les services essentiels sont assurés, sans compter l'aide apportée sous forme de bénévolat aux organismes, dont les besoins sont criants. Les membres du Conseil et les employés sont proactifs et travaillent d'arrache-pied à vous servir et vous informer pendant la pandémie du COVID-19.

Vous trouverez dans cette édition du Montréalestois des informations qui vous aideront à traverser cette période difficile. En attendant, permettez-moi de reprendre une expression qui démontre bien la résilience des Québécois : « Ça va bien aller ». Mais surtout, en tout temps, prenez soin de vous et soyez prudents en suivant les consignes qui vous sont données par les autorités publiques.

Robert Coutu
Maire de Montréal-Est

POUR TROUVER UNE RESSOURCE D'AIDE COMMUNAUTAIRE : COMPOSEZ LE 211

Le 211 peut vous référer aux ressources sociocommunautaires les mieux adaptées à votre problématique et les plus proches de chez vous.

Exemples de situations où le 211 peut vous aider :

- Troubles de santé mentale
- Anxiété en raison de la situation actuelle
- Maintien à domicile pour les aînés
- Aide juridique (droit du travail, droit de la consommation)

Le 211 Grand Montréal collabore avec plus de 5000 organismes et services sociaux. Ce service est sans frais.

Vous pouvez consulter l'intégralité du bulletin *Le Montréalestois* - Printemps 2020, en allant à l'adresse électronique suivante : https://ville.montreal-est.qc.ca/wp-content/uploads/2020/03/Montr%C3%A9alestois_covid19_mars2020_Web.pdf

Pour de plus amples informations, consultez le site de la Ville de Montréal-Est : <https://ville.montreal-est.qc.ca/>

ou pour informations générales, joignez le **514 905-2000, option 1.**



L'Arrondissement d'Anjou suit les consignes données par le Gouvernement du Québec et la Ville de Montréal tout en prenant des mesures pour limiter la propagation de la COVID-19 et protéger ses citoyens.

Tous les événements publics et sportifs susceptibles de rassembler plusieurs personnes sont annulés jusqu'au 31 août. Cette directive émise par le Gouvernement du Québec force ainsi à annuler la tenue de la fête nationale.



Coordination des efforts pour la mise sur pied d'une banque alimentaire pour venir en aide aux résidents angevins dans le besoin.

En raison de la situation entourant la COVID-19 et du besoin grandissant en denrées alimentaires, l'Arrondissement d'Anjou ainsi que deux de ses organismes partenaires, soit le Service d'aide communautaire d'Anjou (SAC Anjou) et le Centre Humanitaire d'Organisation de Ressources et de Références Anjou (CHORRA), ont coordonné leurs efforts afin de mettre sur pied une banque alimentaire pour venir en aide aux résidents angevins dans le besoin.

Pour lire l'intégralité de l'*Infolettre spéciale COVID-19* de l'Arrondissement d'Anjou, consultez-la à

<http://bulletin.ville.montreal.qc.ca/T/OFSYS/SM2/106/2/P/F/733144/11XZ1W/746762.html>

Pour de plus amples informations, consultez le site de l'Arrondissement d'Anjou à <https://montreal.ca/anjou>.



MHM est présent sur le terrain

L'Arrondissement de Mercier-Hochelaga-Maisonneuve (MHM) déploie de nouvelles mesures pour faire face à la crise sanitaire engendrée par la COVID-19, entre autres,

- L'achat et distribution de masques.
- La mise en place d'une clinique de dépistage mobile sans rendez-vous « à l'auto » toujours accessible au 5300 rue Chauveau, de 9 h à 16 h, jusqu'à nouvel ordre.
- Une campagne d'information sur le terrain telle la sensibilisation pilotée par TANDEM, lors de la distribution de végétaux ayant eu lieu du 21 au 24 mai derniers, pour répondre aux questions des citoyens inscrits à l'activité offerte. Des panneaux d'information rappelant consignes d'hygiène et de sécurité et ressources disponibles ont aussi été prévus sur place.
- Une aide à la communauté de première nécessité.

Pour connaître toutes les informations sur ces mesures, consultez-les à :
<https://montreal.ca/articles/mhm-est-present-sur-le-terrain>.

Devant la réponse positive des citoyens et la mobilisation soutenue du milieu, d'autres actions de soutien viendront certainement bonifier l'aide à la communauté.

Suivez ces actions en consultant le site de l'Arrondissement MHM à :
<https://montreal.ca/mercier-hochelaga-maisonneuve>

Une activité Intergénérationnelle



**LE MERCREDI BIEN
SPÉCIAL DE LA
RELÂCHE -
L'AVENTURE DONT
VOUS ÊTES
LE HÉROS!**

Selon une initiative de la Maison de la culture de Rivière-des-Prairies, en collaboration avec la Maison de la famille Cœur à Rivière, le Cercle de fermières, l'Éco de la Pointe-aux-Prairies, 1,2,3, GO ! et l'AQDR-PDÎ, une activité spéciale a été mise sur pied pour les jeunes durant la semaine de relâche scolaire. Les élèves du primaire de Rivière-des-Prairies ont pu faire un parcours d'activités allant de la Bibliothèque au Centre communautaire. Cette journée spéciale s'est déroulée le 4 mars dernier et avait pour thématique, « *Journée dont tu es le héros !* ».



L'AQDR-PDÎ s'est jointe aux différents organismes qui proposaient des activités au Centre communautaire de RDP. Nous avons suggéré aux jeunes de faire du coloriage relié à la thématique de super-héros selon le livre, *Le loup qui voulait être un super-héros*, ou/et de réaliser une carte de souhaits pour leurs grands-parents.

Chaque jeune participant était muni d'un passeport lui permettant de valider sa participation à chacune des activités auxquelles il prenait part. Un collant représentant le logo de l'AQDR-PDÎ a été apposé dans le passeport d'au moins 59 jeunes participant à notre activité. Nous tenons à remercier les bénévoles de l'AQDR-PDÎ pour avoir bien voulu superviser l'activité avec les jeunes.



Plus de 250 personnes, jeunes et moins jeunes, ont pris part à cette journée d'activités leur permettant de faire des jeux animés et libres, des ateliers de fabrication de bracelets, de masques et de cartes, du dessin, du coloriage, etc.

Bravo pour cette belle organisation ! ... et à l'an prochain !



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



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

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



AQDR

Pointe-de-l'Île de Montréal

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

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



LA FORCE DE L'ÂGE

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



De plus,

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

Carte de membre AQDR-PDÎ

La cotisation annuelle est de **20 \$**. Vous pouvez adhérer ou renouveler votre carte lors de notre prochain souper fraternité ou vous présenter au bureau de l'AQDR-PDÎ.



Les soupers Fraternité reprendront dès que la situation le permettra.

**PIZZERIA
HOLLYWOOD**

Les soupers Fraternité

se tiennent **le 3^e mardi de chaque mois à 17 h.**

Bienvenue à tous à la **Pizzeria Hollywood**

8011, ave Blaise-Pascal, Rivière-des-Prairies

Téléphone : 514 494-9407

Nous vous y attendons et invitez parents et amis !

Merci à nos partenaires!



LE CONSEIL D'ARRONDISSEMENT: IMPLIQUÉ DANS VOTRE MILIEU!



CAROLINE BOURGEOIS

Mairesse de l'arrondissement
2090, rue Notre-Dame Est, H1B 2Z1
514 868-4050

LISA CHRISTENSEN

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

RICHARD GUAY

Conseiller de la Ville
District de
La Pointe-aux-Prairies
514 868-4356

GILLES DÉZIEL

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

SUZANNE DÉCARIE

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

NATHALIE PIERRE-ANTOINE

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

GIOVANNI RAPANA

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





Ville de Montréal-Est
1370, rue Notre-Dame Est,
5^e étage
Montréal-Est, QC
H1B 2W6

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



CHAMBRE DES COMMUNES
HOUSE OF COMMONS
CANADA

Pablo Rodriguez
Député
d'Honoré-Mercier



8595, boul. Maurice-Duplessis, bureau 208
Montréal, QC H1E 4H7
514 353-5044

Pablo.Rodriguez@parl.gc.ca



MARIO
BEAULIEU

Député de La Pointe-de-l'Île
12500, boulevard Industriel,
Montréal, Québec, H1B 5P5

514 645-0101
mario.beaulieu@parl.gc.ca



MARC TANGUAY
Député de LaFontaine

Leader parlementaire de l'opposition officielle



ASSEMBLÉE NATIONALE
DU QUÉBEC

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

CHANTAL ROULEAU

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




ASSEMBLÉE NATIONALE
DU QUÉBEC


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




**ASSEMBLÉE NATIONALE
DU QUÉBEC**
Lise Thériault
 Députée d'Anjou-Louis-Riel
 514 493-9630
 ltheriault-anjo@assnat.qc.ca
 www.facebook.com/LiseTheriatulplq
 twitter.com/LiseT_ALR
 instram.com/alr_it




**ASSEMBLÉE NATIONALE
DU QUÉBEC**
Richard Campeau
 Député de Bourget
Toujours là pour vous!
 6070 rue Sherbrooke Est, Montréal H1N 1C1
 514-251-8126 - Richard.Campeau.Bour@assnat.qc.ca



**DÉPISTAGE
AUDITIF**
 SANS FRAIS*
Prenez rendez-vous!
 * Offre permanente



Marie-Josée
 Taillefer
 Ambassadrice
 des cliniques Lobe

Lobe
 Cliniques en santé auditive et communication

Adresse de la clinique Lobe :
 Les Terrasses Langelier
 6383, rue Jean-Talon Est
 Saint-Léonard (Québec) H1S 3E7
 Audioprothésistes : 514 798-0915

Pharmaciens-proprétaires
 affiliés à
Proxim





Informez-vous sur nos différents services :


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

On est là pour vous.

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

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

**Marc
Toupin
D.D.**
 DENTUROLOGISTE



514 648-2035
 11 800, 5^e avenue, suite 205, Montréal (Québec) H1E 7C1

Jacques Barakat
 PHARMACIEN-PROPRIÉTAIRE
 jbarakat@pjc.jeancoutu.com
 9101 boul. Maurice Duplessis
 Montréal (Qc) H1E 6M3
Tél. : (514) 881-8808
Fax : (514) 494-7212

Pharmacie Barakat et Benhamed
 Affiliée à


PIZZERIA HOLLYWOOD
 PIZZA • SOUS-MARINS • PÂTES

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

Desjardins, fier de soutenir les organismes d'ici!



CAISSE DESJARDINS DE POINTE-AUX-TREMBLES

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

CAISSE DESJARDINS DE RIVIÈRE-DES-PRAIRIES

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



ANNIVERSAIRES DES MEMBRES

AVRIL			MAI			JUIN		
Denise	Bérubé	1	Ginette	Robert	1	Ginette	Arbour	1
Colette	Boisvert	1	Paolo	Teti	1	Benoît	Gingras	3
Laurentine	Gagnon	1	Addolorata	Giordano	2	Denyse	St-Pierre	3
Jean-Yves	Lavoie	1	Alfonso	Ioannone	3	Marguerite	Côté	4
Gaëtan	Biage	2	André	Hogue	6	Gilles	Patenaude	4
Jacquelin	Joseph	2	Claudette	Leblanc	6	Ginette	Collette	6
Christiane	Poirier	2	Denis	Tremblay	6	Gisèle	Desjardins	7
Michel	Gauthier	3	Michel	Barrasso	8	Lucinda	Lanthier	7
Michel	Chartier	4	Lise	Lavigne	9	Raymond	Chaput	8
Michel	Martin	4	Sylvain	Pinel	9	Thomas John	Kelly	9
Lorraine	Aubut	5	Dolorès	Manganelli	10	Robert	Riffon	9
Marguerite	Boulanger	5	Christiane	Marcotte	10	Gaëtan	Thibeault	9
Carmen	Rochon	5	Franco	Nardozi	10	Michèle	Camirand	10
Ghislain	Gagnon	7	Manon	Lozeau	11	Nicole	Moreau	10
Claude	Lévesque	7	Solange	Duguay	12	Rodolfo nicolas	Callejas	11
Fernand	Dubeau	8	Mireille	Émond	12	Marlène	Marcelus	11
Lise	Giguère	8	Antonio	Tamburro	12	Roland	Lefebvre	13
Pasqualino	Rumoro	8	Annette	Théroux	13	Monique	Cimon	14
Serge	Morin	9	Guy	Deschênes	15	Guy	Fortin	14
André	Delorme	10	Pauline	Archambault	16	Yolande	Parent	14
Diane	Lauzon	11	Adamo	Di Venere	16	Giorgio	Massimo	15
Sylvie	Marcotte	11	Francine	Daviault	17	Jean-Paul	Tremblay	15
Bruno	Noreau	11	Benoit	Diamond	17	Luc	Baril	16
Louise	Bréard	12	Marcel	Lambert	17	Sylvie	Desbiens	17
Roland	Dansereau	13	Hélène	Blanchet	18	Réjeanne	Gravel	18
Denise	Breault	14	Denise	Rodier	18	Francine	Leblanc	18
Nicole	Marcil	14	Gemma	Grondines	19	Stéphane	Riopel	18
Jean	Charbonneau	16	Ginette	Lavigne	19	Julie	Bélangier	19
Michel	Doray	16	Suzie	Bouchard	21	Louise	Gauthier	19
Suzanne	Décarie	17	Robert	Champagne	22	Gilda	Muro	19
Maria Lady	Vasquez	17	Michelina	Di Giandomenico	22	Pierre	Otis	19
Michel	Guérin	20	Biagio	Tamarazzo	22	Sylvie	Morel	20
Jean	Thibodeau	21	Suzanne	Verreault	24	Fernand	Ouellet	20
Eugénette	Morin	22	Hélène	Gagnon	25	Jean	Gareau	22
Claire	Béland	24	Antonio	Midea	25	Pierrette	Lapointe	22
Nicole	Salomon Laurent	24	Rita	Perreault Ouellette	29	Jean-Guy	Robitaille	22
Solange	Bastien	25	Estelle	Laliberté	31	Denis	Drouin	23
Gaston	Dumoulin	26				Yves	Houde	23
Mario	Palazzo	26				Alain	Audet	26
Micheline	Éthier	27				Gaëtan	Bilodeau	26
Angelo	Barbieri	28				Nicole	Girouard	26
Fernande	Bouchard	28				Jean-Claude	Dubuc	28
Lucien-Roch	Séguin	28				Sylvie	Proulx	28
Réal	Lavoie	29				Yvon	Simard	28
Jean-Pierre	Amyot	30				Bernard	Saucier	28
Denis	Brunet	30				Rollande	Lépine	30



à tous nos membres,
passée ou à venir !



ANNIVERSAIRES DES MEMBRES

JUILLET

Joao	Ferreira Ramada	1	Jacques	Harper	7	Luce	Gauthier	19
Lyse	Payette	1	Marcel	Pelletier	8	Theodore	Kappatos	19
Ken	Sam	1	Benoit	Boily	9	Sylvia	Niewerth	19
Chantal	Sawicki	1	Giorgio	Di Lembo	9	Michel JM	Richard	19
Luc	Boutin	2	Louis	Lacasse	10	Richard	Joyal	20
Robert	Fontaine	2	Christina	Di Guglielmo	11	Suzanne	Cormier	22
Carmelle	Lemieux	4	Gladys	Joseph	12	Joane	Maisonneuve	22
Rosina	Petti Antonecchia	4	Diane	Moreau	13	Claude	Audette	23
Jean-Pierre	Chicoine	5	Ghislain	Aubin	14	Janine	Grand	23
Linda	Dupuis	5	Bertrand	Beliveau	14	Antonio	Depalma	24
Régent	Provençal	5	Monique	Rousseau Cantley	14	Lillian	Fiorilli	24
Rosario	Sciortino	5	Pierre	Trahan	14	Jean	Paquette	24
Fernand	Boileau	6	Réal	Lévesque	15	Diane	St-Martin	24
Pierre	Bourque	6	Hervé	Therault	15	Manon	Comtois	25
Renald	Diamond	6	Gilbert	Durocher	16	Louise	Blais Trahan	28
Maria	Giordano	6	Jean-Guy	Pellerin	16	Louise	Désy	28
Gaétan	Bourgeois	7	Daniel	Bureau	17	Jacques	Maclure	30
Maria	Dizazzo	7	Bruno	Lancellotta	18	Benito	Massa	31

AOÛT

Jean-Paul	Boulangier	1	Manais	Dumont	11	Adriano	Rossi	22
Enza	Cacciatore	1	Lori	Pavicevic	11	Martine	Arpin	23
Pierre	Labine	1	Claire	Carbonneau	13	André	Robitaille	23
Léon	Trudel	1	Colette	Morneau Cadotte	13	Carmen	Béland	24
Hélène	Del Vecchio	2	Klixia-Hedia	Poblete-Araya	13	Laurette	Renaud	25
Eugène	Goyette	2	Serge	Fleurant	14	Pierre	Caron	28
Linda	Robline	2	Nicole	Jobin	16	Guy	Duquette	28
Gilles	Déziel	4	Louis	Beaulieu	17	Luigi	Franceschi	28
Solange	Heriveaux	4	Yves	Doutre	17	Alfred	Mayor	28
Sylvain	Bossé	5	Raymond	Jasmin	17	Claude	Bouffard	29
Jean-Louis	Lahaie	5	Michel	Lefebvre	17	Simon	Lépine	29
Paulette	Méthot	7	Nicole	Levasseur	19	Mirella	Costenaro	30
Linda	Pitre	7	André	Desrochers	20	Marcel	Grenier	30
Yvon	Royal	7	Arthur	Dansereau	21	Gilles	Poliquin	30
Hélène	St-Georges	7	Louise	Gingras	21	Francine	Lachapelle	31
Jacques	Geoffroy	9	Anita	Miner	21	Luc	Tremblay	31
Emilio	Picciano	10						

