



# AQDR

Ahuntsic-Saint-Laurent

L'ASSOCIATION QUÉBÉCOISE DE DÉFENSE  
DES DROITS DES PERSONNES RETRAITÉES  
ET PRÉRETRAITÉES



3 \$

# LA PAROLE DES AÎNÉS

## JOYEUSES FÊTES



*Édition de décembre 2022*

*Vers une société pour tous les âges*

12225, rue Grenet, # 3512, Montréal, Québec, H4J 2N7, tél. : (514) 332-8222, [aqdr.astl@gmail.com](mailto:aqdr.astl@gmail.com)



## SOMMAIRE

- P.3 **Mot du président**  
par Jean-Paul Lahaie
- P.5 **Une grande victoire pour l'AQDR:  
Gratuité du transport collectif pour  
pour les aînés à Montréal**  
par Osvaldo Nuñez
- P.7 **147 états contre la traite des  
personnes**  
par François Marquis
- P.8 **Les hauts et les bas du transport  
en commun en Sicile**  
par Hélène Robillard-Frayne
- P.10 **La santé auditive**  
par Osvaldo Nuñez
- P.12 **Balado paroles de générations**  
par Hélène Robillard-Frayne
- P.15 **Déménagement et calendrier des  
activités hiver**



La Parole des aînés est publiée et distribuée électroniquement à nos quelque 1 500 membres d'Ahunstic St-Laurent, aux intervenants gouvernementaux et sociaux ainsi qu'à ses partenaires.

**Éditeur:** AQDR-ASTL.

**Périodicité:** Trimestriel

**Comité de rédaction:**

Boucherrab Malika, secrétaire-comptable

Kapinga Nadia, coordonnatrice

Lahaie Jean-Paul, président

Marquis François, secrétaire-trésorier, réviseur des textes

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 pages, 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.

**Dépôt légal**

Bibliothèque et Archives nationales du Québec

ISSN 2816-9735 (imprimé)

ISSN 2816-9743 (en ligne)

**Coordonnées:**

12225, rue Grenet, bureau 3512

Montréal, Québec H4J 2N7

514 332 8222

aqdr.astl@gmail.com

www.aqdr-astl.org

# MOT DU PRÉSIDENT



## NOËL, CE N'EST PAS TOUJOURS LE TEMPS DES CADEAUX\* POUR LES AÎNÉS...

*\*cadeaux : Chose que l'on offre pour nous faire plaisir... avec nos impôts.*

*Chers et chères membres de l'AQDR  
Ahuntsic-St-Laurent,*

Je ne suis pas le Père Noël, mais je vais quand même faire le tour des cadeaux de Noël que recevront les aînés, ainsi que des citrons qui nous sont offerts en cette période de réjouissances.

Dans le désordre, voici les « cadeaux » offerts :

- Pour ceux qui font un rapport d'impôts au Québec, un beau chèque de 400 \$ à 600 \$ pour mettre un peu de baume sur les ravages de l'inflation. Offert à tous les citoyens, sauf aux plus riches...

- Pour les bénéficiaires de la Régie des rentes du Québec, un 6,5 % d'indexation figurera sur votre chèque de janvier 2023. En soi, ce n'est pas vraiment un cadeau parce que ça nous est dû à la suite de nos cotisations au RRQ durant toute notre vie active. Votre argent est placé par la Caisse de dépôt et placement du Québec et rapporte des dividendes, qui servent à payer nos maigres pensions. Normalement, si les actuaires ont bien fait leur travail, les politiciens devraient nous garantir notre rente indexée jusqu'à la fin de nos jours. Vous êtes sceptique?

- Les aînés de 75 ans et plus ont été gratifiés d'un montant de 500 \$ venant du fédéral. Bravo pour ce cadeau! Mais on a oublié les 65 à 75 ans, comme s'ils ne payaient pas le beurre au même prix que les plus vieux. On crée une forme de discrimination et on tente de diviser les aînés en créant une autre classe. L'arnaque qui se cache derrière cette mesure, c'est de nous faire accepter une éventuelle augmentation de l'âge de la retraite. Plusieurs pays occidentaux tentent

d'augmenter l'âge de la retraite, parfois de façon brutale comme en France. Le Canada s'aventure dans cette direction mais plus subtilement. Les gens ne sont pas naïfs et augmenter l'âge de la retraite est discriminatoire contre les travailleurs manuels, qui ont eu un travail pénible pendant leur carrière. Ces personnes sont usées physiquement. Elles méritent une retraite précoce qui tient compte de leur condition.

Beaucoup de femmes ont aussi travaillé physiquement et durement dans des métiers comme dans des emplois en entretien ménager, caissières, serveuses, infirmières, etc., ainsi que dans des emplois non traditionnels, ce qui rend odieuse toute élévation de l'âge de la retraite pour ces femmes.

- Un cadeau empoisonné, qui nous vient de la Société de l'Assurance Automobile du Québec (SAAQ), permet de retirer le permis de conduire aux aînés qui présentent un problème cognitif quelconque, avant même que l'aîné n'ait pu démontrer que le problème qui l'affecte ne nuit pas à sa faculté de conduire une automobile.

Bang! On renverse le fardeau de la preuve et tu te ramasses sans permis de conduire pendant des mois. Difficile à avaler à Montréal, c'est une catastrophe pour les personnes âgées en région. Pour en rajouter une couche, les personnes âgées ont deux fois moins d'accidents que la moyenne des automobilistes. Pourquoi ce durcissement envers les aînés?

- « Ce n'est pas un cadeau » ... la situation que vivent de nombreux aînés dans les RPA de la part de propriétaires cupides qui transforment

## MOT DU PRÉSIDENT

leur RPA en logements luxueux pour expulser les résidents âgés. Cher gouvernement, faites-nous le cadeau d'un moratoire sur les conversions sauvages des RPA.

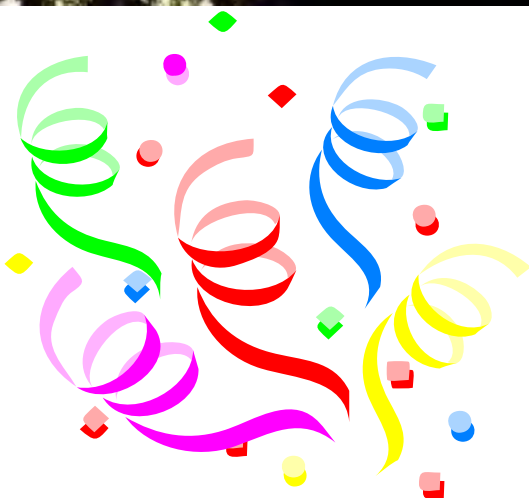
- C'est le médecin qui est ultimement la porte d'entrée du système de santé. On manque cruellement de médecins au Québec. Quand tu es vraiment malade, c'est un médecin que tu veux voir. Je veux un médecin comme cadeau de Noël!

- Le panier est plein de **citrons** pas mûrs, mais si nous avons un prix **ORANGE** à donner, c'est à l'administration montréalaise de Valérie Plante que nous l'attribuerions. La gratuité des transports en commun pour les 65 ans et plus à Montréal sera chose faite en juillet 2023. Bravo pour ce cadeau, qui aura des répercussions sur la circulation automobile en retirant des milliers de voitures de nos rues. Cela permettra à moyen terme un changement de culture dans l'usage de l'auto solo. Cette mesure entraîne une réduction des gaz à effet de serre. Sans effort, un aîné

pourra réduire sensiblement sa facture de déplacements. Cela aura un impact positif sur son pouvoir d'achat. Voilà une mesure sociale de qualité indéniable, qui gratifie tous les citoyens. Merci aussi à notre mairesse d'Ahuntsic- Cartierville, Émilie Thuillier, pour son appui indéfectible à la gratuité des transports pour les personnes âgées.

**De la part du personnel de la permanence et du conseil d'administration de l'AQDR Ahuntsic-St-Laurent, nous vous souhaitons un Joyeux Noël et une bonne et heureuse année 2023. Nous voulons vous voir en bonne santé et participer nombreux à nos activités!**

Jean-Paul Lahaie  
Président





## UNE GRANDE VICTOIRE POUR L'AQDR: GRATUITÉ DU TRANSPORT COLLECTIF POUR LES AÎNÉS À MONTRÉAL

L'administration de madame Valérie Plante vient d'annoncer que le transport en commun sera gratuit sur l'île de Montréal pour les personnes âgées de 65 ans et plus, à compter du 1er juillet 2023. C'est une grande victoire pour l'Association québécoise de défense des retraités (AQDR), section Ahuntsic - St-Laurent, qui regroupe plus de 1 500 membres de ces arrondissements, ainsi que de l'Ouest de la métropole. Nous luttons et revendiquons cette mesure depuis 2014.

À l'époque, j'étais président de cette organisation de défense et de promotion des droits collectifs des aînés dans le domaine économique, social, culturel et politique. J'ai toujours suivi et piloté ce dossier dans notre section locale où j'ai pu compter sur le leadership et la collaboration exceptionnels des autres membres du conseil d'administration, notamment de Hélène Robillard-Frayne, François Marquis, Zaida Nuñez, Nelson Ojeda et de notre président actuel Jean-Paul Lahaie. Postérieurement, notre campagne a été appuyée par toutes les sections du Regroupement des AQDR du Montréal Métropolitain, par le Comité de transport dont le président est M. Richard Chrétien, ainsi que par l'AQDR nationale (30.000 membres), présidée par M. Pierre Lynch.

Il faut noter que Montréal est la ville québécoise où habitent le plus grand nombre d'aînés, dont 44% sont nés à l'étranger, et aussi la ville enregistrant le plus haut pourcentage de pauvreté dans ce secteur de la population. Les personnes âgées veulent vivre le plus longtemps possible, chez elles, en santé et de façon autonome. Malheureusement, trop d'aînés vivent dans la solitude, l'isolement et la pauvreté.

Cette situation s'est dégradée encore davantage pendant les années de pandémie. Pour ces personnes, le transport en commun constitue un service essentiel et l'un des enjeux les plus importants. Il faut noter que nonobstant que le Canada est un pays considéré riche, membre du G7, ses régimes publics de pension se trouvent parmi les moins généreux au sein des pays de l'OCDE.

En 2015, nous avons intensifié les pressions dans ce sens auprès des autorités en lançant une pétition.

Plus de 6 000 signatures ont été recueillies qui



ont, par la suite, été déposées à la ville de Montréal et à la Société de transport de Montréal (STM). De plus, nous avons tenu, le 26 septembre 2016, une importante manifestation, à la sortie du métro Crémazie, avec l'appui de la FTQ. Cependant, l'administration du maire Denis Coderre est restée insensible à notre demande.

# CADEAU DE NOËL

En octobre 2017, à l'occasion de la Journée internationale des personnes âgées, nous avons invité des candidats des deux principaux partis municipaux à notre assemblée générale.

Entre autres invités de marque, la candidate Valérie Plante est venue avec son équipe. À cette occasion, madame Plante nous a promis d'implanter la gratuité du transport commun pour les aînés de 65 ans et plus. Lors de la campagne municipale de 2021, nous sommes revenus à la charge,

maintenant avec beaucoup plus d'appuis au sein des organisations de retraités et de la population en général. Aujourd'hui, nous nous réjouissons de l'annonce à l'effet que cette mesure entrera en vigueur le 1er juillet 2023.

## LA GRATUITÉ DU TRANSPORT PROGRESSE ICI ET DANS LE MONDE

Cette mesure a déjà été adoptée par plusieurs villes québécoises, voisines de Montréal, dont celles de Laval, Terrebonne, Repentigny, Saint-Jérôme, Sainte-Julie, Carignan et Longueuil en dehors des heures de pointe, le soir et les fins de semaine. Ainsi, ces villes contribuent efficacement à l'amélioration des conditions de vie des aînés québécois.

Dans le monde, un nombre croissant de villes situées dans plusieurs pays, telles qu'en France, en Chine, et en Turquie ont également établi la gratuité, souvent pour tous leurs résidents. C'est le cas du Grand-Duché de Luxembourg, pays qui accorde ce bénéfice à toute sa population.

Le transport constitue un service essentiel pour les aînés et consomme une part significative de leur budget. De plus, il est utile de signaler que 51% de ces personnes ne conduisent pas une voiture. Aussi, les aînés prennent généralement le transport collectif en dehors des heures de pointe.

D'autre part, il faut mentionner que le coût de la

mesure annoncée par la ville n'est pas énorme, soit de 40 M\$ par année, mais la première année ne sera que de 24 M\$.



La décision de la mairesse Valérie Plante peut être qualifiée d'un grand pas en avant. Les personnes âgées méritent ce bénéfice, car elles ont consacré toute leur vie à construire et à améliorer la société dans laquelle nous vivons.

Dans ce contexte, l'AQDR et l'ensemble des aînés de la région de Montréal saluent la décision de la mairesse Plante.

La gratuité permettra aux personnes âgées d'accéder aux services de base et favorisera leur autonomie et leur participation à la vie en société. Elle est également un élément fondamental visant à contrer la pauvreté, l'isolement et la solitude. Dans ce même sens, nous continuerons à lutter pour l'amélioration du transport adapté pour les personnes à mobilité réduite, y compris pour le maintien de la Navette-Or ou d'un service similaire et aussi pour assurer un transport interrégional et provincial avec des horaires adéquats, permettant aux personnes âgées de se déplacer d'une région à l'autre.

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





## 147 ÉTATS CONTRE LA TRAITE DES PERSONNES\*

Chaque année dans le monde, un nombre incalculable de personnes sont victimes de traite humaine (50 000 en 2018 selon l'ONU DC\*\*). Ces personnes sont transférées et utilisées pour la prostitution et d'autres abus. Ce sont en grande majorité des jeunes femmes et des enfants. La Convention des Nations-Unies de septembre 2003 vise à réprimer la criminalité transnationale de la traite des personnes, en particulier des femmes et des enfants.

Près de 3 000 personnes, en sont déclarées victimes chaque décennie au Canada\*\*\*. Ce sont, par exemple, des adolescentes sorties des Centres Jeunesse ou des jeunes femmes que l'on manipule en leur offrant des gâteries et de la drogue. Une fois qu'elles sont bien compromises, on les force à faire de la prostitution au profit d'un faux amoureux et d'un réseau d'exploiteurs. On les déplace souvent d'une ville à l'autre, pour éviter qu'elles ne soient repérées et secourues. Les jeunes enfants sont parfois soumis à la pédophilie et aux dons d'organes payants!

On soumet parfois les personnes au travail forcé et aux services domestiques illicites, sans respecter le Code du Travail. Ce genre d'esclavage doit être combattu par les pouvoirs publics en vertu des Normes du Travail et de la Charte des Droits des citoyens.

Les organismes qui défendent cette cause sont, entre autres, les Nations Unies et chez nous, le Comité d'Action contre la traite humaine interne et internationale, le CATHII, qui interviennent pour combattre ces abus et en secourir les victimes. IL EST IMPORTANT DE LES SOUTENIR. Agissons, avant que la vie des jeunes femmes ne soit gâtée et leurs enfants, maltraités.



\* 147 pays sont signataires de la Convention des Nations Unies contre la criminalité transnationale organisée, dont la traite des personnes.  
<https://www.unodc.org/unodc/fr/organized-crime/intro/UNTOC.html>

\*\* Le Rapport mondial sur la traite des personnes de l'Office des Nations Unies contre la drogue et le crime (ONU DC2021) signale qu'en 2018, environ 50.000 victimes de la traite des êtres humains ont été détectées et signalées par 148 pays. On y précise toutefois que le nombre réel de victimes de la traite est bien plus élevé, étant donné la nature cachée de ce crime.  
<https://news.un.org/fr/story/2021/02/1088282>

\*\*\* Statistique Canada rapporte qu'ici, de 2010 à 2020, les services de police Canadiens ont déclaré 2 977 affaires de traite de personnes, tout en soulignant le fait que le nombre d'affaires déclarées augmente depuis 2009, en affirmant aussi que la grande majorité des enquêtes sont liées à une forme quelconque d'exploitation sexuelle.  
<https://www150.statcan.gc.ca/n1/pub/85-002-x/2022001/article/00010-fra.htm>

Visitez ce site WEB pour plus d'informations :  
<http://www.cathii.org/>  
Au besoin, contactez la ligne d'urgence canadienne contre la traite des personnes :  
1 833 900-1010.

François Marquis  
Secrétaire-Trésorier, AQDR-ASTL



## LES HAUTS ET LES BAS DU TRANSPORT EN COMMUN EN SICILE

Lorsqu'elles planifient un voyage, plusieurs personnes âgées, qui conduisent, se demandent si elles loueront une voiture ou si elles voyageront en transport public. Mon mari et moi, qui partions pour la Sicile en septembre, nous sommes posés la question et avons opté pour le transport en commun.

D'une part, cet article est anecdotique; mais les décideurs dans le domaine du transport en commun au Québec peuvent s'inspirer de bons exemples et ne pas s'inspirer de mauvais exemples vécus par des Québécois à divers endroits. La Sicile est un endroit magnifique, mais même si les trains et les autobus ont une certaine fréquence et respectent leur horaire, certaines améliorations pourraient être apportées au transport en commun.

- Vous arrivez à une gare d'autobus en Sicile; en fait, le mot 'gare' est présomptueux: ainsi, à Catania, la deuxième plus grande ville de Sicile, vous achetez le billet à un endroit, mais les autobus sont un coin de rue plus loin. En fait, il s'agit d'un arrêt d'autobus; ne cherchez pas d'endroit où laisser une valise ou une toilette...

Dans l'autobus, qui est confortable et où tous les passagers ont un siège, il n'y a pas de toilette non plus. Pour certains trajets de longue distance, il y a parfois un arrêt dans une halte avec services. Quand vous revenez avec vos bagages à une 'gare', comme celle de Catania, il n'y a pas de taxi en attente pour vous rendre à votre hôtel: il faut téléphoner. A Syracuse, il y a une gare de train, avec des taxis en attente, mais encore ici la gare d'autobus, c'est un arrêt d'autobus. A Agrigento, ville du Patrimoine mondial de l'UNESCO, il n'y a aussi qu'un arrêt d'autobus, mais il y a une gare de train: toutefois, nous avons dû monter trois étages avec nos bagages, car l'ascenseur était brisé! A Cefalu, la gare de train est loin du centre-ville, mais heureusement il

il y avait un taxi. A Noto, autre ville du Patrimoine mondial de l'UNESCO, la gare était fermée au moment où nous sommes arrivés en train: aucun préposé, aucun plan de la ville ou horaire des trains pour le retour. Tout ceci fait comprendre l'importance d'avoir un téléphone intelligent. Heureusement, à Palerme, la capitale de la Sicile, la gare de train et la gare d'autobus sont l'une à côté de l'autre avec dépôt pour les bagages, une salle d'attente, un café, un bon hôtel à proximité.

L'objectif de ce texte n'est pas de vous décourager de voyager à l'aventure, en transport public, mais pour écrire une évidence. Il faut prendre certaines précautions: ne pas avoir trop de bagages; réserver les hôtels à l'avance; avoir un téléphone intelligent.

Il y a tout de même des endroits au monde dont les décideurs dans le domaine du transport en commun au Québec peuvent s'inspirer, car, à mon avis, la disponibilité de transport en commun au Québec est une question vitale pour notre société, car il n'y a pas une voiture par citoyen ou citoyenne, entre autres chez les personnes âgées et chez les jeunes. C'est le gouvernement, de concert avec l'entreprise privée, qui devra prendre les décisions à cet égard, dans un cas pour garder ses électeurs, dans l'autre pour garder ses clients. Et, avec une clientèle qui vieillit et qui vote, c'est dans l'intérêt de tous de se pencher sur cette conjoncture et de s'inspirer des exemples positifs.

Hélène Robillard-Frayne  
Membre du CA de l'AQDR Ahuntsic/St-Laurent  
Automobiliste, mais surtout utilisatrice du  
transport en commun à Montréal et ailleurs au  
Québec.






**Je vous souhaite de joyeuses fêtes  
et une bonne et heureuse  
année 2023**

**I wish you happy holidays  
and a happy new year  
2023**

**EMMANUELLA  
LAMBROPOULOS**  
Députée de Saint-Laurent  
750 Boulevard Marcel-Laurin bur.102  
514 335-6655  
Saint-Laurent, Québec H4M 2M4

✉ [Emmanuella.Lambropoulos@parl.gc.ca](mailto:Emmanuella.Lambropoulos@parl.gc.ca)  [@emlambropoulos](https://www.facebook.com/emlambropoulos) 

The card features a festive background with a large, glowing Christmas tree on the left and smaller trees on the right, all set against a dark sky with falling snow. A woman with long dark hair, wearing a white coat, is positioned in the lower-left corner, partially overlapping the text box.



## LA SANTÉ AUDITIVE

Au Québec, environ 31% de la population âgée de plus de 20 ans ont un problème d'audition, particulièrement les personnes âgées. Les causes les plus fréquentes de la perte d'audition sont le vieillissement et l'exposition prolongée au bruit. Cette exposition aux bruits intenses peut entraîner une surdité professionnelle.

S'il est démontré que la perte auditive est causée par le travail, la personne atteinte peut être compensée par la Commission des normes de l'équité, de la santé et de la sécurité du travail (CNESST). La compensation peut comprendre le coût des prothèses auditives et un dédommagement monétaire.

Malheureusement, la nouvelle loi en cette matière, du gouvernement Legault, a réduit les critères et bénéfices prévus dans l'ancienne loi, malgré la ferme opposition des centrales syndicales québécoises. Pendant mon travail à la FTQ, j'ai constaté que les bruits excessifs de certaines usines causent de graves pertes auditives aux travailleurs et travailleuses.

La perte auditive est courante chez les aînés. Selon la Société canadienne de l'ouïe, 60% des Canadiens de 65 ans et plus présentent un certain degré de perte auditive. Cette proportion devrait augmenter compte tenu du vieillissement de la population.

### QUELQUES SOLUTIONS

Les gens pensent souvent que rien ne peut être fait pour prévenir ou contrôler les problèmes d'audition. En présence de cette maladie, il est important de consulter un médecin, car la perte auditive peut avoir des conséquences sur la qualité de vie d'une personne.

Les aînés qui ont de la difficulté à entendre voient leur qualité de vie diminuer et se sentent mal à l'aise, seuls, frustrés ou angoissés, à cause de leur perte auditive. Aussi, ils ont tendance à s'isoler socialement.

La perte auditive liée à l'âge est irrémédiable, mais il existe des traitements qui peuvent les aider. En ce sens, il faut mentionner qu'il y a des raisons d'être optimiste. Par exemple, le recours à une chirurgie, à des implants cochléaires, ainsi qu'à une prothèse auditive correctement ajustée. Cependant, le programme d'aides auditives de la Régie de l'assurance maladie Québec n'est pas très généreux. Les conditions d'admissibilité y sont restreintes et les appareils coûtent de plus en plus cher.

Mon épouse et moi sommes revenus d'un voyage en Suisse. Ce pays riche, ayant un système de santé très bien développé, a implanté un excellent programme d'aides auditives. Tous les Suisses nés entre 1930 et 1980 sont éligibles pour être équipés de prothèses auditives. Grâce aux innovations technologiques récentes, les aides auditives sont de plus en plus discrètes et de moins en moins chères. Les appareils invisibles sont très populaires en Suisse. Ils

amplifient le son sans que personne ne les remarque. De plus, les tests sont rapides et gratuits.

Si une personne souffre d'une perte auditive, il faut lui parler lentement et clairement, et légèrement plus fort que d'habitude, toujours sans crier; réduire le bruit ambiant (tv, radio) ou trouver un endroit calme pour discuter; s'assurer que l'éclairage soit suffisant pour que la personne puisse bien voir notre visage; faire preuve de patience et répéter quand c'est nécessaire, etc. Les nouvelles technologies font désormais partie intégrante du quotidien de la population. Il faut les utiliser pleinement pour combattre la surdité chez les personnes âgées.

Osvaldo Nuñez  
Vice-président de l'AQDR/ASTL



**Joyeux Noël à tous et à toutes! Que cette période des Fêtes soit remplie de joie et de bonheur!**



**Marwah Rizqy**  
**Députée de Saint-Laurent**

514-747-4050

Marwah.Rizqy.STLO@assnat.qc.ca  
1500, rue du Collège, bureau 405,  
Saint-Laurent (QC) H4L 5G6



**André A. Morin**  
**Député de l'Acadie**

514-337-4278

Andre-A.Morin.ACAD@assnat.qc.ca  
1600, boul. Henri-Bourassa O.,  
Bureau 540  
Montréal (QC) H3M 3E2





## BALADO PAROLES DE GÉNÉRATIONS

Monsieur Osvaldo Nunez, Vice-président de l'AQDR Ahuntsic/St-Laurent, participait, le 9 novembre dernier, en tant que panéliste lors d'une activité intergénérationnelle et interculturelle très intéressante à la Maison d'Haïti, à Montréal.

Ce balado, intitulé 'Paroles de générations', était organisé par Intergénération Québec avec la collaboration du Comité interculturel de la ville de Montréal. Notre collègue Osvaldo Nunez était l'un des trois panelistes. Les deux autres panelistes étaient Mme Catherine Limperis, d'origine grecque, du Conseil interculturel de Montréal, et M. Fabrice Vil, un jeune Haïtien de Montréal. Voir le lien suivant:

<https://baladoquebec.ca/paroles-de-generations>

Les trois invités ont répondu de façon franche au jeune animateur, M. Vincent Rondeau, agent de mobilisation et d'animation à Intergénération Québec.



Les questions ont porté sur les principaux préjugés à l'égard des aînés issus de l'immigration. Il vous faudra regarder le balado pour voir les diverses statistiques mentionnées par les panelistes.

Parexemple, il faut noter que 44% de la population âgée immigrante de 65 ans et plus est née à l'extérieur du Canada. Des problèmes soulevés ont été le logement, le transport, incluant les navettes or, les problèmes linguistiques des personnes aînées immigrantes, le choc culturel et le décalage entre certaines valeurs des enfants d'immigrants et celles des parents. Il y a aussi été fait mention du fait que des enfants pourraient profiter d'une certaine interaction avec les grands-parents.

Parmi les recommandations faites pour l'avenir, M. Nunez a suggéré la remise sur pied à Montréal d'un Conseil des Aînés, qui a été malheureusement supprimé il y a quelques années. Il a insisté sur le fait qu'il faut continuer à lutter et à renforcer les liens entre les gens nés ici et ceux venus d'ailleurs, ainsi qu'entre les générations et leurs associations respectives. De plus, il a souligné les efforts que l'AQDR fait pour recruter des aînés immigrants et les rapprocher de la société d'accueil. Ceci est un beau programme à venir pour l'AQDR Ahuntsic/St-Laurent et, en fait, pour toutes les sections AQDR du Québec.

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

# BIEN-ÊTRE

## CLUB 50 ANS + DE CLAUDE-ROBILLARD

Pour lutter contre les effets accélérés du vieillissement occasionnés par la pandémie et la sédentarité, le **Club 50 ans + de Claude-Robillard** vous offre une panoplie d'activités physiques, de sport et de plein air.

Avant la pandémie, 700 membres étaient actifs alors qu'il n'y en a maintenant que 250 et la reprise est malheureusement fort lente. Certains ont vieillis de 10 ans pendant les 2 ans de la pandémie à cause de l'absence d'activités physiques et de l'isolement social.

Venez donc nous voir. C'est un remède assuré pour bien vieillir et éviter les urgences d'hôpitaux!

Richard Dufort  
Directeur des activités  
Club 50 ans + de Claude-Robillard  
514-387-3021  
[https:// www.club50anspluscr.com](https://www.club50anspluscr.com)



# PUBLICITÉ

Montréal 

 **VOS ÉLU-ES VOUS SOUHAITENT DE JOYEUSES FÊTES !** 

			
<b>EMILIE THUILLIER</b> Mairesse Ahuntsic-Cartierville <a href="mailto:emilie.thuillier@montreal.ca">emilie.thuillier@montreal.ca</a>	<b>NATHALIE GOULET</b> Conseillère de la Ville District Ahuntsic <a href="mailto:nathalie.goulet@montreal.ca">nathalie.goulet@montreal.ca</a>	<b>JÉRÔME NORMAND</b> Conseiller de la Ville District Sault-au-Récollet <a href="mailto:jerome.normand@montreal.ca">jerome.normand@montreal.ca</a>	<b>JULIE ROY</b> Conseillère de la Ville District Saint-Sulpice <a href="mailto:julie.roy4@montreal.ca">julie.roy4@montreal.ca</a>

555, rue Chabanel Ouest, Bureau 600  
Montréal (Québec) H2N 2H8  
514 872-2246

# NOS ACTIVITÉS



**Journée internationale des aînés/COSSL**



**Journée internationale des aînés/TCABBC**



**3<sup>e</sup> édition du Salon Gériatrie sociale Saint-Laurent**

# DÉMÉNAGEMENT

Nous déménageons  
Le 19 décembre 2022  
Au 12225, rue Grenet  
Bureau 3512

Centre culturel et  
communautaire de Cartierville



## CALENDRIER DES ACTIVITÉS HIVER

- Vendredi 9 décembre, 14 h:Célébration 18 anniversaire AQDR-ASTL et conférence sur le droit au logement comme humain des aînés
- Lundi 19 décembre: Déménagement au 4 C

Restez à l'affût des autres activités à venir par courriel et sur notre site

<https://www.aqdr-astl.org>



*Vers une société pour tous les âges...*



# AQDR

**Ahuntsic Saint-Laurent**

L'ASSOCIATION QUÉBÉCOISE DE DÉFENSE  
DES DROITS DES PERSONNES RETRAITÉES  
ET PRÉRETRAITÉES

De gauche à droite:

François Marquis, secrétaire et réviseur  
Antony Frayne, membre  
Malika Boucherrab, secrétaire-comptable  
Nadia Kapinga, coordonnatrice  
Jeannine Roy-Nuckle, administrateur  
Gilles Léveillé (retraité)  
Amy Nalbandian, administrateur  
Zaida Nuñez, administrateur  
Hélène Robillard-Frayne, administrateur  
Osvaldo Nuñez, vice-président  
Jean-Paul Lahaie, président



**12225, rue Grenet, bureau 3512  
Montréal, Québec, H4J 2N7  
tél. : (514) 332-8222  
[aqdr.astl@gmail.com](mailto:aqdr.astl@gmail.com)**