



AQDR

Granby

ASSOCIATION QUÉBÉCOISE DE DÉFENSE
DES DROITS DES PERSONNES RETRAITÉES
ET PRÉRETRAITÉES



INFOLETTRE

JANVIER

2026

Rencontres de l'AQDR Granby



Dîner-causerie de Granby : Mercredi 14 janvier, 11 h 15. Nous recevons Pierrette Boulais, infirmière, qui viendra nous parler des directives médicales anticipées. Au restaurant l'Œuf Fourchette, 1, Bd Mountain, Granby.

Café-causerie de Cowansville : Mardi 13 janvier, 13 h 30. Séance d'information destinée aux locataires de logements et de RPA afin de mieux comprendre leurs droits et obligations en matière de logement, animée par Caroline Corriveau, avocate à Info Justice Estrie. Bibliothèque Gabrielle-Bertrand – Salle Pauline-Martel, 608, rue du Sud, Cowansville.

Conférence des membres - Lundi 19 janvier, 13 h 30

Savez-vous que vous possédez la force de l'âge?

Avec Mélanie Couture, titulaire de la Chaire de recherche sur la maltraitance envers les personnes âgées et professeure agrégée à l'école de travail social de l'Université de Sherbrooke.

Cette présentation de la titulaire de la Chaire de recherche sur la maltraitance envers les personnes âgées vise à défaire les stéréotypes sur les retraités en se basant sur la recherche. Être plus âgé est une force. Néanmoins, il faut apprendre à l'utiliser efficacement pour influencer les décideurs.

Cette conférence s'inscrit dans le **Plan d'action régional pour contrer l'âgisme envers les personnes âgées** avec le soutien financier du programme Québec ami des aînés du gouvernement du Québec. Une conférence à ne pas manquer !

Au Carrefour Bingo, 94, rue Robinson S, Granby



Conférence - Point de service de Brome-Missisquoi - Cowansville

**Connaissez-vous bien vos droits en tant que locataire?
avec Caroline Corriveau, avocate à Info Justice Estrie**

Vous êtes locataire d'un logement ou d'une résidence privée pour aînés (RPA) et vous souhaitez mieux connaître vos droits ? Participez à cette séance d'information animée par Caroline Corriveau, avocate à Info Justice Estrie, qui vous aidera à mieux comprendre les règles entourant le logement locatif.

Lors de cette rencontre, seront abordés notamment :

- les règles entourant les hausses de loyer, le renouvellement du bail, vos droits et responsabilités comme locataire, les recours possibles en cas de litige avec votre propriétaire, etc.

Une occasion simple, claire et concrète de vous informer afin de mieux protéger vos droits.

Mardi le 13 janvier 2026 à 13 h 30

Bibliothèque Gabrielle-Bertrand – Salle Pauline-Martel, 608, rue Sud, Cowansville.

Informations supplémentaires : AQDR Granby, point de service de Brome-Missisquoi, 579-420-3038

Conférence - Point de service de Brome-Missisquoi - Bromont

Des solutions pour lutter contre l'âgisme et revaloriser le vieillissement : nous pouvons tous agir

Avec Carine Bétrisey Ph.D.

Coordonnatrice à la recherche, Chargée de cours

Centre de recherche sur le vieillissement (CdRV), CIUSSS de l'Estrie-CHUS

L'âgisme – c'est-à-dire les stéréotypes, les préjugés et la discrimination liés à l'âge – est présent dans beaucoup de sphère de la vie quotidienne, y compris dans la manière dont on vit notre propre vieillissement. D'ailleurs, les médias diffusent souvent des images qui ternissent la représentation du vieillissement, ou, à tout le moins, qui n'en montrent qu'un aspect. Pour changer cette vision négative de l'avancée en âge, nous pouvons tous agir à notre échelle, apportant notre pierre à l'édifice. Cette conférence reviendra d'abord sur le phénomène de l'âgisme, ses origines, ses manifestations et ses conséquences. Puis, des solutions pour le combattre seront proposées, le tout basé autant sur des recherches scientifiques que sur des témoignages recueillis auprès de la population. Le but de la conférence est de repartir avec quelques clés pour devenir des agents de changement social qui contribuent à revaloriser le vieillissement chacun à son échelle.

Titulaire d'un doctorat multifacultaire, Carine Bétrisey possède plusieurs années de spécialisation dans le domaine de l'âgisme dans l'équipe de la Professeure Mélanie Lévesque à l'Université de Sherbrooke. Elle a d'ailleurs collaboré avec l'AQDR Granby dans la conception de son plan d'action pour contrer l'âgisme. Elle coordonne également le projet de la Professeure Annie Carrier visant à créer une formation d'agent de changement social destinée aux membres de l'AQDR Granby.

Cette conférence s'inscrit dans le **Plan d'action régional pour contrer l'âgisme envers les personnes âgées** avec le soutien financier du programme Québec ami des aînés du gouvernement du Québec. **Une conférence à ne pas manquer !**



En partenariat avec :

Québec

Mercredi le 28 janvier 2025 à 13 h 30

Au Centre communautaire de Bromont, 117, boulevard Bromont

Programme de soutien pour un forfait internet abordable

Vous connaissez un adulte à faible revenu âgé de 65 ans ou plus qui a besoin d'un forfait Internet abordable ou d'un appareil numérique?

Grâce à l'initiative Familles branchées, les adultes à faible revenu âgés de 65 ans ou plus ainsi que les familles à faible revenu peuvent bénéficier de forfaits Internet résidentiels abordables.

Si vous recevez 80 % ou plus du Supplément de revenu garanti, surveillez l'arrivée d'une lettre du gouvernement du Canada contenant les instructions pour vous inscrire à Familles branchées! En savoir plus : Canada.ca/familles-branchees

Le programme Ordinateurs pour les écoles et plus offre des ordinateurs et d'autres appareils à faible coût aux adultes âgés à faible revenu et aux familles admissibles à l'initiative familles admissibles à l'initiative Familles branchées! En savoir plus : Canada.ca/ordinateurs-pour-ecoles-plus



invitation – Formation retraite citoyenne par l'AQDR Granby

Vous êtes à la retraite ou en transition vers celle-ci et vous souhaitez donner un sens nouveau à cette étape de votre vie ? Cette formation vous propose un espace de réflexion et d'échange pour mieux comprendre la retraite active et citoyenne, reconnaître vos droits, porter un regard positif sur le vieillissement et identifier des façons concrètes de vous engager selon vos valeurs, vos intérêts et votre rythme.

À travers des discussions, des activités interactives et des réflexions personnelles, vous serez amené à explorer votre parcours, à réfléchir à votre rôle dans la société et à envisager des actions porteuses de bien-être, de sens et de contribution au bien commun. Une journée pour nourrir autant l'esprit que l'engagement, dans un climat respectueux et stimulant.

- ♦ **Jeudi 5 février 2026**
- ♦ **Accueil dès 8 h 30**
- ♦ **Formation de 9 h à 16 h**
- ♦ **Dîner gratuit offert sur place**

Centre communautaire Richard-Goulet

170, rue Saint-Antoine Nord, Granby, salle 323



Formation Retraite citoyenne



Participer à une formation sur la retraite citoyenne offre l'opportunité de concevoir une vie active et engagée. Cela contribue à préserver et à enrichir son épanouissement personnel, tout en veillant à sa santé mentale et physique par à un engagement stimulant au sein de la communauté.

Gérer les changements de vie

Rester actif et engagé



Date: **Jeudi, 5 février 2026**

- Accueil 8h30
- De 9h à 16h
- Dîner offert sur place



Endroit:

Centre communautaire Richard-Goulet
170 Rue Saint Antoine N, Granby



Pour inscription, appelez ou scannez:



aqdrgranby@aqdrgranby.org



450 372-3038

**** Inscription obligatoire ****

Formulaire en ligne : [Inscription formation - Retraite citoyenne](#)

Par téléphone : 450 372-3038

Par courriel : aqdrgranby@aqdrgranby.org

Dossier « Deux oreilles, deux appareils »

L'AQDR poursuit ses démarches afin de corriger une importante iniquité touchant les personnes retraitées ayant besoin d'aides auditives. Actuellement, un travailleur a droit au remboursement de **deux appareils auditifs** par la **Régie de l'assurance maladie du Québec**, mais dès la retraite, la couverture est limitée à **un seul appareil**, même lorsque la perte auditive est bilatérale — ce qui concerne environ **70 %** des personnes ayant besoin d'une aide auditive.

Cette situation a des impacts importants sur la qualité de vie des personnes âgées : porter deux appareils améliore la compréhension de la parole, l'équilibre et la sécurité, tout en réduisant significativement les risques de chutes et de déclin cognitif. Des études démontrent d'ailleurs que l'appareillage binaural peut réduire jusqu'à **50 % le risque de chutes** et **30 % le risque de développer une démence**, tout en générant des économies majeures pour le système de santé à long terme.

L'AQDR demande donc au gouvernement de **bonifier le programme de la RAMQ** afin de permettre le remboursement de deux appareils auditifs pour les personnes retraitées et d'accorder une compensation financière lorsque des appareils plus performants sont requis. Ce dossier a déjà fait l'objet de plusieurs rencontres politiques et institutionnelles et **sera également abordé lors d'une rencontre avec notre député prévue en janvier**, afin de poursuivre les représentations et faire avancer cette revendication essentielle.

Deux oreilles, deux appareils : une question de dignité, de santé et d'équité.



Meilleurs vœux pour la nouvelle année

En ce début d'année, toute l'équipe et le conseil d'administration vous offrent leurs meilleurs vœux de santé, de sérénité et de solidarité. Que 2026 soit une année porteuse d'engagement, de justice sociale et d'actions collectives pour la défense des droits des personnes âgées.

Merci de votre confiance et de votre implication. Ensemble, poursuivons notre mobilisation afin de bâtir une société plus équitable, respectueuse et inclusive pour toutes et tous.



À l'occasion de la nouvelle année, je nous souhaite :

Des silences qui font du bien,
Des regards qui comprennent tout,
La force de dire non sans culpabilité,
Des riens qui deviennent de grands souvenirs,
Des chemins qui s'éclairent sous vos pas,
Le courage d'être imparfait,
Des mains qui se tendent au bon moment,
La paix avec notre propre histoire,
De la douceur dans nos fragilités,
Des évidences plutôt que des doutes,
Des curiosités qui s'éveillent,
Des pardons qui libèrent,
Des souffles longs et profonds
La clarté après l'ORAGE,
Des audaces qui font vibrer,
Des racines qui s'ancrent doucement,
L'envie de tenter l'impossible,
Des matins qui chantent vrais,
La patience d'éclore à son rythme,
La fierté du chemin parcouru,
Le luxe de prendre du temps,
La joie sauvage d'être simplement là.

J'ai emprunté ces souhaits à Léo
Ferré, Baudelaire et Verlaine.
J'espère ainsi avoir rencontré
quelques uns de vos désirs.



Comme membre du CA de notre organisme, je nous souhaite des membres engagés,
des membres qui prennent leur place de citoyen à part entière, dans nos communautés
des membres qui se font reconnaître comme des personnes dignes et entières,
des personnes qui ont donné et donnent encore à la société.

Que la force de notre âge règne autour de nous!

Bonne année !

Danielle Paquette

Vice-présidente AQDR Granby

Appel à signer une pétition importante sur le soutien à domicile

Nous invitons nos membres à **signer une pétition officielle déposée à l'Assemblée nationale du Québec** visant à assurer un **accès universel aux services de soutien à domicile sans frais supplémentaires**. Cette démarche demande au gouvernement de garantir que les personnes qui ont besoin de soutien à domicile, notamment les personnes âgées et celles en perte d'autonomie, puissent recevoir ces services essentiels **sans être pénalisées financièrement**.

Le soutien à domicile joue un rôle clé pour permettre aux personnes de demeurer chez elles le plus long-temps possible, dans la dignité, tout en réduisant la pression sur le réseau de la santé. Cette pétition constitue un moyen concret de faire entendre notre voix collective et de rappeler l'importance de services accessibles, humains et équitables.

Nous vous encourageons à signer et à partager cette pétition afin de soutenir cette revendication essentielle et de démontrer l'appui des citoyennes et citoyens à des services de soutien à domicile réellement accessibles. Pour signer la pétition sur le site officiel de l'Assemblée nationale, suivez le lien suivant : [**Pétition : Accès universel sans frais supplémentaires pour le soutien à domicile**](#)

Date limite pour signer : 2026-02-04

Pétition : Demande visant à améliorer et à stabiliser le financement des organismes communautaires et des organismes à but non lucratif au Québec

Les organismes communautaires et les organismes à but non lucratif jouent un rôle essentiel dans le filet social québécois. Chaque jour, ils accompagnent et soutiennent des milliers de personnes : aînés, familles, jeunes, personnes vivant avec des enjeux de santé mentale, personnes en situation de pauvreté ou d'itinérance, personnes immigrantes, femmes victimes de violence, personnes en situation de handicap et bien d'autres encore.

Or, malgré leur importance, les organismes doivent composer avec un financement gouvernemental instable, imprévisible et souvent complexe. Les délais, le manque de transparence et l'absence de financement à long terme fragilisent leur capacité à offrir des services essentiels et forcent parfois une compétition malsaine entre organismes, au détriment de leur mission première.

Une pétition est actuellement en cours afin de demander au gouvernement du Québec :

- la mise en place de mécanismes de financement stables, prévisibles et pluriannuels;
- la simplification et la transparence des processus de financement;
- la reconnaissance des organismes comme de véritables partenaires essentiels;
- la tenue rapide d'une rencontre avec les ministres concernés pour trouver des solutions durables.

Votre appui est important. En signant cette pétition, vous contribuez à renforcer la capacité des organismes communautaires à poursuivre leur travail indispensable auprès des populations les plus vulnérables.

Pour signer la pétition sur le site de l'Assemblée nationale du Québec : [**Pétition sur le financement des organismes communautaires et des organismes à but non lucratif au Québec**](#)

Date limite pour signer : 19 mars 2026



Lyne Fontaine

CONSEILLÈRE EN VOYAGES AFFILIÉE

Merci d'être là !

TravelOnly
Votre voyage commence ici

Pour les gens qui aiment les voyages de groupes!

Présentation



AQC

Granby



Escapades/voyages 2026

11 janvier 2026 à 13:30
Auditorium JH Leclerc



Faites comme eux et embarquez en **escapades** avec moi!



TravelOnly
Votre voyage commence ici

Présentation des voyages et des escapades de Lyne Fontaine pour l'offre de services 2026.

Quand ? Le 11 janvier 2026, 13 h 30

Où ? À l'Auditorium JH Leclerc de Granby

Informations auprès de Lyne Fontaine

579-488-6346, [Lien page Facebook des Escapades de Lyne](#)