

RAPPORT ANNUEL 2025-2026



JUIN 2026

**ASSOCIATION QUÉBÉCOISE DE DÉFENSE DES
DROITS DES PERSONNES RETRAITÉES ET
PRÉRETRAITÉES (AQDR) - QUÉBEC**

Table des matières

1.	Mot de la présidente et avis de convocation	2
2.	Ordre du jour de l'assemblée générale annuelle du 22 juin 2026.....	3
3.	Conseil d'administration 2025-2026.....	4
4.	Procès-verbal de l'assemblée générale annuelle de 2025	5
5.	Dépôt et adoption des états financiers 2025-2026	12
6.	Prévisions budgétaires 2026-2027	13
7.	Rapport d'activités 2025-2026.....	14
7.1	Activités pour la défense collective des droits par informations	14
7.1.1	Émissions de radio	14
7.1.2	Conférences	21
7.1.3	Cafés-rencontres et causeries	28
7.1.4	Débat électoral.....	33
7.1.5	Représentations et rencontres avec les élus.....	34
7.1.6	Recherche et collaboration avec d'autres organismes.....	34
7.1.7	Participation aux activités d'autres organismes et institutions.....	40
7.1.8	Documentation	50
7.2	Services pour la défense individuelle des droits	50
7.2.1	Clinique d'information.....	50
7.2.2	Clinique juridique.....	51
7.2.3	Accompagnement psychosocial	52
7.2.4	Programme Travailleurs de milieu.....	59
7.2.5	Nouveaux projets au service des aînés.....	60
8.	Partenariat	60
9.	Gestion des membres	61
10.	Gestion du bureau.....	62
11.	Orientations 2026-2027.....	63
11.1	La défense collective des droits des aînés.....	63
11.2	La défense individuelle des droits des aînés et de leurs aidants.....	64

1. Mot de la présidente et avis de convocation



Québec, le 3 juin 2026

Membres de l'AQDR Québec

OBJET : Lettre de convocation

Madame,

Monsieur,

Il me fait plaisir de vous convier à l'ASSEMBLÉE GÉNÉRALE ANNUELLE DE L'AQDR QUÉBEC qui aura lieu lundi le 22 juin 2026 de 13 h 30 à 15 h, au CENTRE MONTMARTRE, 1669 chemin Saint-Louis, Québec, Québec, G1S 1G5.

Nous vous demandons de confirmer votre présence à cette assemblée avant le 18 juin 2026 par courriel à l'adresse suivante : info.aqdrquebec@gmail.com ou par téléphone au numéro 418 524 0437, poste 0 en mentionnant bien qu'il s'agit de votre présence à l'Assemblée générale annuelle de l'AQDR Québec ou encore en cliquant sur ce lien <https://forms.gle/vfW9jY8iPYXmLb1v8>

Lors de cette assemblée vous prendrez connaissance de toutes les réalisations de l'AQDR Québec depuis avril 2025 jusque mars 2026. Vous aurez aussi la chance de constater l'ensemble des actions qui ont mené aux succès de l'AQDR Québec dans la réalisation de sa mission fondamentale soit, la défense collective des droits des personnes âgées retraitées et préretraitées ainsi que de ses nombreux projets d'accompagnement aux aînés de la région de la Capitale-Nationale.

Nous vous remercions de l'intérêt porté à notre Association et nous vous attendons en grand nombre pour cette assemblée.

Judith Gagnon, Présidente

p.j. : Ordre du jour AGA du 22 juin 2026

Procès-verbal de l'AGA de l'AQDR Québec du 25 juin 2025

2. Ordre du jour de l'assemblée générale annuelle du 22 juin 2026

1. Accueil et mot de bienvenue
2. Proposition de nomination d'un(e) président(e) et d'un(e) secrétaire d'assemblée
3. Déroulement de la rencontre et rappel des conditions d'éligibilité pour le vote
4. Lecture et adoption de l'ordre du jour
5. Dépôt et adoption des États financiers 2025-2026
6. Lecture et adoption du procès-verbal de l'assemblée générale annuelle tenue le 25 juin 2025
7. Nomination des vérificateurs
8. Présentation et adoption des prévisions budgétaires 2026-2027
9. Rapport d'activités-État de situation 2025-2026
10. Ratification des actes posés par le conseil d'administration
11. Orientations 2026-2027
12. Élection des membres du conseil d'administration
 - 12.1 : Présentation des candidats
 - 12.2 : Vote s'il y a lieu
 - 12.3 : Huis clos et pause
 - 12.4 : Élection du comité exécutif
13. Proclamation du nouveau conseil d'administration

3. Conseil d'administration 2025-2026

Présidente : Judith Gagnon

Vice-présidente : Claire Dubé

Trésorière : Michelle Gauthier

Secrétaire : Pierre Lavallière

Administratrice : Jocelyne Michaud

Administratrice : Huguette Rivard

Administratrice : Roch Giguère (en remplacement de Louise Slater depuis le 3 février
2026)

Administratrice : Michèle Reny

Administrateur : Deny Lépine

Rédaction : Claire Maranda

4. Procès-verbal de l'assemblée générale annuelle de 2025



ASSEMBLÉE GÉNÉRALE ANNUELLE

**PROCÈS-VERBAL de l'Assemblée générale
annuelle de l'AQDR Québec
tenue le mercredi 25 juin 2025 à 13h30
Salle Marie-Guyart du Centre Montmartre,
1669, chemin Saint-Louis, Québec**

Sont présents : Mesdames Manon Alarie, Christine Aubin, Claire Dubé (CA), Céline Dumas, Jacynthe Fortin, Judith Gagnon (CA), Michelle Gauthier (CA), Line Grisé, Nicole Laveau, Jacqueline Laurencelle, Claire Maranda, Jocelyne Michaud (CA), Marie Peigney, Michèle Reny (CA), Huguette Rivard (CA), Louise Slater (CA), Murielle Vachon

Messieurs Joseph Désiré Awono, Lansana Bangoura, Paul Crête, Michel Dubé, Claude Godbout, Mario Heppell, Sadiki Kambale Kyavumba, Louis-Antoine Lachance, Deny Lépine (CA), Gilles Morneau, Marcel Poirier, Jacques Pouliot, Ambroise St-Hilaire

Invité : M. Sébastien Lapointe, auditeur indépendant

1. ACCUEIL ET MOT DE BIENVENUE

La présidente, Judith Gagnon, souhaite la bienvenue aux membres et les remercie d'être présents à cette Assemblée générale annuelle (AGA). Par la suite, elle demande à tous les membres du conseil d'administration (CA) de l'AQDR Québec de se présenter, soit Claire Dubé, Pierre Lavallière, Michelle Gauthier, Louise Slater, Michèle Reny, Deny Lépine, Jocelyne Michaud et Huguette Rivard. En terminant, elle fait une présentation sommaire de certaines personnes qui font partie de l'équipe de travail et qui assistent présentement à l'Assemblée générale, soit Joseph Désiré Awono, Lansana Bangoura, Sadiki Kambale Kyavumba ainsi que Claire Maranda, rédactrice des procès-verbaux du CA et de l'AGA.

2. PROPOSITION ET NOMINATION D'UN(E) PRÉSIDENT(E) ET D'UN(E) SECRÉTAIRE D'ASSEMBLÉE

Rés. : (01-AGA-2025-06-25) Il est dûment proposé par Nicole Laveau que monsieur Jacques Pouliot soit désigné pour agir à titre de président de l'Assemblée générale annuelle et que madame Claire Maranda soit désignée pour agir à titre de secrétaire de l'Assemblée.

Adoptée à l'unanimité

3. DÉROULEMENT DE LA RENCONTRE ET RAPPEL DES CONDITIONS D'ÉLIGIBILITÉ POUR LE VOTE

Monsieur Jacques Pouliot constate qu'il y a quorum et déclare ouverte l'Assemblée générale annuelle. Il ajoute que l'envoi de la convocation a été fait dans le délai indiqué dans les statuts et règlements. Il rappelle que le conseil d'administration de l'AQDR Québec est composé de neuf membres, dont quatre font partie du comité exécutif. Parmi ces neuf membres, quatre administrateurs sont en fin de mandat. L'Assemblée devra donc procéder à l'élection de quatre membres pour une période de deux ans.

S'il y a plus de candidats intéressés qu'il y a de postes vacants, l'Assemblée devra procéder à un vote des membres. Si tel est le cas, deux scrutateurs devront être nommés. Le président rappelle que pour pouvoir voter, les membres de l'Assemblée doivent avoir une carte de membre valide. Il ajoute qu'un conjoint ou une conjointe d'une personne déjà membre du conseil d'administration ne peut se présenter.

4. LECTURE ET ADOPTION DE L'ORDRE DU JOUR

Le président de l'Assemblée fait la lecture du projet d'ordre du jour.

Rés. : (02-AGA-2025-06-25) Il est dûment proposé par Jocelyne Michaud et appuyé par Louis-Antoine Lachance d'adopter le projet d'ordre du jour suivant :

1. Accueil et mot de bienvenue
2. Proposition de nominations d'un(e) président(e) et d'un(e) secrétaire d'assemblée
3. Déroulement de la rencontre et rappel des conditions d'éligibilité pour le vote
4. Lecture et adoption de l'ordre du jour
5. Dépôt et adoption des États financiers 2024-2025
6. Lecture et adoption du Procès-verbal de l'Assemblée générale annuelle tenue le 26 juin 2024
7. Nomination des vérificateurs
8. Présentation et adoption des Prévisions budgétaires 2025-2026
9. Rapport d'activités – État de situation 2024-2025
10. Ratifications des actes posés par le conseil d'administration
11. Orientations 2025-2026
12. Élection des membres du conseil d'administration

-
- 12.1 Présentation des candidats
 - 12.2 Vote, s'il y a lieu
 - 12.3 Huis clos et pause
 - 12.4 Élection du comité exécutif
 13. Proclamation du nouveau conseil d'administration
 14. Levée de l'assemblée

Adoptée à l'unanimité

5. LECTURE ET ADOPTION DES ÉTATS FINANCIERS 2024-2025

Monsieur Sébastien Lapointe fait un survol du rapport de mission d'examen qu'il a produit relativement aux états financiers au 31 mars 2025 de l'Association québécoise de défense des droits des personnes retraitées et préretraitées (AQDR) Québec inc. Ces états financiers donnent une image fidèle de la situation financière de l'AQDR Québec ainsi que des résultats de ses activités et de ses flux de trésorerie pour l'exercice terminé le 31 mars 2025, conformément aux normes comptables canadiennes pour les organismes sans but lucratif.

Le président d'Assemblée, monsieur Jacques Pouliot, précise que ces états financiers ont été adoptés par les membres du CA lors de leur séance tenue ce mercredi 25 juin 2025, à 10 h 00.

Questions

Gilles Morneau aimerait connaître la cause de la diminution du nombre de cartes de membres. Judith Gagnon lui répond que cette situation n'est pas unique à l'AQDR Québec et que des améliorations devront être apportées quant au processus de renouvellement des cartes de membres.

Cette personne aimerait également savoir si la salle où se tiennent les cafés-rencontres est toujours disponible étant donné la fin de la location d'une partie des locaux de l'AQDR Québec. Oui, cette salle est toujours disponible.

Rés. : (03-AGA-2025-06-25) Il est dûment proposé par Louis-Antoine Lachance et appuyé par Manon Alarie d'adopter les États financiers au 31 mars 2025 de l'Association québécoise de défense des droits des personnes retraitées et préretraitées (AQDR) Québec inc.

Adoptée à l'unanimité

6. LECTURE ET ADOPTION DU PROCÈS-VERBAL DE L'ASSEMBLÉE GÉNÉRALE ANNUELLE TENUE LE 26 JUIN 2024

Les membres prennent connaissance du procès-verbal de l'Assemblée du 26 juin 2024 (pages 5 à 12 du *Rapport annuel 2024-2025*).

Rés. : (04-AGA-2025-06-25) Il est dûment proposé par Ambroise St-Hilaire et appuyé par Nicole Laveau d'adopter le procès-verbal de l'Assemblée générale annuelle tenue le 26 juin 2024 tel que rédigé.

Adoptée à l'unanimité

7. NOMINATION DES VÉRIFICATEURS

Rés. : (05-AGA-2025-06-25) Il est dûment proposé par Judith Gagnon et appuyé par Deny Lépine de reconduire le mandat de monsieur Sébastien Lapointe de la firme SEBASTIEN LAPOINTE, CPA inc., pour effectuer la mission d'examen de l'AQDR Québec pour l'année fiscale 2025-2026.

Adoptée à l'unanimité

8. PRÉSENTATION ET ADOPTION DES PRÉVISIONS BUDGÉTAIRES 2025-2026

Madame Judith Gagnon fait la présentation des prévisions budgétaires 2025-2026 pour l'AQDR Québec qui tiennent compte des revenus récurrents, soit la subvention du Secrétariat à l'action communautaire autonome et aux initiatives sociales (SACAIS) et les cartes de membres. Elle rappelle tout le travail effectué par son équipe au cours des dernières années pour obtenir des subventions afin de réaliser différents projets et ajoute que cela représente énormément d'heures de travail.

Rés. : (06-AGA-2025-06-25) Il est dûment proposé par Judith Gagnon et appuyé par Huguette Rivarad d'adopter les Prévisions budgétaires 2025-2026 de l'AQDR Québec.

Adoptée à l'unanimité

9. RAPPORT D'ACTIVITÉS – ÉTAT DE SITUATION 2024-2025

Avant de passer en revue les nombreuses activités qui ont eu lieu en 2024-2025, la Présidente demande à Sadiki Kambale Kyavumba de présenter les principales étapes contenues dans la section 7 du rapport annuel :

- 7.1 Activités informatives et promotionnelles
- 7.2 Poursuite de la défense collective
 - 7.2.1 Documents d'information et de sensibilisation
 - 7.2.2 Consultations publiques et recherche
 - 7.2.3 Participation aux activités d'autres organismes et interventions de l'AQDR Québec

Par la suite, la Présidente cède la parole à Louise Slater, administratrice au CA, afin qu'elle nous parle des résidences privées pour aînés (RPA). Elle indique que la priorité était d'aider les résidents à mettre sur pied des comités de milieu de vie au cours de l'année 2024-2025 et mentionne certaines difficultés qu'elle a rencontrées à cet effet.

Madame Judith Gagnon passe en revue les différentes activités survenues en 2024-2025 : conférences, participations à divers comités, émission radiophonique, journal, cafés-rencontres,

séances du conseil d'administration, clinique d'information, clinique juridique, partenariats, demandes de subvention, travail de milieu, etc. Elle invite les membres à consulter le rapport annuel pour avoir plus de détails sur les nombreuses activités qu'a tenues l'AQDR Québec au cours de la dernière année (pages 15 à 58 du *Rapport annuel 2024-2025*).

En terminant, la Présidente parle de l'expérience qu'elle a vécue, de concert avec les Pères Eudistes, auprès de la Maison REVIVRE. Cette maison accueille des hommes sans abris et les aide à se sortir de cette situation.

De son côté, Paul Crête fait une intervention concernant la récente création du Conseil des aînés. Il souligne l'importance de pérenniser ce projet et d'intervenir en ce sens auprès des différents partis politiques en vue des élections à venir.

10. RATIFICATION DES ACTES POSÉS PAR LE CONSEIL D'ADMINISTRATION

Rés. : (07-AGA-2025-06-25) Il est dûment proposé par Ambroise St-Hilaire et appuyé par Claude Godbout de ratifier les actes posés par les membres du conseil d'administration de l'AQDR Québec en 2024-2025.

Adoptée à l'unanimité

11. ORIENTATIONS 2025-2026

La Présidente mentionne que la consultation publique de 2024 a fait ressortir deux enjeux importants qui amorcent deux grands projets déjà planifiés :

- Les aînés sans famille
- La violence que vivent certaines femmes

Pour plus de détails, voir les pages 58 et 65 du *Rapport annuel 2024-2025*.

12. ÉLECTION DES MEMBRES DU CONSEIL D'ADMINISTRATION

Monsieur Jacques Pouliot fait part que quatre postes sont en renouvellement, et ce, pour un mandat de deux années. Ce sont ceux de mesdames Claire Dubé, Michèle Reny, Louise Slater et de monsieur Deny Lépine.

Monsieur Pouliot ajoute que s'il y a plus de quatre candidats intéressés par les quatre postes en élection, l'Assemblée devra procéder à un vote des membres. Si tel est le cas, deux scrutateurs devront être nommés. Monsieur Pouliot rappelle que pour pouvoir voter, les membres de l'Assemblée doivent avoir une carte de membre valide.

RÉS : (08-AGA-2025-06-25) Il est dûment proposé par Jocelyne Michaud et appuyé par Nicole Laveau que monsieur Jacques Pouliot soit désigné pour agir à titre de président d'élection et que madame Claire Maranda soit désignée pour agir à titre de secrétaire d'élection.

Adoptée à l'unanimité

12.1 Présentation des candidats

Appel de candidatures

Étant donné que Deny Lépine devait quitter au plus tard à 14h30 et qu'il avait préalablement fait part à Judith Gagnon qu'il était intéressé à renouveler son mandat, Jacques Pouliot demande aux membres de l'AGA d'adopter une résolution pour confirmer le renouvellement de sa candidature.

Rés. : (09-AGA-2025-06-25) Il est dûment proposé par Michèle Reny et appuyé par Jocelyne Michaud que la candidature de Deny Lépine soit prise en considération puisqu'il avait déjà fait part, à la Présidente de l'AQDR Québec, de son intérêt à renouveler son mandat.

Adoptée à l'unanimité

Claire Dubé, proposée par Judith Gagnon et Jacqueline Laurencelle, fait part de son intérêt à renouveler son mandat

Michèle Reny, proposée par Judith Gagnon et Michelle Gauthier, fait part de son intérêt à renouveler son mandat

Louise Slater, proposée par Marie Peigney, fait part de son intérêt à renouveler son mandat

Deny Lépine, proposé par Michèle Reny et Jocelyne Michaud, avait fait part de son intérêt à renouveler son mandat

Fin de l'appel de candidatures

Claire Dubé accepte

Michèle Reny accepte

Louise Slater accepte

Deny Lépine avait accepté

12.2 Vote, s'il y a lieu

Étant donné que les quatre candidats ont accepté de renouveler leur mandat, le président d'élection, monsieur Jacques Pouliot, les déclare élus par acclamation et suggère à tous les membres du nouveau conseil d'administration de se retirer afin de déterminer les charges futures de chacun des membres.

12.3 Huis clos et pause

Les membres se retirent afin de déterminer leurs charges futures.

12.4 Élection du comité exécutif

Le comité exécutif de l'AQDR Québec 2025-2026 reste inchangé et se compose comme suit :

Madame Judith Gagnon, présidente

Madame Claire Dubé, vice-présidente

Madame Michelle Gauthier, trésorière

Monsieur Pierre Lavallière, secrétaire

13. PROCLAMATION DU NOUVEAU CONSEIL D'ADMINISTRATION

Le conseil d'administration 2025-2026 de l'AQDR Québec se compose comme suit :

Madame Judith Gagnon, présidente
Madame Claire Dubé, vice-présidente
Madame Michelle Gauthier, trésorière
Monsieur Pierre Lavallière, secrétaire
Madame Jocelyne Michaud, administratrice
Madame Michèle Reny, administratrice
Madame Louise Slater, administratrice
Madame Huguette Rivard, administratrice
Monsieur Deny Lépine, administrateur

MOTIONS DE FÉLICITATIONS

Les membres tiennent à souligner le travail exceptionnel de Sadiki Kambale Kyavumba au niveau de la préparation et de l'esthétique du Rapport annuel 2024-2025.

Également, les membres remercient et félicitent Jacques Pouliot et Claire Maranda pour leur participation et leur rôle au cours de cette Assemblée générale.

14. LEVÉE DE L'ASSEMBLÉE

Rés. : (10-AGA-2025-06-25) Il est dûment proposé par Michèle Reny et appuyé par Ambroise St-Hilaire de lever l'Assemblée à 15 h 00.

Adoptée à l'unanimité



Pierre Lavallière, secrétaire



Judith Gagnon, présidente

5. Dépôt et adoption des états financiers 2025-2026

Document à part.

6. Prévisions budgétaires 2026-2027

Document à part.

7. Rapport d'activités 2025-2026

Nos activités ont été programmées en trois temps : printemps 2025, automne 2025 et hiver-printemps 2026. Pour chacune des saisons, une programmation a été élaborée puis publiée notre site web et imprimée sous forme de dépliant. Cependant, il n'y avait pas de programmation spécifique du printemps 2025, les activités programmées dans ce segment faisant partie du programme de l'année précédente.

Il faut rappeler que les activités ont été organisées dans l'objectif de la défense collective des droits des personnes retraitées et préretraitées. Ces activités ont répondu aux quatre critères du Secrétariat à l'action communautaire autonome et aux initiatives sociales (SACAIS) : éducation populaire autonome, documentation d'information, documents de sensibilisation, partenariat.

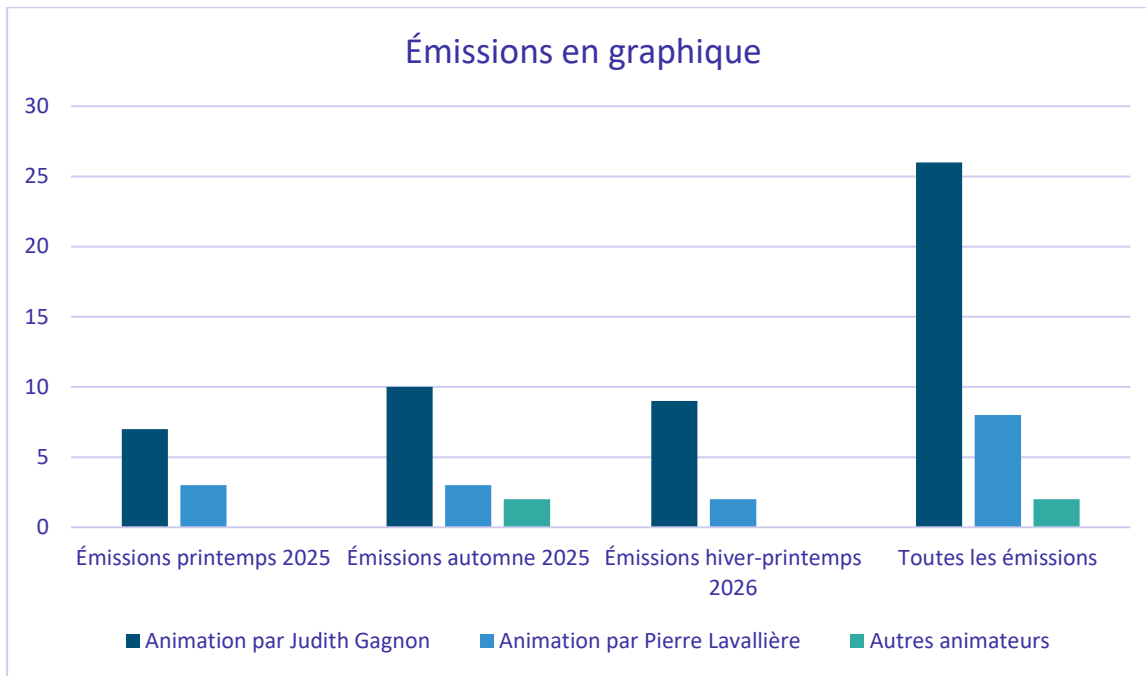
7.1 Activités pour la défense collective des droits par informations

7.1.1 Émissions de radio



Encore cette année, notre émission *Aînés, on vous écoute* a été diffusée sur les ondes de CKRL 89,1, les mercredis, de 11h30 à 12h. Des invités chevronnés sont venus traiter de sujets d'actualité variés ou présenter leur parcours de vie. Ces émissions sont republiées sur la chaîne YouTube et sur le site internet de l'AQDR Québec. Leurs titres en couleur bleue comportent des liens vers leurs vidéos respectives sur YouTube, susceptibles de s'ouvrir par clic si vous lisez ce texte en version PDF et non pas le document imprimé. Dans l'ensemble, il y a eu 36

émissions. 26 ont été animées par Judith Gagnon : 7 au printemps 2025, 10 à l'automne 2025 et 9 à l'hiver-printemps 2026. 8 par Pierre Lavallière : 3 au printemps 2025, 3 à l'automne 2025 et 2 à l'hiver-printemps 2026. Deux émissions restantes par deux animateurs à l'automne 2025.



Survivre à un accident d’avion et aider les autres - 2 avril - Clément Mercier

M. Clément Mercier a survécu à un crash d’avion à 52 ans, il a eu quatorze fractures et il a perdu la parole pendant cinq ans. Âgé de plus de 70 ans maintenant, il se passionne à aider les autres. Ce miraculeux venu de Montmagny est l’invité de Judith Gagnon à cette émission du 2 avril 2025.

Sensibiliser sur l’histoire et la généalogie - 9 avril - Lise Deschênes

Mme Lise Deschênes de la société d’histoire et de généalogie de Charlesbourg est l’invitée de Pierre Lavallière à cette émission du 9 avril 2025 pour faire connaître cette société et les services qu’elle rend.

Apprécier la bonne musique et le chant - 16 avril - Gisèle Hains

À cette émission du 16 avril 2025, Mme Gisèle Hains de l’Association lyrique de Beauport est l’invitée de Pierre Lavallière. Elle nous fait découvrir cette association et nous partager sa passion pour la musique ainsi que pour le chant.

Ces enjeux des aînés en temps d’élections fédérales - 23 avril - Lansana Bangoura

Cette émission du 23 avril traite des enjeux des aînés à considérer lors des élections fédérales de 2025. Quel programme électoral accorde de la place aux aînés sur ces enjeux formulés à partir de leur vécu réel ? L’invité de Judith Gagnon à cette émission est Lansana Bangoura, agent de la recherche à l’AQDR Québec.

Le site patrimonial de Beauport - 30 avril - Robert Bergeron

À cette émission du 30 avril 2025, Pierre Lavallière reçoit l'ingénieur géologue Robert Bergeron pour nous parler de l'un des treize sites patrimoniaux au Québec et des quatre dans la ville de Québec, celui de Beauport.

Pour une retraite bien préparée et mieux vécue - 7 mai - Robert Caron

Cette émission du 7 mai 2025 fournit des informations utiles pour bien préparer la retraite et mieux la vivre. L'invité de Judith Gagnon est monsieur Robert Caron, retraité de la Régie des rentes du gouvernement du Québec devenue Retraite Québec. Il faut souligner que cette émission est celle qui a obtenu le plus grand nombre de visionnements sur notre chaîne YouTube, soit 245 à la date du 17 avril 2026.

Situation des femmes âgées - 14 mai - Monique Voisine

Cette émission du 14 mai 2025 aborde plusieurs enjeux touchant les femmes en général et les femmes âgées en particulier. L'invitée de Judith Gagnon est madame Monique Voisine, retraitée de la condition des femmes au syndicat des fonctionnaires du gouvernement du Québec.

Vécu d'une secrétaire juridique de 86 ans - 21 mai - Jacqueline Tondreau

L'invitée de Judith Gagnon à cette émission du 21 mai 2025, madame Jacqueline Tondreau, 86 ans, nous fait part de son vécu personnel et professionnel, elle qui a travaillé au parlement de Québec pendant 32 ans comme secrétaire juridique de direction. Les sujets qu'elle aborde peuvent servir de miroir pour voir la société québécoise des années 1940 à nos jours.

Retour sur la fonction de députée de Julie Vignola - 28 mai

Madame Julie Vignola a été députée fédérale du Bloc Québécois dans la circonscription de Beauport-Limoilou pendant cinq ans jusqu'aux dernières élections. Elle est l'invitée de Judith Gagnon à cette émission du 28 mai 2025 où elle aborde plusieurs sujets en lien avec sa fonction de députée, en particulier les services et les programmes pour les personnes âgées.

Pénurie des ressources et milieux de vie pour âgés - 4 juin - Jacques Pouliot

L'invité de Judith Gagnon à cette émission du 4 juin 2025, la dernière de la saison, est monsieur Jacques Pouliot, psychoéducateur et coordonnateur des travailleurs de milieu de l'AQDR Québec. Il nous fait part entre autres des pénuries des ressources et des milieux de vie que les travailleurs de milieu de l'AQDR Québec observent chez les personnes âgées.

Activités de l'AQDR Québec automne 2025 - 10 septembre - Pierre Lavallière

Aînés on vous écoute est de retour. À cette émission du 10 septembre 2025, madame Judith Gagnon et monsieur Pierre Lavallière sont en conversation pour présenter, décrire et commenter les activités de l'AQDR Québec de cet automne.

Situation financière des personnes retraitées - 17 septembre - Pierre-Claude Poulin

Responsable du comité revenu et fiscalité de l'AQDR Nationale, Pierre-Claude Poulin est l'invité de Judith Gagnon à cette émission du 17 septembre 2025 pour parler de la situation financière des personnes retraitées.

Réponses aux questions sur le revenu pour aînés - 24 septembre - Pierre-Claude Poulin

Membre du comité revenu et fiscalité de l'AQDR Nationale, Pierre-Claude Poulin est à nouveau l'invité de Judith Gagnon à cette émission du 24 septembre 2025 pour répondre aux questions sur le revenu d'aînés.

La qualité de vie à l'intérieur - 1^{er} octobre - Josée Yvon

La designer Josée Yvon aime travailler les espaces de vie pour qu'on soit bien chez soi. Elle est l'invitée de Pierre Lavallière à cette émission du 1^{er} octobre 2025.

Thématiques du débat sur les élections municipales - 8 octobre - Véronique Vézina

Émission du 8 octobre 2025 sur le débat électoral municipal organisé par l'AQDR Québec et le ROP03. La directrice générale du regroupement des personnes handicapées de la région de la Capitale-Nationale, Véronique Vézina, est l'invitée de Judith Gagnon.

Aînés au cœur du débat électoral municipal - 15 octobre - Lansana Bangoura

L'émission de ce mercredi 15 octobre 2025 est un retour sur le débat électoral municipal qui a eu lieu à Québec le 10 octobre dernier, avec une attention particulière aux aînés. Débat organisé par l'AQDR Québec et le ROP03. Le chargé de la recherche de l'AQDR Québec, Lansana Bangoura, est l'invité de Judith Gagnon. Le maire de Saint-Alban, M. Deny Lépine, intervient au début de l'émission en parlant de ce qu'il fait pour les aînés.

Se préparer à la proche aidance - 22 octobre - Joseph Désiré Awono

Comment se préparer à la proche aidance, à devenir proche aidante ou proche aidant ; qu'est-ce que ça prend ? Telle est la question et son développement au cœur de cette émission du 22 octobre

2025 à laquelle répond Joseph Désiré Awono, travailleur de milieu de l'AQDR Québec et invité de Sadiki Kambale Kyavumba.

Notre système de justice à deux vitesses? - 29 octobre - Jean-Claude Bernheim

À cette émission du 29 octobre 2025, l'invité de Pierre Lavallière est le criminologue Jean-Claude Bernheim, auteur de nombreux ouvrages en criminologie et ayant enseigné cette discipline dans plusieurs universités. Dans sa présentation comme dans ses écrits, il montre notamment comment le système judiciaire du Québec et du Canada protège ceux qui ont le pouvoir et met en prison tous les autres. Est-ce que ça doit continuer comme ça ?

Prendre connaissance des itinérants de Québec et leur venir en aide - 5 novembre - Daniel Boulet

L'itinérance constitue l'une des crises sociales majeures au Québec depuis la crise économique des années 1930, affirme Daniel Boulet, membre du comité d'animation et d'itinérance de l'église Saint-Dominique à Québec. Invité de Judith Gagnon à cette émission du 5 novembre 2025, il décrit la situation générale des personnes itinérantes dans la Capitale-Nationale, présente les mécanismes pour leur venir en aide et à cette fin il fait appel à notre humanité.

Habitudes pour une saine alimentation - 12 novembre - Carol Vachon

L'émission de ce 12 novembre 2025 porte sur l'alimentation, les habitudes alimentaires plus précisément. Consultant et chercheur en nutrition, Monsieur Carol Vachon qui est l'invité de Judith Gagnon à cette émission fournit des conseils pour une saine alimentation.

Où se procurer de la nourriture gratuitement - 19 novembre - Pierre Gravel

À cette émission du 19 novembre 2025, l'invité de Judith Gagnon est Pierre Gravel, directeur général de La Bouchée généreuse, un organisme à but non lucratif et une banque alimentaire à Québec qui œuvre contre la faim depuis 1996. Il nous parle de la distribution de la nourriture par cet organisme, de son approche sans jugement et d'autres sujets connexes.

Différentes facettes des aînés sans famille - 26 novembre - Judith Gagnon

L'AQDR Québec se penche sur l'un des enjeux qu'elle estime des plus importants au Québec: la réalité des aînés sans famille. Cette émission du 26 novembre 2025 présente et développe différentes facettes de ces aînés, des enjeux et des défis en lien avec leur réalité ainsi que des solutions qui existent et celles possibles à explorer. Émission avec l'invitée de Pierre Lavallière qui n'est plus à présenter, Judith Gagnon, présidente de l'AQDR Québec.

Situations économiques et sociales des aînés aux revenus inégaux - 3 décembre - Geoffroy Boucher

Économiste qui œuvre auprès de l'Observatoire québécois des inégalités, Geoffroy Boucher est l'invité de Pierre-Claude Poulin, membre du comité Revenu et fiscalité de l'AQDR. Il parle à cette émission du 3 décembre 2025 des situations économiques et sociales des personnes aînées aux revenus inégaux, en particulier celles avec ou sans pension d'employeur.

Ces aînés utiles aux défavorisés en temps des fêtes - 10 décembre - Robert Turgeon

À cette émission du 10 décembre 2025, l'invité de Judith Gagnon est Robert Turgeon, directeur général d'une résidence privée pour personnes aînées nommée Cardinal Vachon. Il parle d'un projet à l'initiative des aînés qui veulent se sentir utiles à la société en particulier en ce temps des fêtes. Ils prépareront de la nourriture et la distribueront le 15 décembre prochain aux personnes démunies de la ville de Québec.

Les conférences de l'AQDR Québec pour hiver-printemps 2026 - 17 décembre

À cette dernière émission de 2025, celle de ce 17 décembre, Judith Gagnon présente les conférences de l'AQDR Québec pour hiver-printemps 2026. Elle montre comment les besoins spécifiques des aînés sont au cœur de ces conférences.

La joie de vivre malgré les difficultés - 7 janvier 2026 - Nicole Marino

Madame Nicole Marino se déplace à l'aide du déambulateur suite à l'un des graves accidents qui ont changé le cours de sa vie. Son goût de vivre en toute circonstance et malgré les difficultés s'appuie sur la spiritualité. Sa recette: la joie de vivre, en s'accrochant à ce qui reste. Cela donne du sens à la fin de vie et à vivre dans la paix. Mme Marino est l'invitée de Judith Gagnon à cette première émission de 2026 le 7 janvier.

Ressources accessibles et à rendre disponibles pour aînés - 14 janvier - Éric Tarissan

Le travailleur de milieu de l'AQDR Québec pour le secteur de Sillery-Ste-Foy-Cap Rouge, Éric Tarissan, est l'invité de Judith Gagnon à cette émission du 14 janvier 2026. Il aborde plusieurs problématiques touchant les personnes aînées, des ressources et personnels accessibles ou à rendre disponibles pour ces personnes.

Améliorer le milieu de vie en RPA - 21 janvier - Rock Giguère

L'invité de Judith Gagnon à cette émission du 21 janvier 2026 est Rock Giguère, président du comité de milieu de vie (CMV) de la RPA Les Jardins d'Évangéline à Beauport. Au fil de

l'émission, tout en abordant des enjeux touchant les personnes âgées, il montre que l'amélioration du milieu de vie en RPA concerne autant les résidents que les employés, les gestionnaires ainsi que les exploitants. Il présente en particulier le CMV en RPA comme étant plus qu'un comité des résidents.

Éclairages sur la maladie d'Alzheimer - 28 janvier - Nathalie Paré

Vous vous posez des questions sur la maladie d'Alzheimer et les maladies apparentées ? Madame Nathalie Paré, présidente du Groupe Patrimoine, cofondatrice de Humanitae et infirmière de profession apporte des éclairages. Elle est l'invitée de Judith Gagnon à cette émission du 28 janvier 2026.

Projet art pour aînés: explorer la joie comme résistance - 4 février - Mélina, Gabrielle et Marjorie

Dix personnes âgées de 65 ans et plus participeront à une création artistique pour explorer la joie comme une forme de résistance. Cette création collective se fera à la Maison Tessier-Dit-Laplante, patrimoniale, en compagnie d'artistes Mélina Poulin-Plante, Gabrielle Bélanger et Marjorie Audet pour le Projet d'ateliers À Cœur Joie de la Société d'art et d'histoire de Beauport. Les trois artistes sont des invitées de Pierre Lavallière à cette émission du 4 février 2026.

Communautés solidaires - 11 février - Marie-Andrée Trudel

Intervenante au programme Entraide Aînés de l'organisme Communautés solidaires, Marie-Andrée Trudel est l'invitée de Judith Gagnon à cette émission du 11 février 2026. Elle présente cet organisme à but non lucratif qui regroupe divers services d'ordre psychologique adressés aux aînés de 60 ans et plus. Elle parle en particulier des cafés-rencontres ayant comme mots d'ordre: briser l'isolement, s'amuser et échanger des idées.

Droit de choisir les soins de fin de vie ou le refus de traitement -18 février- Marie-Andrée Laniel

L'association québécoise pour le droit de mourir dans la dignité (AQDMD) vous fournit des informations sur le droit de choisir les soins de fin de vie ou le refus de traitement. Sa représentante, madame Marie-Andrée Laniel, est l'invitée de Judith Gagnon à cette émission du 18 février 2026.

La CDC Grand Charlesbourg mise en lumière - 25 février - Éric Rouillard

Cette émission du 25 février 2026 met en lumière la Corporation de Développement Communautaire (CDC) du Grand Charlesbourg, un regroupement local d'organismes communautaires multisectoriels et d'entreprises d'économie sociale. Son directeur général, Éric Rouillard, est l'invité de Judith Gagnon.

Une association pour la santé mentale - 4 mars - Monique Boniewski

Directrice générale de l'Association canadienne pour la santé mentale de la région de Québec, Monique Boniewski est l'invitée de Judith Gagnon à cette émission du 4 mars 2026. Elle parle de cette association, de ses activités et services ainsi que de la santé mentale en général, des personnes qui ont des problèmes de santé mentale et de leur relation avec d'autres personnes.

Dessus et dessous des RPA - 18 mars - Pierrette Gasse

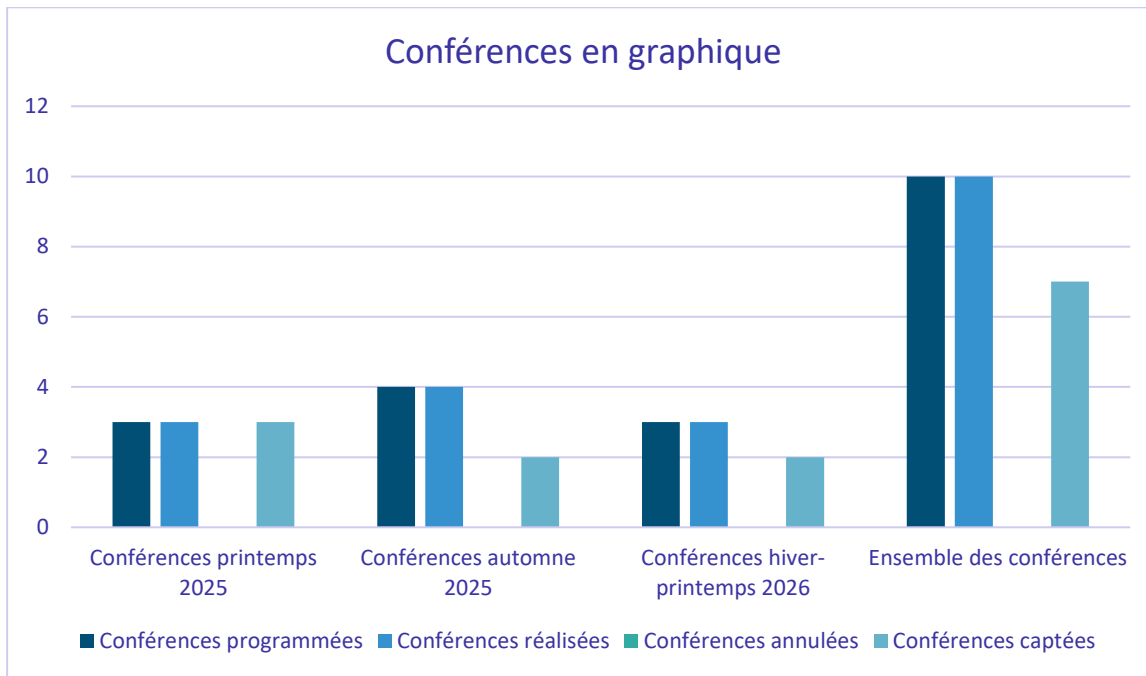
Madame Pierrette Gasse a été propriétaire de trois résidences pour personnes âgées (RPA) pendant 42 ans. Invitée de Pierre Lavallière à cette émission du 18 mars 2026, elle nous partage les dessus et les dessous des RPA, de l'acquisition ou du choix à la relation avec les résidents en passant par l'administration, les services et les activités. Sa philosophie : chez nous ce n'est pas un bureau, chez nous c'est une famille ; on se voit non pas comme des numéros, mais comme des personnes.

Diverses situations actuelles d'aînés - 25 mars - Éric Tarissan

L'invité de Judith Gagnon à cette dernière émission de l'année fiscale 2025-2026 du 25 mars 2026 est Éric Tarissan, travailleur de milieu de l'AQDR Québec dans le secteur de Sillery/ Ste-Foy/ Cap-Rouge. Il aborde diverses thématiques notamment celles en lien avec les finances décrivant la variété des situations actuelles des aînés.

7.1.2 Conférences

Toutes les conférences programmées ont été réalisées, elles ont eu lieu dans des bibliothèques de la ville de Québec, certaines conférences en mode hybride par Teams ou en même temps enregistrées. Celles qui ont été enregistrées ont été publiées sur notre chaîne YouTube et sur notre site internet. Les titres de ces conférences comportent des liens vers leurs vidéos respectives sur YouTube et sont colorés différemment. Ces liens sont censés s'ouvrir en cliquant sur le titre quand on lit ce texte en version PDF et non pas le document imprimé. De même, plusieurs images intègrent un lien qui renvoie à leurs ressources respectives. Dix conférences en tout. Les trois du printemps 2025 ont été enregistrées et publiées. Parmi les quatre de l'automne 2025, deux ont été captées et publiées. Une seule n'a pas de vidéo publiée parmi les trois de l'hiver-printemps 2026.



La retraite, ça vous touche comment?



Conférence avec Robert Caron, retraité de la régie des rentes du gouvernement du Québec

Le mercredi 30 avril 2025 de 13h30 à 15h30 à la bibliothèque Étienne-Parent au 3515 rue Clemenceau, Québec, QC G1C 7R5 et en ligne sur la plateforme Teams

Cette conférence est celle qui a obtenu le plus grand nombre de visionnement, soit 118.

Nous avons invité monsieur Caron, retraité de la régie des rentes du gouvernement du Québec, pour nous entretenir sur ce à quoi les retraités et les préretraités peuvent attirer une attention particulière en ce temps des bouleversements économiques. Élargissant notre demande, il a considéré nos préoccupations quotidiennes, notre épargne et nos liquidités.

Sa conférence a permis d'en savoir plus entre autres sur comment et quoi choisir à court ou à long terme, individuellement ou ensemble, quel que soit notre âge et notre statut de retraite. Cette

conférence n'étant pas anxiogène, elle a été instructive le plus possible car, comme déclarait le conférencier, « peu importe notre âge et notre situation personnelle, on apprend toujours ».

Où en sommes-nous sur la place des femmes âgées dans la société?



Conférence avec Judith Gagnon et Monique Voisine

Le jeudi 8 mai 2025 de 13h30 à 15h30 à la bibliothèque Monique-Corriveau 1100 Rte de l'Église, Québec QC G1V 3V9 et en ligne

Cette conférence a voulu se pencher sur la condition sociale des femmes âgées au Québec. Où en sommes-nous comme société sur leur inclusion dans toutes les sphères de la vie, les régimes de

protection sociale les concernant, le développement nécessaire de leur pouvoir d'influence...?

Les conférencières ont rappelé l'historique de la situation des femmes âgées au Québec depuis 1950 sur les plans socioéconomique, politique et démographique. Elles compareront cette situation avec celle des femmes âgées des pays scandinaves, de la Suisse et de la France.

Durant les échanges, les conférencières et les participants dégageront des pistes et des mesures concrètes pour l'amélioration des conditions des femmes âgées au Québec. Ces échanges se feront dans une atmosphère d'ouverture.

Vos droits dans votre milieu de vie



Conférence avec Judith Gagnon, présidente de l'AQDR Québec

Le vendredi 30 mai 2025 de 13h30 à 15h30 à la bibliothèque Chrystine-Brouillet 264, rue Racine, Québec (Québec) G2B 1E6 et en ligne sur Teams

Cette conférence a traité de plusieurs questions entourant les droits et les obligations des locataires et des propriétaires ainsi que des spécificités pour l'un ou l'autre type d'habitation.

Informations sur les programmes gouvernementaux au bénéfice des aînés : les revenus disponibles à la retraite

Conférence en présentiel uniquement, avec Karina Lanoue de Service Canada

**Service Canada
vient à
votre rencontre!**



Date : 18 septembre 2025

Heure : 13h30 à 15h30

Lieu : AQDR Québec à la Bibliothèque Félix-Leclerc
1465 Rue de l'Innovation, Québec QC G3K 2P9.

Service Canada vous renseignera sur :

- * Système de revenu de retraite au Canada : Public vs Privé
- * Sécurité de la vieillesse (SV)
- * Supplément de revenu garanti (SRG)
- * Allocation / Allocation aux survivants (de 60 à 64 ans)
- * L'estimateur de prestations de la Sécurité de la vieillesse



Pour demander la tenue d'une activité de services mobiles ou pour obtenir plus de renseignements sur l'un de nos programmes et services, **consultez :**
<https://www.canada.ca/fr/emploi-developpement-social/services/services-mobiles-liaison-communauts.html>

Pour nous joindre

Téléphone : 1 800 O-Canada (1-800-622-6232)
ATS : 1-800-926-9105

Chez soi en toute sécurité : Guide de sécurité des aînés

Conférence avec Eugène Goyette, retraité de L'office Municipal de Montréal département des logements sociaux, personnes âgées et familles à prix modique

Le jeudi 30 octobre 2025 de 13h30 à 15h30 à la Bibliothèque Monique-Corriveau, 1100 Route de l'Église, Québec (Québec) G1V 3V9 (Ste-Foy)



« On est bien chez soi », un dicton qui peut raisonner faux pour les personnes qui ont connu des accidents à leur domicile, sans secours ou ayant certaines limitations physiques. Mais on peut prévenir beaucoup d'incidents et assurer notre sécurité avec une attention particulière à notre domicile, notre corps, notre style

de vie ainsi que d'autres conditions de vie. Cette conférence a fourni des informations pour la sécurité des aînés dans leur milieu.

Services de première ligne à domicile dans la Capitale Nationale



© Alan McCollough, Québec

Conférence avec Mélanie Gingras, directrice, Soutien à l'autonomie des personnes âgées CIUSSS de la Capitale-Nationale et Steeve Vigneault, directeur à la direction du programme Soutien à l'autonomie des personnes âgées du CIUSSS de la Capitale-Nationale volet hébergement

Le jeudi 20 novembre 2025 de 13h30 à la bibliothèque Chrystine-Brouillet, 264, rue Racine, Québec (Québec) G1B 1E6 et en ligne

sur Teams

La présentation a décrit le CIUSSS de la Capitale-Nationale, qui couvre les régions de Charlevoix, de Québec et de Portneuf en collaboration avec le CHU de Québec – Université Laval et l'IUCPQ. Elle a traité également de la cartographie et de l'évolution démographique des usagers âgés de la Capitale-Nationale de 1996 à 2036, démontrant le vieillissement rapide de la population.

CONTEXTE

La Direction du programme Soutien à l'autonomie des personnes âgées (DSAPA) soutient l'autonomie en collaboration avec ses partenaires, s'efforce de répondre aux besoins croissants d'une population vieillissante en offrant un éventail de services adaptés et innovants aux aînés et à leurs personnes proches aidantes (PPA). Ceci grâce à divers services : soutien à domicile (SAD), services gériatriques spécialisés (SGS), ressources intermédiaires (RI), centres d'hébergement de soins de longue durée (CHSLD), maisons des aînés et alternatives (MDAA), ainsi que soins

palliatifs et de fin de vie (SPFV). Malgré les défis, la DSAPA continue de rechercher des solutions innovantes pour améliorer la qualité de vie des aînés et de leurs PPA. Grâce à une approche interdisciplinaire et à des partenariats solides, cette mission demeure centrale sur l'autonomie et le bien-être des aînés, tout en se préparant à répondre aux besoins futurs avec des initiatives telles que la télésanté et les maisons des aînés. Le CIUSSS de la Capitale-Nationale démontre ainsi son engagement à promouvoir une société inclusive et soutenante pour sa population, notamment les personnes les plus vulnérables.

La Bienveillance... Un rempart contre la maltraitance!



Conférence avec Joëlle Richard, Intervenante désignée à la lutte à la maltraitance et Pilier violences conjugales et agressions sexuelles SAD Haute St Charles Centre de Santé et services sociaux de la Capitale Nationale, CIUSSSCN

Le jeudi 11 décembre 2025 de 13h30 à 15h30 à la Bibliothèque Paul-Aimé-Paiement, 7950, 1^{re} Avenue, Québec QC G1H 2Y4 (Charlesbourg) et en ligne sur

Teams

Sortir de l'ombre vise à lutter contre la maltraitance et à promouvoir le bienveillance envers les aînés et les adultes en situation de vulnérabilité.

Nous proposons des ateliers de sensibilisation, des formations pour les intervenants, du soutien clinique et du référencement. Nos rencontres se font sur un mode d'échange et de discussions adaptés aux besoins des participants.

Le programme est déployé par le CIUSSS de la Capitale-Nationale en partenariat avec le Centre d'Excellence sur le Vieillessement de Québec.

Les pharmaciennes et pharmaciens de proximité: de nouveaux alliés pour prendre soin de votre santé



Conférence avec Edeltraut Kröger, BPharm, PhD, Responsable de la mission recherche, Centre d'excellence sur le vieillissement, CIUSSSCN; Professeure associée, Faculté de pharmacie, Université Laval, Chercheuse, CR CHU de Québec, VITAM, IVPSA

Le jeudi 29 janvier 2026 de 13h30 à 15h30 Bibliothèque de Neufchâtel 4060, rue Blain, Québec QC G2B 5C3 et en

visioconférence sur Teams

Dans environ 40 minutes cette présentation a fait le tour du rôle augmenté des pharmaciens communautaires ou « de proximité », des effets indésirables sérieux des médicaments, de la déprescription, de l'origine des médicaments, donne quelques conseils par rapport à la gestion de la pharmacothérapie et de nos médicaments à la maison, et donne un aperçu bref de quelques projets de recherche récents en lien avec cette thématique.

Mieux comprendre la maladie d'Alzheimer et les maladies apparentées — Une approche humaine et bienveillante

Conférence avec Nathalie Paré, présidente du Groupe Patrimoine, cofondatrice de Humanitae et infirmière de profession

Le jeudi 19 février 2026 de 13h30 à 15h30, Bibliothèque Gabrielle-Roy 350, Rue Saint-Joseph E, Québec (Québec) G1K 3B2



La maladie d'Alzheimer et les maladies apparentées bouleversent non seulement la mémoire, mais aussi la vie quotidienne des personnes atteintes et de leurs proches. Souvent sources d'incompréhension et d'inquiétude, elles nécessitent une meilleure connaissance et une approche empreinte d'humanité.

Lors de cette conférence, Nathalie Paré présentera les mécanismes de ces maladies, leurs premiers signes et les étapes de leur évolution. L'accent sera mis sur l'importance d'une approche centrée sur la personne, qui valorise les capacités préservées, la communication bienveillante et la qualité de vie.

Cette rencontre s'adresse à toute personne souhaitant mieux comprendre la réalité de la maladie d'Alzheimer et découvrir des façons concrètes de soutenir les personnes touchées — qu'il s'agisse de proches, d'amis ou de membres de la communauté.

Prévenir la fraude

Avec Audrey Plante, Analyste en éducation financière; Direction de l'éducation financière chez Autorité des marchés financiers – AMF



Le jeudi 19 mars 2026 de 13h30 à 15h30, Bibliothèque Paul-Aimé-Paiement,

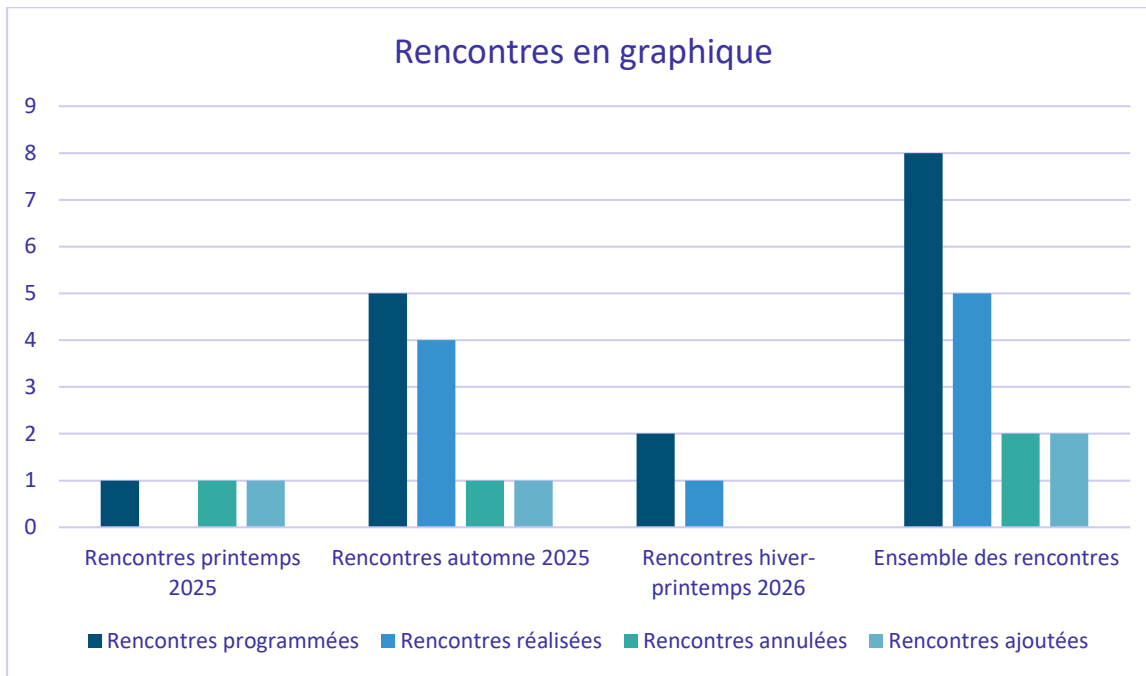
Auditorium Pierre-Boutet, 7950 1^{re} Avenue Québec QC G1H et en ligne mais non enregistrée

Connaissez-vous les fraudes qui font de nombreuses victimes au Québec ? Pourriez-vous reconnaître les indices d'une tentative de fraude ? Cette conférence

vous permettra d'identifier et d'éviter les tentatives de fraudes financières.

7.1.3 Cafés-rencontres et causeries

Nous avons programmé en moyenne une rencontre par mois favorisant des interactions entre participants. Pour cette année, certaines personnes connaissant mieux le sujet ont été invitées particulièrement à certaines rencontres pour soutenir les échanges. Cependant, certaines rencontres programmées et annulées pour diverses raisons sont reprises ici.



Causerie avec André Barisel : Les aventures qui changent la vie



Le jeudi 17 avril 2025 de 9h30 à 11h30 au bureau de l'AQDR Québec, 120-4600 boul. Henri-Bourassa, Québec G1H 3A5 ou en ligne sur la plateforme Teams

Cette activité a été annulée à cause des empêchements personnels de l'invité. Elle aurait remplacé le café-rencontre prévu à cette date dans notre programmation qui avait comme titre « Émotions et consommation : en parler ».

La vie qu'on mène dans notre monde a révolté le Québécois André Barisel qui se définit aussi comme un aventurier. Contestataire par rapport à cette forme de vie et désireux des changements, il a décidé de vivre différemment et simplement en allant à la rencontre de plusieurs peuples à travers le monde qui lui ont beaucoup appris. Il porte un bagage à la fois expérientiel, spirituel et humain qu'il aimerait partager avec vous et avec d'autres aventuriers. Un moment d'échanges.



Le revenu viable : Comment en avoir assez et en jouir de façon satisfaisante à la retraite ?

Le jeudi 11 septembre 2025 de 9h30 à 11h30, salle Desjardins (sous-sol d'une coopérative d'habitation) 2450, avenue de l'Abbé Giguère, Québec (QC) G1C 5V9. Nous avons choisi cette salle parce qu'elle est plus spacieuse que le lieu prévu dans notre programmation.

Il est entendu que le revenu influence nos choix et notre mode de vie en général. Ce sujet a été parmi ceux qui se sont imposés au sommet des enjeux sur lesquels l'AQDR Québec a effectué une consultation publique auprès des personnes âgées de la Capitale-Nationale au printemps 2024.

Par cette importance, nous avons voulu l'approfondir au café-rencontre où les participants partagent leurs opinions avec d'autres. Pour ce café-rencontre, nous avons invité monsieur Pierre-Claude Poulin comme personne-ressource pour soutenir nos échanges. Il est responsable du comité revenu et fiscalité de l'AQDR Nationale.

Le logement abordable

Le jeudi 9 octobre 2025 de 9h30 à 11h30, salle Desjardins (sous-sol) 2450, avenue de l'Abbé Giguère, Québec (QC) G1C 5V9 – lieu différent de celui qui est dans notre programmation



La pénurie des logements contraste avec de multiples nouvelles constructions. Le problème majeur qui se pose est celui du logement abordable. Quelles sont les solutions ? Pour soutenir les échanges des participants, nous avons invité Monsieur André Castonguay, directeur du développement de l'Immeuble populaire

de Québec, qui a fait une présentation éclairante à partir de son expérience.

Jean-Luc Héту

**Guide des
proches aidants**
L'accompagnement des aînés
à domicile



© François Martin, Guide des proches aidants, Jean-Luc Hetu (Groupéditions)

Comment se préparer à la proche aidance ?

Déjeuner-Causerie avec Joseph Désiré Awono de l'AQDR Québec. Cette activité a été annulée à cause de peu d'inscriptions. Elle aurait dû avoir lieu le jeudi 16 octobre 2025 de 9h30 à 11h30, au restaurant Chez Harry 1190 Boulevard Louis-XIV, Place Louis-XIV, Québec (Québec) G1H 6P2. Cependant, l'invité a fait sa présentation sous forme d'entrevue à l'émission de radio du 22 octobre.

Être proche aidant auprès des personnes en perte d'autonomie, c'est une décision et une initiative personnelle. C'est aussi une marque de bienveillance, de générosité et d'humanisme en faveur des personnes en souffrance. Mais comment s'y prendre sans risquer soi-même de perdre sa propre autonomie ou de souffrir ? Il y a certainement des astuces à posséder, des précautions à prendre, de l'information à avoir et des ressources à connaître pour ne pas se perdre en conjecture.

Le transport en commun ajusté et adaptable?

Le jeudi 13 novembre 2025 de 9h30 à 11h30, salle des conférences de l'Immeuble Simard 2^e étage au centre d'affaires Alterna, immeuble où se trouve le bureau de l'AQDR Québec au 4600, boulevard Henri-Bourassa, Québec (QC) G1H 3A5



Une personne aînée pense à se départir de son auto, mais elle craint des limitations auxquelles elle pourrait se confronter pour le transport en commun. Question : Peut-on avoir du transport en commun adapté et adaptable à la situation des personnes aînées ?

Nous avons invité Madame Nicole Laveau, participante du sous-comité des milieux associatifs (SCMA) au RTC, pour soutenir nos échanges.

Ma vision et mon vécu des fêtes

Le jeudi 4 décembre 2025 de 9h30 à 11h30, salle des conférences de l'Immeuble Simard.



Nous avons changé le thème prévu dans la programmation en estimant que la conférence du 20 novembre dernier avait fourni plusieurs informations à ce sujet. Pour ce café-rencontre, nous avons échangé sur les visions personnelles et les vécus des fêtes, en pensant à l'environnement des fêtes dans lequel on se retrouve en fin d'année ainsi qu'aux diverses représentations des fêtes et leur vécu au Québec

au fil des années. Ce qui prend en compte la configuration actuelle du tissu social et économique du Québec.

La réalité des services de proximité



Comment combler les trous des services communautaires, avec quelles ressources ?

Le jeudi 12 février 2026 de 9h30 à 11h30, salle des conférences de l'Immeuble Simard Centre d'affaires Alterna

Les participants ont échangé sur les « trous » dans les services au Québec, certains d'entre eux en ont témoigné en donnant parfois des exemples positifs. On a abordé également les coupes budgétaires ainsi que l'accès difficile à des ressources adaptées ainsi que de pistes de solution. Des personnes œuvrant en milieux communautaires, notamment des travailleurs de milieu, ont été présentes à ce café-rencontre pour soutenir nos échanges et partager leurs expériences.

Droits des femmes non encore acquis

Pour quels chantiers allons-nous mettre davantage l'épaule à la roue ?

Cette activité a été annulée faute du nombre de participants. Elle devrait avoir lieu le jeudi 12 mars 2026 de 9h30 à 11h30, salle Desjardins (sous-sol) 2450, avenue de l'Abbé Giguère, Québec (QC) G1C 5V9



Sa description était la suivante : Notre société connaît une avancée remarquable sur les droits des femmes, leur égalité avec les hommes, mais certaines zones d'ombre persistent et demandent de l'éclairage contextualisé. En pensant aux droits des femmes non encore acquis, il était prévu que les participantes et participants abordent la

situation des femmes québécoises de souche et des femmes immigrantes face à la montée du masculinisme. La question des violences faites aux femmes au Québec était aussi au menu. Des personnes œuvrant en milieux de défense des droits, en particulier au sujet des violences faites aux femmes, ont été invitées pour soutenir nos échanges.

7.1.4 Débat électoral

Débat électoral municipal du 10 octobre 2025

Dans le cadre des élections municipales, le ROP03 et l'AQDR Québec ont organisé ce débat électoral ayant comme titre La place des personnes âgées et des personnes handicapées dans la Ville de Québec : Enjeux et Engagements. Ce débat a eu lieu le 10 octobre 2025 à partir de 13h30 en mode hybride (présentiel Pavillon de la Pointe-aux-Lièvres, 51, rue de la Pointe-aux-Lièvres et en ligne sur la plateforme Teams)

Thématiques abordées lors de ce débat :

Participation sociale et citoyenne ; Sécurité des personnes âgées et des personnes handicapées ; Habitation abordable, accessible et adaptée ;

Mobilité, aménagement urbain et sécurité ; Transport collectif accessible et abordable.

Animateur : Mario Bousquet

Les invités

Marie-Pierre Boucher, candidate Arrondissement de Charlesbourg (Louis-XIV) : Québec forte et fière

Véronique Dallaire, candidate Arrondissement des Rivières (Les Saules-Les Méandres) : Québec d'abord

Sam Hamad, candidat à la mairie : Leadership Québec - Équipe Sam Hamad

Jackie Smith, candidate à la mairie : Transition Québec

Claude Villeneuve, candidat à la mairie : Québec d'abord

Nombre de personnes ayant participé à ce débat : plus d'une centaine

7.1.5 Représentations et rencontres avec les élus

La présidente a eu des rencontres avec des députés fédéraux et provinciaux de plusieurs circonscriptions de la Capitale-Nationale afin de les sensibiliser aux enjeux des personnes âgées : Jonatan Julien, Sol Zanetti, Pascal Paradis députés provinciaux et Pierre Paul-Hus et Joel Leightbond députés fédéraux.

En février 2026, les membres de l'AQDR Québec ont été invité à participer à un questionnaire sur les préoccupations et les besoins des personnes âgées face aux changements climatiques. De la part de la Direction de santé publique du CIUSSS de la Capitale-Nationale, ce questionnaire s'adressait aux personnes de 50 ans et plus, ainsi qu'aux intervenant.e.s œuvrant auprès d'elles.

En mars 2026, l'AQDR Québec s'est jointe à l'ACROQ pour signer une pétition visant à instaurer un taux maximum d'augmentation de la facture mensuelle des loyers s'inspirant de l'indice des prix à la consommation (IPC) annuel comme le font six autres provinces et le Yukon. Cette pétition est pour tous les logements au Québec.

7.1.6 Recherche et collaboration avec d'autres organismes

L'AQDR Québec a initié plusieurs projets de recherche sur diverses thématiques concernant les personnes âgées. Représentée le plus souvent par son agent de la recherche, elle a aussi participé aux rencontres et aux projets d'autres organismes.

1- Avril 2025 : les femmes âgées au Québec depuis 1950

Cette recherche a comme titre complet « Les femmes âgées au Québec depuis 1950 : trajectoires socio-économiques, politiques et démographiques dans une perspective comparative internationale ». Elle visait à analyser l'évolution des conditions de vie des femmes âgées au Québec depuis les années 1950, en mettant en lumière les enjeux liés aux inégalités économiques, à la participation politique, au vieillissement démographique, à l'isolement social et à l'accès aux services sociaux et de santé. La recherche comprenait également une analyse comparative internationale avec plusieurs pays, dont le Danemark, la Norvège, la Suisse, le Japon et la France, afin d'identifier des pratiques inspirantes en matière de soutien aux femmes âgées. Cette étude s'appuyait sur la recherche documentaire, l'analyse des données statistiques et démographiques ayant conduit à la rédaction complète du document avec la présentation spécifique des recommandations stratégiques visant à améliorer les conditions de vie, la sécurité économique, l'inclusion sociale et la participation citoyenne des femmes âgées au Québec. Cette étude

s'inscrivait dans les actions de sensibilisation et de défense collective des droits menées par l'AQDR Québec en faveur d'un vieillissement plus équitable, inclusif et respectueux de la dignité des femmes âgées.

2- Le 6 mai 2025 : Déjeuner-Causerie des membres organisé par la CDC

Tenue aux Loisirs du Jardin à Québec, cette rencontre de concertation portait sur la thématique « Portrait des membres – Immobilier communautaire » et visait à présenter les résultats préliminaires d'une démarche de réflexion sur les enjeux liés aux espaces et infrastructures communautaires. La participation de l'AQDR Québec a permis de contribuer aux échanges concernant les besoins des organismes communautaires, les défis liés à l'immobilier communautaire ainsi que les perspectives de développement et de collaboration entre les acteurs du milieu. Cette implication a également favorisé le réseautage, le partage d'expériences et le renforcement des liens avec les partenaires communautaires de la région de Québec.

3- Le 22 mai 2025 : rencontre de l'Alliance pour les personnes âgées du Grand Charlesbourg

Réunissant plusieurs partenaires communautaires et institutionnels œuvrant auprès des personnes âgées, cette rencontre a permis d'aborder différents enjeux liés au bien-être et à la qualité de vie des aînés, notamment le Régime canadien de soins dentaires, le projet Thermomètre de la Santé publique ainsi que les activités entourant la Semaine de prévention de la maltraitance et de promotion de la bienveillance. La participation de l'AQDR Québec a contribué aux échanges de concertation portant sur les besoins des personnes âgées, la prévention de la maltraitance, l'accès aux services et le développement d'initiatives communautaires adaptées aux réalités du milieu. Cette implication a également permis de renforcer les collaborations avec les organismes partenaires du territoire du Grand Charlesbourg et de soutenir les démarches collectives en faveur des personnes âgées.

4- Juin 2025 : « La protection des personnes âgées au Québec »

Cette étude visait à analyser les cadres législatifs, politiques et communautaires entourant la protection des personnes âgées au Québec, notamment en matière de maltraitance, de protection juridique, d'accès aux soins, de soutien à domicile et de défense des droits. La recherche documentait également le rôle historique et stratégique du Mouvement AQDR dans l'évolution des politiques publiques et des mécanismes de protection des personnes âgées. Cette étude reposait sur la recherche documentaire, l'analyse des lois et politiques publiques québécoises ainsi que la

synthèse des données scientifiques et institutionnelles. Elle formulait également plusieurs recommandations stratégiques concernant le renforcement des mesures législatives, l'amélioration des services de proximité, le soutien aux proches aidants, la prévention de la maltraitance et la création d'une gouvernance dédiée aux enjeux du vieillissement au Québec.

5- Juin-Juillet 2025 : programme Québec ami des aînés (QADA) 2025-2026

Dans le cadre du programme Québec ami des aînés (QADA) 2025-2026, un projet intitulé « Mémoire vivante des aînés de la Capitale-Nationale » a été initié par l'AQDR Québec. Ce projet visait à valoriser la parole des personnes aînées, à briser leur isolement social et à favoriser la transmission intergénérationnelle à travers la collecte et la mise en valeur de leurs récits de vie. À cet effet, une demande d'aide financière a été rédigée, analysée, documentée et soumise, à laquelle ont été jointes des pièces justificatives nécessaires au dépôt du projet en juillet 2025. Le travail réalisé comprenait notamment la rédaction du formulaire de demande, l'analyse de conformité aux priorités du programme QADA, la préparation du calendrier de réalisation, la mobilisation des partenaires ainsi que la compilation des documents officiels de l'organisme. Ce projet s'inscrivait dans les orientations gouvernementales visant le vieillissement actif, la participation sociale des aînés et le développement de communautés inclusives et solidaires.

6- Juillet-Août 2025 : Quai d'embarquement Chemin Ste-Foy et Avenue Brown

Réalisé en collaboration entre l'AQDR Québec et le Regroupement des organismes de personnes handicapées de la région 03 (ROP03), ce projet pilote visait à faire valoir les préoccupations des personnes aînées, handicapées et à mobilité réduite concernant l'aménagement urbain et la sécurité des déplacements. Les activités de ce projet comprenaient une recherche terrain, l'analyse des enjeux d'accessibilité universelle, la documentation des risques observés ainsi que la formulation des recommandations adressées à la Ville de Québec afin de promouvoir des aménagements urbains plus sécuritaires, inclusifs et adaptés aux réalités des personnes vulnérables.

7- Août-décembre 2025 : Accompagnement juridique - organisme de bienfaisance

Une démarche de demande de statut d'organisme de bienfaisance a été réalisée pour l'AQDR Québec afin de soutenir le développement organisationnel et renforcer les capacités de financement de l'organisme. En collaboration avec le cabinet juridique McCarthy Tétrault, le travail a

notamment consisté à effectuer la collecte et l'analyse des documents administratifs requis, à participer aux échanges avec les partenaires juridiques, à assurer le suivi des différentes étapes du processus et à contribuer à la préparation des éléments nécessaires au dépôt de la demande. Cette initiative visait à permettre à l'AQDR Québec d'élargir ses possibilités de financement et de consolider ses actions auprès des personnes âgées.

8- 11 septembre 2025 : rencontre de l'Alliance pour les personnes âgées du Grand Charlesbourg

À cette rencontre, l'AQDR Québec a présenté les activités et projets de l'organisme, notamment les cafés-rencontres, les conférences, l'émission de radio « Aînés, on vous écoute » ainsi que les démarches liées à une demande de financement dans le cadre du programme QADA. Cette rencontre a également permis des échanges sur la fracture numérique, l'accessibilité universelle, l'isolement social, les besoins des personnes âgées et les initiatives communautaires développées sur le territoire du Grand Charlesbourg. La participation de l'AQDR Québec a contribué au renforcement des partenariats communautaires et au partage d'informations stratégiques concernant les enjeux touchant les personnes âgées.

9- Septembre 2025 : situation des personnes âgées sans médecin de famille au Québec

L'AQDR Québec se penche depuis un certain temps sur la situation des personnes âgées sans médecin de famille au Québec, avec une attention particulière aux impacts du non-rattachement médical et de la polypharmacie dans la région de la Capitale-Nationale. Cette analyse visait à documenter les enjeux liés à l'accès aux soins de première ligne, à la surcharge des urgences, aux risques associés aux médicaments potentiellement inappropriés ainsi qu'aux conséquences humaines et systémiques du manque de suivi médical chez les personnes âgées. La recherche a permis de mettre en lumière les réalités vécues par les aînés sans médecin de famille, notamment les risques de chutes, de déclin fonctionnel, d'hospitalisations évitables et d'isolement social. Il a assuré la collecte des données, l'analyse documentaire, la synthèse des statistiques gouvernementales et scientifiques ainsi que la rédaction complète du document. Le travail formulait également plusieurs pistes d'action concernant le renforcement du Guichet d'accès à la première ligne (GAP), les bilans comparatifs de médication et l'amélioration des services de première ligne adaptés aux personnes âgées.

10- Septembre 2025 : Sommet des aînés de la Ville de Québec

Organisé dans le cadre de la démarche Municipalité amie des aînés (MADA), ce sommet réunissait plus d'une centaine de personnes aînées, partenaires communautaires et acteurs institutionnels de la région. Il portait sur plusieurs enjeux majeurs liés au vieillissement de la population, notamment la communication et l'information, la participation sociale, l'habitat et le milieu de vie ainsi que le transport et la mobilité. La participation de l'AQDR Québec a contribué aux échanges et aux réflexions collectives concernant l'accessibilité des services, la fracture numérique, le maintien à domicile, l'isolement social, le logement abordable, la mobilité sécuritaire et la participation citoyenne des personnes aînées. Cette implication a permis de renforcer les liens avec les partenaires du milieu, de mieux documenter les réalités vécues par les aînés de la région de Québec et de soutenir les démarches visant à développer des milieux de vie inclusifs, accessibles et adaptés aux besoins des personnes aînées.

11- Octobre 2025 : « La situation des personnes aînées à la SAAQ : examens médicaux et conduite »

Ce document visait à informer et sensibiliser les personnes aînées sur les différentes procédures d'évaluation de l'aptitude à conduire mises en place par la Société de l'assurance automobile du Québec (SAAQ), notamment en matière d'autodéclaration médicale, d'examens visuels, d'évaluations fonctionnelles et de rapports médicaux. La recherche présentait également les enjeux liés à l'autonomie, à la sécurité routière, à l'accessibilité de l'information et à l'accompagnement des personnes aînées dans leurs démarches administratives. Il a assuré la recherche documentaire, l'analyse des politiques et formulaires de la SAAQ, la rédaction complète du document ainsi que la formulation des positions et recommandations de l'AQDR Québec concernant une approche humaine, transparente et respectueuse des droits des personnes aînées.

12- Octobre 2025 : les promesses et engagements des candidats à la mairie de Québec

Un compte rendu analytique a été rédigé à la suite du débat municipal du 10 octobre 2025 tenu dans le cadre des élections municipales de la Ville de Québec. Ce document présentait une synthèse comparative des promesses et engagements formulés par les principaux partis politiques concernant les enjeux touchant les personnes aînées et les personnes handicapées. Le travail réalisé portait notamment sur l'analyse des propositions liées à la participation sociale, à la sécurité, au logement, à la mobilité urbaine et au transport collectif accessible. Cette rédaction visait à offrir aux organismes communautaires, aux partenaires et aux citoyens un portrait clair des différentes

orientations politiques en matière d'accessibilité universelle, d'inclusion sociale et de qualité de vie des personnes âgées et des personnes vivant avec un handicap.

13- Octobre 2025 : débat municipal

« Description des enjeux touchant les personnes âgées et les personnes handicapées » est un document stratégique élaboré dans le cadre du débat municipal du 10 octobre 2025 organisé en vue des élections municipales de la Ville de Québec. Réalisé en collaboration avec l'AQDR Québec et le ROP03, ce travail a notamment permis d'identifier, documenter et analyser les principaux enjeux liés à la participation sociale, à la sécurité, au logement, à l'accessibilité universelle, à la mobilité et au transport collectif des personnes âgées et des personnes vivant avec un handicap. Il a contribué à la recherche, à l'analyse des données, à la rédaction du contenu ainsi qu'à la formulation des questions stratégiques adressées aux candidats municipaux afin de favoriser des engagements concrets pour une ville plus inclusive et accessible.

14- Novembre 2025 : « Liberté de croire, liberté de choisir : prévenir les sollicitations de dons et legs auprès des aînés en milieux de vie »

Cette étude exploratoire visait à analyser les enjeux éthiques, juridiques et sociaux liés aux sollicitations religieuses ou spirituelles auprès des personnes âgées en CHSLD, RPA et autres milieux de vie. La recherche a notamment permis de documenter les facteurs de vulnérabilité des aînés, les mécanismes d'influence induite, les cadres juridiques québécois et canadiens applicables ainsi que les pratiques de prévention et de protection contre l'exploitation financière et spirituelle. Il a assuré la conception du projet, la revue documentaire, l'analyse des données, la rédaction complète du rapport ainsi que l'élaboration de recommandations destinées aux établissements, aux familles, aux décideurs publics et aux organismes communautaires afin de promouvoir la dignité, l'autonomie et la liberté de choix des personnes âgées.

15- 4 décembre 2025 : rencontre de l'Alliance pour les personnes âgées de Charlesbourg

Organisée à la CDC du Grand Charlesbourg, cette rencontre de concertation réunissait des organismes communautaires et des partenaires institutionnels autour de plusieurs enjeux touchant les personnes âgées, notamment la désinformation, les partenariats avec le secteur privé et la collaboration entre les organismes du milieu. Les échanges ont également porté sur les prochaines actions collectives et les mécanismes de concertation visant à améliorer les services et la qualité de vie des personnes âgées dans la région de Québec. La participation de l'AQDR Québec a permis de contribuer aux réflexions collectives, au développement de collaborations interorganisations et

au partage de pratiques et d'informations stratégiques concernant les réalités vécues par les personnes âgées.

16- Février 2026 : « Service juridique professionnel pour les aînés vulnérables »

Ce projet initié par l'AQDR Québec et soumis à la Fondation pour les Aînés et l'Innovation Sociale (FAiS) vise à améliorer l'accès à la justice pour les personnes âgées de la Capitale-Nationale en mettant en place un service juridique communautaire professionnel, accessible et adapté à leurs réalités. La démarche a notamment consisté à coordonner la rédaction complète de la demande de financement, à réaliser les analyses de pertinence et d'impact du projet, à documenter les besoins des personnes âgées vulnérables ainsi qu'à élaborer les stratégies de mise en œuvre, de partenariat et de pérennisation du service.

17- Mars 2026 : demandes de financement pour l'AQDR Québec

Plusieurs demandes de soutien financier ont été adressées à des partenaires institutionnels et communautaires afin d'assurer le maintien du poste de recherche à l'AQDR Québec. Ces démarches visaient notamment à solliciter un appui financier transitoire auprès de la ministre Sonia Bélanger, du député Jonatan Julien ainsi que de la CDC de Charlesbourg. Dans cette foulée, nous avons analysé les besoins organisationnels, documenté les enjeux liés au maintien des projets en cours et rédigé des lettres de demande ainsi que la mise en valeur des impacts du travail de recherche, de représentation et de développement de projets réalisés pour les personnes âgées de la Capitale-Nationale. Ces démarches avaient pour objectif de préserver la continuité des projets structurants, la stabilité organisationnelle ainsi que l'expertise développée au sein de l'AQDR Québec.

7.1.7 Participation aux activités d'autres organismes et institutions

Rapport annuel de la représentante de l'AQDR-Québec auprès du Sous-comité des partenaires des milieux associatifs au RTC pour 2025-2026

Il est important de se rappeler que « les personnes âgées » sont considérées des « personnes à mobilité réduite ». J'ai déjà tenté de faire modifier cette appellation sans succès. La très grande majorité du temps de discussion concerne les personnes avec des limitations (handicapées).

Pour la période 2025-26, ce sous-comité a tenu une dizaine de rencontres virtuelles qui se subdivise en 2 volets : le comité conseil pour le PDAU (accessibilité universelle) et le sous-comité Partenaires des milieux associatifs. A cela, il s'ajoute plusieurs autres courtes rencontres virtuelles

pour des mises à jour d'information concernant le Tramcity et les répercussions sur sa clientèle plus vulnérable.

Sous le premier volet, cela couvre 3 rencontres pour finaliser le Plan de développement en accessibilité universelle pour 2025-2029 (PDAU). Le comité conseil agit comme « consultant » auprès du RTC et nos suggestions sont pris en compte par l'organisation. Un grand lancement s'est tenu le 24 mars 2026 au Club social Victoria où le point central a consisté en la présentation de deux courts vidéos mettant en scène deux personnes avec des limitations accompagnées chacune par une personne de la haute direction du RTC et où ils ont démontré « les obstacles rencontrés en utilisant un bus ». Les deux directeurs ont apprécié vivre cette expérience.

Vous pouvez prendre connaissance de tous les détails de ce PDAU intitulé « L'accessibilité au cœur des services », voici le lien : [PLAN_PDAU25_VF.pdf](#)

Pour le volet SCPMA (sous-comité Partenaires des milieux associatifs), plusieurs discussions se sont tenues :

- Faire connaître aux usagers « l'agenouillement du bus sur demande »
[Personnes à mobilité réduite | RTC](#)
- Faire connaître aux usagers l'accessibilité d'une personne handicapée se déplaçant en fauteuil roulant dans les autobus réguliers avec des dimensions maximales
[Personnes en fauteuil roulant | RTC](#)
- Rappeler l'existence du SAMI (Service d'accompagnement en mobilité intégrée) pour mieux se familiariser avec divers outils et/ou particularités du transport en commun
- [Service d'accompagnement en mobilité intégrée \(SAMI\) | RTC](#)
- Mettre à jour les autocollants dans les bus
- Présentation régulièrement de données statistiques sur l'utilisation du STAC
- Consultation des membres pour le projet pilote du quai d'embarquement sur le Ch. Ste-Foy et la rue Brown
- Consultation des membres sur l'aménagement du terminus temporaire de Beauport à l'automne 2025
- À la suite de notre demande, nous avons pu assister à une séance d'une journée de formation pour les nouveaux chauffeurs de bus du STAC
- S'il n'y a pas une plainte à la base d'une situation problématique, le STAC et le RTC ne peuvent pas analyser la situation et proposer des modifications
- Faire connaître le service du STAC auprès de futures clientèles vulnérables dans des réseaux non regroupés avec des associations.

Un exemple de mon implication au sujet de la piste cyclable sur le Chemin Ste-Foy, coin rue Brown. Il a été offert l'opportunité aux membres de ce sous-comité de faire une visite en présentiel et de faire nos commentaires du projet pilote sur « le quai d'embarquement » en juillet dernier :

- Avoir un panneau plus voyant pour les cyclistes et sur un matériel durable pour toutes sortes d'intempéries
- Avoir un panneau Arrêt activé manuellement par le chauffeur
- Insister pour que les cyclistes soient plus sensibilisés à la sécurité des personnes vulnérables à l'approche des quais d'embarquement
- Que les zones du quai d'embarquement soient bien peinturées d'une couleur fluorescente très voyante également à la noirceur.

Le ROP, l'AQDR-Q, mes commentaires et d'autres ont soumis des observations et ont été analysés par les responsables de la Ville, mais nous n'avons pas eu d'échos.

Enfin pour terminer, depuis quelques mois, nous avons régulièrement des réunions brèves limitées au sujet du TRAMCITÉ. C'est important pour le RTC que notre sous-comité soit bien informé et de collaborer en amont des décisions importantes, évitant ainsi d'avoir plus de plaintes. Les travaux ont déjà débuté. A certains endroits sur le parcours, les résidents auront de la difficulté à circuler à pied à proximité de leur résidence et encore davantage avec leur automobile. Voici la réponse que j'ai reçu de la part du RTC à ce sujet : « le RTC mettra tout en œuvre afin de limiter au maximum les impacts des changements sur la clientèle, tout en précisant qu'il ne sera pas possible d'éviter complètement certaines contraintes, compte tenu des axes routiers qui deviendront temporairement inaccessibles. » Et l'axe de la 1^{ère} avenue n'est pas encore touché.

Restez informé | RTC

Avec ce lien, vous pouvez vous abonner aux avis de changements touchant le RTC pendant toute la période des travaux du tramway. Cela peut être intéressant tant pour les usagers du RTC que pour les automobilistes qui doivent circuler vers ces lieux.

J'ai extrait les points les plus intéressants touchant les personnes âgées.

Nicole Laveau

Michèle Reny, membre du conseil d'administration de l'AQDR Québec et ayant mandat de représenter l'organisme, a participé à diverses activités présentées dans ce tableau.

Organisme	Événement ou activité	Lieu, date, sujet et résumé
Table de Concertation des Personnes Aînées de la Capitale-Nationale – TCPACN	Rencontre régionale de concertation	À Québec (UQTR, Vanier) le 14 janvier 2026. 1 ^{re} partie : DISCUSSION sur la préparation de la rédaction d'un avis à la ministre portant sur les communications « <i>l'inclusion numérique (la fracture numérique)</i> » et « <i>l'intégration des personnes âgées immigrantes</i> ». 2 ^e partie : CONFÉRENCE sur l'intelligence artificielle (IA) « <i>Retraités et intelligence artificielle : une nouvelle alliance, comment tirer parti de l'IA pour demeurer connectés et actifs</i> ».
Concertation des organismes aînés de la Basse-Ville	Rencontres régulières	À Québec (Patro Laval, Basse-Ville) le 1 ^{er} mai 2025 et (L'Engrenage Saint-Roch, Saint-Roch) le 13 novembre 2025.
Table pour les Aînés de Limoilou	Rencontres régulières	À Québec (Centre Communautaire Jean-Guy-Drolet) le 21 mai 2025, (Villa Ringfield, Limoilou) le 11 novembre 2025, (Service Amical Basse-Ville, St-Roch, exceptionnellement : le SMABV est membre par les services de la gériatrie sociale qu'il offre sur le territoire de Limoilou) le 20 janvier 2026, (Centre Communautaire Jean-Guy-Drolet) le 21 mai 2025, (Villa Ringfield, Limoilou) le 11 novembre 2025, (Service Amical Basse-Ville, St-Roch, exceptionnellement : le SMABV est membre par les services de la gériatrie sociale qu'il offre sur le territoire de Limoilou) le 20 janvier 2026.
Alliance pour les Personnes Aînées du Grand Charlesbourg	Rencontres régulières	À Québec (Corporation de Développement Communautaire du Grand Charlesbourg – CDCGC, Charlesbourg) le 22 mai 2025, (Corporation de Développement Communautaire du Grand Charlesbourg – CDCGC, Charlesbourg) le 11 septembre 2025, (Corporation de Développement Communautaire du Grand Charlesbourg – CDCGC, Charlesbourg) le 4 décembre 2025, (Corporation de Développement Communautaire du Grand Charlesbourg – CDCGC, Charlesbourg) le 12 février 2026.

Corporation de Développement Communautaire du Grand Charlesbourg – CDCGC	Rencontre régulière	À Québec (Charlesbourg) le 15 janvier 2026.
Table de Concertation des Aînés de de Beauport – TCAB	Rencontres régulières	À Québec (Corporation d’habitation Giffard, Résidence Châteauvert, Beauport) le 22 mai 2025, (Centre d’Action Bénévole du Contrefort, Charlesbourg) le 18 septembre 2025, (Corporation de Développement Communautaire de Beauport, Beauport) le 12 novembre 2025, (Corporation de Développement Communautaire de Beauport-CDC, Beauport) le 14 janvier 2026 et (Communautés Solidaires Beauport, Beauport) le 26 février 2026.
	Rencontres et ateliers	« <i>La carte sociale en gériatrie sociale Orléans</i> » tenue à Château-Richer (MRC de la Côte-de-Beaupré) le 4 juin 2025 et à Château-Richer (MRC de la Côte-de-Beaupré) le 7 octobre 2025.
Table de Concertation des Aînés de de Beauport – TCAB Table de Concertation Habitation de de Beauport – TCHB Bureau d’Animation Information Logement – Bail du Québec-Métro	Atelier d’information	« <i>Information sur les hausses de loyer et vos droits</i> », à Québec (Communautés Solidaires Beauport, Beauport) le 11 février 2026.
Mobilisation Haute-Ville : Chantier sur le vieillissement de la population	Rencontres régulières	À Québec (Centre communautaire Lucien Borne, Haute-Ville) le 25 novembre 2025 et (Centre Culture et Environnement Frédéric Back, Haute-Ville) le 12 février 2026.
Mobilisation Haute-Ville Grand Collectif du printemps	Rendez-vous du communautaire 2025	À Québec (Loisirs du Faubourg, Centre Lucien-Borne, Haute-Ville) le 24 mai 2025. Joseph-Désiré Awono, travailleur de milieu et Michèle Reny ont été présents au kiosque d’information de l’AQDR Québec.
Groupe privilégié d’intervention – GPI Orléans (lutte à la maltraitance)	Rencontres régulières	À Québec (CLSC Orléans, Montmorency) le 24 avril 2025, (Aide Chez Soi Orléans, Beauport) le 17 juin 2025, (Communautés Solidaires, Beauport) le 23 septembre 2025, (Aide Chez Soi Orléans, Beauport) le 5 novembre 2025, (CLSC Orléans d’Estimauville, Beauport) le 18 décembre 2025 et (Association Bénévole Côte-de-Beaupré – ABCB, Sainte-Anne-de-Beaupré) le 4 février 2026.

Groupe privilégié d'intervention – GPI Orléans (lutte à la maltraitance) L'intertable de concertation pour contrer la maltraitance envers les aînés ; Centre d'excellence sur le vieillissement de Québec – CEVQ Centre d'hébergement Saint-Augustin J5000 à l'IUSMQ	Journée mondiale de lutte contre la maltraitance des personnes âgées le 15 juin	À Québec (Centre d'hébergement Saint-Augustin J-5000 à l'IUSMQ, Beauport) le 28 mai 2025. « <i>Parce qu'ensemble on est plus fort que la maltraitance</i> ». Pièce de théâtre interactive de sensibilisation à la maltraitance chez les aînés
Groupe privilégié d'intervention – GPI Orléans (lutte à la maltraitance) et Résidence Cardinal-Vachon		À Québec (Résidence Cardinal-Vachon, Beauport) le 5 juin 2025. Rassemblement intergénérationnel
Groupe privilégié d'intervention – GPI Orléans (lutte à la maltraitance) et Association bénévole de l'Île d'Orléans		À l'Île d'Orléans (Patinoire extérieure, Municipalité de Sainte-Famille-de-l'Île-d'Orléans) le 6 juin 2025. Rassemblement. Kiosques de quelques organismes dont l'AQDR.
Groupe privilégié d'intervention – GPI Orléans (lutte à la maltraitance) et Caisse Desjardins de Beauport	Conférences	À Québec (Caisse Desjardins, Beauport) le 25 mars 2026. « <i>Lutter contre la fraude : apprenez à prévenir, reconnaître et signaler les fraudes</i> »
Groupe privilégié d'intervention – GPI Orléans (lutte à la maltraitance) et Sûreté du Québec		À Saint-Pierre-de-l'Île-d'Orléans (Villa des Bosquets) le 26 mars 2026. « <i>La fraude chez les aînés</i> »
L'intertable de concertation pour contrer la maltraitance Centre d'excellence sur le vieillissement de Québec – CEVQ CIUSSS de la Capitale-Nationale	Journée annuelle des partenaires : conférence et ateliers	À Québec (Loisirs Lebourgneuf, Lebourgneuf) le 15 mai 2025. « <i>La maltraitance et la bientraitance en contextes de proche aidance : multiples regards</i> »

		À noter que l'intertable de concertation pour contrer la maltraitance est le regroupement des 6 tables locales de lutte à la maltraitance, dont Portneuf et Charlevoix.
Institut sur le vieillissement et la participation sociale des aînés – IVPSA Université Laval	Journée scientifique de printemps	À Québec (Université Laval) le 15 avril 2025. « <i>Recherche et intervention avec des personnes aînées : pour des pratiques équitables et inclusives</i> ».
	Journée scientifique d'automne	À Québec (Université Laval) le 17 novembre 2025. « <i>La santé cognitive : comment agir en prévention ?</i> »
	Assemblée générale annuelle	Virtuellement sur la plateforme Zoom le 17 juin 2025.
Secrétariat aux aînés ministère de la santé et des services sociaux gouvernement du Québec	Conférence	Virtuellement sur la plateforme Teams le 28 avril 2025. « <i>Plan d'action gouvernemental 2024-2029 "La fierté de vieillir" : bilan d'une première année d'actions!</i> »
Secrétariat aux aînés sous-ministériat aux aînés et aux proches aidants ministère de la santé et des services sociaux gouvernement du Québec	Webinaire	Virtuellement sur la plateforme Teams le 12 juin 2025. Plan d'action gouvernemental 2024-2029 : La fierté de vieillir. « <i>Conseils climat : un système d'alerte pour se protéger de la chaleur</i> »
Secrétariat aux aînés ministère de la santé et des services sociaux gouvernement du Québec Société d'assurance automobile du Québec – SAAQ	Webinaire	Tenu virtuellement sur la plateforme Teams le 3 septembre 2025. « <i>Vieillesse et mobilité active sécuritaire</i> »
Secrétariat aux aînés sous-ministériat aux aînés et aux proches aidants ministère de la santé et des services sociaux gouvernement du Québec ; l'Autorité des marchés financiers ; Retraite Québec ; Revenu Québec	Webinaire	Tenu virtuellement sur la plateforme Teams le 25 novembre 2025. « <i>L'autonomie financière des personnes aînées</i> »

Ministère de la santé et des services sociaux gouvernement du Québec et Université de Sherbrooke Chaire de recherche sur la maltraitance envers les personnes âgées	Webinaire	Tenu virtuellement sur la plateforme Teams le 9 décembre 2025. « <i>L'âgisme dans le Temps des Fêtes approche à grands pas</i> »
Centre d'excellence sur le vieillissement de Québec – CEVQ ; Comité des usagers du CHU de Québec-Université Laval et CIUSSS de la Capitale-Nationale	Les conférences grand public « vieillir en santé »	À Québec (Centre Montmartre, Sillery) le 23 avril 2025 : « <i>La nutrition : une alliée pour un bien vieillir cognitif</i> » et (Centre Montmartre, Sillery) le 15 octobre 2025 : « <i>Vieillir au volant : réflexions et planification pour une mobilité durable</i> »
Centre de recherche en santé durable du CIUSSS de la Capitale-Nationale – VITAM	Symposium	À Québec (Coopérative de solidarité La Nef, Basse-Ville) les 30 avril et 1 ^{er} mai 2025. « <i>Réinventer la première ligne au Québec : l'innovation sociale au service de l'équité en santé durable</i> »
CIUSSS de la Capitale-Nationale ; Appui proches aidants ; Caisse Desjardins de Beauport	Journée l'approche aidance Capitale-Nationale	À Québec (Institut Universitaire en Santé Mentale de Québec-IUSMQ, Beauport) le 23 octobre 2025. « <i>Dans la Capitale-Nationale l'approche aidance fait la différence</i> »
Chaire de recherche Antoine-Turmel sur la protection juridique des aînés Faculté de droit Université Laval	Conférence annuelle	À Québec (Université Laval) le 10 mars 2026. « <i>Soins de fin de vie : le consentement substitué</i> »
Faculté de droit Université Laval et Communauté de recherche-action sur les droits économiques et sociaux – COMRADES	Conférence-midi	Tenue virtuellement sur la plateforme Zoom le 25 septembre 2025. « <i>Le droit à l'alimentation au Québec : survol et perspectives d'avenir</i> »
Centre nutrition santé et société – NUTRISS et Canadian Nutrition Society/ Société canadienne de Nutrition	Webinaire	Tenu virtuellement sur la plateforme Zoom le 27 novembre 2025. « <i>Nutrition et santé cognitive</i> »

Observatoire international sur les impacts sociétaux de l'intelligence artificielle et du numérique – OBVIA Université Laval	Midi-Webinaire sur la participation Conférence	Virtuellement sur la plateforme Zoom le 16 avril 2025. « <i>Les processus participatifs et de co-construction pour permettre la technologie et l'Intelligence artificielle au service des collectivités et du citoyen : quels apprentissages ?</i> »
VOTEPOUR.CA	FORUM 2	À Québec (Université Laval) le 10 mars 2026. « <i>OFF numérique : le forum sur la fracture numérique</i> »
VOTEPOUR.CA	Webinaire	Tenu virtuellement sur la plateforme Zoom le 30 septembre 2025. « <i>Des stratégies d'impact pour une meilleure inclusion numérique</i> » / <i>fracture numérique</i>
Centre de recherche de l'Institut universitaire de gériatrie de Montréal – CRIUGM Université de Montréal Programme VIE s ÂGE – VivrE sans Anxiété pour les personnes âgÉEs	Conférences	Virtuellement sur la plateforme Zoom le 26 novembre 2025. « <i>La population âgée du Québec face aux inégalités</i> » et virtuellement sur la plateforme Zoom le 16 février 2026. « <i>Quand la douleur empêche de dormir : mieux comprendre et mieux accompagner les personnes âgées</i> »
	Atelier interactif “Les astuces de Sébastien”	Tenu virtuellement sur la plateforme Teams le 9 décembre 2025. « <i>Semer l'élan : cultiver la motivation au changement chez les personnes âgées</i> »
Chaire de recherche sur la réduction des inégalités sociale de santé – Chaire RISS Faculté des sciences humaines Université du Québec à Montréal – UQÀM	Conférence	Tenue virtuellement sur la plateforme Zoom le 29 octobre 2025. « <i>Vers un bien-vivre mieux partagé : nouveaux indicateurs de Statistique Canada</i> »
	Dîner-causerie	Virtuellement sur la plateforme Zoom le 27 novembre 2025. « <i>Vieillir dans la précarité, quelles priorités ?</i> »
Centre de recherche et d'expertise en gérontologie sociale – CREGÉS CIUSSS du Centre-Ouest-de-l'île-de-Montréal	Conférence	Tenue virtuellement sur la plateforme Zoom le 24 avril 2025. « <i>Itinérance à un âge avancé : impact des services publics sur les trajectoires résidentielles des femmes de plus de 50 ans au YWCA-Québec</i> »
Réseau québécois de recherche sur le vieillissement – RQRV et Fonds de recherche du Québec – FRQ	Lancement	À Québec (Monastère des Augustines, Vieux Québec) le 8 octobre 2025. Livre blanc « <i>Vieillir au Québec : Perspectives de la recherche</i> »

Fonds de recherche du Québec Secteur société et culture Action concertée	Activité de transfert de connaissances	Virtuellement sur la plateforme Zoom le 10 novembre 2025. « <i>Programme de recherche sur les personnes âgées vivant des dynamiques de marginalisation et d'exclusion sociale</i> »
Coopérative funéraire des deux rives	Conférences	À Québec (Université Laval) le 7 mai 2025. « <i>L'aide médicale à mourir : Des conférences pour mieux comprendre</i> » ; « <i>Dix années d'aide médicale à mourir au Québec : où en sommes-nous ?</i> » et le 18 juin 2025. « <i>Croyances, ritualité (rites) et accompagnement</i> »
Réseau canadien pour l'usage approprié des médicaments et la déprescription – ReCAD	Semaine nationale de la sécurité des patients – Webinaire interactif	Virtuellement sur la plateforme Zoom le 29 octobre 2025. « <i>Vous prenez plusieurs médicaments ? 5 questions à poser</i> »
ADAPTAVIE et Centre interdisciplinaire de recherche en réadaptation et intégration sociale – CIRRIIS	Colloque	À Québec (Base de Plein-Air de Sainte-Foy, Sainte-Foy) les 13 et 14 novembre 2025. Vendredi 14 novembre : Journée transfert de connaissances (outils concrets, témoignages, participation sociale IVPSA). « <i>Vieillir ensemble</i> »
Association bénévole Côte-de-Beaupré	Salon des aînés et futurs aînés – 2 ^e édition	Tenu à L'Ange-Gardien (Centre communautaire de L'Ange-Gardien) le 16 novembre 2025. Des conférences, des prestations musicales et 40 exposants ont alimenté la journée. L'AQDR Québec tenait son kiosque d'information.
Association des proches aidants de la Capitale-Nationale - APACN	Conférence	Tenue virtuellement sur la plateforme Zoom le 25 février 2026. « <i>Les droits des proches aidants au Québec</i> »
MAISON PHILO	Journée internationale des aînés – Conférence et ateliers	À Québec (UQTR, Vanier) le 1 ^{er} octobre 2025. « <i>Quand la nature soigne le corps</i> »

7.1.8 Documentation

Les documents que l'AQDR Québec met à la disposition du public demeurent d'actualité, raison pour laquelle le présent rapport mentionne ceux qui sont disponibles au bureau.

- *Comment faire face aux complications. Guide à l'intention des personnes âgées et leurs proches aidants.* Par la Table de concertation des personnes âgées de la Capitale-Nationale, Septembre 2013.
- *Vous avez des droits, prenez votre place – Juriguide pour les aînés,* réalisé par Éducaloi et Fondation du barreau du Québec, en 2015.
- *Protéger vos investissements contre la fraude et les abus financiers.* Guide réalisé par Éducaloi grâce à l'apport financier de la fondation du droit de l'Ontario, en 2017
- *Bien vivre pour mieux vieillir.* Une édition spéciale sur les droits des personnes âgées du périodique *La force de l'âge*, de l'AQDR, volume 24, numéro 01, automne 2017 – Le fameux cahier des revendications.
- *Prévenir et contrer l'intimidation... même chez les personnes âgées ! Sensibiliser, Informer, agir.* Cahier de l'Association québécoise de défense des personnes retraitées et préretraitées (AQDR), Hiver 2018.
- *Aînés, des réponses à vos questions.* Guide réalisé par l'Association québécoise de défense des droits des personnes retraitées et préretraitées (AQDR nationale), 2018.
- *Être locataire dans une résidence privée pour aînés.* Un guide simple et pratique pour informer les locataires de leurs droits et de leurs obligations. Réalisé par le ministère de la santé et des services sociaux du gouvernement du Québec, en 2019.
- *Signer un bail dans une résidence privée pour aînés.* Un guide simple et pratique pour informer les locataires de leurs droits et de leurs obligations. Réalisé par le ministère de la santé et des services sociaux du gouvernement du Québec, en 2019.

7.2 Services pour la défense individuelle des droits

Par nos services personnalisés, nous poursuivons la défense individuelle des membres de l'AQDR Québec ainsi que d'autres personnes âgées. Nous encourageons ces derniers à devenir membres de l'AQDR.

7.2.1 Clinique d'information

À la clinique d'information, nous aidons les gens par téléphone ou en présentiel :

- Nous remplissons des documents pour eux ;

- Nous les référons notre vers les services de transports médicaux ou suggérons le transport adapté, les services d'aide au ménage, au pelletage de leur balcon, aux menus travaux de la maison ou appartement ;
- Nous référons au Tribunal du logement, nous parlons d'augmentation du loyer de l'appelant, nous parlons aussi de la qualité des services des RPA et référons vers le CIUSSS ou le commissaire aux plaintes s'il y a lieu ;
- Nous parlons de la passation de l'aide sociale à la SV et au RSG ;
- Nous parlons des besoins d'un notaire, nous faisons la différence entre mandat de protection et testament ;
- Nous avisons la clientèle d'obtenir des conseils financiers afin de poser le geste de la raison de leur appel ;
- Nous référons aussi au travailleur de milieu afin que l'ainé puisse avoir une vie plus active ;
- En temps des rapports d'impôts, nous référons à des bénévoles s'ils sont admissibles ;
- Nous téléphonons différents ministères au besoin avec l'ainé afin d'obtenir des infos ou apporter des correctifs à leur dossier ;
- Nous téléphonons à des fournisseurs comme Videotron pour clarifier la facturation et apporter certains correctifs au dossier.

7.2.2 Clinique juridique

Des informations juridiques ont été fournies aux aînés à la clinique juridique au sujet de :



Droit du logement : Ce domaine est très présent et concerne les augmentations de loyer, la reprise de logement, les résiliations ou non-reconductions de bail, les problèmes de salubrité ou de chauffage, les réparations (ex : fenêtre brisée, dégâts d'eau), ainsi que les règlements spécifiques aux Résidences pour aînés (RPA) et coopératives d'habitation.

Droit des successions : Nous traitons de la rédaction et de la modification de testaments, des règles de la dévolution légale en l'absence de testament, du rôle de l'exécuteur testamentaire et des rapports d'impôt pour personnes décédées.

Droit des personnes (Régimes de protection) : Plusieurs dossiers concernant l'homologation de mandats de protection pour des personnes atteintes d'Alzheimer ou jugées inaptes, ainsi que les conflits entourant la désignation et la validité du mandat/mandataire.

Vulgarisation et éducation juridique : Nous aidons les personnes qui nous consultent à mieux comprendre le langage juridique en le verbalisant d'une manière compréhensive et appliquée à leur situation particulière. Nous encourageons aussi les personnes à aller se renseigner sur des sites comme Éducaloi qui offre de l'information juridique dans un langage adapté à une personne non-juriste. Cela permet d'avoir les informations de base en main avant d'aller consulter avec un juriste.

Nous avons remarqué que le nombre des personnes âgées qui cherchent de l'information à notre clinique juridique est plus élevé pour les femmes et moins pour les hommes. De même, les femmes semblent souvent la cible facile des intimidateurs.

Durant cette période nous avons cherché à faire un partenariat avec des avocats qui pourraient poursuivre le travail d'information juridique de nos étudiants en droit. Nous sommes sur la bonne voie.

Depuis 2005, nous travaillons avec la Maison Revivre qui accueille des hommes sans abris leur offrant le gîte et l'aide nécessaire pour que ceux-ci puissent se sortir de cette situation.

La travailleuse communautaire de la Maison contacte notre service juridique pour aider les résidents qui ont des problèmes juridiques. Pour nous cette intervention s'inscrit dans nos interventions d'aide aux personnes âgées vulnérables.

7.2.3 Accompagnement psychosocial

Voici le portrait de la clientèle de Hélène Barnabé en date du 20 janvier 2026

I=Initiales

F ou M = Sexe

A=Âge

S=Statut

E=État : Santé et réseau social.

T=Type d'intervention

P.B. : F, A=82, S : divorcée

E : Madame est très fragile physiquement car elle a de graves troubles pulmonaires qui l'amènent à l'hospitalisation. Cette année a été particulièrement inquiétante et difficile pour elle. Elle habite dans un HLM et reçoit de l'aide pour le ménage. Pour le reste, elle peut utiliser le transport en commun lorsqu'elle se sent assez en forme pour faire ses emplettes. Il lui est arrivé d'avoir de l'accompagnement, ce qu'elle a apprécié mais, ce service n'est pas installé d'une façon régulière. Elle est divorcée et mère de 2 jumelles dans la soixantaine. Celles-ci sont encore au travail. Elle les voit de temps à autres mais elles ne sont pas en mesure de

l'accompagner dans son quotidien. Elle doit donc compter sur de l'aide bénévole et elle est capable de faire elle-même ses démarches. Souvent seule, elle essaie de s'occuper en s'occupant de son alimentation et lorsqu'elle en est capable, en dessinant, ce qu'elle a toujours aimé faire. Madame fait preuve d'un courage exemplaire ; elle ne se plaint jamais et cultive sa bonne humeur.

T : Depuis 4 ans, je téléphone régulièrement à madame et elle exprime qu'elle apprécie ces moments. Tout dépendant de ce qu'elle vit, les interventions s'ajustent. À certains moments, je l'aide à chercher des ressources, pour d'autres nous échangeons sur son passé ou sa vie actuelle. Il lui arrive de ne pas être en mesure de parler en raison de son problème pulmonaire. Il me semble alors important qu'elle sache que je pense à elle et que je rappellerai sous peu.

M.B. : F, A=93, S : veuve

E : Madame a laissé son condo cet année pour rejoindre une résidence pour personne âgée. Elle a ainsi mis fin à une situation qui la hantait car elle se sentait harcelée par le directeur du C.A. elle continue à avoir des hallucinations (surtout visuelles) mais ce sont des événements qui la rassurent. Par exemple, elle serait visitée régulièrement, la nuit par un petit cousin qu'elle aimait beaucoup lorsqu'elle était petite mais qui était maltraité comme elle par sa mère. Comme elle s'attend à partir bientôt en raison de l'état de ses reins, elle se sent attendue et cela la rassure. Madame a 2 enfants, un fils et un garçon. Elle a renié sa fille car celle-ci aurait tramé contre elle de connivence avec son père. Elle aurait aidé par contre son fils pour l'achat d'une maison et s'apprête à léguer ses avoirs à ses petits-enfants. Elle reçoit leur visite de temps à autres. Malgré ses problèmes cognitifs et son grand âge, madame tient à se faire elle-même à manger puisqu'il serait impossible, d'après elle de demander une diète spéciale, là où elle demeure.

T : En dehors des quelques visites familiales, madame reste dans son logement et ne participe pas à la vie sociale de la résidence. Mes appels lui donnent donc l'occasion de parler surtout de son passé dont elle est fière, de ses acquisitions et des conflits que cela a plus généré dans la famille. Ces téléphones demandent beaucoup de patience car l'histoire, si elle était étonnante, au début, est devenue répétitive et chargée d'émotions négatives. Je tâche souvent de ramener madame à des sentiments plus agréables et elle exprime apprécier ces échanges qui sont rares pour elle.

D.B. : F, A= 83, S : séparée

E : Madame demeure dans un HLM après avoir vécu une séparation, il y a quelques années et le deuil de son fils. Elle est très sociable et fréquente quelques groupes de loisirs. Elle a reçu cette année le diagnostic d'Alzheimer, ce qu'elle n'accepte pas car elle n'est pas d'accord. Elle a aussi perdu son permis de conduire ; c'est son médecin qui a prescrit cet arrêt. Madame est

débrouillarde et sait se faire des amis mais en même temps, elle est vulnérable et doit faire attention pour ne pas être exploitée.

I : Les appels que je fais à madame sont toujours attendus et appréciés car elle a besoin soit de conseils, soit d'accompagnement dans ses démarches. (Ex : négociations avec le propriétaire). Elle aime aussi partager ce qu'elle ressent face à son entourage et s'épancher sur la grande peine qu'elle éprouve depuis le décès inattendu de son fils.

M.C. : H. A= 80, S : célibataire

E : Lorsque j'ai commencé mes appels auprès de monsieur, il demeurait chez sa sœur et exerçait le rôle d'aidant naturel auprès d'elle et de son frère qui demeurait dans une résidence. Les deux étant décédés, il est retourné terminer la transformation d'une ferme en maison sur la rive sud. Ce projet prend tout son temps et ses énergies. Il est isolé, sans liens familiaux et amicaux. La seule personne qui maintient des contacts par téléphone avec lui est une religieuse amie de sa sœur qui vient s'épancher le cœur régulièrement. Anciennement entrepreneur en construction, monsieur a toujours rempli un rôle d'aidant. Il a fait plusieurs voyages humanitaires. Aujourd'hui, il constate qu'il n'a pas l'aide extérieure dont il aurait besoin, surtout dans des moments où il se retrouve blessé (chutes) ou déprimé. A la future vente de sa maison, il projette de revenir à Québec pour s'engager dans une autre œuvre humanitaire.

I : Mes interventions auprès de monsieur semblent lui apporter un réconfort. Il partage avec nous ce qu'il vit émotionnellement après le départ de 2 êtres chers, les difficultés qu'il rencontre dans son projet de restauration, les embûches de santé qui le ralentissent. Je peux aussi, de temps à autres l'informer de ressources qui peuvent alléger ses importantes démarches.

J.D. : H, A : 79, S : célibataire

E : Monsieur demeure dans un H.L.M. à St-Roc. Périodiquement, il se sent dérobé de son courrier, envahi dans son appartement par des étrangers, trahi par le comité de son établissement. De temps à autre il songe à partir mais recule lorsque c'est le temps de le faire. Il est cependant autonome et encore capable de sortir seul de son appartement. Il fait encore de la bicyclette.

I : Depuis le début de nos appels, j'ai tâché de rassurer monsieur, de l'accompagner pour faire des demandes de transfert de logement. Il semble avoir confiance en moi et apprécie que je lui demande régulièrement des nouvelles et que je le renseigne sur des ressources qu'il ne connaît pas.

C.D. : F, A : 75, S : séparée

E : Madame n'a plus de lien avec aucun membre de sa famille incluant sa fille et ses petits-enfants. Un passé chargé et traumatisant l'ont amenée à développer des périodes d'angoisse

importante. Madame a un bon réseau d'aide pour ce qui est de ses problèmes de santé mentale. Toutefois, son comportement impulsif et intransigeant l'amène souvent dans des conflits avec les établissements (ex : banque) ou les individus (ex : propriétaire) Madame se sent fréquemment rejetée alors qu'elle-même provoque souvent les ruptures. Pleine de vie, elle s'intéresse à beaucoup de choses dont l'horticulture.

I : C'est donc à travers ses intérêts que je réussis à créer un lien avec madame. En insistant sur ses habiletés plutôt que sur ses difficultés, l'échange se fait enrichissant et valorisant.

C.H. : F, A :79, S : en couple

E : Madame est aidante naturelle de son conjoint qui demeure avec elle. Celui-ci est pratiquement toujours alité et endormi. Madame à 2 demi-journées de répit par semaine. Elle doit s'occuper seule de 2 vieilles maisons et d'un grand terrain, ce qui est très exigeant pour elle. Cependant, c'est sa vie et elle ne veut pas la changer. Elle s'impliquait beaucoup auparavant auprès de Fermières. Aujourd'hui, elle n'est pas en mesure de suivre les activités de cette ressource. Madame est confinée à la maison, n'a pratiquement plus de communication avec son conjoint dont elle s'occupe religieusement.

I : Dans ce contexte, mes appels sont toujours bien reçus. Elle partage alors avec moi son quotidien, ses démarches obligatoires pour la maison, l'état de santé de son conjoint, sa difficulté à trouver ses activités intéressantes lors de ses périodes de répit. L'isolement de madame lui a fait perdre ses capacités sociales. Je tâche de raviver, par le partage avec elle, ses intérêts pour la vie extérieure.

G.V. F, A : 64, S : divorcée

E : Madame est une réfugiée politique. Elle est arrivée au Québec avec ses adolescents qui sont aujourd'hui des adultes qui ont réussi professionnellement. Constamment accusée par ses enfants pour des événements du passé sur lesquels elle n'avait pas de prise, elle a décidé, pour sa santé de prendre une distance avec eux. Madame souffre de phobie sociale qui l'empêche de se faire une vie sociale. Elle est sortie de son expérience colombienne traumatisée et malade. De plus, elle est actuellement dans une période de traitements pour un cancer. Elle a de l'aide psychologique accordée à des réfugiés politiques et est une grande croyante, ce qui l'aide à donner un sens à ce qu'elle vit. Lorsqu'elle en est capable, elle fréquente une église qui est source de réconfort pour elle.

I : Lorsque madame en est capable (selon son état de santé) nous partageons avec elle ses peines et aussi ses joies car madame s'en remet souvent à Dieu, ce qui l'aide beaucoup. Toujours seule, elle apprécie nos conversations même si elles ne sont pas toujours faciles car madame conserve un fort accent qui complique un peu la communication.

L.B. F, A : 80, S : veuve,

E : Madame a vécu beaucoup de deuils et d'épreuves durant ces dernières années. Elle a perdu une sœur et quelques amis(es). Elle a aussi dû vendre son auto, ce qui limite ses sorties. Elle a 2 enfants, un fils qui demeure à Québec et une fille qui demeure à l'extérieur et qui vient de temps à autres la visiter. Elle a de bons contacts avec eux mais son fils est moins disponible depuis qu'il a eu un accident sérieux qui l'a laissé avec des séquelles. Elle se questionne régulièrement sur la pertinence de déménager dans une r.p.a. ; cependant, elle est encore hésitante car elle appréhende un déménagement et a encore quelques amies auxquelles elle tient là où elle demeure.

I : Regarder avec madame à quelques reprises sur ses hésitations à déménager lui permet d'identifier les raisons pour lesquelles elle repousse cette alternative. Même si madame cultive l'optimisme, elle apprécie parler des adaptations difficiles qu'elle a à faire après des départs d'êtres qui lui étaient chers.

Y.P. H, A : 73, S : célibataire

E : Monsieur est en deuil de sa conjointe de longue date après avoir été, ces dernières années son aidant naturel très impliqué. Elle souffrait d'Alzheimer. Il s'est retrouvé dans une situation de conflit avec les 2 fils de madame en lien avec l'héritage que madame voulait partager en 3 parties égales, ce qui ne plaisait pas à ses fils. Aujourd'hui, le conflit est réglé et il travaille à se reconstruire une vie qui lui convient. Il demeure dans une r.p.a. maintenant et a commencé une nouvelle relation avec une immigrante africaine beaucoup plus jeune que lui et dans laquelle il doit s'affirmer pour ne pas être exploité.

I : Au début de nos conversations téléphoniques, monsieur échangeait sur les difficultés qu'il vivait avec les responsables de la ressource où vivait sa conjointe. Il avait besoin de réfléchir sur ses relations avec le personnel et les autres résidents, ayant de la difficulté à perdre le contrôle sur les soins de sa conjointe et sur les relations de celle-ci qui se transformaient en raison de sa maladie. Par la suite, comme il a dû déménager de la maison qui appartenait à sa conjointe et qui dorénavant faisait partie de l'héritage, après une triste tentative d'habitation dans un logement qu'il jugeait insalubre, les conversations se sont portées sur les alternatives qui se présentaient à lui afin qu'il puisse faire un choix éclairé pour son milieu de vie. Installé dans une r.p.a. qu'il semble apprécier, monsieur nous a entretenu sur le conflit vécu avec les 2 fils de madame. Je l'ai encouragé à demeurer ferme pour que les volontés de son ex-conjointe soient respectées. Cet aspect étant réglé, monsieur partage dès lors avec nous son travail pour se créer une vie intéressante. Il est toujours porté à être sauveur et a entrepris d'aider une jeune africaine qui en demande de plus en plus. Mon accompagnement actuel se résume à de l'échange lui permettant d'identifier les limites qu'il désire respecter dans cette relation.

M.S. F, A : 71, S : en couple

E : Madame partage sa vie avec un conjoint. Elle éprouve certaines difficultés à vivre les événements de son quotidien car elle est portée à l'anxiété, ce qui peut être difficile à subir pour l'entourage. Sans cesse irritée par l'extérieur, elle recherche par différents moyens à trouver la sérénité qui lui manque. Sa lecture des événements est souvent pessimiste et dramatisée. Elle a besoin de partager pour trouver un réconfort, un appui ou une consolation.

I : Madame a besoin beaucoup d'écoute pour exprimer et clarifier ses tourments. Je peux aussi l'aider à trouver des ressources ou des activités susceptibles de l'accompagner dans sa démarche personnelle. Comme madame a une belle expérience de travail, plusieurs intérêts et une belle capacité d'imagination, il est intéressant de l'orienter de ce côté-là de sa personnalité. Elle apprécie nos échanges.

A.P. F, A : 76, S : divorcée

E : Madame vit seule dans une R.P.A. ; elle n'aime pas l'endroit où elle demeure et en veut à sa fille qui aurait choisi pour elle. Madame est souvent négative. Depuis quelques mois, suivant les conseils de son médecin, elle prend des antidépresseurs, ce qui améliore son état. Elle s'est prise en main et essaie de se créer une vie meilleure. Son attitude fait en sorte qu'elle n'a pas d'amis(ies) et qu'elle voit très peu sa fille et ses petits-enfants. Elle est très isolée et a un grand besoin de parler. Elle a aussi des difficultés à budgéter et se met souvent dans des situations stressantes ayant trop dépensé, ce qui l'amène à se tourmenter pour ses dépenses nécessaires.

I : En raison de son isolement, il est important pour madame que je l'appelle régulièrement. Elle semble avoir développé de la confiance car en général, elle profite des conseils que je peux lui donner. Mes encouragements face à sa décision à se prendre en main et mes approbations lorsqu'elle atteint des résultats, en raison de son grand isolement, prennent une certaine importance et la motive à continuer. J'aimerais qu'elle puisse avoir les services d'une t.s. mais madame n'est pas prête à faire les démarches nécessaires pour les obtenir et honnêtement, je ne suis pas certaine qu'elle y accéderait en raison de la pénurie de personnel et de l'absence de sa motivation.

D.M. F, A : 85, S : veuve

E : En raison de sa phobie sociale, madame est confinée dans sa maison dont elle doit prendre soin. Elle a une fille adoptive avec laquelle elle n'a pratiquement pas de relation ; comme son conjoint s'est suicidé, sa fille la rend responsable de ce geste car elle s'en était séparé. Anciennement musicienne, madame a délaissé toutes ses activités musicales et essaie de se départir de ses violons. Lors de nos premiers contacts madame répétait sans cesse qu'elle était tannée de vivre, ce qui était inquiétant. Actuellement, tout en étant encore pessimiste et triste, elle fait quelques efforts pour aller vers l'extérieur et se sentir un peu plus vivante.

I : Au début, comme il était évident que madame faisait une dépression, j'ai insisté pour qu'elle voit un médecin, ce qu'elle a fait. Par la suite, mon travail a été, lorsqu'elle me parle (car elle ne répond pas toujours au téléphone) il y a, bien sûr beaucoup d'écoute, des recherches de ressources susceptibles de l'aider (ex : les petits frères), des échanges sur les moments positifs de sa vie. Je constate de plus en plus que madame fait des démarches elle-même pour obtenir des services, ce qui est positif dans son cas.

D.H.C. F, A : 78. S : veuve

E : Depuis que madame a perdu son mari, elle vit seule dans un condo à Québec. La grande majorité de sa vie s'étant passée en Ontario, elle a dû se refaire une vie, ici au Québec. Elle a un garçon marié à une Antillaise avec laquelle elle n'a pas une bonne relation, ce qui complique celle qu'elle a avec son fils. Madame trouve difficile de se retrouver seule à assumer ses responsabilités et toute démarche lui semble lourde. Elle est très émotive et sensible et vit les événements d'une façon souvent intense, ce qui l'exténue. Elle a aussi des attentes très grandes envers son fils ce qui l'amène à vivre régulièrement des déceptions. Elle est à l'aguet de toutes les réactions de celui-ci que souvent elle interprète à travers ses lunettes d'anxiété.

I : Mon travail auprès de madame consiste, la plupart du temps à trouver des moyens pour ramener madame à la dimension réelle des événements, à tâcher de faire ressortir le côté positif de ce qu'elle vit. Comme elle a un bon sens de l'humour, elle accède assez facilement à une relecture des événements. Étant toujours en recherche d'une vie sociale plus riche, je peux lui apporter des suggestions que, généralement elle retient.

L.R. F, A : 79. S : divorcée

E : Madame est bien entourée de sa famille mais vit quand même de longs moments de solitude car sa santé précaire l'empêche de sortir seule. Il lui arrive de se plaindre d'être dérangée la nuit par quelqu'un (qu'elle ne voit pas dans son œil de porte) durant la nuit. C'est pour cette raison que madame a commencé à vouloir nos appels. Maintenant, elle désire continuer à avoir nos appels pour échanger sur ce qu'elle vit en général.

I : Mes interventions ont changé au cours des mois parce que madame semble sortie de son obsession reliée aux dérangements qu'elle subissait durant les nuits. Ce problème semble beaucoup moins présent. Madame partage maintenant sur les activités qu'elle vit soit avec sa famille soit à la résidence où elle vit. Elle tient aux appels que je lui fais ; probablement qu'elle y retire une certaine sécurité car lorsqu'elle exprime des inquiétudes ou des besoins, nous cherchons ensemble des solutions.

7.2.4 Programme Travailleurs de milieu

L'AQDR Québec a mis sur pied le projet Initiatives de travail de milieu auprès des aînés en situation de vulnérabilité (ITMAV) qui vise à améliorer la qualité de vie des personnes âgées, en les aidant à conserver leurs acquis et leur autonomie, tout en les rejoignant dans leur milieu.

Nous avons eu deux travailleurs de milieu tout au long de l'année 2025-2026. Ils sont accompagnés par un psychoéducateur. Ils desservent deux territoires : Secteur Sainte-Foy—Sillery—Cap-Rouge et Secteur Haute-Ville de Québec.

Résultats

Les travailleurs de milieu ont fréquenté plusieurs espaces publics : organismes communautaires, entreprises d'économie sociale d'aide à domicile (EESAD), restaurants, bibliothèques de la Ville de Québec, centres commerciaux et centre d'achat, épicerie de quartier, résidences pour les personnes âgées, lieux de culte, parcs, pharmacies, popotes roulantes et comptoirs alimentaires.

Ils ont participé à divers événements : Rencontres PASO-ITMAV, Projet transport-épicerie, rencontres anti-sieste, conférences de l'AQDR Québec, chantier vieillissement mobilisation Haute-Ville de Québec, rencontre provinciale des travailleurs de milieu à Québec, participation des Aînés, place des femmes âgées, présentations à l'Espace citoyen, café rencontre vieillir en santé, projet justice mobile, sommet des Aînés, Café Philo, place des aînés dans la Ville, participation sociale, salon du communautaire, présentation sur le logement social, présentation sur le service de première ligne, rencontre annuelle du CAT, présentation sur la maltraitance, présentation sur les troubles neurocognitifs, présentation de la nouvelle ressource « La Cantine pour tous », salon Alzheimer, prévention et gestion de conflits interculturels, présentation sur les pharmacies et les nouveaux services, présentation sur les trous de service, rencontre avec Contact Aînés : petits travaux, présentation : comment faire le plein d'énergie.

Leurs difficultés : cas de personnes âgées avec des troubles neurocognitifs majeurs, les trous de service dans plusieurs organismes, faute de finances et de bénévoles.

Situations particulières : la présence des touristes et leur instabilité pendant la période d'été, les bouleversements climatiques et l'impact sur l'activité du repérage à l'extérieur.

Leurs bons coups : activité de repérage dans les lieux de culte et dans résidences pour les personnes âgées, coopération avec l'administration des résidences pour personnes âgées, repérage dans le cadre du transport des aînés pour épicerie, distribution des outils promotionnels des organismes communautaires et du Chantier vieillissement mobilisation Haute-Ville.

7.2.5 Nouveaux projets au service des aînés

N'ayant pas obtenu de subventions demandées par l'application au programme Québec ami des Aînés (QADA) ainsi qu'au Programme Nouveaux Horizons pour les aînés (PNHA), nous n'avons pas pu mettre en place diverses initiatives de nouveaux services pour les aînés. Il s'agirait, entre autres, de « Mémoire vivante des aînés de la Capitale-Nationale » qui visait à recueillir, faire connaître et valoriser les réalisations des aînés de la Capitale-Nationale ; « Pas à pas, j'améliore ma santé physique, mentale et cognitive », un projet préparé en 2025-2026 pour 2026-2027.

8. Partenariat

Poursuite de la recherche-action avec le Centre interdisciplinaire de recherche en réadaptation et intégration sociale (CIRRIS) menée par M. François Routhier : Accès aux services communautaires pour les aînés grâce aux outils numériques depuis la pandémie de COVID-19. Les activités de cette année ont consisté à recruter les participants en vue de recueillir leurs avis sur les conférences virtuelles et la chaîne YouTube et à élaborer les rapports sur les ateliers de cocréation en trois étapes avant l'élaboration du rapport final. L'objectif de ce projet est de soutenir les aînés dans leur utilisation éthique, responsable et sécuritaire du numérique. Ce projet du CIRRIS est subventionné par le FQRSC. La même recherche-action se poursuit, pour sa part, avec la Fédération des Sociétés Alzheimer du Québec (FSAQ). Notre association avec le groupe de recherche permet de poursuivre notre effort de numérisation et de faire rayonner l'organisme comme un exemple de développement pour les organismes communautaires de la région et de la province.

Continuité de notre Entente avec le réseau des bibliothèques de la ville de Québec amorcée en 2018. Grâce à cette entente, l'AQDR Québec a accès gratuitement aux diverses bibliothèques pour tenir ses différentes conférences.

Depuis près de 10 ans, nous avons établi un partenariat avec la faculté des Sciences sociales, niveau 2^e cycle Maîtrise en Affaires publiques pour recevoir des stagiaires. Ceux-ci nous permettent d'avoir des données probantes touchant différents enjeux des aînés et finalement de bien connaître leurs besoins. Voilà pourquoi ces données nous permettent de concevoir des projets adaptés aux diverses réalités.

Autres partenaires

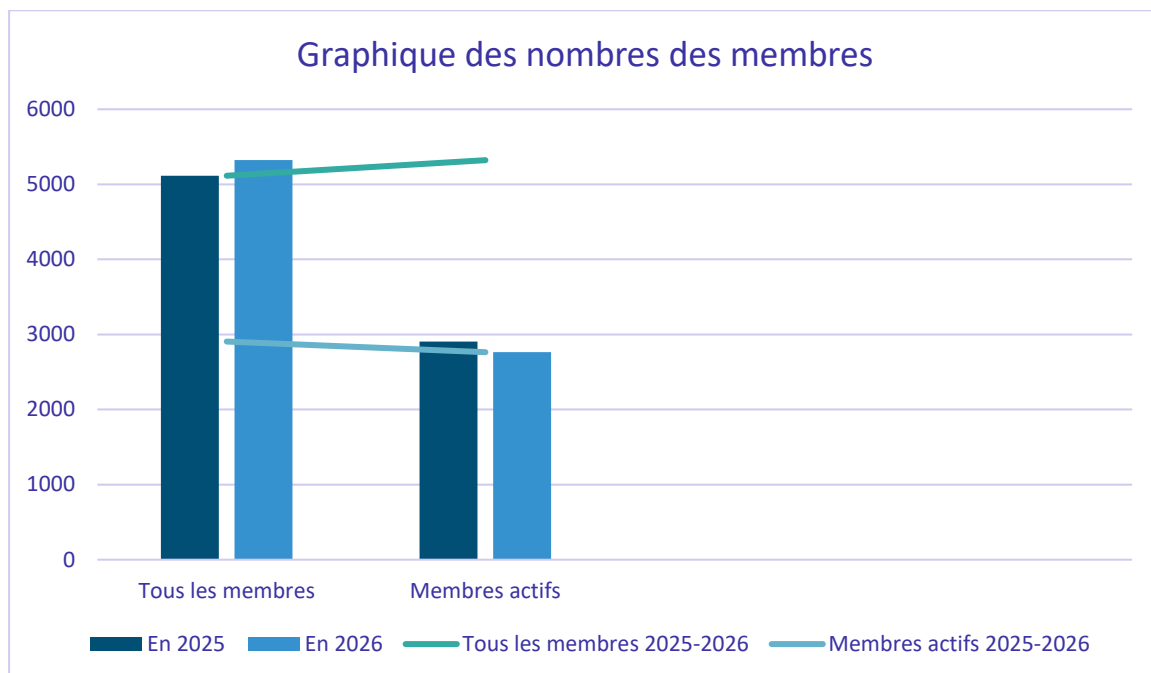
CIUSSS Capitale-Nationale, Option consommateurs, Aide à la communauté et services à domicile (Loretteville), Association de professionnelles et professionnels retraités du Québec (APRQ), Association québécoise des retraité(e)s des secteurs public et parapublic (AQRP),

Association des retraitées et retraités de l'éducation et des autres services public (AREQ), Association coopérative d'économie familiale (ACEF) de Québec, Barreau du Québec, Café Rencontre du Centre-Ville, Centre d'action bénévole du Contrefort (CABC), Chaire de recherche Antoine-Turmel sur la protection juridique des aînés, Chambre des notaires du Québec, CKRL, 89,1, Faculté de droit de l'Université Laval, FADOQ, Fédération régionale des OBNL d'habitation de Québec et Chaudière-Appalaches (FROHQC), Groupe de recherche en animation et planification économique (GRAPE), Institut sur le vieillissement et la participation sociale des aînés de l'Université Laval (IVPSA), L'APPUI Capitale-Nationale, Les Habitations Du Châtellois, Manoir Saint-Amand, Résidence pour aînés à Charlesbourg, Résidence Du Patrimoine, Retraités flyés, Service d'entraide Basse-Ville, Service de police de la Ville de Québec (SPVQ), Table de concertation des personnes aînées de la Capitale-Nationale (TCPACN), Table de concertation sur l'abus, la négligence et la violence envers les aînés de la Vieille-Capitale, Université Laval, Ville de Québec et le Centre Montmartre.

9. Gestion des membres

La façon dont le système de gestion des membres de l'AQDR génère le nombre de tous les membres demeure la même : c'est à la date de sa consultation. Il n'est donc pas possible de connaître le nombre de tous les membres à une autre date et pour un segment spécifique.

Pour l'AQDR Québec, le nombre de tous les membres a été 5322 au 22 mai 2026 alors qu'il était 5115 au 6 juin 2025, ce qui donne une augmentation de 4,05% en une année. Les membres actifs au 22 mai 2026 ont été au nombre de 2764 ; ils étaient 2906 le 6 juin 2025 : une diminution pour le renouvellement de 4,88% soit environ 5% de moins en une année.



10. Gestion du bureau

Depuis 2020, les bureaux de l’AQDR Québec sont situés au 4600, boulevard Henri-Bourassa, local 120 à Québec. Ils sont ouverts cinq jours par semaine, de 9 h à 16 h.

L’équipe de travail 2025-2026 est la suivante :

- Judith Gagnon, présidente, assure la coordination de l’AQDR Québec ;
- Manon Alarie, adjointe administrative remplaçante et agente d’information ;
- Sadiki Kambale Kyavumba, adjoint administratif remplaçant, coordonnateur et agent de communication ;
- Lansana Bangoura, agent de la recherche ;
- Marie Ange Christelle Gnakoury : Stagiaire jusqu’au 25 avril 2025 et adjointe administrative du 23 juin au 12 août 2025 ;
- Joseph Désiré Awono, travailleur de milieu ;
- Éric Tarissan, travailleur de milieu ;
- Louise Trudel, adjointe en comptabilité ;
- Jacques Pouliot, contractuel et psychoéducateur ;
- Hélène Barnabé, travailleuse sociale retraitée ;
- Pénélope Gélinas, agente d’information juridique ;
- Charles de Varennes, agent d’information juridique ;
- Philippe Laberge, agent d’information juridique

Cette année encore, une stabilité s'est observée à l'accueil où deux employés se sont partagé la tâche, à la clinique d'information et à la comptabilité. À la clinique juridique, une agente a travaillé du printemps 2025 jusqu'en janvier en hiver 2026. Elle a été succédée par deux agents. Le poste d'agent de la recherche a été supprimé en mars 2026 faute de financement.

Faute de subvention, les services ont changé d'emplacement en les déménageant le 14 mai 2025 de la partie de bureau qui leur était réservée vers le côté de l'administration. La salle des conférences de ce côté-ci a été transformée en bureau de la clinique juridique et en celui de la clinique d'informations. L'immeuble Simard Centre d'Affaires Alterna a mis à notre disposition sa salle des conférences, sur réservation.

11. Orientations 2026-2027

Depuis 2010, l'AQDR Québec a exploré plusieurs avenues pour la défense collective et individuelle des droits des aînés. Forts de notre expérience et face à divers défis encore à relever, nous allons poursuivre notre mission en 2026-2027 dont voici les principales orientations.

11.1 La défense collective des droits des aînés

- Mobiliser les membres autour des grandes problématiques des aînés : abus, violence, isolement et pauvreté, accompagnement et encadrement ;
- Communication dans les médias sociaux et communautaires, afin de faire entendre le point de vue de l'AQDR Québec sur les grands dossiers concernant les aînés ;
- Prise de parole et manifestations publiques sur des enjeux sociaux importants ;
- Tenir les cafés-rencontres pour réfléchir ensemble sur divers enjeux ;
- Organiser des cercles de discussion dans des restaurants sur les sujets majeurs d'actualité ;
- Participer aux MADA et aux CDC du grand territoire sur les projets touchant les aînés ;
- Continuer nos émissions de radio sur CKRL FM 89,1 ;
- Accentuer notre participation dans diverses organisations afin d'améliorer l'impact de nos interventions ;
- Créer des partenariats avec des écoles afin de mettre en lien les aînés avec les jeunes et échanger sur divers sujets d'intérêt commun. Ce sera une façon de favoriser l'intergénérationnel.
- Cette année nous avons créé un comité sur les dérangements climatiques avec la Faculté de géographie et de Géodésie de l'Université Laval. Le but de ce comité à l'automne 2026 est de faire un débat entre les étudiants et les personnes aînées sur l'impact des

dérangements climatiques sur l'environnement : deux visions, deux âges. C'est grâce à Jean Rousseau professeur à la Faculté que nous avons pu développer ce projet.

- Promouvoir l'accessibilité et l'inclusion pour les aînés en situation de handicap
 - Dresser un état de situation portant sur les enjeux, les problématiques et les services disponibles pour les aînés en situation d'handicap ;
 - Contacter l'office des personnes handicapées OPHQ, le CIUSSS Capitale-Nationale, L'institut sur le vieillissement et la participation sociale des aînés IVPSA et les organismes de personnes handicapées pour établir un plan d'actions.
 - Optimiser les mesures favorisant l'accessibilité et l'inclusion sociale des aînés en situation d'handicap.

11.2 La défense individuelle des droits des aînés et de leurs aidants

- Poursuite des services offerts par la clinique d'information, la clinique juridique ainsi que l'accompagnement psychosocial ;
- Adaptation des services d'accompagnement aux aînés en fonction de nos ressources et des besoins des aînés de la région ;
- Poursuite du service d'aide et de proximité ITMAV par les travailleurs de milieu de l'AQDR Québec dans deux territoires : Haute-Ville de Québec et Sillery-Ste-Foy-Cap-Rouge.

L'AQDR Québec est devenue un acteur incontournable au niveau de la défense des aînés et des aidants dans la région de la Capitale-Nationale.

Rapport rédigé par Judith Gagnon, présidente, et Sadiki Kambale Kyavumba, coordonnateur

À Québec, le 10 juin 2026