



Octobre 2024

EN ACTION

Bulletin de liaison périodique de l'AQDR des Chenaux pour ses membres.

ACTIVITÉ DE VIE ASSOCIATIVE & FESTIVE

Repas chaud, musique et plus! Détails page 21.

Noël en Automne

Dîner chaud le 25 octobre, 11h30

Salle municipale de Saint-Maurice,
25\$ membres, 35\$ non membres

Musique avec Jocelyne Filion!



Inscription obligatoire:
819-840-3090/
aqdrdc@stegenevivie.ca



Chroniques: page

Calendrier des activités	2
Mot de la présidente.....	3
Défense de droits	6-10
Merci aux téléphonistes.....	7
Échos du CA.....	8
Juridique	12-14
Suivi d'activités	13
Formation informatique.....	15
AQDR nationale.....	16
Place aux partenaires	17
Nutrition	18
Saviez-vous que	19
Capsule linguistique	20
Prochaines activités	21
Fondation JMDubois.....	22
Vitalité intellectuelle	24
Mot mystère.....	25

ACCUEIL DES NOUVEAUX

MEMBRES

Nouvellement inscrits? Vous avez reçu par la poste une invitation pour un 5 à 7 aux Boissons du Roy le 16 octobre.

Contactez-nous au bureau car les téléphonistes ne feront pas d'appels pour cette activité!



Calendrier des activités

Octobre 2024

DATE ET HEURE	ACTIVITÉ	ENDROIT	COÛT	RÉSERVATION
16 octobre: 5 à 7 festif	5 à 7 Accueil des nouveaux et nouvelles membres	Boissons du Roy (Sainte-Anne-de-la-Pérade)	Nouveaux membres seulement	Avant le 9 octobre
25 octobre: 11h30	Dîner-Rencontre Noël en Automne Accueil punché, puis dîner chaud! Musique Jocelyne Fillion	Salle municipale de Saint-Maurice	25\$ membres 35\$ Non-membres	Avant le 18 octobre
8 novembre: 13h30	Café-rencontre Dans le cadre de la semaine interculturelle Invitée: Madeline Besson À venir en décembre: déjeuner-rencontre sur le programme canadien de soins dentaires	IMS à Sainte-Geneviève	Gratuit!	Avant le 4 novembre



POUR NOUS JOINDRE :

AQDR des Chenaux
44, Rivière-à-Veillet, bureau 170
Sainte-Geneviève-de-Batiscan , G0X 2R0

 **819-840-3090**

 aqdrdc@stegenevieve.ca

COMITÉS 2024-2025

Comité Activités
Comité Bulletin En Action
Comité Défense de droits
Comité Gestion

Secrétariat à l'action communautaire autonome et aux initiatives sociales

Québec 

EN ACTION est une publication de l'AQDR des Chenaux produite collectivement par une équipe de membres bénévoles de la section grâce au soutien financier du SACAIS.

Mot de la présidente**JE ME SOUVIENS**

Je me souviens n'est pas seulement la devise de notre province mais c'est aussi une façon de s'obliger à repenser aux bons coups et aussi aux mauvais!



Je me souviens que dans les luttes qui ont été faites pour que les femmes obtiennent des revenus égalitaires aux hommes, 25 années sont passées, où les gouvernements entreprirent de faire un exercice de Titan. Ils obligeaient les compagnies de plus de 50 employés à revoir toute l'infrastructure monétaire et à refaire l'exercice de paier les emplois ressemblants afin de monter des grilles qui permettraient de donner à toutes les femmes travaillant aux divers paliers gouvernementaux des conditions salariales équivalentes à celles des hommes. Ce travail s'étendit sur plusieurs années et permit de jeter les bases d'une rémunération équivalente pour les 2 sexes. Je me souviens, moi qui travaillais à ce moment de ma vie pour une société d'état, j'avais pu toucher un très beau montant d'argent! C'était ce qui m'était dû pour avoir travaillé à faire les mêmes ou à peu près les mêmes tâches que mes comparses mâles! Cet ajustement était presque un gain de loterie mais à la différence que cette fois-là ce n'était pas un fruit du hasard mais plutôt le fruit d'années de labeur.



Je vous remets en contexte car le temps a passé, beaucoup d'eau a coulé sous les ponts et l'équité salariale est devenu une pratique courante, nécessaire et ajustée régulièrement afin de ne plus créer de fossés homme/femme sur le marché du travail.

Le gouvernement fédéral semble avoir oublié tous les argents qu'il a dû verser aux travailleuses lésées par les pratiques sournoises qui définissaient la femme comme inférieure à l'homme. Au début, quand s'est amorcée la réforme afin de créer l'équité, tous les gouvernements étaient prêts à faire et à donner

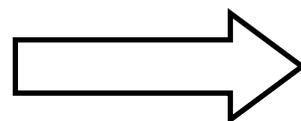
*Suite en
page 4*

les mêmes droits. D'où était né le slogan « à travail égal, salaire égal ». Ce slogan doit certainement vous rappeler bien des choses.

Maintenant que l'on a appris à traiter les femmes également, je me demande si les gouvernements seraient prêts à faire de même avec les personnes qui reçoivent une « pension/rente et//ou revenus », avec ou sans supplément de revenu garanti du gouvernement fédéral. On pourrait presque actualiser le slogan et le modifier un peu en disant « à retraites égales, redevances égales » Voici je m'explique, à partir du moment où on atteint nos 65 ans, nous avons droit à un rente de retraite fédérale et au supplément de revenu garanti. Il serait normal que tous, 65 ou 75 ans, reçoivent les mêmes argents, surtout s'ils reçoivent le supplément de revenus garantis. Il est tout à fait **A**normal que les 65-74 ans soient pénalisés parce qu'ils ne retournent pas sur le marché du travail, car on s'en doute bien, que ce qui a amené le gouvernement fédéral à se positionner et à donner plus à partir du moment où l'on atteint 75 ans, c'est probablement le fait qu'il y aie pénurie d'employés et nous les 65-74 ans sommes les coupables. C'est nous qui devons en faire les frais. Pourquoi tous les jeunes vieux devraient être pénalisés? Le fossé qui se crée entre ces 2 catégories de personnes sera très difficile à combler. Notez bien que pour les personnes ne bénéficiant pas de la hausse qui a été accordée au 75 ans et plus, ils ne pourront jamais penser à récupérer les années d'écart monétaire.

Peut-être que vous ne vous sentez pas très concernés par ce problème car peut-être que vous avez déjà atteint ou dépassé l'âge nécessaire pour toucher à ce bénéfice. Mais il en va de la solidarité que nous devons avoir les uns envers les autres. À l'AQDR, on parle de bienveillance et de bienveillance, c'est une partie de ce chemin qu'il faut défendre. Nous devons aviser le gouvernement fédéral que cet écart ne fait aucun sens dans une société où l'on veut et doit traiter tout le monde de façon égale et équitable. Dans notre société, il est primordial de préserver nos pouvoirs. Alors il devient donc nécessaire de démontrer au gouvernement que nous ne sommes pas d'accord avec leur façon de faire.

Quand on était plus jeune, on prenait les pancartes, on descendait dans





les rues, des fois on faisait des grèves pour se faire respecter comme travailleur. J'ai même vu de mes consœurs, travailleuses en garderie au tout début de l'arrivée du système de garderie, fin 1970 début 1980, coucher au bureau d'une ministre afin de lui signifier que le mépris que l'on avait pour elles n'avait pas sa place dans une société où l'on voulait que les 2 parents travaillent. Que voulez-vous, comme on dit : à travail égal, salaire égal et aussi obligations égales! Quand je pense à ce temps et que je le remets au goût du jour, je me dis que maintenant je ne suis plus capable de passer une journée entière à tenir une pancarte, à m'époumoner en scandant des slogans accrocheurs qui feraient bouger le gouvernement. Je suis certaine que tout comme moi, beaucoup, voire même la majorité, ne pourraient et ne voudraient pas aller manifester son indignation. Par contre, quand on vieillit et que l'on s'assagit, on peut dire aux gouvernements sans être obligé d'attendre les élections, que l'on a le pouvoir de faire bouger les choses. Le meilleur moyen mis à notre disposition demeure la signature de pétitions.

Jusqu'en fin septembre, un projet de loi, le C-319 a une pétition qui justement réclame l'équité pour les 2 groupes d'âge. Pour ceux qui suivent le site Facebook de notre AQDR, vous avez vu passer le lien pour vous inscrire et dire au gouvernement votre insatisfaction face à cette gestion créant 2 catégories de personnes âgées! Si vous n'êtes pas familier avec les pétitions en ligne, il existe des copies papier à plusieurs endroits et vous devez de soutenir l'impact que notre force démontre aux élus. Il fut un temps où le pouvoir « rose » était considéré comme un pouvoir très important. Maintenant c'est à nous, du pouvoir « gris », de prouver que ce n'est pas parce que l'on vieillit que l'on doit se laisser traiter comme des vauriens! Alors, SVP, exigez de meilleures conditions pour tous et toutes.

Diane Béland, Présidente

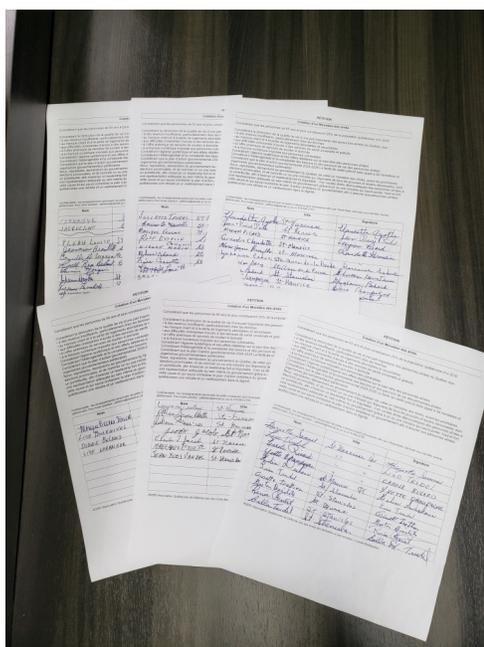
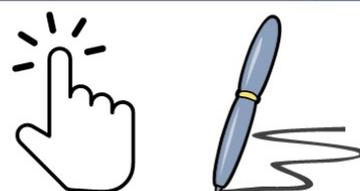


L'AQDR VOUS INVITE À FAIRE PRESSION SUR VOS GOUVERNEMENTS!

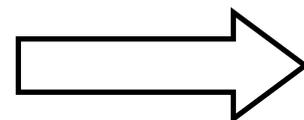
Vous aurez peut-être remarqué que, depuis la rentrée, les relais de pétitions se succèdent sur nos médias sociaux.

L'AQDR nationale adopte une approche active pour aider les retraité·es à relever les défis qui se présentent à eux. Association avec des plates-formes pour l'employabilité, manifestations, participation à des coalitions de défense des droits et campagnes pour mettre de la pression sur les paliers de gouvernements sont au menu.

Au fédéral, nous avons appuyé la démarche du député libéral de la Colombie britannique, Ken Hardie, qui demandait à son gouvernement d'augmenter le revenu de base des personnes âgées, c'est-à-dire le Supplément de Revenu Garanti (SRG), pour qu'il soit supérieur au seuil de pauvreté. Nous avons également appuyé les Bloquiste Félix Dupuis et Andréanne Larouche, de Shefford, pour modifier le projet de loi C-319 afin d'augmenter la Pension de la sécurité de la vieillesse de 10 % pour les 65 ans à 74 ans et d'augmenter le seuil de revenus possibles de 5 000 \$ à 6 500 \$ sans que cela ne nuise au calcul du Supplément du revenu garanti.



Au provincial, L'AQDR a initié des démarches pour la « *Création d'un ministère des Aînés avant les prochaines élections provinciales. Nous jugeons que considérant l'augmentation considérable de la proportion de la population de plus de 65 ans, et au vu de la diminution de sa qualité de vie, due à des revenus insuffisants, particulièrement chez les femmes, au manque criant et à la perte de logements abordables et sécuritaires, aux difficultés croissantes d'accès à des services de santé universels et gratuits, à l'offre anémique de services de soutien à*





domicile et à la fracture numérique imposée aux personnes vulnérables, ces enjeux requièrent plus qu'une attention ordinaire au sein des gouvernements présents et à venir. Nous croyons en l'importance du respect des droits démocratiques des personnes âgées à une représentation adéquate au sein même du gouvernement grâce à un ou une ministre ». (Tiré du texte de pétition de l'AQDR)

Soyons solidaires et faisons entendre nos voix!

Philippe Saint-Hilaire-Gravel, agent de communication



Rencontre des bénévoles

MERCI AUX TÉLÉPHONISTES!

Sept des neuf membres de l'équipe des téléphonistes se sont rencontrées, le temps de déguster café et collation au Café La Tribu de Saint-Maurice, le 9 septembre dernier.

Un rendez-vous amical qui a permis de faire davantage connaissance et d'échanger sur leur rôle. Un grand merci à Aline Béland qui s'est proposée de faire les appels pour les membres de Trois-Rivières. Lise Lamothe s'est aussi proposée pour rejoindre les membres de Saint-Luc-de-Vincennes mais s'est plutôt adjointe, dans les jours qui ont suivi, une nouvelle collaboratrice en la personne d'Huguette Dubois.



Vous aimeriez faire partie de cette équipe ? Les membres des municipalités de Batiscan et de Saint-Proper n'attendent que vous!

Contactez Lise Loranger, au 819 840-3090 ou aqdrdc@stegenevieve.ca

Merci à :

Cécile Bonenfant, Raymonde Poisson, Lise Lamothe, Lorraine Leduc, Marie-Ange Trudel, Monique Vanasse et Aline Béland.



Échos du CA

DEUX JOURNÉES BIEN REMPLIES

Le mois de septembre est un mois de rentrée pour tout, l'école, l'AQDR et tous les autres organismes qui nous font passer de bons moments. Pour nous, cette année, nous avons décidé de « retraiter » pendant un presque 48 heures.

Notre sprint a commencé un mardi matin vers 10 heures pour se poursuivre pendant la journée et la soirée et un mercredi pour un déjeuner, un dîner en commun jusqu'en fin d'après-midi. Nous avons beaucoup au menu, planifier les activités pour toute l'année, se répartir le travail en équipe de 2, trouver les idées et les suggestions reçues du CA ou encore de nos membres. Je crois que l'on a bien travaillé, et après mûres réflexions, je ne fais pas juste le croire, j'en suis convaincue!

Quand on est une jeune présidente, pas en âge mais en expérience, la remise en question vient facilement. Mais quand les semaines sont passées et que j'ai vraiment fait le bilan de tout ce que l'on a choisi pour vous, c'est un travail de Titan que toute l'équipe a fait.



Les dossiers du National pour rajeunir nos statuts et règlements ont été revus, corrigés et remis à notre équipe bienveillante de Montréal, là où siège notre président Pierre Lynch et toute son équipe. Nous avons aussi une revue à faire pour la mise à jour du manifeste et des revendications (cahier initial datant de 2017)

Ben voyons, c'est quoi ces 2 affaires là?? Ces 2 dossiers très importants pour nous de toutes AQDR confondues, ils sont notre colonne vertébrale et notre oxygène. C'est notre raison d'être, en défense de droits. Ces 2 documents que tous les AQDR de la province ont eu à regarder, explorer, réécrire en partie, vont aider l'AQDR Nationale a bien cerné toutes les batailles que nous aurons à livrer.



Comme je vous l'ai dit dans un article, sur une autre page : il est très important, quand vous entendez parler qu'une pétition pour les aînés circulent, de la signer, de vous joindre aux groupes de pression sur les gouvernements. C'est eux qui sont souvent nos pourvoyeurs à la retraite. Du revenu équitable, de la loi C-319 créant 2 catégories d'aînés ou de tout autre demande qui vont vous aider à continuer à bien vieillir, nos AQDR sont là pour vous défendre et ce n'est pas demain qu'ils cesseront de vous défendre. Alors, si l'occasion se présente, aidez-nous à vous supporter. Nous avons aussi lors de ces 2 journées fait une remise à jour de nos statuts et règlements. Des changements ont été apportés et bientôt, nous vous donnerons tous les détails pour ces changements.

Nous essayerons de tenir une conférence ou un atelier soit en déjeunant ou en dînant ensemble. Nos rencontres seront plus longues. Moi je m'en réjouis car ça me donne plus de temps pour apprendre à vous connaître!

Donc, deux grosses journées, une équipe bien soudée, décidée à travailler pour VOUS, membres de notre bel AQDR des Chenaux.

Diane Béland, Présidente



Il n'y a pas de chemin vers la paix, la paix est le chemin.

Mahatma Gandhi

Une douce pensée pour nos disparu-es



Marie Trudel Jacob, mère de René Jacob de Saint-Stanislas

Josette Duquette, sœur de Rella Duquette de Sainte-Geneviève-de-Batiscan

Jean-Guy Roy, frère de Françoise Roy de Champlain

Défense de droits

LE VIRAGE NUMÉRIQUE ET NOUS

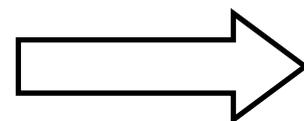
Aussi connu comme la dématérialisation des services, ce phénomène se concrétise par le remplacement des emplois du domaine des services par des interfaces intelligentes, ou pas! Pour plusieurs, cela ne facilite pas du tout la vie.

Le phénomène touche de plein fouet les droits aux services publics et de consommateurs des personnes peu alphabétisées et en situation de pauvreté, qui représentent respectivement 1 million et 1,4 millions de gens au Québec. Mais pas que: scolarisation des enfants, accès aux services de médecins, des rendez-vous, applications d'interfaces bancaires, tous les secteurs sont impactés. Au lieu d'avoir une personne au guichet ou au téléphone, on perd de plus en plus de temps à parler à des robots - pensons aux machines conversationnelles pour répondre aux questions en ligne - ou à choisir des options au téléphone.

À l'AQDR des Chenaux, nous avons dénoncé au début de l'année la décision de Desjardins de couper les points de service de la région. Et nous

craignons devoir nous battre pour maintenir l'accès aux commodités de base. Certains villages du Québec en sont à avoir des épicerias/dépanneurs sans contact ni caisse, avec les compagnies LIB service et AISLE24! Remarquez que c'est mieux que pas de service du tout... Mais cette tangente ne peut pas être prise sans mesures d'inclusion.

C'est aussi l'avis du RGPAQ, le Regroupement des groupes populaires en alphabétisation du Québec. Le Regroupement a lancé au printemps 2024





une vaste campagne nommée *Traversons l'Écran, pour un virage numérique humain*. Notamment en réponse à la volonté du gouvernement du Québec d'instaurer une Identité numérique dès 2025, qui constituera dans le futur le point d'entrée pour les services de l'État. Pour eux et elles,

[...] plusieurs drapeaux rouges devraient alerter le gouvernement sur la faisabilité de ce projet. Par exemple, en 2022, il a dû reculer sur le déplacement en ligne du carnet de réclamation des personnes bénéficiaires de l'aide sociale, à la suite de la forte mobilisation des groupes qui les soutiennent [...]. On se souvient aussi du lancement chaotique de la SAAQclic au printemps 2023, qui a révélé les ratés d'une transition numérique faite à la va-vite, sans prendre en compte la réalité de la population.

Extrait de la lettre ouverte du 8 septembre 2024, Pour que l'humain demeure au centre des services publics.

C'est donc dans ce cadre de mobilisation des groupes communautaires autonomes pour une plus grande inclusion, pour une défense collective de nos droits à être informé-es, pris-es en compte et adéquatement desservi-es, que l'AQDR des Chenaux partage ces réflexions. Nous croyons à la mission d'un État qui doit garantir l'accès à des services de qualité, pour toutes et tous. L'AQDR nationale a d'ailleurs signé la déclaration et les lettres ouvertes du RGPAQ. Ensemble, avançons pour une vision de la transition numérique qui ne laisse personne derrière et qui s'aligne aux besoins de l'ensemble de la population.

Philippe Saint-Hilaire-Gravel, Agent de communication



Manoir
DES DEUX RIVIÈRES

LE BONHEUR c'est d'y vivre!
Ambiance conviviale ♦ Sécurité ♦ Détente



Le **Manoir des deux rivières** est situé dans la municipalité de Saint-Stanislas. Il s'agit d'une coopérative d'habitation pour les personnes retraitées et du 3e âge, qui offre un milieu de vie agréable et sécuritaire.

Le **Manoir des deux rivières** met à la disposition des personnes autonomes ou en légère perte d'autonomie, de grands logements 4½ ou 3½, avec le service d'un repas par jour (le dîner) et est situé au centre du village, à proximité des services.

Pour plus d'information ou pour une visite : (418) 328-3209
manoirdeuxrivieres@gmail.com

Admissible au Programme de supplément au loyer offert par la Société d'habitation du Québec

Juridique et consommation**POUR CEUX QUI VOYAGENT L'HIVER, SI JAMAIS VOUS N'AVEZ PAS ACCÈS À LA REVUE PROTÉGEZ-VOUS, VOICI UN ARTICLE QUI POURRAIT VOUS INTÉRESSER.**

Texte repris Protégez-vous et La Presse

Près d'un million de Québécois peuvent réclamer un rabais de 7 % à l'achat de vols et de forfaits voyages chez la compagnie aérienne Sunwing, et ce, de manière illimitée pour les trois prochaines années. Les demandes de recours doivent être déposées d'ici le 4 novembre 2024.



L'affaire commence en 2017, alors que le passager Daniel MacDuff intente une action



collective contre Sunwing. Il accuse la compagnie d'avoir servi du vin mousseux, tandis qu'elle promettait un service de champagne dans ses publicités. Sunwing perd ses recours devant les tribunaux et est maintenant tenue responsable de dédommager ses client-es.

Cette entente établit donc un rabais de 7 % sur les forfaits tout inclus de Vacances Sunwing et sur les vols au départ de toute ville desservie par Sunwing au Québec, ainsi que la ville d'Ottawa. Vous pourrez en bénéficier si vous avez acheté un forfait voyage ou des billets d'avion Sunwing entre le 10 février 2014 et le 30 avril 2017 avec une offre incluant le mot « champagne ».

Comment réclamer le rabais ?

Pour accéder à cette offre, vous avez 60 jours pour vous inscrire sur le site reglement.sunwing.ca, la période d'inscription s'étalant du 4 septembre au 4 novembre 2024. « Il ne faut pas présenter de preuve d'achat, indique l'avocat. Tout ce qui est demandé aux gens, c'est leur nom, leur date de naissance et une adresse courriel. » Vous devrez également déclarer « sur l'honneur » avoir voyagé avec Sunwing durant la période concernée en plus d'avoir vu une représentation du service de champagne dans une publicité, sur un billet ou ailleurs. La compagnie aérienne vérifiera par la suite dans ses données que vous avez bel et bien voyagé à bord d'un de ses vols.

Le rabais ne s'applique qu'aux réservations effectuées directement sur le site de Sunwing.



Suivi des activités

UN BEL AVANT-MIDI DE SEPTEMBRE

En ce 17 septembre 2024 se tenait notre première activité de la saison 2024-2025.

Une rencontre avec Mathieu Massicotte de la Coopérative des ambulanciers de la Mauricie. Quel beau moment nous avons vécu, nous étions 75 à écouter, à questionner et à regarder la démonstration de l'utilisation d'un appareil de défibrillation cardiaque. Et moi ce que j'ai vu de plus beau, c'était des personnes qui ne s'étaient pas vues depuis le printemps dernier et qui se faisaient



l'accolade ou la bise, vraiment un très beau moment pour voir ces beaux bronzages, ces mines réjouies!

Comme d'habitude, quand on se pointe au Domaine de Joriane, tout est au rendez-vous, leur succulente bouffe à déjeuner, le magnifique endroit pour nous accueillir et le super service de la famille. C'était un bien bel avant-midi et je souhaite que tout au cours de l'année nous vivions des moments comme celui-là.

Merci à vous tous qui vous êtes joints à notre matinée de la rentrée et pour les autres, c'est dommage, vous avez manqué quelque chose! Mais c'est pas si grave, il y aura d'autres moments pour vous informer, nous donner votre opinion et nous appuyer dans nos luttes communes.

Moi j'y étais! Diane, votre présidente



Une question de mathématique...

Au restaurant, on peut se diviser l'addition mais on ne peut pas s'y soustraire, même si l'on multiplie les compliments.

Juridique

Pour protéger le portefeuille et le pouvoir d'achat des familles québécoises



AFFICHAGE DES PRIX DES ALIMENTS

- **Aliment taxable ou non** : de l'information à proximité du prix précisera si des taxes s'ajoutent ou non.
- **Prix membre** : la grosseur des caractères sera limitée par rapport à celle utilisée pour indiquer le prix pour les non-membres d'un programme de fidélisation.
- **Prix par unité de mesure** : le prix au poids ou au volume sera davantage normé et plus visible.
- **Achat multiple** : la grosseur des caractères sera limitée par rapport à celle utilisée pour indiquer le prix à l'unité, lorsque les articles peuvent être achetés séparément.

SUGGESTIONS DE POURBOIRE

- **Taxes exclues** : les pourboires proposés seront calculés sur le montant de la facture avant les taxes.
- **Choix du montant** : le consommateur pourra aisément fixer lui-même la somme ou choisir de ne pas laisser de pourboire.
- **Présentation** : les options offertes seront toutes aussi visibles les unes que les autres.

POLITIQUE D'EXACTITUDE DES PRIX

- En cas d'erreur de prix, un **article de 15 \$ et moins** sera **gratuit** et un rabais de 15 \$ sera offert sur un article de plus de 15 \$.

CARTES, MARGES ET AUTRES FORMES DE CRÉDIT VARIABLE

- **Frais d'adhésion et de renouvellement** : ils devront être inclus dans le taux de crédit (sauf pour les cartes de crédit).
- **Limite de crédit** : le commerçant ne pourra pas en accorder une plus grande que celle demandée par le consommateur.
- **Dépassement de la limite** : le consommateur sur le point d'atteindre sa limite de crédit en sera avisé.
- **Remboursement** : lorsqu'il y a plusieurs dettes à des taux différents, le versement du consommateur servira d'abord à rembourser la dette dont le taux est le plus élevé.

COMMERÇANTS ITINÉRANTS

- Toutes les activités relatives à un contrat concernant un **appareil de chauffage** ou de **climatisation** ou un **service de décontamination** ou d'**isolation** seront interdites, tout comme la **location** à long terme et le **financement** d'un bien ou d'un service.

« ÉQUITÉ NÉGATIVE » SUR LES VÉHICULES

- Le **transfert d'une dette** sur un nouveau contrat de financement ou de location automobile ne sera possible qu'à certaines conditions afin d'éviter le surendettement.

FRAUDE D'UNE CARTE DE DÉBIT OU D'UN COMPTE DE DÉPÔT

- La responsabilité du consommateur sera limitée à un **maximum de 50 \$** (sauf exceptions).

Juridique

SUIVI DE LA PAGE 14:

PROJET DE LOI 72 POUR MIEUX AFFIRMER LES LIMITES DE PROTECTION DE VOS ACHATS

La CAQ dépose un projet de loi qui touche l'Office de la protection du consommateur. Son but est de protéger le portefeuille et le pouvoir d'achat des familles québécoises.

Le projet de loi concernant *les pratiques commerciales abusives et visant à offrir une meilleure transparence en matière de prix et de crédit*. Les 7 volets principaux sont détaillés sur la page ci-contre.

Restez informé-es et si la loi est adoptée, vous serez en meilleure position pour reconnaître des fraudes et affirmer vos droits!



Formation

FORMATION INFORMATIQUE - INTERMÉDIAIRE**2 PLACES DISPONIBLES PAR GROUPE**

Pour faire suite aux formations pour débutants qui ont eu lieu l'an passé, une nouvelle session de cours plus avancés est offerte pour utiliser la tablette et le téléphone. Notez cependant qu'il y aura un coût minime de 20\$ pour la session de 7 rencontres.

Les formations se donneront à Sainte-Geneviève-de-Batiscan, à l'Immeuble multiservice.

**Tablette Apple - lundi après-midi de 13h à 16h -
dès lundi 21 octobre 2024**

**Tablette Androïde - mercredi après-midi, de 13h à 16h -
dès mercredi 16 octobre 2024**

INSCRIVEZ-VOUS LE PLUS TÔT POSSIBLE au 819 840-3090
ou aqdrdc@stegenevieve.ca

N.B. : Une fois que les groupes seront complétés, nous garderons les noms supplémentaires sur une liste d'attente.



AQDR nationale

EMPLOI RETRAITE : PRENDRE EN COMPTE LES BESOINS DES RETRAITÉ·ES

L'association entre la plate-forme, la Fédération des chambres de commerce du Québec (FCCQ) et l'AQDR permettra de mettre en valeur les offres de PME pour les retraité·es désirant se maintenir un pied dans le marché du travail, affirme Julie Dufresne, fondatrice d'Emploi Retraite. Seule entreprise sociale en Amérique du Nord spécialisée dans le maillage de candidat·es de 55 ans et plus avec des PME, la plate-forme numérique se veut un outil de mise en valeur des entreprises d'ici et des compétences des retraité·es. Selon Pierre Lynch, le partenariat s'est concrétisé autour de l'idée de la mise en valeur de l'expérience et de la prise en compte des facteurs socio-économiques liés à leurs candidatures.

« L'essentiel pour nous est de s'assurer que les personnes préretraitées et retraitées retournent au travail ou se maintiennent en emploi d'abord parce qu'elles le veulent et en sont capables. On a découvert chez EmploiRetraite.ca une réelle sensibilité à ces réalités, puisque les entreprises qui y affichent des postes ont un intérêt spécifique envers la contribution que les travailleurs expérimentés peuvent amener en milieu de travail ».

L'entreprise veut organiser plusieurs rencontres avec les chambres de commerce et les sections de l'AQDR cet hiver, afin de bien présenter sa philosophie de maillage. Il ne s'agirait pas d'inciter les retraité·es à retourner au travail à tout prix, mais bien de les accompagner pour trouver des contrats, postes à temps partiel, remplacements, etc., qui mettent en valeur leurs expériences. Les entreprises d'ici font face à un défi important de renouvellement de la main d'œuvre et les personnes qui se retirent du marché du travail ont les compétences nécessaires pour former, organiser et passer des connaissances. Un dossier à suivre! Si cela vous intéresse, il est toujours possible d'aller en ligne visiter [EmploiRetraite.ca](https://emploi-retraite.ca).



Philippe Saint-Hilaire-Gravel, Agent de communication

Place aux partenaires**GRAND RASSEMBLEMENT POUR CULTIVER NOTRE FILET SOCIAL!****17 octobre 2024 de 10h30 à 12h30 au Parc Lavolette à Trois-Rivières.***Reprise du texte de nos alliés-es de la campagne Engagez-vous pour le communautaire.*

Trop souvent invisibles et encore peu reconnus à leur juste valeur, les organismes communautaires autonomes travaillent sans relâche pour bâtir une société où les droits de toutes et tous sont pleinement respectés. Nous traversons actuellement une période où nous devons faire face à un grave déficit social, voire à une crise sociale: forte hausse du coût de la vie, crise du logement et augmentation de l'itinérance et de la pauvreté. La situation est exacerbée par les menaces de privatisation en santé et en production d'énergie. Il est temps de recoudre ensemble notre filet social. Il faut se donner les moyens de protéger nos acquis et de subvenir aux réels besoins de nos communautés. Nous nous mobilisons pour:

- ◇ Rehausser le financement à la mission des groupes communautaires : Alors que les besoins sur le terrain ne cessent de croître, unissons nos voix pour exiger un rehaussement du financement à notre mission, augmentant ainsi notre capacité d'agir au bénéfice de toute la société. Le renforcement de notre filet social passe nécessairement par l'amélioration de notre financement.
- ◇ Reconnaître le communautaire et son autonomie : Démontrer la force et la contribution essentielle du mouvement communautaire autonome au maintien et au renforcement du filet social. Ensemble, nous sommes plus fort.es ! Travaillons à être reconnu.es !
- ◇ Renforcer notre système public: éducation, santé et services sociaux, etc., bâtis grâce aux luttes sociales passées, sont continuellement fragilisés depuis les années 90. Dans le contexte actuel, le désengagement de l'État et la vague de privatisation sont des menaces directes à la cohésion sociale.



Recette

MUFFIN À LA CITROUILLE ET AUX DATTES

*PORTIONS 6

*PRÉPARATION 20 MIN

*CUISSON 35 MIN

Ingrédients

- 250 ml (1 tasse) de farine de blé entier
- 180 ml ($\frac{3}{4}$ tasse) de gruau rapide
- 7 ml (1 $\frac{1}{2}$ c. à thé) de poudre à pâte (levure chimique)
- 2,5 ml ($\frac{1}{2}$ c. à thé) de cannelle
- 2,5 ml ($\frac{1}{2}$ c. à thé) de muscade
- 1 pincée de sel
- 2 œufs
- 60 ml ($\frac{1}{4}$ tasse) de cassonade
- 250 ml (1 tasse) de purée de citrouille
- 2 carottes ou pommes, râpées
- 30 ml (2 c. à soupe) d'huile végétale
- 125 ml ($\frac{1}{2}$ tasse) de dattes, hachées

**Préparation**

1. Préchauffer le four à 180 °C (350 °F).
2. Dans un bol, mélanger la farine, le gruau, la poudre à pâte, la cannelle, la muscade et le sel. Réserver.
3. Dans un autre bol, battre au fouet les œufs, la cassonade, la purée de citrouille, les carottes râpées (ou les pommes) et l'huile.
4. Incorporer les ingrédients secs aux ingrédients humides. Ajouter les dattes et mélanger en évitant de trop brasser.
5. Répartir la pâte dans 6 moules à gros muffins et faire cuire au four pendant 35 minutes.
6. Si vous utilisez des moules à muffins plus petits (12 muffins), réduisez le temps de cuisson à 25 minutes.

Repris de: Montougo.ca



Saviez-vous que...

HISTOIRE DE L'ACTION DE GRÂCE

Contrairement à ce que l'on pourrait croire en raison de son appellation, la fête de l'Action de grâce est davantage une fête civile que religieuse.

En effet, ce n'est pas l'Église, mais bien le gouvernement canadien qui, en 1957, a décrété que lors du deuxième lundi du mois d'octobre, l'Action de grâce serait une fête nationale afin de « rendre grâce au Dieu tout-puissant des bienfaits dont jouit le Canada ».

L'Action de grâce est généralement soulignée lors de la messe du dimanche précédent la fête. « C'est plus une fête civile, mais on l'intègre. Il s'agit d'un moment de réflexion pour remercier Dieu des bienfaits de la nature », souligne un prêtre.

Origine

L'Action de grâce est célébrée pour la première fois de façon annuelle et officielle au Canada le 6 novembre 1879, bien que les peuples autochtones au Canada célébraient la récolte automnale bien avant l'arrivée des colons européens. Sir Martin Frobisher et son équipage sont les premiers Européens à célébrer l'Action de grâce en Amérique du Nord, en 1578. La tradition est rapidement imitée par les habitants de la Nouvelle-France sous l'autorité de Samuel de Champlain en 1606. Les célébrations s'accompagnent de la dinde, qui ne se trouve qu'en Amérique du Nord à l'époque. La courge et la citrouille, elles, sont introduites en Nouvelle-Écosse dans les années 1750. Il faudra attendre les années 1870 avant qu'elles soient mieux connues ailleurs sur le territoire canadien. En 1957, on décrète que l'Action de grâce sera célébrée tous les deuxièmes lundis du mois d'octobre. L'Action de grâce est un jour férié officiel partout au Canada, sauf à l'Île-du-Prince-Édouard, au Nouveau-Brunswick et en Nouvelle-Écosse.

Texte repris à partir du Journal de Montréal et de l'encyclopédie canadienne

SI TU VEUX VRAIMENT QUELQUE
CHOSE, TU TROUVES UNE SOLUTION.
SINON, TU CHERCHES UNE EXCUSE.

Emmanuel Pinda

Andrée-Anne Gobeil Inc.

Pharmacienne propriétaire
affiliée à Brunet

T. 418 325-2332

F. 418 325-3142

b5061laboratoire@brunet.ca

391, boulevard de Lanaudière,
Sainte-Anne-de-la-Pérade, QC G0X 2J0

Capsule linguistique

LES PARONYMES

Collaboration spéciale de Louise Dolbec

En français, il nous arrive très souvent de confondre certains mots. Ces mots se ressemblent car leur prononciation est très semblable et leur orthographe est également similaire. On les appelle les « paronymes ».

Voici 3 exemples de fautes entendues trop souvent :

1^{er} exemple : « Pauvre elle, elle est rendue au 2^e **stage** de la maladie! »

2^e exemple : « Le voleur est entré par **infraction** dans la maison. »

3^e exemple : « J'ai toujours eu peur des serpents **vénéneux**. »



Ce mois-ci, nous verrons la différence entre un « **stade** » et un « **stage** ».

Stade désigne un terrain aménagé pour la pratique de certains sports et le plus souvent entouré de gradins, de tribunes.

Stade désigne aussi chacune des périodes distinctes d'une maladie, et plus généralement, chacune des étapes distinctes d'une évolution, d'un phénomène.

1^{er} exemple : Il est essentiel de détecter et de traiter les cancers à un **stade** précoce.

2^e exemple : À un certain **stade** du développement, le nombre des neurones chez le fœtus est le double de celui que l'enfant aura à la naissance.

Stage a le sens de « période d'études pratiques exigées des candidats à l'exercice de certaines professions » ou de « période de formation ou de perfectionnement dans une entreprise ».

1^{er} exemple : On espère que, bientôt, les programmes d'études de médecine comporteront des **stages** obligatoires en soins palliatifs.



2^e exemple : Afin d'augmenter leur productivité, certaines entreprises investissent des sommes importantes dans les **stages** offerts à leurs employés.

Référence : *Office québécois de la langue française*



Prochaines activités

NOËL EN AUTOMNE

Pour une première fois, l'AQDR des Chenaux convie ses membres à une activité festive « Noël en automne! »

Avec la musique de Jocelyne Fillion, vous pourrez chanter, danser et vous amuser. Et qui sait, peut-être y aura-t-il un invité mystère qui se joindra au groupe en après-midi ?

DATE: Vendredi, 25 octobre 2024

Endroit: Salle municipale de Saint-Maurice (2431, rang St Jean)

11h30 : Accueil « punché »

12h00 : Dîner chaud du temps des fêtes préparé par Mario Boisvert

(vous pouvez apporter votre boisson)

Musique et surprises en après-midi

Coût 25\$/membres et 35\$/non membres



N'OUBLIEZ PAS de confirmer votre présence à votre téléphoniste lors de son appel
OU au bureau de l'AQDR des Chenaux : 819 840-3090 / aqdrdc@stegenevieve.ca

AVANT LE 18 octobre 2024.

Les organisatrices apprécieraient la participation de quelques bénévoles pour ...

- ⇒ Aider à décorer la salle et les tables;
- ⇒ Aider au service du punch à l'entrée;
- ⇒ Aider au service du repas si besoin;
- ⇒ Aider à démonter la salle en fin d'après-midi.

Si cela vous intéresse, le mentionner lorsque vous réserverez pour cette activité.

MERCI DE VOTRE COLLABORATION !

CAFÉ-RENCONTRE

Vendredi, 8 NOVEMBRE 2024

à 13h30

À l'Immeuble multiservice, Sainte-Genève-de-Batiscan



Dans le cadre de la semaine interculturelle qui se déroule du 4 au 10 novembre 2024, nous avons invité une de nos membres, Madeline Besson, originaire de la Suisse, à venir partager l'expérience de son arrivée au Canada.



Elle préparera aussi une recette de son pays pour la collation. Une très belle rencontre en perspective ! C'est gratuit.

CONFIRMEZ votre présence avant le 4 novembre - 25 places seulement.

FONDATION JULIETTE-M.-DUBOIS



Fondation
d'aide aux aînés
Juliette-M.-Dubois

Vous vous souvenez certainement que lors de notre dernière assemblée générale, à Saint-Luc-de-Vincennes, en juin dernier, nous avons demandé à ce que les gens demeurent en place après le dîner pour une petite rencontre sur l'avenir de la Fondation Juliette-M.-Dubois. Nous voulions avoir l'opinion des personnes présentes et savoir si certaines voulaient s'impliquer à la fondation pour la vivifier. Nous n'avons malheureusement pas eu de volontaires désirant s'impliquer.

Je ne sais pas si vous avez l'habitude de fréquenter la salle d'attente du CLSC? Il y a des capsules d'informations diffusées sur l'écran qui nous permettent d'apprendre à connaître encore mieux nos organismes. Notre directrice générale et celle du Centre d'action bénévole des Riverains ont une capsule commune pendant laquelle elles parlent de la fondation et de son engagement dans notre MRC. Moi qui étais franche partisane du fait de dissoudre la fondation à cause du manque d'engagement souhaite revenir sur ma position et désire que la fondation persiste dans le temps.

Cette fondation créée il y a longtemps, en 1987, a toujours supporté financièrement des initiatives favorisant le maintien à domicile : en soutenant, entre autres, des services de maintien à domicile offerts par les Centres d'action bénévole, Aide chez Soi, ou encore, de façon exceptionnelle, par un don à un organisme pour venir en aide à une personne qui vivait une situation pouvant affecter sa santé et à laquelle elle ne pouvait faire face momentanément.

C'est pourquoi, avec tout ce que nous vivons présentement, la fondation peut continuer à aider et à soutenir, en collaboration avec nos partenaires et en toute confidentialité.

C'est suite au visionnement de la capsule et aussi suite aux informations reçues que je me suis remise en question sur la décision de fermer la Fondation Juliette-M.-Dubois.

Je reviens donc vous interpeller pour que les personnes qui seraient intéressées à appuyer les membres du CA de la Fondation et ainsi permettre à celle-ci de survivre.

UNE ASSEMBLÉE GÉNÉRALE ANNUELLE

Se tiendra mardi, le 15 octobre 2024

À 10h, à l'Immeuble multiservice

44, chemin Rivière-à Veillet, Sainte-Geneviève-de-Batiscan

Les membres de la Fondation ont reçu, avec le présent bulletin En Action, une convocation pour cette assemblée pendant laquelle sera formé le nouveau conseil d'administration.

Cependant, tous les membres AQDR intéressés peuvent participer.

L'AQDR des Chenaux aidera cette fondation à tenir un événement bénéfique annuel pour refaire ses fonds et continuer à perdurer dans le temps! Nous ne dissoudrons pas la Fondation dans les prochains mois. Le CA qui sera formé continuera sa période de réflexion encore pour un moment.

Dans les prochains bulletins En Action, nous aurons une chronique qui vous informera de ce qu'est la Fondation car plusieurs, moi y compris, ne connaissent pas l'engagement de la Fondation Juliette-M.-Dubois. Les chroniques pourront répondre aux questions comme ... Qui est madame Dubois? pourquoi une fondation en son nom? qu'est-ce qui a été fait par la Fondation, justifiant sa création et sa continuité?

Alors faites comme moi, informez vous de tout ce qu'a été la Fondation d'hier à aujourd'hui et pensez à l'offre de devenir un·e bénévole hautement apprécié·e pour assurer la pérennité de cette dernière. Et merci à l'avance si votre réflexion vous fait devenir un membre de l'équipe dédié à la survie et à la remise sur le rail de la Fondation d'aide aux aînés Juliette-M.-Dubois.

Diane Béland



Téléphone : 819 840-3090
 Courriel : fondationjmd@stegenevieve.ca
 Adresse postale : 44 Rivière-à-Veillet
 Sainte-Geneviève-de-Batiscan, G0X 2R0

FONDATION D'AIDE AUX AÎNÉS
 JULIETTE-M.-DUBOIS

La Fondation a été créée en 1987 afin de répondre aux besoins des aînés de vouloir vivre et vieillir à domicile.
 Un don à la Fondation permet de soutenir concrètement les services offerts ...

Parce que vieillir à domicile, c'est tellement mieux !

L'ouvreuse du cinéma met en garde le couple qui est venu à la séance avec son bébé :

- Si l'enfant pleure, vous devrez quitter la salle. Bien sûr, on vous rembourse-ra !

Une demi-heure après le début du film, le mari se penche vers sa femme :

- Qu'en penses-tu ?

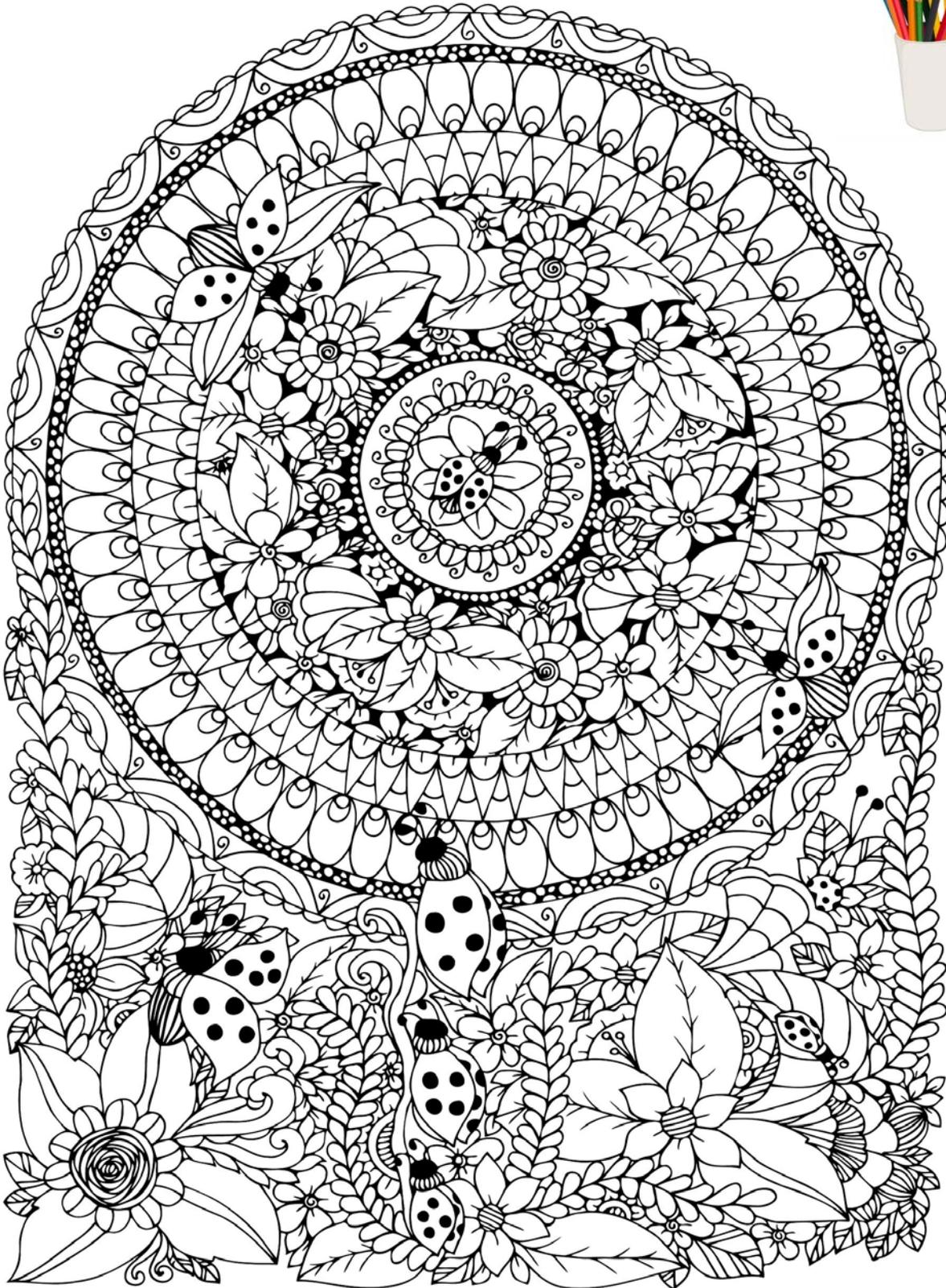
- Ce film est archinul !

- T'as raison, secoue donc le petit.



Vitalité intellectuelle

JEU DE PATIENCE À COLORIER: LE MANDALA





ÉNIGMES

Première énigme :

Le capitaine Frémont et le professeur Quantum jouaient aux échecs. Ils jouèrent sept parties; chacun gagna le même nombre de parties, il n'y a eu aucune partie nulle. Comment cela est-ce possible?



Deuxième énigme :

Quel mot du groupe B peut appartenir au groupe A?

- A) pape, rire, mettre, venir
- B) attacher, lier, tourner, tiare

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
I										
II										
III										
IV										
V										
VI										
VII										
VIII										
IX										
X										

MOTS CROISÉS

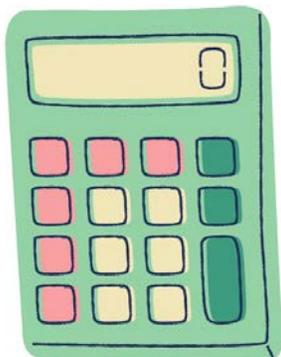
HORIZONTALEMENT

- I. Arbre des cours d'école. II. Perte de mémoire.
- III. Petit verre. Agence française pour la recherche.
- IV. Perfectionnées. V. Largeur. Jeu de construction.
- VI. Particule. Précède le colon. VII. Col rouge.
- Fruit...défenseur. VIII. Manière. Un cheval volant, ça vous laisse complètement médusé ! IX. Académie.
- Appétit pour la bonne chair. X. Bijoux. Condition.

VERTICALEMENT

- 1. Il a la folie des grandeurs. 2. Insécable. Serpenteaire.
- 3. Erre. Trousseau. 4. Petite voie. Ecot. 5. Qui s'y frotte s'y pique. On l'a sur le bout de langue. 6. Devant la Vierge. Têtes prêtes à exploser. 7. L'article de la mort.
- 8. Rein en capilotade. Variation. 9. Irlande. Armée secrète. 10. Eprouvent.

SUDOKU: JEU DE CALCUL



Moyen

4		5	9					1
			2		4	9	5	
		2		8			3	4
	5		4	2	9	7		
9								3
		4	5	3	7		6	
8	7			5		4		
	4	1	6		8			
5					2	1		6

ÉNIGMES - RÉPONSES

Première énigme: Ils ne jouaient pas ensemble.

Deuxième énigme : Le mot « *lier* » et tous les mots du groupe A peuvent être précédés du préfixe « *sou* » : *soupape*, *sourire*, *soumettre*, *souvenir* et *soulier*.

BLAGUES D'HALLOWEEN!

- ◆ Quel est le plat préféré des vampires?
- *Des croque-monsieur.*
- ◆ Que dit un vampire en quittant sa victime ?
- *Merci beau « cou » !*
- ◆ Que chante Dracula le jour d'Halloween ?
- *Boire un p'tit « cou » c'est agréable...*
- ◆ Une citrouille demande à une copine :
- Combien font 4+4 ?
- Je ne sais pas, lui répond son amie.
Alors la première lui dit :
- *T'es-tu au moins creusé la tête ?*



SOLUTIONS DU SUDOKU

4	6	5	9	7	3	8	2	1
3	1	8	2	6	4	9	5	7
7	9	2	1	8	5	6	3	4
6	5	3	4	2	9	7	1	8
9	2	7	8	1	6	5	4	3
1	8	4	5	3	7	2	6	9
8	7	6	3	5	1	4	9	2
2	4	1	6	9	8	3	7	5
5	3	9	7	4	2	1	8	6

SOLUTION DES MOTS CROISÉS

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
I	M	A	R	R	O	N	N	I	E	R
II	E	T	O	U	R	D	E	R	I	E
III	G	O	D	E	T		C	N	R	S
IV	A	M	E	L	I	O	R	E	E	S
V	L	E		L	E	G	O			E
VI	O		D	E		I	L	E	O	N
VII	M	A	O		A	V	O	C	A	T
VIII	A	R	T		P	E	G	A	S	E
IX	N	U		D	E	S	I	R		N
X	E	M	A	U	X		E	T	A	T

Mot mystère

À trouver: un mot de 5 lettres

Thème: HABITATION

- | | | |
|-------------|-----------|----------|
| ALLEGE | IMPOSTE | SONNETTE |
| ANTE | INTERIEUR | STORE |
| APPARTEMENT | ISBA | TAPIS |
| ARMOIRE | LARMIER | TENTE |
| CAVERNE | LATTE | TERRASSE |
| CELLIER | MAISON | TOITURE |
| COMMODE | MEMBRON | TRAVEE |
| DERRIERE | MOULURE | TRULLO |
| DOMICILE | NOUE | TRUMEAU |
| ECHÉLETTE | NOULET | VERANDA |
| ECHELLE | ORBE | VOUTE |
| ECHIFFRE | PLANCHER | |
| EMBRASURE | REDUIT | |
| ERMITAGE | REMISE | |
| ESCALIER | RIDEAU | |
| EVIER | ROULOTTE | |
| FARE | RURALE | |
| GACHE | RUSTIQUE | |
| HEURTOIR | SERRURE | |



CONCOURS EN ACTION

Septembre 2024 - Solution : gouvernante* La personne gagnante: Nicole Bouchard de Saint-Stanislas

Participez et courez la chance de gagner 10\$.

Le tirage au sort est fait devant les membres des comités ou du Conseil d'administration.



Vous avez jusqu'au 20 octobre 2024 pour nous faire parvenir votre coupon de participation

Par courriel à : aqdrdc@stegenevieve.ca **OU** en personne **OU** par la poste à :

Concours En Action, AQDR des Chenaux, 44 Rivière-à-Vellet, Sainte-Genève-de-Batiscan, G0X 2R0

Nom : _____ Numéro de membre : _____

Adresse : _____

Ville : _____ Code postal : _____

RÉPONSE DU MOT MYSTÈRE :

Merci à nos précieux partenaires



Sonia
LEBEL
DÉPUTÉE DE CHAMPLAIN

ASSEMBLÉE NATIONALE DU QUÉBEC

819 694-4600
sonia.lebel.chmp@assnat.qc.ca



François-Philippe
Champagne
Député de Saint-Maurice–Champlain

Shawinigan
632, av. de Grand-Mère, bur. 1
Shawinigan (Québec) G9T 2H5
Tél. : 819 538-5291
Télec. : 819 538-7624

CHAMBRE DES COMMUNES
RÉGION DE CHAMPLAIN
CANADA



FIER PARTENAIRE DE NOTRE MILIEU

Siège social
400, rue Notre-Dame
Saint-Tite (Québec) GOX 3H0
418 365-7591 | 1 866 365-7591

www.desjardins.com/
caissedemekinac-deschenaux

 **Desjardins**
Caisse de Mékinac-Des Chenaux



Notre entreprise de service
de maintien à domicile

*Chez moi
pour la vie!*

418 362-3275
Pour une évaluation gratuite
soutien@stegenevieve.ca

Entretien ménager | Soins à la personne | Répit Accompagnement



DIVERSES RESSOURCES

Info santé : 811

CLSC Sainte-Geneviève: 418-362-2727

Centre antipoison du Québec: 1 800 463-5060 (Ligne téléphonique d'urgence 24 heures par jour, 365 jours par année.)

Ligne Info-Aînés Mauricie : 819-533-5417

Ligne Aide Abus Aînés : 1 888 489-ABUS (2287) (sans frais)

Centre d'assistance et d'accompagnement aux plaintes (CAAP) Mauricie et Centre du Québec: 819 537-3911 ou 1 877 767-2227 (sans frais)