

Année 2019

13 février



Dans ce numéro :

Mobilisations régionales	2
Service aux membres de la CDC	3
Clinique d'impôt	3
Recherche sur les besoins d'évaluation	4
Boîtes économiques	5
Atelier-Soc. Alzheimer	6
Invitation SPVM	7
Rencontre-Les Petits Frères	7
Les RDV BÉNÉFIQUES	8
REER ou CELI	8
Programmation-Le temps d'une pause	9
Activités Aînés CFHI	9
Activité Rés. Lionel-Bourdon	10
Informations du Phare	10



Fraude au nom de l'Agence du revenu du Canada (ARC)

Spécialement durant la période des impôts (mais pas inclusivement), nous vous invitons à faire preuve de vigilance afin de ne pas tomber dans le piège des arnaqueurs qui prétendent être des représentants de l'Agence du revenu du Canada (ARC).

Ces fraudeurs utilisent souvent les deux mêmes approches. Ils se font passer pour des représentants de ces agences par téléphone ou par courriel. Ils tentent d'obtenir par hameçonnage (faux site Internet ou faux liens à cliquer) des renseignements personnels pour un remboursement par carte de crédit ou de débit prépayée ou encore via le compte bancaire. Lorsque les fraudeurs demandent à ce que des montants soient payés, ils demandent que cela soit fait par l'achat de cartes iTunes ou de Bitcoin par exemple.

Les deux stratagèmes utilisés

Les personnes reçoivent un appel, un message texte ou un courriel leur disant qu'elles ont droit à un remboursement et que pour l'obtenir, elles doivent fournir des renseignements personnels.

Les personnes reçoivent un appel ou un courriel les informant qu'une vérification a révélé qu'elles ont des impôts non payés. On leur indique qu'elles doivent effectuer le paiement immédiatement pour éviter d'avoir à payer une amende ou qu'elles doivent rembourser le montant dans les plus brefs délais pour éviter de faire l'objet d'un mandat d'arrestation.

Les fraudeurs se font parfois passer pour des policiers du Service de police de la Ville de Montréal (SPVM), de la Sûreté du Québec (SQ) ou de la Gendarmerie royale du Canada (GRC).

CONSEILS DE PRÉVENTION

L'ARC ne demande jamais de renseignements personnels par courriel. Si vous êtes sollicité de cette manière, ne répondez pas et ne cliquez pas sur les liens contenus dans ces courriels. **En aucun temps l'ARC ne vous menacera de mesures de rétention telle une arrestation par exemple.**

Ne vous fiez pas systématiquement à ce qui est écrit sur l'afficheur de votre téléphone ou sur le logo des agences du revenu dans un courriel pour confirmer l'authenticité de votre interlocuteur. Il existe, par exemple, des logiciels qui permettent de modifier le vrai numéro d'appel.

Au moindre doute, vérifiez d'abord l'authenticité d'un appel avant de divulguer des informations personnelles ou transférer ou donner de l'argent. Pour ce faire raccrochez et recherchez le numéro de revenu Canada sur votre rapport d'impôt et contactez les.



HEBDO

La justice sociale, la démocratie, l'autonomie, l'équité, la lutte à la pauvreté et à l'exclusion sociale ainsi que la prise en charge du milieu sont quelques-unes des valeurs prônées par la Corporation.



20 février: Rassemblement et marche pour la justice sociale

À Montréal, nous nous réunissons à 11h30 au Square-Victoria (coin McGill et St-Jacques)

La **Coalition Main rouge**, en collaboration avec la campagne **Engagez-vous pour le communautaire**, organise une importante mobilisation unitaire et nationale dans plusieurs régions du Québec pour exiger un réinvestissement important dans :

- * Les programmes sociaux
- * Les services publics
- * L'action communautaire autonome

Inscriptions...

Merci de nous aider à planifier l'événement en **vous inscrivant** et en nous indiquant combien de personnes de votre groupe seront présentes : <https://goo.gl/forms/2LDpZMEqu9cn9ji92>

Le rassemblement et la marche seront accessibles aux personnes en situation de handicap ou à mobilité réduite

Évènement Facebook: <https://www.facebook.com/events/759902634383762/>

Informations:

<http://engagezvousaca.org/2019/01/29/20-fevrier-2019-journee-mondiale-de-la-justice-sociale-les-mobilisations-regionales/>

<http://nonauxhausses.org/mobilisations-unitaires-liste/>

Aux membres de la CDC RDP

L'Annuaire des Subventions au Québec 2019 est disponible à votre CDC en format PDF.

Contactez nous pour plus d'information.



CLINIQUE D'IMPÔT BÉNÉVOLE

Afin de venir en aide aux personnes à faible revenu qui habitent l'île de Montréal

Du 4 mars au 15 avril 2019
Du lundi au jeudi de 9h30 à 12h30

Contribution suggérée : 5\$ par personne

Critères d'admissibilité selon les revenus maximaux établis par l'A.R.C.

Personne seule.....	25 000\$
Un couple.....	30 000\$
Chaque personne à charge..... supplémentaire	2 000\$
Un adulte avec enfant.....	30 000\$
Chaque personne à charge..... supplémentaire	2 000\$

Les revenus de placement, comme les intérêts et les dividendes, ne doivent pas dépasser 1 000\$ dans tous les cas.

Les déclarations de revenus des personnes suivantes ne pourront pas être remplies :
 les personnes décédées, en faillite, ayant des gains ou des pertes en capital, ayant un revenu de travail indépendant ou de location, ou encore ayant des dépenses d'emploi



9140, boulevard Perras
 Montréal, QC
 H1E 7E4
 info@benevolatrdp.ca

**Vous pouvez recevoir
 l'HEBDO par courriel ou
 le consulter en ligne au
www.cdcrdp.org**

RECHERCHE SUR LES BESOINS EN MATIÈRE D'(AUTO) ÉVALUATION *PAR ET POUR* LE MILIEU COMMUNAUTAIRE DU QUÉBEC

Les organismes communautaires du Québec sont des acteurs indispensables pour faire avancer la cause de l'équité à l'échelle locale, régionale et provinciale. Dans cette recherche, nous souhaitons documenter les connaissances, les perceptions et les besoins exprimés par différents acteurs du milieu communautaire québécois en matière d'évaluation.

Quoi ? Comprendre les facteurs qui influencent les capacités du milieu à utiliser l'évaluation. L'évaluation, pour cette recherche, réfère aux démarches planifiées, structurées et réalisées par et pour un organisme dans le but de réfléchir à ses actions pour des fins d'apprentissage ou de prise de décision. Il ne s'agit pas d'évaluations réalisées pour les bailleurs de fonds selon leurs préoccupations.

Qui ? Nous sommes à la recherche de personnes qui travaillent ou qui s'impliquent actuellement dans un organisme communautaire du Québec : membres du conseil d'administration, coordonnatrices ou coordonnateurs, intervenant(e)s, directrices ou directeurs, travailleuses ou travailleurs, etc.

Comment ? Votre contribution consiste à remplir un questionnaire en ligne d'une durée d'environ 15-20 minutes. Tous les renseignements recueillis au cours du projet de recherche demeureront confidentiels. N'hésitez pas à partager cette invitation avec vos collègues du communautaire.

Pourquoi ? Les données serviront à développer des initiatives pour accompagner les organismes dans l'évaluation de leurs actions.

Quand ? Le questionnaire est en ligne dès maintenant. La date limite pour remplir le questionnaire est le 28 février 2019.

Vous souhaitez participer à cette recherche? Veuillez simplement cliquer sur le lien ci-dessous pour accéder au questionnaire.

=> [https://fr.surveymonkey.ca/r/
EvalAction](https://fr.surveymonkey.ca/r/EvalAction) <=

Cette recherche doctorale en santé des populations a reçu l'approbation éthique du comité d'éthique en sciences de la santé et sciences de l'Université d'Ottawa et est financée par les Fonds de Recherche en Santé du Québec. D'autres questions ? N'hésitez pas à me contacter : David Buetti, dbuet075@uottawa.ca.

N'oubliez pas de faire parvenir vos articles à publier avant le mardi midi!

soutien@cdcrdp.org



Les boîtes économiques de fruits et légumes

À la fruiterie du Sésame, les fruits et les légumes sont toujours de première qualité et à meilleur prix que partout ailleurs !

Mais il y a moyen de payer encore moins cher,
Pour la même qualité !

Deux fois par mois, le Sésame met à la disposition du public son service de paniers économiques !

Pour en profiter, rien de plus simple !

Commandez et payez votre boîte une semaine d'avance et venez la chercher le jeudi suivant !

Informez-vous auprès de votre point de chute pour connaître l'horaire de la distribution



Petite 8\$
Moyenne 12\$
Grande 18\$

Vous économiserez ainsi de
25% à 40%
sur les mêmes items achetés
dans les grandes chaînes !

Votre point de chute



Maison de la famille
Cœur à Rivière
514-494-6555



Vous pouvez recevoir
l'HEBDO par courriel ou
le consulter en ligne au
www.cdcrdp.org



**Boîtes économiques
Calendrier 2018-2019**

Date limite pour payer, Jeudi avant 17h	Distribution le jeudi entre 14h et 18h
13 septembre	20 septembre
27 septembre	4 octobre
11 octobre	18 octobre
25 octobre	1 novembre
8 novembre	15 novembre
22 novembre	29 novembre
6 décembre	13 décembre
10 janvier	17 janvier
24 janvier	31 janvier
7 février	14 février
21 février	28 février
7 mars	14 mars
21 mars	28 mars
4 avril	11 avril
18 avril	25 avril
2 mai	9 mai
16 mai	23 mai
30 mai	6 juin
13 juin	20 juin

Pour éviter tout désagrément, dans la mesure du possible, respectez l'horaire ou, si vous avez un contretemps, demandez à un proche de venir la récupérer pour vous !

Suivez nous sur Facebook au
[Facebook/sesamemercierest](https://www.facebook.com/sesamemercierest)
ou
www.lesesame.org

Pour information contactez votre point de chute au
Maison de la famille Cœur à Rivière
514-494-6555





Centraide
du Grand Montréal

Agence de la santé
et des services sociaux
de Montréal

Québec
Direction de santé publique

L'ŒUVRE
LÉGER

Pour la dignité humaine
au Québec et dans le monde



Fondation du Grand Montréal
Unis pour rassembler à la communauté

La fondation de la famille
J.W. McConnell

Maison
Horizons-Maisonville
Montréal

Solidarité
MERCIER-EST

Québec
ENFORME

Maison
Sibylla
Héroux

Emploi
Québec

WWW.LESESAME.ORG
Facebook/sesamemercierest



Les boîtes économiques
de fruits et légumes



ATELIERS POUR INTERVENANTS DE LA SANTÉ

FORMATION DE BASE (MODULES DE 4 HEURES)

MODULE 1

COMPRENDRE LA MALADIE D'ALZHEIMER ET LES MALADIES APPARENTÉES

Un aperçu clinique de la maladie d'Alzheimer axé sur l'approche centrée sur la personne.

MODULE 2

EMPREINTES DE MÉMOIRE

Une formation interactive pour mieux comprendre l'expérience vécue par la personne atteinte.

MODULE 3

COMMUNICATION EN ACTION

Un regard sur les changements dans la communication et une introduction aux techniques et stratégies permettant d'améliorer la qualité de vie de la personne atteinte.

MODULE 4

LA MALADIE D'ALZHEIMER AU QUOTIDIEN — ROUTINE ET ACTIVITÉS

Une présentation des stratégies d'intervention à maîtriser pour satisfaire les besoins spécifiques des personnes atteintes.

COÛT : 60 \$ par module.

Tarifs spéciaux sont disponibles pour les groupes. Un certificat sera remis aux participants qui ont complété les quatre premiers modules.

MODULE 5

INTIMITÉ, SEXUALITÉ ET TROUBLES COGNITIFS

Un atelier qui explore en profondeur les besoins humains d'intimité, d'amour et de sexualité des personnes atteintes de troubles cognitifs.

Cet atelier nécessite des conditions préalables.

Formation
avancée

CALENDRIER — MODULE 5

Jeucl | 13 h à 17 h

14 février | FRANÇAIS

28 février | ANGLAIS

N'oubliez pas de faire parvenir vos articles à publier avant le mardi midi!

soutien@cdcrdp.org

Pour obtenir plus d'informations et vous inscrire aux ateliers et formations proposés, communiquez avec Teresa Anuza, coordonnatrice des services éducatifs :

514 369-0800, poste 1211 | tanuza@alzheimermontreal.ca

INVITATION

En collaboration avec la GRC, le PDQ45 vous invite à une présentation sur les drogues et nouvelles tendances qui dresse un portrait actuel de la réalité québécoise en matière de consommation. Les thèmes abordés permettront aux participants de mieux comprendre et identifier les différentes substances retrouvées en ce moment sur le marché ainsi qu'à démystifier plusieurs mythes. Nous aborderons également, les différentes catégories de substances, leurs compositions et leurs modes de fabrication. Les principaux effets, risques et méfaits liés à leur consommation seront expliqués et vulgarisés. Nous parlerons également de la nouvelle loi sur la légalisation du cannabis.



Date: 13 mars

Heure: 9h00 à 12h00

Lieu: Centre communautaire RDP situé au 9140 Perras, RDP

Veuillez confirmer votre présence ainsi que le nombre de participant pour votre organisation.

karine.parent@spvm.qc.ca



La grande famille
des personnes
âgées seules

RENCONTRE POUR LES NOUVEAUX BÉNÉVOLES!

- 1** Vous voulez vous impliquer à la grande famille des Petits Frères?
- 2** Vous avez envie de donner un sens à la vie des personnes âgées? Vous êtes débrouillard-e, patient-e et doté-e d'un bon sens de l'humour?.
- 3** Vous aimeriez offrir amitié, tendresse, réconfort aux Aînés et les tendre la main? Vous recherchez un bénévolat flexible qui convient à votre horaire?

La mission des Petits Frères est d'accueillir et d'accompagner les personnes seules du grand âge, afin de contrer leur isolement, en créant autour d'elles une famille engagée et fidèle jusqu'à la fin de leur vie.

Venez découvrir notre univers à cette rencontre, où vous en saurez davantage sur l'organisme! Les Petits Frères ont besoin de personnes dynamiques comme vous, pour visiter nos Vieux-Amis. Nous sommes en recrutement de bénévoles pour les activités, pour des visites ponctuels et pour des visites d'amitiés.

Les rencontres sont:

28 février 18h
28 mars 18h
2 mai 18h

**Vous pouvez recevoir
l'HEBDO par courriel ou
le consulter en ligne au
www.cdcrdp.org**

Pour réserver votre place contacter Amélie Fournier,
coordonnatrice d'équipe de la Pointe de l'Île (RDP et PAT) 514-787-1452

N'oubliez pas de faire parvenir vos articles à publier avant le mardi midi!
soutien@cdcrdp.org



LES RDV BÉNÉFIQUES DÎNERS & DÉCOUVERTES

DATES : LES LUNDIS 25 FEVRIER, 25 MARS, 29 AVRIL ET 27 MAI 2019
HEURE : 11H30
LIEU : CENTRE COMMUNAUTAIRE DE RIVIÈRE-DES-PRAIRIES
9140 BOUL. PERRAS, H1E 7E4 (SALLE DES TOUT PETITS)

ANIMÉE PAR UN BÉNÉVOLE DU CAB RDP, CETTE ACTIVITÉ, DONT IL EST L'INITIATEUR, PROPOSE DIFFÉRENTES THÉMATIQUES SUR LA SANTÉ, LE BIEN-ÊTRE ET LES SAINES HABITUDES DE VIE À CHAQUE DÎNER. CETTE SAISON NOUS ABORDERONS LA SANTÉ MENTALE, LE BÉNÉVOLAT, L'ENVIRONNEMENT ET L'ACTIVITÉ PHYSIQUE CHEZ LES AÎNÉS :

AU MENU

- ❖ REPAS SANTÉ 3 SERVICES, À LA TABLE
- ❖ EXPOSÉS INTERACTIFS
- ❖ DÉCOUVERTES D'OPPORTUNITÉS D'IMPLICATION
- ❖ INVITÉS SPÉCIAUX

GRATUIT

INSCRIPTION OBLIGATOIRE

CONTRIBUTION SUGGÉRÉE : 3\$

514-648-2323
coordination@benevolatrdp.ca

VOS DONNS SERONT VERSÉS AU DÉPANNAGE DES FÊTES



REER
OU
CELI ?

CELI ou REER? Comment prendre la bonne décision?
Pour mieux comprendre la différence: [cliquer ici](#)

[PROGRAMMATION D'HIVER 2019]

ATELIERS ET CONFÉRENCES
**PROGRAMMATION
HIVER 2019***Ensemble pour vous
et votre proche!*

Le Temps d'une Pause

ALZHEIMER ET
MALADIES APPARENTÉES7400, boulevard Saint-Michel
Montréal QC H2A 2Z8514 722-3000 poste 3036
www.tempsdunepause.orgLien direct vers la
programmation : [ICI](#)**CENTRE DE LA FAMILLE HATTIENNE ET INTERCULTUREL DE RDP**Local centre récréatif de Rivière-des-Prairies
7650 Boul. Maurice-Duplessis, Montréal H1E 7R8
Téléphone : 514-643-1333 | Télécopieur : 514-221-2270
Courriel : ldirectioncfhi@hotmail.com**Local à disposition des aînés**

Activités libres:
échanges et
discussion,
musique et danse,
visionnage de
films, jeux de
société (dominos,
cartes, etc.)
Quand? 2^e et 4^e
jeudis de chaque
mois de 14h à
16h30

**Activités libres pour aînés**DU 10 JANVIER 2019 AU 27 JUIN 2019 de 14h à 16h30
Salle culturelle du centre récréatif de RDP

	JANVIER	FÉVRIER	MARS	AVRIL	MAI	JUIN
2^e Jeudi du mois 14H À 16H30	10 janvier 2019	14 février 2019	14 mars 2019	11 avril 2019	9 mai 2019	13 juin 2019
4^e Jeudi du mois 14H À 16H30	24 janvier 2019	28 février 2019	28 mars 2019	25 avril 2019	23 mai 2019	27 juin 2019

Notez bien ces dates : 14 mars 2019 - Atelier de danse
11 avril 2019 - Invité - Bernard Parent, Tel-écoute Tel-aînés
25 avril 2019 à 10h - Séance d'information sur les programmes de Service Canada pour les aînés

9140.boul. Perras
Montréal (Québec) H1E 7E4

Téléphone : 514-494-8883
Télécopie : 514-648-7945
Messagerie : soutien@cdcrdp.org

Venez échanger avec nous sur le web via notre page
Facebook <https://bit.ly/2PZbQx8>

Chaque jour, ou presque, nous tâchons de vous informer sur
divers sujets d'actualités ou qui vous préoccupent.

RETROUVEZ NOUS SUR LE WEB
AU WWW.CDCRDP.ORG

Dites nous ce que vous pensez des articles que nous trouvons
pour vous et vous serez peut-être le prochain collaborateur de
notre Hebdo

Le Centre de promotion communautaire le Phare
vous informe

Cours de francisation pour débutants

Le Centre de promotion communautaire Le Phare prend présentement des inscriptions pour un cours de francisation*, niveau débutant. Les inscriptions se terminent le 7 mars 2019. La prochaine session commence le 1er avril 2019 et se termine le 16 juin 2019.

*minimum de 20 inscriptions requis

Pour plus d'information, veuillez contacter Suzie Desjardins au 514.494.0434.

Le Phare a dorénavant une nouvelle adresse: nos nouveaux locaux sont situés au : 7890 rue Jacques-Rousseau app.1, Montréal (QC), H1E 1J3

Nos coordonnées restent telles quelles, soient:

- Notre numéro de téléphone: 514.494.0434
- Notre numéro de télécopieur: 514.494.0838

Notre adresse courriel : info@lephare.ca

Notre site internet: www.ocflephare.com

Nous nous excusons pour les inconvénients causés par notre déménagement. Merci pour votre patience et votre compréhension !



"LES CHANSONS D'HIER À AUJOURD'HUI"

**VOUS AIMEZ CHANTER EN BONNE COMPAGNIE
& DANS UNE AMBIANCE CHALEUREUSE?
VENEZ VOUS JOINDRE À NOUS!**

- ACCOMPAGNEMENT AU PIANO
- RÉPERTOIRE DE MUSIQUE RICHE ET DIVERSIFIÉ, DE TOUTES LES ÉPOQUES
- TOUTES LES VOIX SONT ACCEPTÉES!

BIENVENUE À TOUS!
GRATUIT!
PLAISIR GARANTI!
APPORTEZ UN(E) AMI(E)!

LIEU: Résidence Lionel-Bourdon
12100 Boul. Rodolphe-Forget,
Montréal, Qc, H1E 7S2

DATE: Les mercredis 27 février,
13 mars, 27 mars, 10 avril, 24
avril, 8 mai, 22 mai

HEURE: 14H30 À 16H

INFORMATION: 514-648-2323

LES RÉSIDENCES
ENHARMONIE
811^e municipalité d'habitation de Montréal
Bien-venir à Montréal

CENTRE D'ACTION COMMUNICATIVE
RIVIÈRE-DES-PRAIRIES