

INFOLETTRE

ANRF - Section de Québec

INDEX DES SUJETS

- Mot du Président
- Merci Edna Richer, coordonnatrice
- Cotisations, retenues à la source
- Besoin de bénévoles
- STROM spa nordique
- Activités sociales de la Section
- Rapport de Ghislain Lavoie, Saguenay-Lac-Saint-Jean
- Rapport de Bruno Beaulieu, Bas-Saint-Laurent-Gaspésie
- On profite de l'été, mais...
- Horaire estival du bureau
- Les membres du comité des communications
- Prochaine infolettre, 15 septembre 2020

Message du président

Chers membres,

Un été 2020 différent!

La Section s'est adaptée aux consignes sanitaires strictes sans manquer de vous tenir informés!

Le 2 juin nous avons offert une Conférence virtuelle sur comment « Tirez avantage de la situation en période d'insécurité » par Guy Lefebvre qui nous a donné des consignes sur le comment vivre mieux et en santé en ce temps de confinement.

Le 18 juin dernier, vus, les démissions des deux séniors du CA Serge Boisseau et Gilles Chevalier qui ont décidé de ne pas se représenter, René Grenier et Germain Boivin ont été nommés. Micheline Lefrançois et Ghislain Lavoie poursuivent leurs mandats jusqu'à la prochaine assemblée générale.

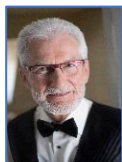
Mes amis, nous disons donc *au revoir* à Gilles Chevalier, trésorier et impliqué sous plusieurs formes depuis 18 ans. Pour nous, c'est un pionnier qui tire sa révérence... un fier médaillé 2017 du Lieutenant-gouverneur du Québec.

Nous quitte aussi Serge Boisseau, 1^{er} vice-président durant la dernière année et vice-président depuis 6 ans, recruteur devant l'Éternel, maître de cérémonie pour nos réunions, bénévole sur le recrutement dans les quartiers du national à Ottawa, Prix national de la collaboration 2017. C'est à Serge que nous devons l'étincelle qui a allumé l'idée de la Conférence à succès de Me Jean-Pierre Ménard sur *l'Aide médicale à mourir* en 2016.

Gilles et Serge se joignent à Yves Bouchard et deviennent tous les trois conseillers du CA. Je vous invite à consulter ce lien pour connaître vos membres du Conseil d'administration [lien](#)

Merci au comité des communications qui prend une pause estivale bien méritée. L'infolettre sera de retour en septembre. N'hésitez pas à nous joindre quand même. Virtuellement nous sommes toujours là!

Bonne fête du Canada ! Bon été !



Le président,
Jean-Marc Demers



Merci beaucoup Edna, pour ta précieuse collaboration !

Edna Richer, Coordonnatrice,
Section de Québec

La pandémie des derniers mois nous a tous pris par surprise, voire déconcertés et plutôt inquiétés, surtout pour nos aînés, les plus touchés par cet envahisseur. Notre coordonnatrice Edna Richer n'a rien ménagé pour maintenir la transparence des services du bureau durant les trois derniers mois. L'accès au bureau étant impossible (notre bureau étant un édifice où il y avait une éclosion pandémique). Comme pour d'autres, le temps de confinement a bouleversé son travail.

Edna a mis l'épaule à la roue et a déménagé nos activités dans sa résidence: transfert d'appels, réacheminement de courrier, organisation des nombreuses rencontres ZOOM, dépôt de documents à nos portes ou à sa porte et bien plus encore. Tout au rythme d'internet plutôt que celui de Poste Canada!

Edna a été disponible 7 jours sur 7 sans égard à l'horaire habituel. Avec cette souplesse et l'addition de la technologie Zoom maintenue en ordre par Edna, la section n'a pas été immobile pour un instant! Rencontres, assemblées, CA et Exécutif, courriels, téléphones!

Avec cet outil de l'heure et Edna aux commandes, les membres qui nous ont fourni une adresse courriel n'ont pas senti une baisse de communication; café-conférence du 2 juin, assemblée du 18 juin, Conseils d'administration, rencontres de travail, concert virtuel de violon classique le 2 juillet.

Merci beaucoup, Edna, pour ce soutien constant et ton dévouement envers la Section depuis 2011.

Micheline Lefrançois



Passez aux Retenues des Cotisations à la Source (RCS) et épargnez!

Un moyen simple et pratique pour payer ou renouveler votre cotisation annuelle. Une option de paiement qui vous fait épargner.

Pour d'informations, [suivre ce lien](#)



Nous avons besoin de vous!

Par Micheline Lefrançois

Les activités de notre Section reposent essentiellement sur le travail de nos bénévoles. Nous avons la chance d'avoir d'excellents bénévoles dans différentes sphères d'activités.

De plus, nous voulons éviter leur essoufflement. Ceux et elles qui sont en place sont souvent prêts à faire la transition en accompagnant les nouveaux bénévoles par le transfert de connaissances.

La Section de Québec a besoin de bénévoles pour les postes suivants :

Poste de Vérificateur(trice)

Critères recherchés :

- Formation comme comptable;
- Membre de la Section;
- Intéressé à connaître à fond notre Section, sa mission et son fonctionnement;

Le travail de Vérificateur(trice) ne nécessite pas de longues heures de bénévolat. De plus, il est prévu des moments de transition avec le Vérificateur actuel.

Secrétaire de la Section et membre du Conseil d'administration

- Être membre de la Section;
- Être capable de rédiger des écrits;
- Participer et préparer des comptes rendus;

Le ou la Secrétaire du Conseil d'administration` (CA) travaille en étroite collaboration avec le président et les membres du CA en soutien mutuel. C'est une personne bien informée!

Rédacteur(trice) en chef de l'Infolettre

- Être membre de la Section.
- Rédiger et corriger en français.
- À l'aise dans le travail d'équipe du comité des communications et du Conseil d'administration.
- Publier 6 infolettres par année avec le soutien de collaborateurs.

La personne aura le soutien pour assurer une transition harmonieuse.

Si vous avez un intérêt ou des questions concernant ces 3 postes de bénévoles, svp contacter Jean-Marc Demers, Président de la Section à :

anrf@bellnet.ca



STROM SPA NORDIQUE / RÉOUVERTURE 27.06.2020

La direction de STROM Spa nordique est heureuse de vous annoncer, suite à l'aval de la santé publique, la réouverture à compter du 27 juin de ses services dans tous ses établissements.

Un refuge inconditionnel à redécouvrir

Nous avons profité des dernières semaines pour prendre soin de nos installations, plus belles que jamais et maintenant prêtes à vous accueillir. Venez profiter de nos espaces de détente en pleine nature pour contempler le panorama et profiter des douces journées d'été. Dans les prochaines semaines, nous aurons l'occasion de vous présenter, un nouveau menu gastronomique conçu spécialement pour la saison estivale, nos terrasses extérieures pour le découvrir, ainsi que nos tout nouveaux forfaits d'été. Nous avons tout mis en œuvre afin de faire de nos installations l'endroit rêvé pour se sentir en vacances, sans quitter la province !

Nous sommes fiers d'avoir traversé cette crise en restant près de notre communauté, de nos clients et de nos employés, et en mettant de l'avant des valeurs d'entraide, de partage et de solidarité.

Nous aimerions vous rappeler qu'en 2019, STROM Spa nordique du Vieux-Québec était lauréat de trois prix pour son design architectural.

Avantages pour les membres de l'ANRF Section de Québec :

Profitez des offres exclusives pour vous et vos invités!*

1 (877) 761-2772
infoqbc@stromspa.com
515, boul. Champlain
Québec (Qc) G1K 0E4
www.stromspa.com

15% de rabais sur les tarifs en cours lors de l'achat d'une expérience thermale, massages, soins esthétiques, cartes-cadeaux, forfaits et événements, les achats en ligne incluant les promotions en cours. Rabais valide en ligne au www.stromspa.com avec le code PROMO : **ANRFQC57**

*sur présentation de votre carte de membre et de la confirmation du code promotionnel.



Les activités sociales de la Section

Les activités sociales de la Section sont encore sur pause malgré le déconfinement de plusieurs restaurants, commerces, etc. Une exception pour le Golf.

En effet, nous considérons que la situation est trop précaire pour organiser des rassemblements avec nos membres.

Nous vous tiendrons informés dès que nos activités reprendront.

Merci de votre collaboration !

Le comité des activités sociales



Le 20 mai dernier, la santé publique a autorisé l'ouverture des terrains de golf accompagnée des consignes sanitaires qui prévalent.

Nos amateurs de golf n'ont pas tardé à emboîter le pas. Depuis le 2 juin, 26 joueuses et joueurs ont profité de leur sport au Golf Royal Charbourg, Notre-Dame des Laurentides.

<https://royalcharbourg.com/>

Il y a toujours de la place pour les intéressés(es), membres ou non membres. Vous n'avez qu'à contacter Germain Boivin, courriel : gboivin@videotron.ca 418-407-1809.



Le 2 juin dernier, la Section de Québec a offert à ses membres, pour la première fois, un café-conférence virtuel sous le thème « Tirez avantage de la situation en période d'insécurité » présenté par Guy Lefebvre, Fondateur de l'Institut de la planification de la retraite (IPR). 34 membres y ont participé.

Selon le sondage auprès des participants, cette expérience nouvelle avec nos membres a été très appréciée. Pour nous aussi, la situation sanitaire nous incite à développer des façons de faire pour rejoindre nos membres, leur offrir des activités nouvelles. Notre défi demeure de rejoindre les membres qui n'ont pas accès à un ordinateur. Heureusement que la revue Sage et l'Encart de notre section nous permettent de rejoindre tous nos membres.



Le 2 juillet à 15h00, un concert virtuel a été offert aux membres de la Section de Québec par madame Caroline Béchard (*photo à gauche*), violoniste du groupe des premiers violons de l'Orchestre symphonique de Québec.

En cette période de confinement, nous voulions ainsi créer une activité culturelle d'intérêt pour celles et ceux qui apprécient la musique exécutée par une musicienne québécoise de renommée internationale.

RAPPORT DU SAGUENAY-LAC-SAINT-JEAN

Par Ghislain Lavoie, *administrateur* du SAGUENAY-LAC-SAINT-JEAN



Les activités dans la région du Saguenay-Lac-Saint-Jean sont toujours sur pause pour les déjeuners et l'assemblée.

Feux de forêt et de broussailles

La Section de Québec est solidaire avec les citoyens de la région aux prises avec des feux de forêt au nord du Lac-Saint-Jean. Des feux de broussailles se sont aussi déclarés à Saint-Fulgence, ainsi qu'à La Baie, Roberval,

Sainte-Monique, Arvida, et Saint-Bruno. *

Nous souhaitons bon courage et des jours meilleurs aux citoyens de cette belle région!

*Source : Le Quotidien, 28 juin 2020

RAPPORT DU BAS-SAINT-LAURENT-GASPÉSIE

Par Bruno Beaulieu, *administrateur* du Bas-St-Laurent/Gaspésie



Les activités sont également sur pause. Nous vous tiendrons informés dès la reprise.

On profite de l'été, on visite le Québec, mais...

Par Micheline Lefrançois, *1^{re} Vice-Présidente*



Il y aura sûrement plusieurs touristes qui visiteront nos belles régions du Québec au cours de l'été. Nous vous invitons à profiter pleinement de vos vacances en toute sécurité selon les [consignes sanitaires du Québec](#). **

Bon été !

Horaire estival du bureau de la Section

Du 29 juin jusqu'au 31 août 2020, les mercredis et jeudis de 13h00 à 16h00

Nous prenons nos appels téléphoniques et courriels à distance :

Téléphone: (418) 661-4896 sans frais: 1-866-661-4896

Courriel: anrf@bellnet.ca

Site web: anrf-sq.org

Membres du Comité des communications de la Section



Micheline Lefrançois



Edna Richer



Pierre Marquis



Lise Lavoie



Marianne Lafond



Lucie Tremblay



John Le Garignon

PROCHAINE INFOLETTRE 15 SEPTEMBRE 2020

