INFOLETTRE

ANRF - Section de Québec

INDEX DES SUJETS

- Message du Président
- Jour du Souvenir 2019
- Défense des droits et intérêts – Post élection
- Recrutement et implication-Méga campagne de recrutement-tournée en région
- Rencontres au Saguenay-Lac-Saint-Jean
- Rencontres au Bas-Saint-Laurent-Gaspésie
- La mobilité des personnes ainées
- Reconnaissance des bénévoles 2020
- Soirée de Noël de la section
- Assemblée annuelle d'information du 18 octobre en images
- Les déjeuners de la section
- Information sur les membres du CA et heures d'ouverture du bureau
- Les membres du comité des communications

Message du président

Chers membres,

Nous approchons de la fin de l'année et plusieurs d'entre nous désirent obtenir l'information sur le taux d'indexation 2020 des pensions fédérales.

L'indexation des pensions sera de 2% dès le 1er janvier 2020. Pour plus d'information, visitez le site national de l'ANRF en cliquant ici!

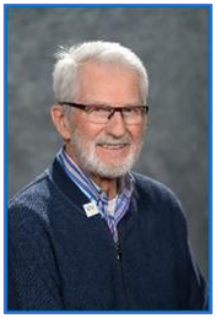
Nous sommes heureux de vous présenter notre infolettre en format nouveau. Nous souhaitons que son format nouveau vous plaisent et vous soient utiles.

Notre prochain objectif est de s'assurer que l'ensemble de nos membres qui utilisent le courriel puisse la reçoive. Dès janvier, ce devrait être chose faite! Tous les membres de notre Section qui ont donné leur courriel à l'ANRF dans leur profil, recevront l'infolettre à partir de la base de données provenant du siège social. **Si vous n'êtes pas membre de la Section, mais inscrit actuellement à l'infolettre, nous vous encourageons à consulter notre site internet où l'Infolettre sera toujours disponible.** En plus, nous vous invitons à partager l'infolettre avec votre entourage.

Nous travaillons en collaboration avec le siège social afin d'atteindre cet objectif.

Enfin, je vous invite à lire cette infolettre qui contient plusieurs sujets de grand intérêt.

Bonne dernière moitié d'automne !



Sincèrement,

Le président,
Jean-Marc Demers

Jour du Souvenir 2019

Cérémonie à Québec

Président Jean-Marc Demers & Yves Bouchard

Cérémonie à Québec

Normand Parent, St Jules Cascapedia

De gauche à droite : Raymond Boulianne, Président Légion 276 Alma, Alain Langlois, VP Légion 235 Chicoutimi, Ghislain Lavoie, administrateur ANRF Section de Québec et Luc Fortier, Président Légion 235 Chicoutimi

Cérémonie à Chicoutimi

Cérémonie à Chicoutimi

DÉFENSE DES DROITS ET INTÉRÊTS – POST-ÉLECTION

Par Micheline Lefrançois, 2e Vice-Présidente

Au lendemain des élections fédérales, la section de Québec a publié un communiqué aux médias de la région pour rappeler aux élus les 4 priorités de notre Association :

1. La sécurité du revenu de retraite;
2. Une stratégie nationale pour les aînés;
3. Le soutien aux vétérans et à leurs familles;
4. L'assurance-médicaments.

Tel que le précise monsieur Jean-Guy Soulière, président national, « Au cours de cette campagne, des engagements clairs ont été pris envers les aînés canadiens, et la façon de s'assurer que ces promesses se traduisent par des politiques est d'avoir une voix dédiée aux aînés à la table du Cabinet »…

- Lire le communiqué de la Section de Québec
- Lire l'article de l'ANRF national : Les libéraux reprennent le pouvoir avec une minorité, lors d'une victoire électorale très différente de celle de 2015

RECRUTEMENT ET IMPLICATION

Par Serge Boisseau, 1er Vice-Président

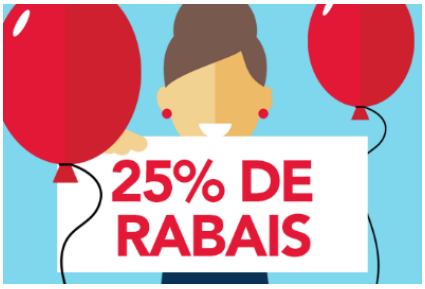
Méga Campagne nationale de recrutement en cours, se terminant le 15 décembre 2019

Le siège social de l'ANRF a mis sur pied une importante campagne de recrutement et offre aux membres plusieurs incitatifs pour les encourager à s'impliquer dans le recrutement de nouveaux membres.

Il s'agit notamment du tirage d'un voyage pour 2 personnes d'une valeur de 10 000$, ainsi que 2 IPADs, (621$ chacun) et de 7 cartes de crédit prépayées Visa d'une valeur de 100$ chacune.

Pour en savoir plus et y participer, consulter le site de l'Association

Également, l'ANRF encourage le paiement des retenues de cotisations à la source pour toutes et tous - membres actuels et futurs membres.



- Rabais unique de 25 % sur la cotisation annuelle de chaque membre qui s'inscrit à l'option de paiement des retenues de cotisations à la source (RCS) plutôt que par chèque. Veuillez remplir ce formulaire d'inscription aux RCS et le retourner au bureau national :

- Ce rabais est aussi disponible pour les **nouveaux membres** qui adhèrent et acceptent de payer avec l'option des retenues à la source. Veuillez remplir ce formulaire d'inscription aux RCS et le retourner au bureau national.

Pour en savoir plus, consultez le site de l'ANRF national: retraitesfederaux.ca
613-745-2559 ou sans frais au 1-855-304-4700

Nous rencontrons nos membres et futurs membres en région !

Tournée de sensibilisation et de recrutement dans les régions du Saguenay-Lac-Saint-Jean et Bas-Saint-Laurent-Gaspésie

Dans sa démarche de recrutement, la section de Québec manifeste une présence plus marquée sur son territoire notamment dans la région du Saguenay-Lac-Saint-Jean et Bas-Saint-Laurent-Gaspésie.

En concertation avec mes collègues administrateurs Ghislain Lavoie et Bruno Beaulieu, nous allons à la rencontre de nos membres et futurs membres.

L'invitation faite aux membres et futurs membres vise à échanger sur nos priorités d'actions pour la défense de nos droits et intérêts ainsi que sur notre association dans son ensemble.

Ces invitations ont paru dans les journaux locaux du Saguenay-Lac-Saint-Jean et du Bas-Saint-Laurent-Gaspésie. Des entrevues ont été réalisées dans plusieurs médias dans la péninsule gaspésienne.

Finalement, cette tournée nous a permis d'identifier 7 agents de liaison issus du milieu qui pourront assister les administrateurs locaux dans leurs responsabilités, en plus d'augmenter la visibilité de notre association et promouvoir le recrutement en région. Serge Boisseau

---

RENCONTRES AU SAGUENAY-LAC-SAINT-JEAN

Par Ghislain Lavoie, administrateur du Saguenay-Lac-Saint-Jean

Nous avons eu le plaisir de rencontrer les membres et futurs membres dans les villes de Baie-Comeau, Sept-Îles, Chicoutimi et Saint-Bruno. Les participants(es) ont grandement apprécié échanger sur les priorités de l'ANRF et poser leurs intéressantes questions.

Chicoutimi le 29 octobre 2019

Baie-Comeau le 3 septembre 2019

Saint-Bruno le 30 octobre 2019

RENCONTRES DU BAS-SAINT-LAURENT-GASPÉSIE

Bruno Beaulieu, administrateur, Bas-Saint-Laurent-Gaspésie

En octobre dernier, nous avons eu le plaisir de rencontrer les membres réunis dans les villes de Rimouski, Matane, Gaspé, Chandler, Carleton et Rivière-du-Loup.

Notre Association a eu beaucoup de visibilité lors de notre tournée dans la région du 7 au 11 octobre. Plusieurs interviews ont été réalisés par notre président Jean-Marc Demers et Serge Boisseau, 1er Vice-Président

strøm
SPA NORDIQUE
VIEUX-QUÉBEC

Un spa nordique d'exception au cœur du Vieux-Québec

Situé sur les berges du fleuve Saint-Laurent sur un site d'une beauté naturelle remarquable, le Strøm spa nordique Vieux-Québec est un lieu à part où se conjuguent beauté et mieux-être, une expérience de détente globale et de ressourcement absolu pour créer le meilleur de soi et renouer avec ce qui est important. Découvrez une expérience de détente globale en symbiose avec la nature à quelques pas du centre-ville de Québec !

Services
Expérience thermale, Massothérapie, Esthétique, Gastronomie, Événements

Bistro gastronomique
Le bistro avec vue panoramique sur le fleuve vous propose une cuisine d'inspiration scandinave mettant en valeur les produits et saveurs du terroir.

Le Strøm spa nordique du Vieux-Québec lauréat de trois prix pour son design architectural.

En avril dernier, l'Ordre des architectes du Québec décernait le prix du public au Strøm spa nordique. Puis, en juin, lors d'un gala se tenant à Capri, en Italie, le Strøm était désigné lauréat dans la catégorie spa / spa d'hôtel aux Internationaux Hotel & Property Awards. Ces prix d'excellence en design sont décernés chaque année par The Design Society, une association de réputation mondiale dont l'antenne britannique coordonne l'évènement annuel. Finalement, en juillet, le Strøm, en nomination dans la catégorie hôtellerie – soins de santé et bien-être aux Architizer A+ Awards, se voyait décerner le

prix du jury. Architizer est la plus grande communauté d'architectes à l'échelle internationale et a comme mission de rappeler l'importance de l'architecture, à laquelle nous devons les espaces dans lesquels nous vivons.

1 (877) 761-2772
infoqbc@stromspa.com
515, boul. Champlain
Québec (Qc) G1K 0E4
Ouvert tous les jours de 10h à 22h

Avantages pour les membres de l'ANRF Section de Québec :
Profitez des offres exclusives pour vous et vos invités!
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**

LA MOBILITÉ DES PERSONNES AÎNÉES

par Nicole Laveau, administratrice

A ma chronique précédente, je vous avais parlé de l'organisme universitaire IVPSA et de sa mission. Cette fois-ci, je vais explorer l'une de leurs publications dans le cadre de la révision du Plan d'action 2018/2023 de la Politique gouvernementale « Vieillir et vivre ensemble, chez soi, dans sa communauté, au Québec ».

Lire le Mémoire présenté dans le cadre de la consultation.

Ils ont élaboré sept thèmes, mais je vais vous présenter le **« thème 7 : Assurer la mobilité des personnes aînées ».** C'est un sujet que je connais assez bien pour avoir moi-même déjà débattu et/ou déposé des mémoires à ce sujet dans d'autres cadres pour influencer des décisions politiques municipales ou provinciales.
Ce document énumère quelques bonnes pratiques:

- « Élargir le transport adapté durant la période hivernale, pour les aînés avec limitations, mais non admissibles selon les critères du transport adapté;
- Offrir des services d'initiation au transport en commun;
- Faire des campagnes de promotion grand public pour aider à trouver d'autres modes de déplacement dans sa région;
- Construire des habitations pour personnes aînées à proximité d'un réseau de transport en commun;
- Tenir compte de la diversité des milieux urbain ou rural;
- Réaménager les trottoirs pour augmenter la marchabilité. »

Cela va de soi, direz-vous! Mais tout est tellement réglementé et restrictif pour avoir accès aux subventions gouvernementales que cela exclut l'accès au transport adapté à des personnes en période hivernale par exemple qui ne correspond pas aux critères d'admissibilité.

Pour les résidents de la région de Québec, il existe un organisme qui permet aux personnes aînées de se familiariser avec le transport en commun grâce au programme TANGO par Accès Transports viables. Il offre des formations sur demande. Voir le site web.

Si vous habitez en milieu rural, informez-vous s'il existe un transport collectif dans votre région qui pourrait vous offrir des déplacements. Vous risquez de faire des découvertes intéressantes.
Si vous ne connaissez pas une personne bénévole qui pourrait vous dépanner occasionnellement, vous pouvez aussi communiquer au 211 ou visiter leur site web.

Vous sélectionnez votre région et votre service souhaité (plus de 21 choix possibles) et vous obtenez une liste avec les informations pertinentes.

C'est très important d'être capable de se déplacer occasionnellement, pour éviter l'isolement social. Avoir une vie active aux 3e ou au 4e âge est agréable et il ne doit pas y avoir une barrière pour cela.

Bonne recherche!

RECONNAISSANCE DES BÉNÉVOLES 2020 - Appel de candidatures

par Serge Boisseau, 1er Vice-Président

La section de Québec reconnaîtra des bénévoles lors de l'assemblée générale annuelle (AGA) d'avril 2020. Notre Politique de reconnaissance des bénévoles vise à affirmer notre appréciation au sein de la section de Québec pour les tâches significatives et essentielles qu'accomplissent nos bénévoles dans la poursuite de notre mission.

Si vous désirez soumettre le nom d'un membre (ou plus d'un membre) qui, selon vous, mérite de recevoir ce type de reconnaissance, bien vouloir remplir adéquatement le formulaire – appel de candidatures joint à la présente politique sans oublier les signatures du proposeur et la personne qui l'appuie.

Échéance pour soumettre une candidature : le 2 décembre 2019 et faire parvenir le tout à l'attention de Serge Boisseau à : anrf@bellnet.ca

LES VIOLONS DU ROY
LA CHAPELLE DE QUÉBEC

Notre entente de collaboration avec Les Violons du Roy a été renouvelée. N'hésitez pas à profiter du rabais de 15% à l'achat de billets à l'unité pour assister aux concerts de la saison 2019-2020 des Violons du Roy à Québec, en présentant votre carte de membre au guichet de la billetterie du Palais Montcalm.

De plus, les membres profitent d'un rabais additionnel de 5% pour tout achat de groupe (10 personnes ou plus) lors d'un événement particulier coordonné par l'ANRF – Section de Québec.

Les activités sociales de la Section par les membres du comité des activités sociales

SOIRÉE DE NOËL DE LA SECTION – 14 DÉCEMBRE 2019

Réservez votre place pour le Souper de Noël de la Section qui aura lieu le samedi 14 décembre 2019 au Centre Chevaliers de Colomb, 773, Louis-XIV, Québec, Salle A.G.A.M. (Assemblée Générale de l'Archevêque Mathieu).

Réservation : Jean-Yves Bacon, 418-626-8060, jybac43@gmail.com

Coût : $37 par personne pour les membres, $60 pour les non-membres :
Menu 4 services, comprenant une santé, 2 verres de vin. Maximum 125 personnes, priorité accordée aux membres.

Facilité de stationnement. La salle est accessible pour les personnes à mobilité réduite.

Musique, de nombreux prix de présence, notamment une toile de l'artiste Pierre Pichette

Le peintre Pierre Pichette, membre de l'ANRF, possède une expérience de 42 ans comme peintre. Fidèle donateur, il nous offre un de ses tableaux d'une valeur de $1000 sur le marché de l'art.
Ce tirage se fera en fin de soirée. Pour en connaître plus sur l'artiste, voyez l'article ici!

Assemblée générale d'information du 18 octobre 2019 en images

(photos Lise Lavoie)

Nos membres

Bruno Dumas, 1er VP,
Pierre Gosselin, Président,
Légion Filiale 265

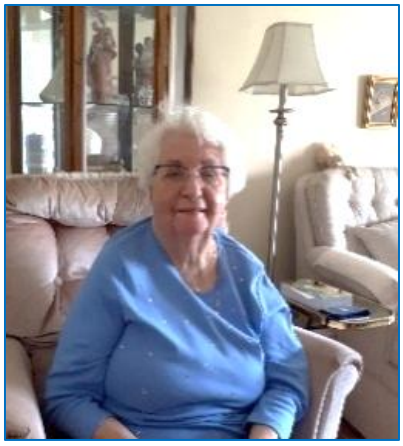
Edouard Pahud,
Directeur général,
Fonds du Souvenir

Kiosque Filiale 265 Légion Royale Canadienne

Mariette R. Grant et Jean-Marc Demers

Mme Gemma Fiset, centenaire JM Demers et James Nicholson

Mme Jeannine Hottote, membre



Mme Gemma Fiset, centenaire
Photo par M. Lefrançois

Kiosque de la FADOQ Roland Langevin et participantes

Jocelyne Ladry, bénévole kiosque de la Section

Table reconnaissance de la Section

Myriam Côté, conférencière, FADOQ

LES DÉJEUNERS DE LA SECTION

Déjeuners – Québec

Le dernier mercredi du mois à 8h30, au Restaurant Tomas Tam au 325 rue Marais à Québec (Vanier), G1M 3A2 téléphone : 418-527-2211.

Déjeuners mensuels de la sous-section Bas-Saint-Laurent-Gaspésie

Le deuxième mercredi du mois, à 9h30, au Restaurant Pub Ô 'Farfadet, 298, boulevard Armand-Thériault, Rivière-du-Loup (Centre commercial).

Déjeuners mensuels de la sous-section du Saguenay-Lac-Saint-Jean.

La Baie – le premier mardi du mois, à 9h30, au restaurant La Normande, 2761, Mgr Dufour, 2761 Rue Monseigneur-Dufour, La Baie, Saguenay,

Alma – le dernier mercredi du mois, à 9h30, au Coq Rôti, 430 rue Sacré-Cœur, Alma

Consulter notre calendrier pour plus d'informations

ASSOCIATION NATIONALE DES RETRAITÉS FÉDÉRAUX

Liste des membres du conseil 2019-2020

Président
Jean-Marc Demers

2e Vice-présidente
Micheline Lefrançois

Trésorier
Gilles Chevalier

Administratrice
Nicole Laveau

Administrateur – Saguenay-Lac-Saint-Jean
Ghislain Lavoie

Administrateur
Roland Langevin

Coordonnatrice bureau Section de Québec:
Edna Richer

1er Vice-président
Serge Boisseau

Secrétaire
Mariette Routhier Grant

Directeur, Finances
Pierre Landry

Administrateur
John Le Garignon

Administrateur - Bas-St-Laurent/Gaspésie
Bruno Beaulieu

Membre du CA national
James D. Nicholson

Conseiller
Yves Bouchard

NOUS JOINDRE

Bureau de Québec
Adresse: 660, 57e rue Ouest, app 162 Québec, Québec, G1H 7L8

Téléphone: (418) 661-4896 Sans frais: 1-866-661-4896
Courriel: anrf@bellnet.ca
Site web: anrf-sq.org

Horaire : Le bureau est ouvert de 13 h 30 à 16 h 30 du lundi au jeudi inclusivement.

Pour la période des fêtes, le bureau sera fermé du 24 décembre au 2 janvier 2020.

Membres du Comité des communications de la Section

Micheline Lefrançois

Edna Richer

Pierre Marquis

Lise Lavoie

Viateur Beaulieu

Marianne Lafond

Lucie Tremblay

John Le Garignon

PROCHAINE INFOLETTRE 15 JANVIER, 2020,