

INFOLETTRE

ANRF - Section de Québec

INDEX DES SUJETS

- Message du Président
- Nouveaux administrateurs
- Facebook outil branché
- Semaine de l'action bénévole
- Phénix - Dédommagement pour retraités
- Rapport Bas St-Laurent Gaspésie
- Rapport Saguenay Lac-Saint-Jean
- Activités de la Section
- Avis de décès, Harold LeBlanc
- Horaire du bureau de la Section
- Collaborateurs à l'infolettre

Mot du Président

La pandémie a révélé l'insuffisance des soins et services aux personnes âgées. Plus de 80 % des décès liés à la COVID-19 sont survenus dans des milieux de vie collectifs : CHSLD, ressources intermédiaires et résidences pour aînés (La Tribune, 2021-04-12). C'est pourquoi les Retraités fédéraux font valoir auprès des instances politiques qu'il faille adopter une stratégie nationale pour les aînés. Une politique cohérente sur les déterminants sociaux de la santé afin que les différents ordres de gouvernements puissent se donner les moyens de leurs responsabilités respectives. On peut apprendre des meilleurs et introduire de nouvelles façons de faire en matière de soins dans la communauté et à domicile. Un virage s'impose de toute évidence!

Notre section se mobilise, car nous sentons qu'une élection fédérale se prépare. Pour commencer, nous avons eu notre Assemblée générale annuelle virtuelle en avril dernier. Merci à tous ceux qui y ont participé. Ce fut un succès. Tous les sièges du Conseil d'administration ont été comblés. Un mélange de nouveaux bénévoles et des anciens qui acceptent un nouveau mandat. Nous avons reconduit tous nos conseillers pour une autre année et nous y avons ajouté le nouveau président sortant, Me Jean-Marc Demers. Nous avons reçu une liste de députés à rencontrer et nous sommes à mettre à jour nos fiches pour la défense des intérêts. Nous avons ouvert un compte Facebook pour la section de Québec, travaillons à rajeunir notre site web et ce, sans oublier les infolettres et le magazine Sage que vous pourrez continuer à lire.

Notre comité COVIDEXIT a su nous garder en contact, malgré les mesures de la Santé publique. Nous sommes anxieux de repartir les petits déjeuners et les activités sociales, de pouvoir rencontrer des collègues et de faire du recrutement face à face. Au moins, il y a le golf pour les amateurs. Nous espérons grandement qu'avec un niveau élevé de vaccination, un retour vers une sorte de « normalité » sera possible, en début d'été. Mais la virulence de nouveaux variants qui sont apparus met en péril les efforts actuels de contrôle de la pandémie, y compris de la vaccination. On ne dispose pas de toutes les données concernant l'efficacité des vaccins actuels contre ces nouveaux mutants. Alors, on parle d'une stratégie mondiale de « suppression maximale ».

Nos chers conseillers m'ont parlé d'introduire le « hygge » à tous les membres du Conseil d'administration de la section de Québec, l'art de vivre pratiqué par les Danois. Quant à rester cloîtré, autant apprécier pleinement les petits moments et d'avoir « un état d'esprit positif ». La

Quant à rester cloîtré, autant apprécier pleinement les petits moments et d'avoir « un état d'esprit positif ». La nordicité et l'hivernité devraient être pour nous aussi une source d'inspiration pour mieux s'adapter à cette pandémie qui persiste. Si ce n'est déjà fait, essayez cette technique, vous pourriez être surpris. Entre-temps, aller de temps en temps faire un tour sur notre site web et Facebook car dès qu'il sera possible, on « rouvre la machine » des activités.



Le président,
René Grenier

Bienvenue aux nouveaux administrateurs

Lors de l'Assemblée générale annuelle du 9 avril dernier, 3 nouveaux administrateurs de la section de Québec ont été élus. Félicitations à Diane Legros, Claude Larochelle et Gaston Simard. Lors de cette même assemblée les mandats des personnes suivantes ont été reconduits : René Grenier, président, Micheline Lefrançois, 1^{re} Vice-Présidente, Germain Boivin, administrateur et Pierre Landry Co-Secrétaire.

Jean-Marc Demers est nommé président sortant, Yves Bouchard, Serge Boisseau, Gilles Chevalier et James Nicholson demeurent au sein du CA comme conseillers sans droit de vote.

Merci beaucoup aux administrateurs qui nous ont quittés. Leur précieuse collaboration a été remarquée. Plusieurs de nos anciens administrateurs demeurent avec nous comme bénévoles. Ils assurent une transition harmonieuse avec ceux qui arrivent.

Comme vous le savez, les nombreuses activités de la Section se réalisent grâce au travail de nos bénévoles! Ceux-ci et celles-ci se dévouent partout : conseil d'administration, comités divers, événements et activités, etc. Nous saluons fièrement tout ce dévouement ! Tout ce qui se réalise à un nom : bénévolat!



Claude Larochelle,
2^e Vice-Président



Diane Legros,
Co-Secrétaire



Gaston Simard,
Administrateur

Pour voir l'ensemble des membres du conseil d'administration, cliquez sur :
[Conseil d'administration - ANRF SECTION DE QUÉBEC \(anrf-sq.org\)](http://anrf-sq.org)

Micheline Lefrançois, 1^{re} Vice-Présidente



SEMNAINE DE L'ACTION BÉNÉVOLE 2021

**La section de Québec vous dit à tous nos bénévoles
UN GROS MERCI!**

La Semaine de l'action bénévole s'est tenue du 18 au 24 avril 2021. Notre président, René Grenier, a transmis ce mot à tous nos bénévoles pour les remercier de leur apport essentiel à la vitalité de notre Section.

“ La valeur de chacun et la force du nombre rappellent l'importance de chacun de nos bénévoles et qu'ils font que notre section soit active, dynamique et présente partout. Cette année, nous avons innové avec des rendez-vous COVIDEXIT sur Zoom. Une façon efficace pour nos bénévoles de garder le contact avec nos membres.

Et aussi avec l'introduction de notre Page Facebook : [Association nationale des retraités fédéraux – Section de Québec](#). Nos bénévoles sont à l'affût des possibilités de reprendre nos activités sociales lorsque nous pourrons le faire et les comités restent actifs malgré tout. Nos administrateurs, membres du Conseil

d'administration sont aussi des bénévoles et ils sont toujours bien occupés à veiller aux intérêts de nos membres et de notre section.

Cette semaine, réfléchissons donc à l'importance de notre rôle, mais aussi à la manière d'encourager et d'inciter d'autres membres à faire du bénévolat. La section de Québec leur offre une expérience positive qui leur permettra de valoriser et de reconnaître leurs talents. Et chez nous, les bénévoles ont un pouvoir d'influence, de persuader, de défendre une cause, d'atteindre des objectifs, de travailler sur des comités et de prendre des décisions. Chapeau bas à tous nos bénévoles et bienvenus à ceux qui voudraient se joindre à nous.”



FACEBOOK – Un outil branché !

Par Claude Larochelle



Pour ne rien manquer de votre association, aimez notre page Facebook! Ce dernier mois, plus de 100 personnes l'ont consultée et ont été informées avant tout le monde des actualités qui nous touchent et des activités à venir!

Rendez-vous à : <https://www.facebook.com/RetraitesfederauxQuebec> et cliquez sur le bouton « **J'aime** » pour ne rien manquer.



Phénix - Dédommagement pour les retraités

Par Diane Legros

Lors de notre Assemblée générale annuelle du 9 avril dernier, une question a été soulevée par nos membres concernant le dédommagement Phénix pour les retraités qui ont pris leurs retraites en 2016 ou après et qui ont eu des pertes occasionnées par les retards reliés à Phénix. Exemple de ces pertes : Retard du paiement de l'indemnité de départ, des congés de vacances et pertes d'intérêt reliées à ces retards.

Que vous arrive-t-il? Quel formulaire devez-vous remplir pour obtenir une compensation? Voilà, nous vous offrons une réponse officielle.

L'ANRF a obtenu les renseignements suivants : "Le processus n'a pas encore été mis en place pour les retraités. Le Conseil du Trésor précise que cela pourrait prendre encore quelques mois avant que le formulaire requis soit disponible."

Dès que le formulaire sera disponible, l'ANRF l'annoncera dans la revue SAGE, par courriel, dans nos médias sociaux et dans l'Infolettre de la Section.

**GROUPE
FORGET**



AUDIOPROTHÉSISTES

Au Québec, l'ANRF collabore avec **le Groupe Forget, audioprothésistes**, pour offrir les services en santé auditive aux membres de notre association. Ces services diffèrent légèrement des autres parties du Canada en raison des lois provinciales. Pour trouver la clinique la plus près de chez vous et pour prendre rendez-vous pour un test de dépistage auditif sans frais*,

visitez www.legroupeforget.com ou appelez au 1-888-ENTENDRE (368-3637)

- Dépistage auditif sans frais*
- 25 % sur le prix des piles
- 50 % sur les piles pour les détenteurs de la Carte Privilège Groupe Forget
- 25% à l'achat de la Carte Privilège Groupe Forget (au renouvellement)
- 10% sur le prix des accessoires et réparations

Autres avantages Groupe Forget :

- Un rabais de 150\$ (1 aide) ou 225\$ (2 aides) sur une Trousse d'entretien Régulière ou \$300 sur une Trousse d'entretien Rechargeable
- Première consultation sans frais
- Notre garantie 30 jours « satisfait ou remboursé »

Pour plus d'information sur les avantages et conditions, appelez le Groupe Forget ou visitez le Site web suivant. www.legroupeforget.com

*Cette offre est valide jusqu'au 31 décembre 2022

Ce programme ne peut être jumelé à aucune autre offre ou promotion, et exclut les aides auditives couvertes par un programme gouvernemental. Détails disponibles en clinique. Certaines conditions s'appliquent



RAPPORT DU SAGUENAY-LAC-SAINT-JEAN

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

Nous avons bien hâte de reprendre nos petits-déjeuners dès que la santé publique le permettra.

En attendant, prenez soin de vous et profitez des beaux jours !



RAPPORT DU BAS-SAINT-LAURENT-GASPÉSIE

Par Bruneau Beaulieu, administrateur du Bas-St-Laurent/Gaspésie

Notre collègue Sylvie Harrisson, représente la Section de Québec de l'ANRF à la Table de concertation des aînées de la Matanie. Cet organisme est très présente dans le milieu notamment au niveau du *Salon Aînés Actifs en Action* organisé au cours des dernières années.

Pour ma part, il me fait plaisir de représenter notre Section à la Table de concertation du Bas-Saint-Laurent à Rimouski.

Lorsque les restrictions de la santé publique seront levées, les activités des Tables reprendront avec plaisir.



AGENCE
JULIE LABBÉ

SERVICES-CONSEILS EN RÉSIDENCES PRIVÉES POUR AÎNÉS

Vous êtes à la recherche d'une résidence?
Vous ne savez pas comment procéder?

Nos conseillers en hébergement vous simplifient la démarche pour trouver une bonne résidence.

Nos services sont GRATUITS et répondent aux exigences d'une clientèle autonome, semi-autonome ou en perte d'autonomie physique ou cognitive.

Pour plus d'information, communiquez avec Julie Labbé
418 580-3793 – julielabbe@agencejl.ca
Site web: <https://agencejulielabbe.ca/>



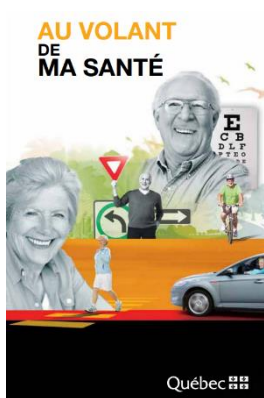
Activité de la Section



La saison de golf est lancée depuis le 4 mai dernier. Le rendez-vous pour notre groupe est le mardi à 9h30 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
Tel : 418-407-1809.

Cette activité extérieure est permise en respectant les règles sanitaires de distanciation.



Visioconférence gratuite Au volant de ma santé

La Section de Québec de l'ANRF est heureuse de collaborer avec la Société de l'assurance automobile du Québec et de vous inviter à une visioconférence sous le thème Au volant de ma santé :

MERCREDI 26 MAI 2021, À 10h00

La durée de la conférence est d'environ 1h00. Monsieur Dombrowski répondra aussi à vos questions.

Vous pouvez vous inscrire dès maintenant à la conférence en cliquant sur ce lien pour visioconférence zoom:

https://fedreirees-retraitesfed.zoom.us/meeting/register/tZ0pduCsqj4vG9DitylZ_Mt4Av22TDjH8oYe

SVP, VOUS INSCRIRE AVANT LE 21 MAI.

Conférencier : Alexandre Dombrowski,
Conseiller de la SAAQ en relation avec le milieu

PRIX DE PRÉSENCE

Voici les détails sur le contenu de la conférence :

Description de la conférence

La conduite automobile est une activité complexe qui exige plusieurs habiletés. Après plusieurs années de conduite, il est facile d'oublier que plusieurs de nos fonctions sont sollicitées lorsque nous conduisons. Il est important de savoir que l'âge ne permet pas de déterminer si une personne est apte à conduire de manière sécuritaire.

La conférence *Au volant de ma santé* vise à :

- Informer les participants sur les différents aspects de la conduite sécuritaire d'un véhicule et sur les examens de santé exigés par la SAAQ;
- Revoir certaines techniques de conduite et certaines lois;
- Répondre aux préoccupations des aînés ou des proches aidants.

Les principaux thèmes sont :

- Le rôle de la SAAQ dans l'évaluation de la capacité à conduire des aînés;
- Un rafraîchissement des connaissances sur la conduite automobile (règles de la route, manœuvres, carrefour giratoire, etc.);
- Les nouveautés au Code de la sécurité routière;
- Le partage de la route avec les usagers vulnérables (les piétons et les cyclistes).



Décès de monsieur Harold LeBlanc

Le 3 avril dernier, un de nos membres, monsieur Harold LeBlanc est décédé. Plusieurs d'entre nous le connaissaient bien. Il aimait participer aux activités de la section, même récemment lors de nos activités virtuelles.

Nos plus sincères condoléances à sa conjointe, madame Colette Poulin, à ses enfants. Pour plus de détails, consulter l'avis de décès.

[LeBlanc, Harold - Avis de décès | Coopérative funéraire des Deux Rives \(coopfuneraire2rives.com\)](http://coopfuneraire2rives.com)



Edna Richer, coordonnatrice

Horaire du bureau de la Section

Horaire : 13 h 00 à 16 h 00 du lundi au jeudi
Téléphone: (418) 661-4896 sans frais: 1-866-661-4896

Courriel: anrf@bellnet.ca

Site web: anrf-sq.org

[Suivez-nous sur FACEBOOK](#)



Lorsque les règles sanitaires l'exigent, nous travaillons à distance. SVP, vérifiez notre message téléphonique avant de vous rendre au bureau.

Si vous venez nous rencontrer à notre bureau, il faut porter le masque. Du désinfectant pour les mains est disponible. Merci beaucoup de votre collaboration.

PROCHAINE INFOLETTRE, FIN JUIN 2021

Membres du Comité des Communications
et Collaborateurs



Micheline Lefrançois



Edna Richer



Diane Legros



Viateur Beaulieu



Lise Lavoie



Marianne Lafond



Pierre Marquis



Claude Larochelle