

INFOLETTRE

ANRF - Section de Québec

INDEX DES SUJETS

- [AGA du 14 avril](#)
- [Mot du Président](#)
- [Devenez un pilier pour la section](#)
- [Défense des droits et intérêts](#)
- [Recrutement 2022](#)
- [Rapport Bas-St-Laurent Gaspésie](#)
- [Rapport Saguenay Lac-Saint-Jean](#)
- [Les Tables de concertation des aînés](#)
- [Activités chez les légionnaires](#)
- [Les Impôts maintenant](#)
- [On parle de nous dans les médias](#)
- [Activités sociales et virtuelles](#)
- [La Cabane à sucre](#)
- [Théâtre Beaumont-St-Michel](#)
- [Horaire du bureau de la Section](#)
- [Membres du Comité](#)
- [Prochaine parution](#)



Vous êtes convoqués/invités à notre Assemblée Générale Annuelle qui se tiendra le 14 avril 2023 au :

**Patro Roc-Amadour
Salle Père-Raymond-Bernier
2301, 1^{re} Avenue, Québec, QC**

Inscription obligatoire : par courriel anrf@bellnet.ca ou au 418-661-4896 avant le 1^{er} avril 2023.

À 9 :00 Accueil, inscription et visite des Kiosques :

- Circul'action, service d'ergothérapie sur l'évaluation de l'aptitude à conduire
- Agence Julie Labbé, services conseils en hébergement.
- Esther Michaud, Autrice (Voir sa [biographie ICI](#))

Ordre du jour, États financiers et rapport du vérificateur, Élections et rapport des Comités, Lunch et prix de présence

Conférence de la Dre Michèle Morin, gériatre, qui portera sur :
« *Le déconditionnement chez l'aîné ou pourquoi l'avenir appartient à ceux se lèvent tôt ?* » **Résumé de la conférence [ici](#)**

Information - **Soins de santé de la fonction publique du RSSFP par Canada Vie à compter du 1^{er} juillet 2023.**

Invitez un.e collègue retraité.e fédéral.e ou futur.e retraité.e à participer à notre AGA.

Lors de notre Assemblée nous ne manquerons pas de célébrer le 60^e de notre Association !

N'oubliez pas de vous inscrire : anrf@bellnet.ca – 418-661-4896



Association nationale
des retraités fédéraux

National Association
of Federal Retirees



MOT DU PRÉSIDENT

La section de Québec a rencontré deux députés provinciaux, soit Sol Zanetti, député de Jean-Lesage (Québec Solidaire) en janvier et Joël Arseneau, député des Îles-de-la-Madeleine (Parti Québécois) en février dernier. L'idée étant de se faire connaître. Même si nous avons travaillé pour le fédéral, nous demeurons au Québec et nous sommes actifs dans notre milieu.

Des enjeux de la stratégie nationale comme les soins de longue durée, l'accès à un logement, à un moyen de transport abordable et approprié, à des collectivités-amies des aînés et à des soins de santé de qualité, dont des soins améliorés en milieu communautaire et à domicile sont éminemment dans la cour du provincial de façon pratico-pratique. En tant que voix locale, cela nous a permis de mettre les enjeux dans notre contexte et de leurs donner un visage à dimension humaine. Pour que le fédéral ne soit pas en reste, j'ai eu le plaisir de rencontrer à nouveau le ministre de la Santé, Jean-Yves Duclos lors d'une célébration d'un retraité centenaire.

Inscrivez-vous en grand nombre à notre prochaine assemblée générale annuelle le 14 avril à Québec, le 12 mai à Chicoutimi et le 25 mai à Matane. Et au plaisir de se voir à l'Érablière du Cap, le mardi 18 avril prochain. Bon printemps!

Cordialement,

René Grenier, Président de la Section de Québec



DEVENEZ UN PILIER DE LA SECTION !

Par Jean-Marc Demers, président du comité des candidatures 2023

Durant notre AGA du 14 avril, nous procéderons à l'élection d'administrateurs de la Section. Les mandats de notre président René Grenier, de notre vice-présidente Micheline Lefrançois, de l'administrateur Germain Boivin et de l'administrateur de la sous-section du Saguenay-Lac-Saint-Jean Ghislain Lavoie viennent à échéance. René, Micheline et Ghislain ont déposé un formulaire de candidature pour leur renouvellement. Germain nous a indiqué qu'il ne se représente pas. Le poste d'administrateur du Saguenay-Lac-Saint-Jean fera l'objet d'une élection par les membres de cette région lors de leur Assemblée régionale du 12 mai à Chicoutimi.

J'ai également reçu jusqu'ici un formulaire de candidature de Mme Myriam Boudreault. Elle est une récente retraitée de la Fonction publique de la région d'Ottawa qui vit dans le beau village de Château-Richer. Myriam a une feuille de route très intéressante; elle a œuvré dans plusieurs ministères, notamment au Secrétariat du Conseil du trésor. Pour en savoir plus sur Myriam, [lire sa biographie ici](#)



Je rappelle qu'il est toujours temps de vous intéresser de près aux affaires de la Section. Pourquoi ne serait-il pas aussi à votre tour d'offrir vos services aux membres de notre Section?

Pour obtenir un Formulaire de candidature, [cliquer ici](#). Pour plus d'information, communiquez avec nous par courriel à anrf@bellnet.ca ou avec Jean-Marc Demers, président du Comité des candidatures 2023 à jmd01@bell.net



DÉFENSE des DROITS et INTÉRÊTS

Par **Micheline Lefrançois**, 1^{ère} vice-présidente

Questions et réponses sur le renouvellement du Régime de soins de santé de la fonction publique

Vous êtes nombreux à communiquer avec nous et également auprès de la Sun Life concernant le changement d'administrateur de notre régime de soins de santé qui sera administré par Canada Vie à compter du 1^{er} juillet 2023.

Notre Association a développé un outil très intéressant regroupant les principales questions et réponses les plus fréquemment posées sur les changements à venir. Un outil de référence à garder sous la main. Voici le lien :



[FAQ sur le renouvellement du Régime de soins de santé de la fonction publique \(federalretirees.ca\)](https://federalretirees.ca)

Préparez-vous à la transition, mettez à jour vos informations

Par internet : Pour assurer une transition sans interruption de votre protection, ouvrez une session sur le site des services aux membres du RSSFP à l'adresse www.sunlife.ca/rssfp et sélectionnez **Adhésion préalable**. Vérifiez vos renseignements personnels pour confirmer qu'ils sont exacts et à jour.

Par un formulaire papier : Si vous voulez mettre à jour vos renseignements au moyen d'un formulaire papier, appelez le centre d'appels de la Sun Life au 1-888-757-7427 (sans frais en Amérique du Nord) ou au 613-247-5100 (dans la région de la capitale nationale), du lundi au vendredi, de 6 h 30 à 20 h (HNE). La Sun Life vous enverra par la poste le formulaire d'adhésion préalable et des instructions.

IMPORTANT : Le Centre de service à la clientèle de la Canada Vie est maintenant ouvert. Vous pouvez maintenant rejoindre le service à la clientèle au numéro 1-855-415 4414.

RECRUTEMENT



Par **Claude Larochelle**, 2^{ième} vice-président

L'année 2022 nous a permis d'aller chercher 140 nouveaux membres. Nous maintenons nos efforts et nous avons opté pour accroître nos efforts de recrutement par une présence plus active dans l'espace médiatique publique.

Ainsi, en consultant l'article : [On parle de nous dans les médias](#) vous constaterez que nous avons eu une belle visibilité dans ces derniers mois.

Merci à toute l'équipe!



RAPPORT DU BAS-SAINT-LAURENT-GASPÉSIE

Par **Sylvie Harrisson**, administratrice du Bas-St-Laurent-Gaspésie

Assemblée générale d'information (AGI)

Vous êtes convoqués/invités à notre Assemblée Générale d'Information (AGI) qui se tiendra **le jeudi 25 mai 2023, à 9:30hrs**, au [Riotel, 250 Ave du Phare E, Matane](#)

Nous espérons que vous serez présent en grand nombre.

Monsieur René Grenier, notre Président fera un suivi des activités et dossiers en cours à l'ANRF Section Québec. Nous vous communiquerons des informations et répondrons à vos questions sur les changements de fournisseur pour notre assurance RSSFP de Sun Life à Canada Vie, le 1er juillet 2023. De plus, nous avons décidé de faire parler nos membres, Mme Suzanne St Gelais et Mme Danielle Doucet vous parleront de retraite, du sentier de marche thématique de Matane et de voyages.

Nous aurons une présentation de Flambeaux de la Matanie, par Monsieur David Caissie, formateur pour le CISSS du Bas Saint-Laurent. On y parlera de comment favoriser la santé mentale positive, connaître les organismes locaux et apprendre à être bienveillant avec soi pour prendre soin des autres.

Le repas est gratuit. Si vous choisissez de dîner avec nous, veuillez faire votre inscription avant le 16 mai 2023 et indiquez votre choix de menu au même moment. Si après votre inscription, vous ne pouvez pas venir, svp nous le faire savoir car nous devons payer le repas.

Le menu est le suivant : Potage du jour, Panini steak, Mini Coquille de la mer et dessert du jour.

Faire votre inscription auprès de Mme Edna Richer, par courriel anrf@bellnet.ca ou par téléphone sans frais: 1-866-661-4896. Si vous avez des questions, vous pouvez également me contacter par téléphone au 418 562 9407 ou par courriel à sylhar.sh@gmail.com.

Au plaisir de vous voir



RAPPORT DU SAGUENAY-LAC-SAINT-JEAN

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

Assemblée générale d'information (AGI)

Vous êtes convoqués/invités à notre Assemblée générale d'information qui se tiendra **le 12 mai 2023** aura lieu à l'**hôtel la Saguenéenne à Chicoutimi**, 250 rue des Saguenéens, G7H 3A4, 418-545-8326 [services hotel centre de congres |](#)

[Hôtel La Saguenéenne \(lasagueneenne.com\)](http://lasagueneenne.com).

Un lunch sera servi.

Des informations additionnelles vous seront communiquées par un bulletin spécial un peu plus tard. Toutes les informations seront également affichées sur notre page Web à l'onglet de nos activités.

Venez nous rencontrer à nos Déjeuners mensuels et restez à l'affût des dernières nouvelles sur notre page Web [S-section Saguenay/Lac St-Jean](#).

Nouvelles des Tables de concertation des aînés (TCA)



Par **Serge Boisseau**, Représentant à la TCA – Chaudière-Appalaches

La Table offre dans son Bulletin une section réservée aux Tables locales ou aux membres représentants.

Dans le [Bulletin de février 2023](#), Serge a fait une belle place pour l'ANRF. Il a placé une page complète (ANNEXE 3).

SECTION RÉSERVÉE AUX TABLES LOCALES OU AUX MEMBRES

UNE PRÉSENTATION D'UN DE NOS MEMBRES : L'ANRF

Dans le présent bulletin, la TCA-CA fait place à la présentation de l'Association nationale des retraités fédéraux (ANRF). Les lecteurs peuvent également visiter le site anrf-sq.org.

Notre mission

Améliorer considérablement la qualité de la retraite et la sécurité de nos membres et de tous les canadiens à la retraite grâce à la défense de leurs intérêts et à la prestation de services. Notre association est d'ordre national et composée de 76 sections au Canada comptant plus de 176 000 membres. La section de Québec compte environ 6 800 membres et couvre l'ensemble du territoire de la TCA/CA et d'avantage. **Voir plus d'informations à l'ANNEXE 3.**

Source : Serge Boisseau, représentant de l'ANRF



Activités chez les légionnaires

Par **Jean-Marc Demers**, Secrétaire général

Les membres de la famille fédérale tiennent des activités dans le milieu de la Légion canadienne. Le dernier numéro de la revue "LÉGION" - mars/avril 2023 - fait état d'une activité très originale de la Filiale d'Arvida à Jonquière.

Filiale d'Arvida à Jonquière - Les dernières 42 banderoles du projet d'une série de 122, honorant des vétérans du milieu, viennent d'être placées au Centre-Ville d'Arvida, dans le cadre d'un projet commémoratif soutenu par la Filiale d'Arvida. Les membres de la famille fédérale tiennent des activités dans le milieu de la Légion canadienne.



Les Impôts, c'est maintenant

[Impôts quand vous prenez votre retraite ou atteignez 65 ans - Canada.ca](#)

[Québec - Trousse d'impôt 2022 - Canada.ca](#)

[LES AÎNÉS ET LA FISCALITÉ \(revenuquebec.ca\)](#)

ON PARLE DE NOUS dans les MÉDIAS

L'ÉCHO du LAC – René Grenier

www.journal-local.ca | L'ÉCHO DU LAC | FÉVRIER 2023 | VOLUME 17 NUMÉRO 2

11

Un bénévole exemplaire À la rencontre de René Grenier

CAROLE ROY

caroleroy@journal-local.ca

René Grenier, ancien résident de Lac-Beauport, réside à Stoneham depuis plusieurs années. Retraité de la Garde côtière depuis 2011, son expérience de commandant de brise-glace et finalement de la haute fonction publique fédérale fait de lui un habitué des défis et du changement.

À la retraite, son implication de bénévole lui laisse très peu de temps libre. Il faut le voir s'engager sans réserve comme membre des conseils d'administration de l'Association

Un bénévolat humaniste

La pandémie, même si elle s'efface tranquillement, et la transformation du bénévolat obligent les organisations à s'ajuster. Les bénévoles sont davantage des partenaires que des assistants, tant au niveau du conseil d'administration que pour mener à bien les services offerts.

La section de Québec de l'ANRF remercie M. Grenier pour son implication, même si on sait que lui-même dira que c'est l'engagement de chacun dans l'équipe.

Sous son leadership, une bénévole de la section a obtenu la plus haute distinction nationale de l'ANRF, le Prix du leadership pour l'Excellence individuelle et la même année, la Section de Québec a remporté le Prix national de la défense des intérêts.

C'est grâce à M^{me} Micheline Lefrançois, 1^{re} vice-présidente, section de Québec, de l'ANRF que nous avons pu mettre René Grenier en lumière. Mille mercis, chère dame, de nous avoir fait découvrir ce voisin sous un angle différent! ■



René Grenier

Cécile Poirier - Courtoisie

Consulter l'article au complet, [ICI](#)

Entrevue avec Jean-Marc – YouTube

<https://youtu.be/1KyG6pYbaFM>



Interview de notre collègue Jean-Marc Demers à la « Télévision d'Ici » - Côte-de-Beaupré et Île d'Orléans pour sa remise de Médaille d'or du lieutenant-gouverneur et son implication à l'ANRF

Félicitations Jean-Marc!

Journal de Lévis – 28 février 2023

Courrier de Portneuf – 8 mars 2023

L'Association nationale des retraités fédéraux (ANRF) célèbre cette année son 60^e anniversaire

L'ANRF est la plus importante organisation de défense des intérêts des membres retraités et préretraités de la fonction publique fédérale, des Forces canadiennes, de la GRC et des juges de nomination fédérale.

Depuis 1963, l'ANRF offre des services visant à améliorer la sécurité financière, la santé et le bien-être de ses membres et de tous les Canadiens.

L'ANRF représente ses 170 000 membres à divers conseils et comités gouvernementaux, notamment lors des négociations sur notre système de soin de santé (RSRFF) qui ont mené à plusieurs gains. Elle travaille aussi à l'élaboration d'une stratégie nationale pour les aînés et à ce que les vétérans du Canada aient le soutien et la dignité qu'ils méritent. Elle assure un rôle de vigilance auprès des autorités qui ont une influence sur les revenus de retraite et les prestations de services.

Nous défendons les droits et intérêts des retraités d'aujourd'hui et de demain.

La section de Québec comprend 6 000 membres. Elle travaille d'arrache-pied au maintien, à la protection et à l'amélioration des accès des retraités et futurs retraités fédéraux de l'Est du Québec, et ce, grâce à la défense des droits et intérêts de leurs membres. Grâce au pouvoir collectif elle est influente auprès des gouvernements.

Adhérez aujourd'hui... même si vous n'êtes pas retraité!

Si vous êtes admissible à l'adhésion, votre conjoint(e) l'est aussi! Votre conjoint(e) peut être à la retraite ou travailler encore, et n'a pas besoin de recevoir actuellement une pension fédérale. Il y a plusieurs façons de devenir membre :

- 1) En ligne www.nationalretirees.ca ou par téléphone 1.888.304.4700 (sans frais)
- 2) Bureau de la section de Québec 418.661.4896 – 1.666.661.4896 (sans frais)

Cliquer sur les @liens et bien Visualiser les articles.

Assemblée générale annuelle 14 avril 2023 au Patro Roc-Amadour
Avis de convocation

Vous êtes invités à l'Assemblée générale annuelle de la section de Québec le vendredi 14 avril 2023 à 9h30 au Patro Roc-Amadour, Salle Pierre-Raymond-Berrier au 2301, 1^{er} Avenue à Québec.

Conférencière invitée : De Michèle Morin, gériatre très bien connue.
Thème de la conférence : « Le décrochage de l'âge de la retraite appartient à ceux qui se le font tôt ? »

Réception, lunch, tirages de prix de présence.
Inscription obligatoire : info@anrf.ca – 418-661-4896

Sur le terrain | ACTUALITÉS | ÉCHOS

Un accès à des services spécialisés

Selon la Commission de la santé mentale du Canada, les personnes âgées de 18 ans et plus souffrent de problèmes de santé mentale. C'est pourquoi l'organisme jeunesse séniorisé (Jeune) a lancé un service de soutien par vidéo en temps réel.

Des conseils expérimentés répondent aux questions et aident à mieux servir sa santé mentale. Les parents peuvent se joindre à ces appels vidéo et la consultation de leur enfant est gratuite. Ce service est offert en français et en anglais.

Les services de soutien par vidéo en temps réel sont offerts par le service de soutien par vidéo en temps réel.

Service spécialisé
Des conseils expérimentés répondent aux questions et aident à mieux servir sa santé mentale. Les parents peuvent se joindre à ces appels vidéo et la consultation de leur enfant est gratuite. Ce service est offert en français et en anglais.

Les trois quarts des personnes qui souffrent de problèmes de santé mentale n'ont accès à aucun service ni soins spécialisés.

Les parents peuvent jouer un rôle clé en encourageant leurs enfants à consulter un professionnel de la santé mentale.

Association nationale des retraités fédéraux
Section de Québec
Assemblée générale annuelle (AGA)

Association canadienne des retraités fédéraux / National Association of Federal Retirees

L'ANRF est la plus importante organisation de défense des intérêts des membres retraités et préretraités de la fonction publique fédérale, des Forces canadiennes, de la GRC et des juges de nomination fédérale.

Vous êtes invités à l'AGA de la section de Québec le vendredi 14 avril 2023 à 9h30 au Patro Roc-Amadour, Salle Pierre-Raymond-Berrier au 2301, 1^{er} Avenue à Québec. Inscription dès 9h00.

Conférencière invitée :
De Michèle Morin, gériatre très bien connue.

Thème de la conférence :
« Le décrochage de l'âge de la retraite appartient à ceux qui se le font tôt ? »

Il y aura également de l'information sur les améliorations et modifications du Régime de soins de santé de la fonction publique fédérale qui sera gérée par Canada Vie à compter du 1^{er} juillet 2023. Autres sujets d'intérêt, tirages, lunch, tirages de prix de présence.

Information sur notre site web : www.anrf.ca et [Retraités Fédéraux Québec](https://www.facebook.com/ANRFQuebec)
Inscription obligatoire : info@anrf.ca – 418-661-4896

Invitez un(e) collègue retraité(e) fédéral(e) ou futur(e) retraité(e) à participer à notre AGA.



La visioconférence du 8 février 2023 Les Quatre Saisons aux Jardins de Métis

La conférence de Mme Patricia Gallant sur les 4 Saisons au Jardin de Métis a été une belle réussite. Nous avons eu 165 inscriptions et plus de 75 participants ont répondu à notre sondage. Il y a eu beaucoup de questions à Mme Galant et une bonne rétroaction. Nous avons aussi reçu de belles suggestions de future visioconférence. Plusieurs participants se sont rappelés de beaux moments aux Jardins de Métis et d'autres ont hâte d'y aller.



Photo de
Patricia Galant



ACTIVITÉS À Venir

La Section de Québec de l'ANRF vous invite à une activité à la cabane à sucre qui aura lieu à :

L'Érablière du Cap le mardi 18 avril 2023 à 12h00.



[Site web et menu](#)



Érablière du Cap, 1925 Chemin Lambert, Lévis, Québec, 418-831-8647
À proximité de Québec (10 min des ponts): Autoroute 20, direction Montréal, sortie 305.
[Comment s'y rendre](#)

- Pour les membres, le coût est de 30.00\$ tout inclus (taxes et service).
- Pour les non-membres, le coût est de 36.00\$

RÉSERVEZ DÈS MAINTENANT ! La date limite pour réserver et payer est le 29 mars 2023.

Une cabane à sucre de tradition familiale, dont plusieurs membres de notre Section ont déjà apprécié la qualité de leur mets et l'ambiance chaleureuse : musique, tirage, tire sur neige, produits de l'érable. Vous pouvez inviter famille et amis (prix indiqué plus haut).

Pour réserver et payer :

1. **Germain Boivin, par Interac g-boivin@videotron.ca ou 418-407-1809**
2. **Par chèque au bureau ANRF – Section de Québec - 660, 57e rue Ouest, app 162 Québec, Québec G1H 7L8 ou**
3. **Par chèque ou en argent au déjeuner de la Section le 22 février 2023 et le 29 mars au resto Normandin Bouvier.**

Lors de votre inscription, svp indiquer numéro de membre, votre adresse courriel et numéro de téléphone afin de vous rejoindre au besoin.

Bureau : ANRF – Section de Québec - (418) 661-4896 Sans frais : 1-866-661-4896 – Courriel : anrf@bellnet.ca



Invitation au théâtre d'été de Beaumont St-Michel

Titre de la pièce : « HAUTE FIDÉLITÉ »

Date : **mercredi, 5 juillet 2023 à 20 heures.**

Prix : \$50.00 par personne

35 places disponibles. Premier arrivé, premier servi!
Parents et amis sont les bienvenus, priorités aux membres.

Réservation et paiement **avant le 28 juin 2023.**

1. Roland Langevin par virement roland.langevin@videotron.ca ou
2. Par chèque au bureau ANRF – Section de Québec - 660, 57e rue Ouest, app 162 Québec, Québec G1H 7L8 ou
3. Par chèque ou en argent au déjeuner de la Section du dernier mercredi du mois, au resto Normandin Bouvier auprès de Germain Boivin.

Les billets seront remis sur place, au théâtre, par Germain Boivin.

La Section n'organise pas le souper, pour réserver le souper, contactez directement le Théâtre Beaumont-St- Michel [Nous joindre - Théâtre Beaumont-St-Michel \(theatrebeaumontstmichel.com\)](http://theatrebeaumontstmichel.com)

Pour [plus d'information sur la pièce et les acteurs, cliquer ici](#)

Les déjeuners mensuels de la Section à Québec

Prochain déjeuner, le **mercredi 29 mars 2023, à 8h30, au restaurant Normandin du [986, rue Bouvier, Québec, G2J 1A3](#), 418-627-1265.**



Balayez ce code QR avec la caméra de votre téléphone cellulaire ou tablette afin de vous rendre sur notre site web où vous trouverez plus de contenu sur nos activités

Horaire du bureau de la Section



Edna Richer,
coordonnatrice

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](#)

Vous pouvez en tout temps laisser un message dans notre boîte vocale;
il nous fera plaisir de vous rappeler.

Membres du Comité des Communications et Collaborateurs



Micheline Lefrançois



Edna Richer



Diane Legros



Gilbert Sauvé



Marianne Lafond



Pierre Marquis



Claude Larochelle

PROCHAINE INFOLETTRE 15 mai 2023