INFOLETTRE

ANRF - Section de Québec

INDEX DES SUJETS

- Mot du Président
- Défense des droits et intérêts - RSSFP
- AAM en image
- Rapport AGI Saguenay Lac-Saint-Jean
- Rapport Bas-St-Laurent Gaspésie
- Programmes – Ainés
  - 1er Rapport soins à domicile
  - Ainés et Consommation
  - Statistiques – Profil des ainés au Québec
  - Vieillir chez soi
  - Allocation-Logement
- Équipe ANRF aux quilles – L'Or
- Bonne nouvelle - vétéranes
- Activités sociales
- IRIS-Nouveau partenaire
- Horaire du bureau de la Section
- Membres du Comité
- Prochaine parution

MOT DU PRÉSIDENT

Bonjour à tous.

C'est toujours un plaisir de rencontrer nos membres, cette année à Chicoutimi et à Matane. Notre ami Ghislain Lavoie a été reconduit pour un autre mandat au Saguenay comme administrateur et agent de liaison.

Concernant notre exécutif, nous avons fait le 7 juin une journée remue-méninges. Il fallait faire le point sur ce que nous avons entendu lors de nos assemblées, se concerter et à la mesure de notre Section, nous faire un plan stratégique intermédiaire, si cela existe: Aligné avec l'Association et avec nos membres.

Juste le changement d'assurance nous a démontré que si pour plusieurs, la conversion c'est bien fait, pour d'autres ce n'était pas évident. Ce qui a créé des pressions évidentes pour nous au niveau de la section. Il nous faudra aussi recruter des bénévoles, mais avant tout, il faut s'organiser pour les accueillir et qu'ils se sentent productifs.

Je reviens de l'AAM à Gatineau, où, sauf pour les premières phrases de bienvenue, le tout s'est déroulé en anglais. Heureusement, que nous avions la traduction avec des écouteurs. Ce que j'ai retenu, c'est que comme association de défense des intérêts de nos membres, malgré une réputation hors-pair au niveau du gouvernement fédéral, il nous reste du chemin à faire. Il nous faudra s'engager avec enthousiasme à offrir un milieu équitable, diversifié et inclusif pour tous nos membres. Il faudra peut-être repenser le travail des sections et au niveau national être plus présent sur la scène publique.

Nos messages devront être adaptés aux nouvelles plates-formes, soient les médias sociaux, si on veut être entendu. Si un message vaut mille mots, maintenant on dit qu'une vidéo en vaut un million et arrête le défilement vers d'autres articles. Pour capter l'attention et rester pertinent aux yeux du public, il faut « faire simple » et publier moins d'articles trop techniques, être optimiste tout en gardant un message fondamental comme dans les conférences TED. Nous nous rappelons les histoires, même si on en oublie les détails. En un mot, il faut aller à la rencontre de notre auditoire.

Finalement, toutes nos félicitations à Jean-Marc Demers qui a reçu un des prix du 60e anniversaire, décerné par le district de Québec, au Théâtre du Casino de Gatineau et à Guy Abel, grand gagnant par acclamation de la salle lors du Souper annuel, du meilleur costume des années soixante. L'histoire ne dit pas s'il se lève au petit matin comme son père pour faire la livraison du lait aux portes. Je vous laisse le soin d'aller voir les photos plus bas dans l'infolettre. Nous avons tout un Directeur des finances!

Profitons de la saison estivale.

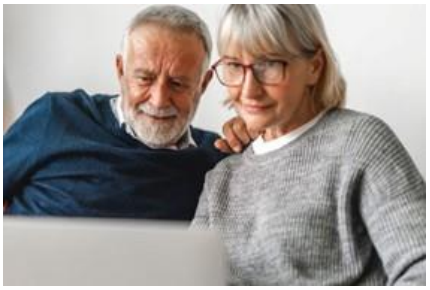
Cordialement,
René Grenier, Président de la Section de Québec

DÉFENSE des DROITS et INTÉRÊTS

Par **Micheline Lefrançois**, 1ère vice-présidente

Le Bulletin No. 46 du RSSFP vous fournit des informations essentielles sur notre régime d'assurance santé. Dans ce numéro:

- Transition de la Sun Life à la Canada Vie
- Présentation de demandes de règlement à la Sun Life avant la transition à la Canada Vie le 1er juillet
- Protection totale et garantie assistance-voyage d'urgence
- Votre nouveau fournisseur de protection totale et de garantie-voyage d'urgence
- Veillez à ce que vos renseignements d'adhésion préalable soient à jour
- Rappel : Améliorations et modifications du RSSFP
- Taux de cotisation / Disposition d'allègement
- Rappel : Disposition d'allègement pour les participants retraités



Rappel : Disposition d'allègement pour les participants retraités

Si vous avez adhéré au RSSFP à titre de participant retraité, vous pourriez être admissible à la disposition d'allègement du régime.

La disposition d'allègement a été élargie afin d'y inclure les participants dont le départ à la retraite a eu lieu entre le 1er avril 2015 et le 31 mars 2025.

Ainsi, si un participant prend sa retraite d'ici le 31 mars 2025, il pourrait être admissible à un taux de cotisation réduit selon le rapport de partage des coûts 25:75 (participant : employeur), pourvu qu'il réponde aux critères suivants :

- Il reçoit la garantie du Supplément de revenu garanti (SRG);
- Il a un revenu net ou un revenu net combiné inférieur au seuil d'admissibilité au SRG.

L'ASSEMBLÉE ANNUELLE DES MEMBRES (AAM) 2023

RECONNAISSANCE DES BÉNÉVOLES

Par **Micheline Lefrançois**, 1ère vice-présidente

Parmi les activités de l'Assemblée Annuelle 2023 des membres de l'Association nationale des retraités fédéraux, se tenait au Théâtre du Casino de Gatineau le Gala Reconnaissance des Bénévoles par la remise des Prix du 60e anniversaire.

Jean-Marc Demers, recevant son Prix du 60e des mains de Jacques Lambert, administrateur du Québec au CA national.

Sous la direction du président national Roy Goodall, entourés des membres du Conseil national d'administration et des présidents des 76 sections du pays, les récipiendaires se sont présentés tour à tour pour recevoir des mains du président un trophée bien mérité soulignant leur apport important et leur leadership dans le développement et le succès bien établi de l'Association dans leur région respective!

Pour le Québec, les trois récipiendaires sont: Mme **Jocelyne Wiseman**, membre du CA de la section de Montréal et membre du CA du réseau de la FADOQ, M. **Pierre Cousineau**, Grand bénévole 2019 de l'ANRF et ancien président de la section de l'Outaouais et Me **Jean-Marc Demers**, médaillé d'Or 2022 du Lieutenant-gouverneur du Québec pour son apport exceptionnel au développement de la cause des Ainés, et ancien président de la section de Québec.
Voici les 6 présidents du Québec qui ont proposé les 3 candidatures pour le Prix du 60e.

De gauche à droite, Pierre Bilodeau (section de Montréal), Rachel Baril (section de la Mauricie), René Grenier (section de Québec), Jean-Marc Demers au centre, Donald Déry (section de l'Outaouais, Gérard Brochu (section des Cantons de l'Est), Régis Charron (section de Haute- Yamaska), Andrée-Lise Provost et Jacques Lambert (membres du Conseil d'administration national pour le Québec).

Gala reconnaissance des bénévoles - AAM 2023 à Gatineau

Guy Abel, grand gagnant du costume du 60e anniversaire

Pour célébrer le 60e anniversaire de notre Association, les participants étaient invités à se costumer à la mode des années 1960. Guy Abel, directeur des finances de notre Section, portait fièrement le costume de laitier de son père livrant le lait aux portes de ses clients dans la MRC de Lotbinière durant les années 60. Guy a fait fureur avec son costume qui attirait l'attention de tous. Il a gagné haut la main le Prix du meilleur costume.

Félicitations Guy ! Guy Abel et Jean-Marc Demers

RAPPORT DU SAGUENAY-LAC-SAINT-JEAN

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

L'été est arrivé et les gens sont très friands de voyages.

Les personnes intéressées à notre petite tournée estivale étaient si nombreux que nous avons 2 groupes. Les 4 et 7 juillet, notre autobus partira en direction de St-Siméon et par la suite vers Baie St-Paul d'où nous prendrons le train (fort probablement le 1er train à hydrogène) jusqu'aux Chûtes Montmorency. L'autobus nous y attendra, courte virée à Québec et un retour au bercail.

Nos petits déjeuners, qui font relâche cet été, reprendront de plus bel en septembre :

Les 1er mardi du mois à La Baie au Restaurant Chez Paulo et
les derniers mercredi du mois à Alma Chez Roberto.
Cliquez sur les noms pour plus d'information sur les restaurants, l'adresse et les trajets pour vous y rendre.

Consulter notre page Web à Sous-Section Saguenay Lac-Saint-Jean pour rester informé.

RAPPORT DU BAS-SAINT-LAURENT-GASPÉSIE

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

Le 25 mai dernier, a eu lieu à Matane notre Assemblée générale d'information (AGI). Une belle réussite avec une présence de 49 membres. Cet événement s'est déroulé en présence de René Grenier notre président, de Guy Abel, Directeur des finances, de Gaston Simard, Secrétaire et de collègues bénévoles.

M. René Grenier, nous a informé des différents types de fonds de pension et M. Guy Abel a présenté les états financiers de la Section.

Deux membres de notre association, Mme Danielle Doucet, a décrit comment nous préparer à voyager et Mme Suzanne St-Gelais a présenté les superbes sentiers thématiques qu'elle a conçus. Mme Sylvie Dubé et M. David Caissie, formateur au CISSS du Bas-Saint-Laurent et du réseau Flambeaux nous ont sensibilisé sur les signaux de l'isolement social et de la vulnérabilité chez certaines personnes.

Remise des certificats : Rock Giguère (***à gauche***), Société d'horticulture; Des certificats remis aussi à Patricia Gallant, horticultrice aux Jardins de Métis; à Marie-Ève Belzile, Agente, Sureté du Québec à Matane et à Me Maude-Gosselin Bouchard, Bureau de l'Aide juridique de Matane.

Plusieurs prix de présence ont aussi été offerts.

Vous pouvez déjà voir plusieurs autres photos, sur notre page Web à l'onglet de la sous-section-bas-st-laurent.

Si vous avez des questions, vous pouvez également me contacter par téléphone au 418 562 9407 ou par courriel à sylhar.sh@gmail.com.

Programmes et informations à connaître pour les Ainés

Par **Diane Legros**, Rédactrice en chef

Rapport important sur les soins et services à domicile

Le Commissaire à la santé et au bien-être (CSBE), Mme Joanne Castonguay, dans son mandat sur les soins et services de soutien à domicile arrive à des conclusions déjà largement connues, dans ses deux premiers de quatre rapports sur l'état actuel des soins et services de soutien à domicile.

Le résumé du premier rapport est disponible sur le site Web du Commissaire à la santé et au bien-être. Le rapport dans son entièreté peut également être consulté.

Le deuxième rapport du CSBE présente une analyse chiffrée de la performance des services de soutien à domicile alors que le troisième résumera l'évaluation d'ensemble du CSBE. Le quatrième rapport présentera les recommandations de Mme Castonguay et sera déposé au gouvernement en décembre 2023.

Aînés et consommation : Des droits à faire valoir - un guide pour les personnes aînées

QUÉBEC, 26 janv. 2023 /CNW Telbec/ - La consommation est un vaste domaine et la clé pour éviter bien des problèmes est de s'informer! C'est dans cette optique que l'Office de la protection du consommateur offre aux aînés et à leurs proches, ainsi qu'aux intervenants qui travaillent auprès d'eux, différents outils afin de les renseigner sur leurs droits et recours en matière de consommation de biens et de services.

Un guide gratuit pour prendre les bonnes décisions et éviter les problèmes

Le guide *Aînés et consommation : des droits à faire valoir* de l'Office vise à informer les personnes aînées de leurs droits et les aider à prévenir les problèmes qu'elles pourraient rencontrer dans divers domaines de consommation qui les touchent particulièrement.

Par exemple, vous y trouverez de l'information sur les erreurs de prix à la caisse; la vente itinérante; les garanties légales; les services de télécommunications; les cours; les cartes et les marges de crédit; les produits miracles offerts sur Internet; l'achat d'un voyage; l'achat de meubles sur invitation et les services funéraires et de sépulture.

Ce guide peut être téléchargé gratuitement en version électronique, à partir du site Web de l'Office, afin de pouvoir s'y référer facilement chaque fois qu'une situation se présente. Les intervenants travaillant auprès des aînés sont aussi invités à commander des exemplaires de cet outil pour le distribuer à leur clientèle.

De plus, sur le site de l'Office vous pourrez visualiser le Webinaire offert le 31 janvier dernier.

Pour renseignements et entrevues :
Charles Tanguay
Service des communications et de l'éducation
418 643-1484, poste 2254

Consulter le contenu original : http://www.newswire.ca/fr/releases/archive/January2023/26/c9491.html

Un portrait statistique d'envergure au sujet des personnes aînées, une première au Québec

Combien y a -t-il de personnes aînées au Québec ? Où vivent-elles ? Comment se déplacent-elles ? Dans quelle proportion travaillent-elles ? Comment occupent-elles leur temps ? Voilà quelques-unes des questions auxquelles vous trouverez réponse dans le Portrait des personnes aînées au Québec réalisé par l'Institut de la statistique du Québec, en partenariat avec le Secrétariat aux aînés. La publication contient une multitude d'informations sur le logement, les moyens de transport, le revenu, l'occupation du temps, la santé, la consommation, les habitudes de vie, les communications, etc.

Vieillir et vivre ensemble, chez soi : Il est encore temps de participer à la vaste consultation publique

Le Secrétariat aux aînés invite la population à participer à une vaste consultation publique, réalisée dans le cadre des travaux qui mèneront à l'élaboration du troisième plan d'action issu de la Politique gouvernementale Vieillir et vivre ensemble, chez soi dans sa communauté, au Québec, pour la période 2024-2029. Cette consultation en ligne donne l'opportunité aux citoyennes et citoyens québécois de faire connaître leur point de vue sur des sujets touchant leur vieillissement ou celui de leurs proches.
Jusqu'au 21 Juillet 2023, exprimez-vous ici

Programme Allocation-logement – Une aide financière allant jusqu'à 170$ pour pallier la hausse des loyers

QUÉBEC, le 17 janv. 2023 /CNW Telbec/ - En marge de la publication, aujourd'hui, des pourcentages applicables pour le calcul d'ajustement des loyers en 2023 par le Tribunal administratif du logement (TAL), la ministre responsable de l'Habitation rappelle que les ménages à faible revenu peuvent obtenir jusqu'à 170 $ par mois pour payer leur loyer grâce au programme Allocation logement (PAL) de la Société d'habitation du Québec.

Cette aide financière pourra permettre aux ménages admissibles de mieux composer avec l'impact de l'inflation sur le coût de la vie et d'absorber les effets de la hausse de leur loyer en 2023. Pour en savoir plus : Revenu Québec Allocation logement

Consulter le contenu original : http://www.newswire.ca/fr/releases/archive/January2023/17/c5538.html

---

Nos représentants de l'ANRF gagnent l'Or

Par **Roland Langevin**, Trésorier et Délégué à la FADOQ

Notre équipe gagne l'Or

L'équipe qui représentait l'ANRF- Section de Québec aux Grosses Quilles (Mixte) des Jeux Régionaux de la FADOQ - Régions de Québec et Chaudière-Appalaches a gagné la Médaille d'Or.

Cette équipe était composée de : Yvon Trudel (capitaine de l'équipe), Doris Trudel. Jocelyn Bouchard, Éric Boisvert et Rachel Routhier. Ils nous représenteront aux Jeux Provinciaux du Réseau FADOQ qui se tiendront, du 19 au 21 septembre 2023, à Sherbrooke.

Félicitations à l'équipe et Bonne chance pour septembre!

.

Bonne nouvelle pour les vétéranes

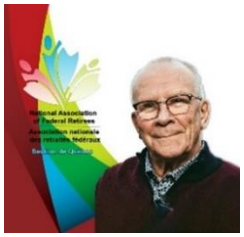
Adoption de l'appellation « vétérane » par le comité ACVA et Anciens Combattants Canada

Finalement, le gouvernement remplace le terme « femme vétéran » par « vétérane ».

À la suite des demandes de plusieurs vétéranes, le comité ACVA a récemment changé le nom de son étude en cours sur « L'expérience vécue par les **femmes vétérans** » par « Expérience vécue par les **vétéranes** ». Mieux encore, le ministre des anciens Combattants s'est engagé à procéder au changement au sein de son ministère. Le terme « femme vétéran » était perçu comme un manque de reconnaissance envers les femmes ayant servi.

Pour visionner le segment, c'est ici : https : //youtu.be/w26ycYfzI4A.

Nous demandons que le terme « vétérane » soit adopté par le ministère de la Défense nationale, les Forces armées canadiennes et tout autre ministère ou agence du gouvernement canadien.



Par **Germain Boivin,** Organisateur en chef des événements

ACTIVITÉS SOCIALES

Le théâtre Beaumont St-Michel

C'est mercredi, 5 juillet 2023 à 20 heures.

Pour plus d'information sur la pièce et les acteurs, cliquer ici

---

Le golf bat son plein jusqu'à la mi-septembre, chaque mardi à 9h30, au **Royal Charbourg**

Les déjeuners mensuels à Québec se poursuivent tout l'été, toujours les derniers mercredi du mois, à 8:30 hres au Normandin du 986, rue Bouvier, Québec, G2J 1A3**.**

L'ANRF – Section Québec aura encore son kiosque au Salon de la FADOQ – Québec/Chaudière-Appalaches **qui se tiendra du 13 au 15 octobre 2023.**

Nous vous en parlons maintenant car nous avons toujours besoin de bénévoles pour faire la promotion de notre association au kiosque. Il importe de vous rappeler que, s'il y a lieu, vos frais seront remboursés par l'ANRF.

Pour vous tenir informé des dernières nouvelles, visiter notre page Web : ANRF SECTION DE QUÉBEC - Accueil (anrf-sq.org).

Un nouveau partenaire privilégié à l'ANRF : IRIS

Les membres de Retraités fédéraux et les membres admissibles de leur famille immédiate peuvent désormais profiter des aubaines d'Avantage IRIS. Comptant plus de 150 boutiques au Canada, le réseau IRIS est prêt à répondre aux besoins des membres de Retraités fédéraux sur les soins de la vue, en leur offrant des économies sur les lunettes, les lunettes de soleil et plus encore.

*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*

Edna Richer,
coordonnatrice

Horaire du bureau de la Section

– Période estivale 2023 -

Du 26 juin au 4 septembre 2023, notre bureau sera ouvert de 13 h 00 à 16 h 00 les mercredis et jeudis

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.**

Un bel été à toutes et à tous !

PROCHAINE INFOLETTRE 15 septembre 2023