

Mot du président

« Notre étoile est en nous et, de nous, il dépend qu'elle soit bonne ou mauvaise. »

Charles Beaudoin

Bonjour tout le monde,



Les activités et les interventions de l'AREQ se poursuivent toujours pour 2015-2016. Votre participation est très importante.

Au niveau du dossier de la retraite, vous retrouverez de l'information sur le site de l'AREQ grâce aux communiqués produits depuis le début du triennat. En janvier, vous avez reçu deux documents de la CARRA : la feuille de « **votre Rente 2016** » ainsi que celle de « **l'État des Dépôts** ». Si vous avez des questions au sujet de ces documents, n'hésitez pas à communiquer avec votre personne responsable sectorielle du dossier. Pour les questions particulières, il faut vérifier avec Retraite Québec (regroupement de la CARRA et de la RRQ, voir le texte de Gilles De Blois, responsable régional) et si le dénouement est trop long, communiquez avec moi (819 769-1884). Les membres qui auront 65 ans au cours de 2016, n'oubliez pas de communiquer avec Luce Laverdière de l'AREQ (1 800 663-2408) tel que précisé lors de notre rencontre en novembre dernier. Lorsque vous faites votre demande pour la pension du Fédéral, il faut s'inscrire quand même au supplément de revenu même si vous n'avez pas la chance d'en obtenir actuellement.

Je vous encourage à suivre les différents communiqués de l'AREQ que l'on retrouve sur le site (areq.qc.net) et de vous inscrire à l'infolettre. Les politiques gouvernementales d'austérité touchent certains services à la population, même aux personnes âgées. Il faut penser aux frais accessoires qui sont de plus en plus demandés lors des visites chez votre médecin.

Nous pouvons être en accord avec certaines mesures annoncées afin de corriger certains abus, mais faut-il tout changer comme il est suggéré dans le système de santé ou au niveau de l'éducation? Même si les ententes négociées sont acceptées par les personnes à l'emploi du gouvernement, il faut continuer de suivre certains dossiers qui nous concernent plus particulièrement lorsque ça touche notre pouvoir d'achat. Toutes et tous ensemble, nous devons y réfléchir et dénoncer. Informez-vous auprès de vos personnes responsables régionales et sectorielles des différents comités étant donné que ces dernières ont reçu des formations à Québec depuis le début de 2015-2016.

N'oubliez pas de vous inscrire aux activités ou aux assemblées générales sectorielles (AGS) et à l'assemblée générale régionale (AGR). Lors des AGS, il faut élire les personnes déléguées au Congrès 2017. Il ne faut pas penser que ça s'adresse uniquement aux personnes des conseils sectoriels. Tous les membres sont éligibles. Nous avons besoin de sang neuf afin de poursuivre notre travail. Ferez-vous partie de la délégation de votre secteur?

Fernand Grenier, président



TABLE D'ACTION CONTRE L'APPAUVRISSEMENT DE L'ESTRIE ENVIRONNEMENT ET PAUVRETÉ: LE MÊME COMBAT!

Au fil de mes plus récentes lectures, quelle ne fut pas ma surprise de découvrir que David Suzuki(1) et le Pape François(2) partageaient la même perception à propos du réchauffement climatique et de la lutte à l'appauvrissement.

Après avoir dénoncé de part et d'autre l'exploitation abusive de la nature et les inégalités toujours croissantes entre les plus riches de la planète et les plus démunis, ils en viennent à la même corrélation entre l'appauvrissement de la nature et l'appauvrissement économique. **L'un ne va pas sans l'autre!** Ils partagent tous les deux le même argumentaire: le capitalisme et le néo-libéralisme, avec la surexploitation de notre «Terre mère» et le fixisme de profits excessifs sur le dos de la «maison commune», engendrent un point de non-retour et sont directement responsables de la pauvreté et de la pollution.

Enfin, si le Pape François, en bon chrétien, questionne notre sens des responsabilités vis-à-vis de la Création et de son Créateur, David Suzuki, en bon athée qu'il affirme être, nous renvoie à trois besoins essentiels pour vivre: respirer, boire et manger. Il nous faut donc sauvegarder l'air, l'eau et la terre-fertilité.

Réf. (1) Suzuki David, Lettres à mes petits-enfants, chez Boréal.

(2) Pape François, lettre encyclique «Loué sois-tu», chez Médias Paul.

Guy Forget, mandataire AREQ-Estrie à la TACAE

APPUI pour les proches aidants

Notre mission :

Contribuer au soutien des proches aidants qui fournissent, sans rémunération, des soins et du soutien régulier à domicile à des personnes âgées ayant une incapacité significative ou persistante susceptible de compromettre leur maintien à domicile.

Notre stratégie générale :

Pour la période 2016-2019, la stratégie générale en est une de soutien aux organismes locaux et régionaux pour le maintien, l'accroissement et le développement des services destinés aux proches aidants d'aînés de notre région.

Orientation :

Cette deuxième planification stratégique triennale de l'APPUI Estrie s'inscrit donc dans une démarche de consolidation, de continuité et de bonification des orientations prises et des actions entreprises sur notre territoire au cours des dernières années.

Présentement, nous sommes à l'étude des projets présentés devant être mis en application sous peu.

Les sommes d'argent données en subventions sont sensiblement les mêmes.

Pas de coupures de la part du ministère.

Henriette Véronneau, mandataire AREQ-Estrie à l'APPUI

Table régionale de concertation des aînés de l'Estrie (TRCAE)

Plan d'action 2015-2016 (Dans notre plan d'action, nous avons 6 objectifs) :

- 1) Développement de la Table régionale;
- 2) Concertation;
- 3) Communications;
- 4) Reconnaissance et sensibilisation de l'apport des personnes âgées;
- 5) Soutien à la formation;
- 6) Soutien aux personnes âgées vulnérables.

Lors des rencontres avec nos partenaires, nous suivons l'évolution des dossiers qui concernent les personnes âgées.

La Table nationale nous tient aussi informés de tous les développements.

Henriette Véronneau, mandataire AREQ-Estrie à la TRCAE

La surconsommation du plastique

La rencontre du 11 novembre 2015 à Québec avec les personnes responsables sectorielles de l'environnement et du développement durable avait pour objectif de nous sensibiliser aux impacts négatifs de la surconsommation du plastique.

Parmi ceux-ci :

Les plastiques rejetés endommagent les habitats naturels marins et sont souvent ingérés par les animaux. Un million d'oiseaux et 100 000 mammifères marins meurent chaque année. Une fois enfoui, le plastique dégage du méthane pendant 100 à 1 000 ans. Ensuite, nous avons identifié des actions à faire pour lutter contre la surconsommation des plastiques.

Je vous en cite quelques-unes :

- * Identifier comment disposer convenablement les différents plastiques;
- * Utiliser des sacs réutilisables;
- * Éviter le suremballage des aliments, acheter en vrac;
- * Utiliser davantage des contenants réutilisables dans les lunchs, pour l'eau...;
- * Éviter de lancer des ballons pour souligner un évènement;
- * Éviter les bouteilles d'eau en plastique;
- * Éviter les plastiques et le polystyrène lors de réceptions, choisir les nappes en tissu, de la vraie vaisselle ou les produits compostables;
- * Éduquer des personnes de notre entourage au sujet du plastique.

Finalement, nous avons décidé de tenir une action commune à la grandeur de la province à l'automne 2016. Les détails vous seront communiqués ultérieurement.

Au plaisir de nous mobiliser!

" Il ne sert à rien à l'homme de gagner la lune s'il vient à perdre la terre." (François Mauriac)

France Harrisson, responsable régionale de l'environnement et développement durable

« JOURNÉE INTERNATIONALE DES FEMMES » Notre voix unie aux autres pour dénoncer!

Le thème de la Journée internationale des Femmes était un **appel à toutes pour se faire entendre!** Un thème qui, en cette période de grandes compressions, incite à unir nos voix pour dénoncer! Un appel à la mobilisation pour participer aux nombreuses actions qui se dérouleront encore ce printemps!

Nous savons que l'affiche et l'épinglette n'ont pas recueilli l'assentiment de toutes parmi les membres de l'AREQ car ce symbole représente l'**affirmation**, le poing levé est explicite dans la force de l'**exigence d'être entendues**. Le gouvernement provincial sabre allègrement dans les soutiens aux plus démunis. C'est donc un moment essentiel pour affirmer nos luttes pour une société égalitaire, juste, solidaire et en paix.



Le Collectif 8 mars, UPPERKUT.
Illustration : Sophie Casson.

Ainsi, nous reconnaissons les récentes manifestations communautaires, populaires et syndicales contre les mesures d'austérité, les actions de la Marche mondiale des femmes qui ont réuni des milliers de femmes au Québec et dans le monde.

Les mobilisations contre les violences envers les femmes, les actions du mouvement féministe en solidarité avec les femmes autochtones pour réclamer une commission d'enquête sur les femmes autochtones disparues et assassinées, prouvent la force et l'étendue des interventions féministes. Pensons aux travailleuses du secteur public (75% sont des femmes) mobilisées pour défendre les services publics et des conditions de travail et de vie décentes.

Ces compressions virulentes brisent les réalités sociales de tant de familles; que **nous, les aînés, avons revendiquées et gagnées** de chaudes luttes... Toutes ces coupures sont banalisées et appliquées discrètement, sans recours par les plus durement touchés. **En tant qu'aînés, aînés, participons à témoigner, dénoncer et exiger!**

Jocelyne Sauvé, mandataire AREQ-Estrie au CAFE (ConcertAction Femmes Estrie),
Comité Condition des Femmes

→PS : Bonne nouvelle : Lise Beaudoin a accepté d'être responsable régionale du comité de la Condition des Femmes avec comme adjointe, Jocelyne Sauvé.
Bravo à vous deux pour votre engagement.

Bonjour Madame, Monsieur,
les membres du conseil régional vous convient à
L'ASSEMBLÉE GÉNÉRALE RÉGIONALE
Mardi 24 mai 2016 à 9h
Hôtel Le Président, 3535 King Ouest
Sherbrooke J1L 1P8 tél. : 819 563-2941

ORDRE DU JOUR

8 h 30 Accueil

9 h 00 Début de l'assemblée générale régionale

1. Message d'ouverture du Président régional et présentation des membres du CR
2. Nomination à la présidence d'assemblée et au secrétariat
3. Lecture et adoption de l'ordre du jour
4. Lecture et adoption du procès-verbal de l'assemblée générale régionale du jeudi, 21 mai 2015
5. Rapport du Président et le plan d'action 2014-2017
6. Rapport des responsables régionaux des différents comités et des mandataires de l'AREQ-Estrie à plusieurs organismes
7. **Pause vers 10 h 25** Période de questions et de commentaires
8. Rapport des états financiers **de 2014-2015 et ceux de 2015-2016**
9. Période de questions et de commentaires
10. Message de la personne invitée (CE de l'AREQ)
11. Mot de clôture et levée de l'assemblée

11 h 30 Assemblée générale de la Fondation Laure-Gaudreault

12 h 00 Dîner chaud et prix de présence

13 h 30 Conférence de M. André Bienvenue sous le thème : **Conciliation- Bonheur- Retraite**

Fin de la rencontre vers 15h

Fernand Grenier, prés. AREQ-Estrie

Coût pour les membres et non-membres : 10 \$/personne

BILLET RÉPONSE

Nom: _____ **Tél. :** _____

► **Secteur** (encerclez la lettre de votre secteur) : **A B C D E F G J**

► **Numéro de membre :** _____

Non-membre Nom : _____ **Tél:** _____

► **Ci-joint mon chèque à l'ordre de: AREQ-Estrie au montant de** _____ **\$**

Envoyez votre billet réponse **au plus tard le vendredi 13 mai 2016 à :**

Noëlla Levasseur, 7032, rue Émery-Fontaine, Sherbrooke Qc J1N 2S8

DOSSIER ASSURANCES

LA LOI 41

Nouvelles activités pouvant être offertes par votre pharmacien :

- prescrire un médicament lorsqu'aucun diagnostic n'est requis, notamment à des fins préventives :
 - cesser de fumer ;
 - voyager dans une destination où il y a des risques de contracter la diarrhée, le paludisme, ...
- prescrire des médicaments pour certaines conditions mineures dont le diagnostic et le traitement sont connus (déjà diagnostiquées par le médecin) ;
- prolonger l'ordonnance d'un médecin (pour éviter que le traitement ne soit interrompu d'ici le prochain rendez-vous) ;
- ajuster l'ordonnance d'un médecin :
 - modification de la forme, quantité, moment de prise (si danger, effet secondaire, interaction) ;
 - informer le médecin.
- substituer un médicament en cas de rupture d'approvisionnement au Québec
 - médicaments de la même sous-classe thérapeutique ;
 - informer le médecin.
- prescrire certaines analyses de laboratoire
 - à des fins de suivi seulement.

ATTENTION:

Ces activités cliniques sont strictement encadrées par des protocoles.
Des frais peuvent s'appliquer. Les honoraires sont par contre remboursés par la RAMQ (même calcul que les médicaments, franchise et coassurance)
Peuvent être sur rendez-vous.

Pour plus d'informations consultez l'article de Johanne Freire dans le prochain "QUOI DE NEUF" printemps 2016.

Pauline Thibault Poudrier et Michéline Provencher,
responsables régionales en assurances

Mise en page : Colette Gaulin
Correction : Colette Gaulin et Pauline Picard
Tombée des textes pour le prochain Estrien : 23 juin 2016





FONDATION LAURE-GAUDREAU

Grâce à votre générosité, à la précieuse implication des personnes responsables de la FLG dans nos huit secteurs et à la collaboration des comités sectoriels de l'AREQ, notre campagne de sollicitation 2015 a rapporté la magnifique somme de **17 378,96 \$**.

À l'occasion de chaque assemblée générale sectorielle, la personne responsable de la FLG remettra des donations à des organismes de son milieu tandis que, lors de l'assemblée générale régionale, ce sera le tour d'organismes couvrant la région de l'Estrie. À cela, il faut ajouter la possibilité de dons à des aînés dans le besoin. Le montant total attribué sera de **13 066 \$**.

Enfin, une demande sera effectuée lors de la prochaine réunion du bureau provincial afin de remettre une donation à la Fondation Vitae qui se consacre à la recherche médicale dans les maladies affectant les personnes âgées. En 2015, cet organisme a reçu 1 250 \$. Il faut noter que cette somme dédiée à la recherche n'est pas prise dans le 13 066 \$.

À partir du mois d'avril, les personnes responsables sectorielles de la FLG vont entreprendre la campagne de sollicitation 2016 qui se poursuivra jusqu'à la mi-décembre. Si le passé est garant de l'avenir, nous savons que nous pouvons compter sur vous, membres de la Fondation et de l'AREQ.

N'oubliez pas l'assemblée générale annuelle de la FLG qui se tiendra le 24 mai à la suite de l'AGR de l'AREQ-Estrie à l'hôtel Le Président.

Claude Smith, président régional de la FLG

Dossier retraite

Des accords de principes ont été signifiés pour les négociations en cours ; il reste à s'entendre sur les textes finaux. La CARRA et la RRQ ne font maintenant plus qu'un. Pour avoir accès à l'information vous pouvez aller à l'adresse suivante : www.retraitequebec.gouv.qc.ca

L'AREQ continue à soutenir nos revendications.

Le 28 janvier dernier avait lieu la toute première rencontre avec les représentants du Conseil du trésor dans le but de discuter des modalités entourant la création de la tribune de discussion des associations de retraités avec le gouvernement.

L'AREQ y était.

L'AREQ sera en mesure de partager de l'information supplémentaire au fur et à mesure des rencontres. Rappelons que le but de cette tribune de discussion avec le gouvernement est d'échanger sur la situation et l'avenir des régimes de retraite du secteur public. L'AREQ souhaite aussi discuter plus largement des conditions de vie des personnes retraitées, de la protection de leur pouvoir d'achat et de l'appauvrissement des personnes âgées.

Gilles de Blois, responsable du dossier retraite

La prochaine élection présidentielle aux États-Unis

La course à la présidence chez nos voisins du sud déterminera une orientation qui marquera le monde entier pour les 4 ou 8 prochaines années. Et le spectacle actuel qu'offrent les caucus ou les primaires n'ont rien pour nourrir l'espoir.

Chez les démocrates, la vision plus progressiste de Bernie Sanders n'arrive pas à s'imposer. Cependant sa campagne oblige Hilary Clinton à nuancer ses discours. Chez les républicains, la campagne se démarque par une poussée encore plus vers la droite. Les discours populistes d'un Donald Trump semblent trouver un écho important dans le camp républicain. Ses adversaires, quant à eux, s'alignent davantage vers la droite religieuse. On constate enfin une division marquée chez les républicains et l'establishment du parti se trouve fort ennuyé par les frasques de monsieur Trump.

Il faut suivre cette élection car elle aura sûrement des répercussions importantes. L'élection éventuelle d'un Donald Trump à la présidence compliquerait les relations entre le Canada et les USA. Sans compter que ses positions sur l'immigration, qu'elles viennent du sud ou des pays en guerre, risquent de créer des tensions internationales très vives. De plus, ce repli sur soi de la société américaine aura sûrement des effets sur l'économie mondiale. Dans cette période difficile sur le plan économique, cela marquera négativement notre économie déjà chancelante.

D'où l'importance de s'attarder à suivre cette campagne jusqu'en novembre prochain!!!

Marcel Pınard, responsable de l'action sociopolitique (ASP)

AUX MEMBRES AREQ, RÉSIDANTS DE SHERBROOKE

Afin d'avoir une vue d'ensemble du bénévolat des membres AREQ sur le territoire de la ville de Sherbrooke, une mini-enquête a été adressée aux membres des secteurs A et B par le truchement de leur bulletin d'information. Les membres AREQ citoyens de Sherbrooke qui appartiennent à d'autres secteurs sont invités à répondre à cette recherche soit :

- en consultant Le Norois ou le Vent d'Est de l'un(e) de vos amis(es)
- en allant sur le site (<http://sherbrooke-est.areq.lacsq.org>), onglet bulletin
- en vous adressant à Angèle (819 791-3970).

Le but de cette cueillette de bénévoles **est pour appuyer notre demande d'admissibilité à la ville de Sherbrooke**, c'est-à-dire la reconnaissance de notre organisme comme participant au développement de la communauté sherbrookoise. Nous habitons la ville, nous apportons nos contributions, nous sommes des centaines de bénévoles au sein d'organismes communautaires, sportives ou autres et la majorité d'entre nous avons travaillé à Sherbrooke. Avec notre Fondation FLG, nous aidons plusieurs organismes de la ville chaque année. Une compilation (anonyme) de vos réponses appuiera notre demande. Si le résultat était positif, **l'accès aux locaux à moindre coût et en temps voulu pour nos activités** serait un grand avantage.

P.S. *Les rencontres des responsables d'organismes de personnes âgées avec les élus de chaque arrondissement, l'automne dernier, furent un franc succès.*

Angèle Berger, mandataire AREQ-Estrie auprès de *Ville Amie des Aînés-Sherbrooke*
(VADA)