



Au pied du courant 06-F

Au pied du courant



Mot de la présidente

Nous avons ralenti le rythme au cours de l'été. Mais nous avons été au rendez-vous pour la production et l'envoi du Carnet. Un merci spécial à Micheline Contant, Denyse Payette et Jean-Pierre Ménard. Les autres collaborations sont mentionnées à l'avant-dernière page du Carnet.

Le Conseil sectoriel a connu une réunion intense le 30 août pour voir notamment à l'organisation des activités des prochains mois. Comme j'avais convié les collègues chez moi, j'avais invité nos bénévoles à se joindre à nous pour un petit 5 à 7 amical pour célébrer "la rentrée" et resserrer les liens entre nous. Ce fut aussi l'occasion pour moi de remercier Hélène Pelland et de souligner ses nombreuses années d'engagement puisqu'elle a demandé à être remplacée.



Je sors de la session habituelle organisée par le Conseil exécutif régional. Les deux jours passés à l'Auberge Handfield marquent de façon évidente l'appréciation de la région pour le travail accompli par les présidents et présidentes de secteurs. Surtout, cette rencontre est une occasion d'échanges dans un climat détendu. Elle nous a offert aussi le maximum de temps pour pousser plus à fond nos discussions.

Nous voilà maintenant au cœur de la campagne électorale. On a pu constater, au débat des chefs diffusé ce soir, que la santé demeure un enjeu majeur. Même préoccupation pour les soins aux personnes âgées. Je vous invite à consulter le site web de l'AREQ et celui de la Table de concertation des aînés de l'Île de Montréal (TCAIM) pour y voir plus clair.

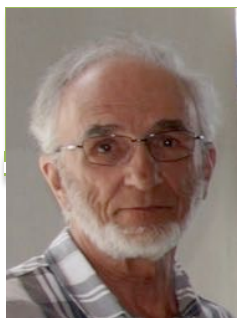
Sommaire

Mot de la présidente	1
Projet Toujours en action	2
À mettre à votre agenda	2
Fondation Laure-Gaudreault	3
Journée internationale des aînés	4
Lettre aux députés re : Indexation	5
Comité de la condition des hommes	6
Site Web sectoriel	6
Assurances	7
Dîner d'automne	8
Décès	8

Je me refuse au cynisme et je souhaite que le vote des personnes âgées s'exprime vigoureusement le 1^{er} octobre, surtout que le hasard a voulu que ce soit la date de la Journée internationale des aînés.

Au plaisir de vous retrouver à l'un ou l'autre de nos petits-déjeuners et aux diverses activités.

Micheline Jourdain,
le 13 septembre



Projet Toujours en action

Le mandat de protection

Vous êtes invités à assister à une conférence sur le **mandat de protection**.

Le **mandat de protection**, auparavant appelé mandat en cas d'incapacité, est un document qui prend de plus en plus d'importance avec l'avancée en âge de nos membres et de la population en général.

En cas d'incapacité, due par exemple à une maladie dégénérative ou suite à un accident grave qui nous priverait de nos facultés mentales, il devient important de nommer une ou plusieurs personnes de confiance (**mandataires**) pour nous protéger, veiller à l'exercice de nos droits et à l'administration de nos biens.



Le **mandat de protection** définit les pouvoirs et responsabilités du mandataire lorsque la personne devient inapte.

Me Suzanne Baril, notaire et conseillère juridique, accepte de nous entretenir sur ce sujet.

Cette rencontre aura lieu le mardi 6 novembre à 13 h 30 à la bibliothèque Langelier, 6473, rue Sherbrooke Est, métro Langelier. Un ascenseur est disponible pour les personnes à mobilité réduite : demandez au comptoir, à l'accueil.

Inscription : Jean-Pierre Ménard 450 582-7170 ou menardj@videotron.ca

À mettre à votre agenda



Le Dîner de Noël aura lieu cette année le 5 décembre. Tous les détails à ce sujet paraîtront dans le bulletin d'octobre mais vous pouvez déjà mettre cette date à votre agenda.



Fondation Laure-Gaudreault



Assemblée générale de la Fondation Laure-Gaudreault

Le 16 octobre aura lieu l'assemblée générale de la FLG à compter de 9 h 30 au Sanctuaire Marie-Reine-des-Cœurs, 3600, rue Bossuet, un coin de rue à l'ouest du métro Cadillac. Les billets, au coût de 30 \$ dont un reçu de 15 \$ pour fins d'impôt qui vous sera retourné, sont disponibles dès maintenant auprès d'Hélène Gingras.

Elle sera présente au déjeuner du 19 septembre pour vous vendre le vôtre. Vous pouvez aussi réserver votre place en communiquant avec elle par téléphone au numéro 514 352-8011, ou par courriel à helgin@sympatico.ca. Nous vous attendons en grand nombre à cette activité annuelle très importante pour le financement de notre Fondation. Si vous ne pouvez participer à cette assemblée générale, vous pouvez faire parvenir votre don en communiquant avec Hélène qui vous donnera ses coordonnées.

Par ailleurs, la campagne de financement, qui a recueilli un peu plus de 9 000 \$ jusqu'à ce jour, se poursuit jusqu'à la fin décembre. Nous vous invitons à donner généreusement pour aider les organismes de notre secteur et ceux de la grande région de Montréal.

En juin 2018, c'est 22 799 \$ qui ont été distribués au grand plaisir des dizaines et dizaines de bénévoles qui font un travail extraordinaire auprès de personnes âgées, de jeunes et de familles qui ont recours à leurs services.

Nous continuerons encore cette année à solliciter votre générosité lors de nos diverses activités. Chaque contribution est importante et très bien utilisée par les organismes que nous aidons.

Au plaisir de vous rencontrer bientôt.

Alice Gagnon pour Hélène Gingras, responsables de la FLG

RAPPEL RAPPEL RAPPEL

Un quilles-o-thon régional est organisé le dimanche 30 septembre à compter de 13 h 30 au Salon de quilles Fleury, (coin Fleury/Papineau).



Coût : 25 \$. Un reçu de 20 \$ sera remis au nom de la FLG à chaque participant.

Il est encore temps de s'inscrire auprès d'Alice Gagnon, par courriel à l'adresse suivante alicegag@hotmail.com, ou par téléphone au numéro 514 914-5483, ou encore au déjeuner de la rentrée, ce mercredi 19 septembre.

L'invitation vaut aussi pour les membres de la famille et les amis. C'est une belle occasion de faire un peu d'exercice et de s'amuser en équipe ou en famille tout en contribuant à la campagne de financement de notre fondation.

Je vous y attendrai pour vous encourager.

Alice Gagnon

Journée internationale des aînés

La Journée internationale des aînés est un moment privilégié pour souligner la valeur incommensurable des personnes aînées dans notre société. Cette année, le thème « Partenaires pour un mieux-vivre » veut mettre l'accent sur l'importance d'associer les personnes aînées dans les projets et décisions sur les enjeux qui les concernent.¹



Comme cette journée est célébrée en octobre, les membres du Conseil sectoriel vous invitent à fêter nos personnes aînées (75 ans et plus en 2018) le mercredi 10 octobre. Ces personnes ont déjà reçu une invitation personnelle par courrier postal ainsi que la façon de s'inscrire.

Nous invitons les membres du secteur à se joindre à nous pour remercier du fond du cœur nos personnes fêtées.

L'évènement aura lieu le 10 octobre 2018, à midi, au restaurant Lux Gouverneur, 5500, rue Sherbrooke Est, coin boul. l'Assomption.

Coût pour les accompagnateurs, accompagnatrices et membres non fêtés de l'AREQ :
35 \$, comprenant un dîner complet et un verre de vin.

Veuillez vous inscrire avant le 28 septembre auprès de Jean-Pierre Ménard au 450 582-7170 ou menardj@videotron.ca. Envoyez-moi votre chèque, libellé à l'ordre de AREQ-Au pied du courant, au 35, rue de Bretagne, Repentigny, J6A 1W4.

Au plaisir de vous y rencontrer.
Jean-Pierre Ménard

1- Infos tirées du site de la Conférence des Tables régionales de concertation des aînés du Québec.





Indexation de nos rentes

Dans le contexte des élections provinciales, l'AREQ nous a invités à interpellier, dans nos milieux respectifs, les candidats et les candidates à propos de l'indexation de nos rentes de retraite. Nous avons préparé cette lettre et nous l'avons transmise à 16 candidats, la semaine dernière.

Nous vous invitons à l'utiliser si vous les croisez ou s'ils ou elles frappent à votre porte! Communiquez-nous leurs réactions.



Madame, Monsieur,

Nous sommes des retraités et retraitées de l'enseignement et d'autres services publics du Québec. Nous avons toujours contribué à notre fonds de pension.

Comme le gouvernement québécois nous a retiré la clause d'indexation de nos rentes entre 1982 et 1999, la majorité d'entre nous subit un manque à gagner important. En fait, nous nous appauvrissons après avoir toujours fait plus que notre large part pour notre régime de retraite lorsque nous étions au travail.

Notre association a participé depuis les années 2000 à plusieurs rencontres avec les gouvernements successifs et leurs ministres des finances. La capitalisation de notre régime est excellente et nous avons indiqué en 2010 que nous étions prêts à ce que cette indexation complète puisse tenir compte d'un taux de capitalisation à 120%.

Le gouvernement a refusé de s'engager là-dessus.

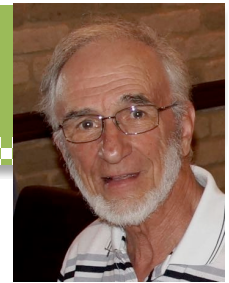
Une fois élu(e), comptez-vous avec votre parti faire quelque chose pour corriger l'injustice que nous subissons?

Micheline Jourdain

Présidente

AREQ Montreal, secteur Au pied du Courant

Comité de la condition des hommes



Journée internationale des hommes



Symbole de la Journée internationale des hommes

Pour souligner la journée internationale des hommes, le Comité de la condition des hommes vous invite, hommes et femmes, à une conférence sur le rôle des grands-parents avec les petits-enfants.

Les grands-parents sont de plus en plus présents et impliqués dans la vie des petits-enfants et celle de leurs parents. Quels sont les pièges qui les guettent, les moyens de les éviter et les plaisirs qu'ils peuvent retirer de ce statut ?

Francine Ferland, ergothérapeute, est la conférencière invitée.

Cette conférence aura lieu à l'Institut culinaire St-Pius X, 9955, rue Papineau le 15 novembre à 13 h 30.

Inscription auprès de Jean-Pierre Ménard : 450 582-7170 ou menardj@videotron.ca



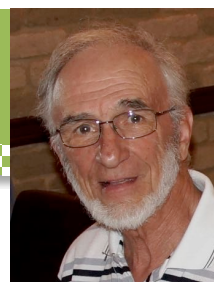
Site Web sectoriel

Prenez note que le « Carnet du secteur » et les « Bulletins mensuels » sont archivés sur le site du secteur : <http://aupiedducourant.areq.lacsq.org/>.

Nous sommes heureux de lire vos commentaires. Servez-vous de la page «Nous joindre» et nous communiquerons avec vous dans les plus brefs délais. Merci.

Micheline Contant

Assurances



Comment faire une réclamation à partir de l'application mobile SSQ

Capsule 8

Cette capsule vous explique comment effectuer une réclamation auprès de SSQ assurances, à partir d'une application mobile avec un téléphone intelligent ou une tablette électronique.

Vous n'êtes pas encore inscrit au site Accès? Pour le faire, consultez la capsule no 1 « Comment s'inscrire au site Accès | assurés de SSQ » sur le site de [l'AREQ](#) sous l'onglet ASSUREQ puis cliquez sur CAPSULE SITE ACCÈS | ASSURÉS SSQ.

À partir de votre téléphone ou de votre tablette, téléchargez gratuitement l'application mobile sur l'**Apple Store** ou **Google Play**.

À l'ouverture de l'application, entrez votre nom d'utilisateur et votre mot de passe. Utilisez les mêmes informations de connexion que lorsque vous accédez à Accès | assurés à partir du site Web ssq.ca.

À l'ouverture de session, une image de votre carte d'assurance SSQ vous est présentée. Cette dernière contient les mêmes renseignements que votre carte papier.

Pour effectuer une réclamation, touchez l'onglet **RÉCLAMATION** dans le haut de la fenêtre.

Sélectionnez l'assuré pour lequel vous désirez effectuer une réclamation puis appuyez sur le bouton **NOUVELLE RÉCLAMATION**.

Choisissez le type de service pour lequel vous réclamez des frais. Notez que la liste affichée peut comprendre des soins qui ne sont pas couverts par votre assurance.

Remplissez le formulaire de demande de réclamation.

Pour inscrire un fournisseur de service tel un professionnel de la santé, entrez ses coordonnées en effectuant une recherche. Les fournisseurs que vous avez déjà saisis lors d'une réclamation précédente s'afficheront automatiquement dans la liste.

Appuyez sur le bouton **AJOUTER UN SERVICE REÇU** pour saisir les détails d'une facture.

Notez qu'il vous est possible de soumettre jusqu'à 5 demandes de remboursement à la fois pour un même fournisseur.

Lorsque vous avez terminé, appuyez sur **SOUMETTRE**.

Vous verrez alors un message de confirmation ainsi que le résumé de la réclamation que vous avez transmise.

Avril 2018



Dîner d'automne

Que pensez-vous d'une agréable rencontre lors d'un dîner d'automne pour célébrer les belles récoltes de notre été caniculaire ? Si oui, rien de mieux qu'un bon repas à l'École des métiers de la restauration et du tourisme de Montréal, au 1822, boul. de Maisonneuve O., métro Guy-Concordia le **jeudi 8 novembre** à midi.

Réservation par téléphone au 450 883-2883 ou 514 256-3698 ou au déjeuner d'octobre.

D'autres informations au prochain bulletin.

Laurette Roy



Décès

Nous avons appris malheureusement le décès de deux de nos membres : **Madame Gilberte Brien** décédée à l'âge de 94 ans le 8 mars 2018 ainsi que celui de **Monsieur Francisco Antolino** décédé à l'âge de 78 ans le 24 mars 2018.

Madame Denise St-Cyr, membre du secteur, a perdu sa sœur Lucille le 2 juillet dernier.

Nos plus sincères condoléances aux familles endeuillées.



Pour ce bulletin de septembre

Mise en pages : Denyse Payette
Photo p. 1 : fournie par Marielle Bélanger
Illustrations : prises sur Google
Livraison : Hélène Gingras
Diffusion par courriel : Marielle Bélanger