



AÎNÉE DE L'ANNÉE

Pour une dixième année, la Journée internationale des aînés a été célébrée le 1er octobre. Le thème de cette année était: «**Pour la suite du monde...**» À Ahuntsic-Ouest, nous avons souligné cette journée lors de notre dîner du 3 octobre en décernant le titre "**Aînée de l'année**" à Madame Réjeanne Nadeau, une femme d'action, une femme de cœur qui a longtemps été une aidante naturelle et qui, malgré ses nombreuses activités, a accepté cette année d'être téléphoniste.



EN ROUTE VERS 2009



La retraite, quelle importante étape de la vie! Toutefois, se retirer du marché du travail ne devrait pas être synonyme d'isolement et de retrait de la société. Comme le disait Paulo Coelho: "La liberté n'est pas l'absence d'engagement, mais la capacité de choisir." Voilà une citation qui me semble très signifiante pour les personnes retraitées et particulièrement pour nous, membres de l'AREQ.

En effet, favoriser l'implication citoyenne de ses membres est une des raisons d'être de notre association car, en plus de permettre à ses membres de retrouver d'ex-collègues et de créer de nouveaux liens, elle est pour eux, un lieu privilégié où ils peuvent suivre de près l'évolution de différents dossiers ayant des impacts importants dans leur vie quotidienne. Et, l'AREQ évolue. Après s'être donné un nouveau nom (**Association des retraités et retraités de l'éducation et des autres services publics du Québec**) au Congrès de juin 2008, l'AREQ a dévoilé son nouveau logo lors du Conseil national d'octobre dernier.

Au cœur du logo, le cercle représente l'humain et les deux formes qui se joignent symbolisent la rencontre. C'est la représentation graphique du dynamisme et de la solidarité que dégage l'AREQ contemporaine.



La région de Montréal est aussi en mouvement. Cette année, une démarche s'est amorcée dans le but de ramener à 10 le nombre de secteurs sur l'île de Montréal qui en compte 16 depuis plusieurs années. Les raisons qui justifient cette nouvelle configuration de la région de Montréal ont déjà été expliquées dans les Échos de l'île de janvier et de mai 2008.

Ahuntsic-Ouest, qui compte 520 membres, ne devrait pas être touché par ce projet. Toutefois, votre Comité directeur est conscient qu'une opération de cette envergure aura des répercussions dans tous les secteurs. Ne serait-ce, pour notre secteur, que le fait de se questionner sur les services offerts aux membres.

(Suite au verso)

Ainsi, l'année 2009 promet d'être riche en projets et, je l'espère, fructueuse pour le cheminement de certains dossiers notamment celui de la protection de notre pouvoir d'achat et celui des soins de santé accessibles à tous. Mais en attendant, je vous souhaite un Noël des plus heureux, rempli du bonheur de partager avec parents et amis.

**Joyeux Noël et Heureuse Année
à vous et à tous les vôtres!**



Gaétane Lebel-Fillion
Présidente



SOMMAIRE

Mot de la présidente	1
Site Web	2
Communication	3
Environnement	3
Fondation Laure-Gaudreault	4-5
Projet d'entraide	6
In memoriam	6
Convocation AGS Ahuntsic-Ouest ...	7
Les Assurances, c'est si simple.....	8-9-10
Accueil des nouveaux membres	10-11
Info personnes proches aidantes	11
Comité d'action sociopolitique	12
Visite au Musée des Beaux-Arts	13
Capsule Homme	14
Souper de la Saint-Valentin.....	14
Calendrier des activités 2009	15
Aînée de l'année	16

LE LIEN, BULLETIN D'AHUNTSIC-OUEST

Responsable: Gaétane Lebel-Fillion
Conception et mise en page: Jean-Guy Marcotte
Révision linguistique: André Bisailon et Monique Gosselin-Ano
Collaborateurs: Micheline Latreille, Marie Martin, Carole Simard, Jean-Guy Roy, Robert Caron et Jean-Guy Marcotte
Prochaine publication: mai 2009
Tirage: 550 exemplaires

SITE WEB

<http://ahuntsicouest.areq.ca>

CALENDRIER DES ACTIVITÉS DE JANVIER À JUIN 2009

Date	Activité	Endroit
Samedi, 14 février	Souper de la St-Valentin	Vinnie Gambini's Marché Central
Jeudi, 19 février	Dîner de l'amitié	Grillade Henri 340, Henri-Bourassa Ouest
Vendredi, 6 mars	Journée internationale des femmes	7400, rue St-Laurent
Vendredi, 20 mars	Visite au Musée	Musée des Beaux Arts Montréal
Mardi, 24 mars	Journée "Occupons-nous de nos affaires"	Auberge Universel rue Sherbrooke Est
Jeudi, 26 mars	Dîner Fête des 5, 10, 15 et plus	Arahova 9705, boul. de l'Acadie
Mardi, 31 mars	Activité du Comité d'action sociopolitique	École St-Pius X 9955, rue Papineau
Mardi, 21 avril	Activité du Jour de la Terre	Auberge Universel rue Sherbrooke Est
Vendredi, 24 avril	Déjeuner et Assemblée générale sectorielle	École St-Pius X 9955, rue Papineau
Mardi, 12 mai	Dîner mensuel	Le Milanais boul. Le Corbusier, Laval
Jeudi, 21 mai	Assemblée générale régionale	7400, rue St-Laurent
Jeudi, 28 mai	Dîner reconnaissance pour les bénévoles	À déterminer
Vendredi, 12 juin	Dîner mensuel	El Toro rue Fleury Est

CAPSULE HOMME

Saviez-vous que... selon l'Institut national de santé publique du Québec, la proportion de décès par suicide chez les personnes de 50 ans et plus est passée de 27,2 % à 39,9 % entre 1999 et 2006? De ce nombre, 74 % sont des hommes et les perspectives ne sont pas très encourageantes puisque le tabou du suicide est moins présent chez les « papy boomers » que chez ceux des générations précédentes.

Et dire qu'il y a encore de nos membres qui se questionnent sur la pertinence d'avoir un comité préoccupé de la condition de vie des hommes! Pourquoi faire c'homme si certaines réalités n'existaient pas?



Extrait du bulletin interne de l'AREQ: Focus, novembre 2008

Noter que le poste de responsable sectoriel du Comité de la condition des hommes est à combler.

SOUPER DE LA SAINT-VALENTIN



Voilà qu'une initiative du secteur Ste-Croix devient une tradition!

En effet, c'est la troisième année que cet événement est organisé et cette fois, le secteur Ahuntsic-Ouest s'associe à celui de Ste-Croix pour vous inviter avec votre conjointe ou votre conjoint, vos parents et vos amis au souper musical de la Saint-Valentin, le samedi 14 février 2009, à 17 h.

Ce souper aura lieu dans la salle du 2e étage du restaurant Vinnie Gambini's, au Marché Central, près du cinéma Guzzo. Un duo voix et guitare, Ginette Lemay et Jean Desjardins, assurera la partie musicale. C'est un rendez-vous à ne pas manquer!

Pour réserver, svp utiliser la feuille rose jointe à ce bulletin.

COMMUNICATION

Notre secteur compte maintenant 200 membres qui reçoivent l'information par courriel. C'est un excellent moyen de communication, mais il arrive parfois que des messages ne se rendent pas aux destinataires. Dans la plupart des cas, il s'agit d'une adresse courriel qui n'est plus valide. Afin de toujours recevoir nos messages, veuillez m'aviser de tout changement en m'indiquant la date à laquelle il sera effectif. gaetanelebel@videotron.ca

Pour les personnes qui déménagent, il est important que l'AREQ nationale soit informée de votre nouvelle adresse et de votre nouveau numéro de téléphone. Pour ce faire, vous devez appeler au 1-800-663-2408. Votre secteur sera automatiquement mis au courant du changement et vous resterez en contact avec votre association.

ENVIRONNEMENT



Voici quelques nouvelles du Comité régional de l'environnement, suite à la première réunion qui s'est tenue le 25 septembre. Lors de cette rencontre, les membres présents ont élaboré un plan d'action portant sur cinq points :

- Agriculture durable (rapport Pronovost)
- Biocarburant (impact + risque pour l'écologie)
- Alimentation biologique (QGM-Étiquetage)
- Crise alimentaire mondiale
- Gestion du niveau d'eau du Saint-Laurent

Quelques activités vous sont offertes en lien avec ce plan d'action:

1. Pour souligner le Jour de la Terre, il y aura projection du film : «Le monde selon Monsanto», le 21 avril 2009, à l'Auberge Universel, rue Sherbrooke coin Viau.

Invitée : Louise Vandelac

2. Possibilité d'une visite à Brompton près de Sherbrooke en mai 2009.

Le moment venu, vous aurez plus de détails concernant l'organisation de ces activités via la chaîne téléphonique. Toutefois, vous pouvez déjà noter que vous devrez vous inscrire auprès de Marie Martin au 514-334-8084.

S'il y avait d'autres activités qui se présentaient entre temps vous serez informés par courriel ou via la chaîne téléphonique.

Marie Martin
Responsable sectorielle du Comité environnement

FONDATION LAURE-GAUDREULT



Connaissez-vous des organismes qui ont besoin de subventions afin de poursuivre leur travail?

La Fondation Laure-Gaudreault pourrait peut-être leur donner un « petit coup de pouce ». Les objectifs de la Fondation sont de trois ordres: répondre aux besoins de personnes retraitées en difficulté, aider des organismes qui effectuent des recherches relatives aux maladies qui touchent les personnes âgées et à ceux qui soutiennent des jeunes en difficulté.

Si les buts d'un organisme rejoignent l'un des objectifs de la Fondation, une subvention peut leur être accordée. N'hésitez pas à communiquer avec moi pour recevoir le formulaire de demande d'aide financière.

La Fondation compte sur le recrutement de nouveaux membres pour amasser des fonds. Je vous rappelle qu'il en coûte seulement 10\$ pour être membre à vie que vous soyez membre de l'AREQ ou non. Parlez-en à vos parents et amis et demandez-moi le nombre de formulaires d'adhésion requis.

Micheline Latreille
Responsable sectorielle
450-974-3552

VISITE AU MUSÉE DES BEAUX-ARTS DE MONTRÉAL



Le comité des arts visuels du secteur Ahuntsic-Ouest vous invite à une visite organisée au Musée des Beaux-Arts de Montréal, pour l'exposition du peintre **Kees Van Dongen**.

Peintre français d'origine néerlandaise (1877-1968) il fut un grand coloriste de la période fauve*. Spécialiste de portraits fougues, parfois sarcastiques, dans lesquels il n'épargne pas ses modèles. Ses images de la femme firent scandale vers 1905-1910. Témoin de la folle époque à Paris, ami de Picasso, son atelier devint un lieu de célèbres réceptions costumées dont on ressent l'influence dans plusieurs tableaux.

*Fauvisme: Mouvement pictural français du début du XXe siècle, simplification des formes et des perspectives, couleurs pures visant à exprimer les sensations et émotions de l'artiste.



"FEMME À LA BALUSTRADE"



"GRAINE DE PAVOT"

Date: Vendredi, 20 mars 2009

Heure: 13 h

Coût: \$10.00 par personne pour un groupe de 20 et moins et \$8.00 si plus de 20 personnes.

Inscription: auprès de Micheline Latreille au 450-974-3552

À INSCRIRE À VOTRE AGENDA

Musée des Beaux-Arts, 20 mars 2009, à 12 h 45

(entrée au 2200, rue Crescent)

Comment s'y rendre: Le Musée est bien desservi par les transports en commun: autobus 24 sur Sherbrooke ou métro Guy-Concordia.

Publicité réalisée par Carole Simard

Membre du Comité sectoriel des arts visuels

Le coût de la vignette est de 15,00\$. Celle-ci demeure la propriété de la personne ayant un handicap et peut être utilisée peu importe le véhicule choisi pour ses déplacements.

Jean-Guy Marcotte
trésorier

DES NOUVELLES DU COMITÉ D'ACTION SOCIOPOLITIQUE



Le 12 novembre, se tenait la première rencontre réseau du CASP. D'entrée de jeu, la majorité des secteurs sont bien représentés à ce comité et l'information circule facilement. L'objectif de cette rencontre était de débattre de l'intérêt des membres, d'approuver le plan d'action 2008-2009 et de préparer l'activité annuelle. À cet effet, nous vous convions à une demi-journée d'information, le 31 mars 2009, à l'auditorium de l'école St-Pius X. Il sera question de la crise financière et de ses impacts sur vos revenus, de votre pouvoir d'achat et de vos rentes. Vous êtes préoccupés par la conjoncture actuelle, alors n'hésitez pas à venir vous informer.

En ce qui concerne les grandes orientations du comité, on les retrouve dans son plan d'action. D'abord, pour assurer sa consolidation, on compte sur la participation de responsables dans tous les secteurs. Puis comme activités, on privilégie la promotion des droits. On retient le maintien du système public de santé, la protection de notre pouvoir d'achat, la défense de la culture et de la langue française à Montréal et la promotion des droits et libertés de chacun. Comme geste, le comité réitère son appui à des causes d'ici et d'ailleurs: le CISO, la promotion de la consommation locale, responsable et équitable et la lutte contre la "WALMARTISATION" de notre économie. Afin d'informer et de sensibiliser tous les membres, le comité collaborera aux publications sectorielles, régionales et nationales.

Le mandat du comité s'aligne sur celui du comité national et profite d'informations privilégiées puisque M. Luc Brunet siège sur les deux comités. Des informations supplémentaires sur les activités à venir vous parviendront par le biais de la chaîne téléphonique.

Jean-Guy Roy.
responsable sectoriel du Comité d'action sociopolitique

DÎNER-BÉNÉFICE DE LA FONDATION LAURE-GAUDREULT

Le 20 novembre, 17 membres de notre secteur ont participé au dîner-bénéfice de la Fondation Laure-Gaudreault.



De gauche à droite: Gaétane Fillion, présidente du secteur Ahuntsic-Ouest, Lise Séguin, présidente du Conseil d'administration de l'organisme **La joie des enfants** et Thérèse Guertin-Thibeault.



PROJET D'ENTRAIDE

Au cours de l'année 2007-2008, votre Comité directeur a mis sur pied un "Comité Aînés". Il s'agit d'un comité ad hoc qui a pour mandat de voir de quelle façon notre secteur pourrait répondre à certains besoins de nos membres âgés de 75 ans et plus. À cet effet, un sondage a été effectué et nous avons répondu à quelques demandes.

Au 31 octobre 2009, 97 de nos membres étaient âgés de 75 ans et plus, ce qui représente 16,5% de nos effectifs. Le 13 novembre 2008, le Comité s'est réuni afin de faire le point et de voir quelles actions pourraient être entreprises cette année. Les membres de ce comité, qui sont aussi membres du Comité directeur, sont conscients que la cueillette d'informations de l'an dernier a révélé des besoins qui n'ont pu être satisfaits faute de ressources humaines. De plus, ils sont persuadés que des membres plus jeunes peuvent aussi avoir besoin du soutien de leur association. Alors, que faire?

D'abord, continuer d'évaluer les besoins, puis recruter des membres pour former un véritable Comité d'entraide sectoriel. Voilà la démarche proposée pour 2008-2009 !

Ainsi, peu importe votre âge, si vous êtes une personne qui souhaite recevoir un appel ou une visite d'amitié, quelques fois dans l'année, n'hésitez pas à communiquer avec un membre du Comité. Par contre, si vous êtes une personne préoccupée par la solitude et l'isolement de certains de nos membres et que vous avez quelques minutes à leur consacrer, faites-nous le savoir le plus rapidement possible. Quelle belle occasion de faire preuve de solidarité intergénérationnelle!

Les membres du Comité Aînés:

Gaétane Lebel-Fillion 450 622-0515, Marie Martin 514 334-8084, Micheline Latreille 450 974-3552 et Jean-Guy Marcotte 450 434-2175

IN MEMORIAM

Nous avons appris récemment le décès de Madame Nicole Racicot, membre de notre secteur. À toutes les personnes que ce deuil afflige, nos plus sincères condoléances!



Nicole Despots



Estelle Froment

**Nous leur souhaitons une
heureuse retraite!**

INFORMATION AUX PERSONNES PROCHES AIDANTES



Saviez-vous qu'une personne ne possédant pas de permis de conduire et ayant une déficience respiratoire, cardiaque, vasculaire, musculaire, hématopoïétique et immunitaire ou une incapacité motrice, intellectuelle, visuelle, auditive ou comportementale peut faire une demande de vignette de stationnement à titre de personne handicapée?

Le formulaire requis est disponible aux bureaux de la SAAQ ou sur le site Web de la SAAQ: www.saaq.gouv.qc.ca/formulaires/6375-50.pdf. Il doit être complété par un professionnel du réseau de la santé. L'handicap peut-être temporaire (une durée d'au moins 6 mois) ou permanent et occasionner une perte d'autonomie ou un risque pour la santé et la sécurité dans les déplacements.

Option 2 choix B

Rodrigue devient la personne conjointe de 65 ans et plus, et ils prennent une **assurance familiale et Rodrigue s'inscrit à la RAMQ.**

Prime	$\frac{150,53 \$}{\text{Mois}} \times 12 =$	1 806,36 \$		
	+ Taxe (9%)	162,57 \$	Total	1 968,93 \$

Inscription la RAMQ (rapport d'impôts)	+	570,00 \$		
Prime annuelle pour Rodrigue et Chimène			Total	2 538,93 \$

Même montant que la première option. Ici, cependant, il y a des coûts supplémentaires pour les médicaments. Chimène aura à payer 750,00 \$ (25 % de 3 000,00 \$) par année si elle prend des médicaments et Rodrigue paiera jusqu'à un maximum de 77,21 \$/mois.

Comme nous venons de le voir, ce n'est pas le coût des assurances qui fera une grosse différence, mais la quantité des médicaments prise par les deux conjoints. Alors, pour faire une meilleure analyse, il nous faudra connaître le montant exact des médicaments pour leur donner les coûts précis de leur assurance.

Facile les assurances? Pour toute question vous pouvez me contacter au **514-354-1520** ou par courriel claudetteetobert@videotron.ca

Robert Caron
Responsable sectoriel du dossier Assurances

ACCUEIL DES NOUVEAUX MEMBRES

Le 26 novembre dernier, était le moment choisi par votre Comité directeur pour souligner la prise de retraite de huit nouveaux membres. Parmi ceux-ci, Estelle Froment, Nicole Despots et Nicole Moquin avaient accepté notre invitation. Mesdames Despots et Froment étaient présentes.

CONVOCATION À L'ASSEMBLÉE GÉNÉRALE DU SECTEUR AHUNTSIC-OUEST

Tous les membres sont par la présente invités à participer à l'Assemblée générale sectorielle qui se tiendra le vendredi 24 avril 2009, à 10 h, au local 1254 de l'école St-Pius X, 9955, rue Papineau Montréal.

Projet d'ordre du jour

1. Vérification du quorum et ouverture de la réunion
2. Nomination d'une personne à la présidence des débats
3. Lecture et adoption de l'ordre du jour
4. Lecture et adoption du projet de procès-verbal de l'Assemblée du 25 avril 2008
5. Présentation des rapports:
 - 5.1 Rapport des activités 2007-2008;
 - 5.2 Rapport de la présidence;
 - 5.3 Rapport des responsables aux divers Comités régionaux.
6. Présentation des états financiers
7. Présentation et adoption du plan d'action 2009-2010
8. Présentation et adoption des prévisions budgétaires
9. Questions diverses:
 - 9.1 Parrainage d'un jeune de Bolivie;
 - 9.2 Soutien financier à l'organisme " La Rue des femmes";
 - 9.3
10. Mot de la présidente régionale
10. Mot de la présidente sectorielle
11. Levée de l'assemblée.



LES ASSURANCES, C'EST SI SIMPLES...



Voyons le cas de Rodrigue et Chimène.

Rodrigue va avoir 65 ans en juin prochain. Il a reçu une lettre de la RAMQ, dans laquelle on lui signifie qu'il sera AUTOMATIQUEMENT inscrit au Régime d'assurance médicaments du Québec, à moins d'avis contraire. Rodrigue a une protection individuelle avec ASSUREQ.

Chimène, sa femme (bien oui, ils se sont finalement mariés), est également retraitée. Elle a 60 ans, est également avec ASSUREQ et a une protection individuelle. Rodrigue demande ce qu'il doit faire et veut connaître les coûts.

Cependant, comme nous le verrons, ce n'est pas si simple qu'on pourrait le croire. En plus des informations que nous avons du couple, il en manque une qui peut se révéler très importante dans leur cas. Il s'agit de la quantité de médicaments qu'ils prennent. Est-ce que les deux personnes en prennent ou seulement une des deux? Ces informations donneront une piste pour qu'ils prennent la décision qui leur convient. Ce n'est pas à moi de décider pour eux, mais je dois leur fournir toutes les informations dont je dispose. Allons-y.

La première option qui s'offre à eux est celle où les deux conservent leurs assurances individuelles, et Rodrigue s'inscrit à la RAMQ. Voyons les coûts impliqués.

Option 1 :

Prime de Rodrigue	$\frac{47,63 \$}{\text{Mois}} \times 12 \text{ mois} = 571,56 \$$		
	+ Taxe (9 %)	51,44 \$	Total 623,00 \$
Inscription la RAMQ (rapport d'impôts)			570,00 \$
Prime de Chimène	$\frac{102,90 \$}{\text{Mois}} \times 12 \text{ mois} = 1\,234,80 \$$		
	+ Taxe (9 %)	111,13 \$	Total 1 345,93 \$
Le couple paiera annuellement			Total 2 538,93 \$

Dans cette 1^{ère} option, il reste à inclure les médicaments. Avec ASSUREQ, Chimène a un certificat d'assurance de 3 000,00 \$. Ceci signifie qu'elle aura à payer 25 % de tous les médicaments qu'elle prendra durant l'année jusqu'à concurrence de 750,00 \$ (25 % de 3 000,00 \$). Après le paiement de ce montant, tous les autres médicaments sont gratuits. Quand à Rodrigue, il aura à payer une franchise de 14,30\$/mois jusqu'à un maximum de 77,21 \$/mois (incluant la franchise de 14,30 \$ et la coassurance). Cette somme représente 926,52 \$/année. Toute somme plus élevée que celle-ci, est payée par la RAMQ.

Quelques notes :

1. Franchise: montant que vous payez mensuellement lorsque vous achetez des médicaments d'ordonnance. Pour 2008, cette franchise est de 14,30 \$.
2. Coassurance: si la somme des médicaments que vous prenez mensuellement dépasse la franchise, vous payez 31 % de cette somme.
3. Contribution maximale: lorsque vous achetez des médicaments, c'est la somme maximale mensuelle que vous aurez à déboursier (77,21 \$/mois).
4. L'inscription de Rodrigue à la RAMQ, est **IRRÉVOCABLE**.

Envisageons maintenant une seconde option. Chimène devient la personne adhérente (celle qui paie), et Rodrigue devient la personne conjointe de 65 ans ou plus. Ici, ils ont 2 possibilités.

Une première où **Rodrigue ne s'inscrit pas à la RAMQ (choix A)** et une seconde où il s'inscrit (**choix B**). Je vous rappelle que s'il ne s'inscrit pas immédiatement, il pourra toujours le faire par la suite puisque cette décision est révoquée.

Option 2, choix A

Chimène prend une assurance familiale. Voici les coûts impliqués :

Prime familiale	$\frac{220,80 \$}{\text{Mois}} \times 12 = 2\,649,60 \$$
	+ Taxe (9 %)
	238,46 \$
	Total 2 888,06 \$

Vous voyez que cette option coûte environ 350,00 \$ de plus/année que la première. Il reste ici à vérifier le montant des médicaments. Puisque nous sommes dans une assurance familiale, il y a un certificat de 3 000,00 \$ pour les 2. Toute somme des montants de médicaments des deux personnes qui dépasse 750,00 \$/année (25 % de 3 000,00 \$) sera payée par l'assurance.