



## Avis de convocation

Conformément aux articles 3.1.3 et 3.3.1 des Règlements généraux du Regroupement interprofessionnel des intervenants retraités des services de santé, vous êtes convoqués au Congrès et à l'Assemblée générale annuelle.

Dates : 4, 5 et 6 octobre 2011



## Sommaire

|                             |    |
|-----------------------------|----|
| Nos régions.....            | 6  |
| Entrevue en pleine mer..... | 12 |
| Çoin lecture.....           | 17 |
| Été versus vacances.....    | 18 |
| Étoile vedette.....         | 20 |
| Coin des internautes.....   | 23 |

# Mot de la présidente



## Possédons-nous LA SAGESSE DE L'OUTARDE ?

Vous vous êtes peut-être déjà demandé, en regardant les grands vols migrateurs au printemps, pourquoi les outardes adoptent toujours une formation en « V ». Des savants ont découvert que les battements d'ailes des oiseaux « soulèvent » l'air, facilitant ainsi le vol des oiseaux qui les suivent.

La formation en « V » permet aux outardes de voler 70 % plus loin qu'un oiseau volant seul. Première constatation : les gens qui avancent ensemble dans la même direction atteignent l'objectif plus rapidement et plus facilement car ils s'appuient les uns sur les autres.

Lorsqu'une outarde quitte la formation, elle ressent immédiatement la résistance de l'air et doit fournir un effort beaucoup plus grand. Deuxième constatation : faisons équipe avec ceux qui visent le même objectif que nous.

Quand l'outarde qui mène est fatiguée, elle rentre dans le rang et une autre prend sa place. Troisième constatation : les résultats sont meilleurs lorsque chacun s'acquitte, à tour de rôle, des tâches les plus difficiles.

Les outardes cacardent pour encourager celles qui mènent. Quatrième constatation : ceux qui mènent ont, eux-aussi, besoin d'encouragement.

Enfin, lorsqu'une outarde malade ou blessée quitte la formation, deux autres la suivent pour l'aider et la protéger, jusqu'à ce qu'elle soit rétablie. Puis, elles reprennent l'air seules ou avec une autre formation pour rejoindre le groupe.

Conclusion : Imitons la sagesse de l'outarde et serrons-nous les coudes.

Je vous souhaite un été chaleureux et énergisant.

À bientôt!

Gisèle Goulet,  
Présidente

## Message from the President

### Learning from the Wisdom of Geese

You may have asked yourself when watching the great flight migrations in the Spring, why geese always fly in the « V » formation. Scientists have discovered that the flapping of bird wings causes the air to lift, making it easier for other birds to fly behind each other.

The « V » formation allows the geese to fly 70% farther than if they were flying alone. Lesson # 1: When we pull together in the same direction, we can reach our goal faster and more easily because of the support we give to one another.

When a goose leaves the formation,

it feels the air resistance immediately and has to work much harder.

Lesson #2: Let us be part of a team that has the same goals as we do.

When the lead goose is tired, it joins the others behind it and another one takes its place. Lesson #3: We can achieve better results when everyone shares in the difficult tasks.

The honking of the geese is done to encourage those in the lead.

Lesson #4: Like everyone else, leaders also need encouragement.

Finally, when a sick or injured goose leaves the formation, two geese will follow, help and protect it until it is better. Then they continue their flight by themselves, or join up with another formation.

Conclusion: Let us learn from the wisdom of geese and apply it to the work that we do.

I hope you have a relaxing and reinvigorating summer.

Gisèle Goulet,  
President

## Groupe de travail des associations de retraités (GTAR)... les dernières nouvelles.

Je commence par un bref retour pour vous permettre de vous y retrouver.

**Février 2010**

**Commission parlementaire des finances publiques.**

**Juin 2010**

**Rapport et recommandation de cette commission parlementaire :**

La création d'un comité consultatif sur les services aux retraités et les enjeux de l'indexation.

**Ce comité devra être constitué de représentants des associations de retraités, des syndicats et du gestionnaire des régimes (CARRA).**

**Décembre 2010**

**Le comité devait être formé en décembre 2010.**

**Mars 2011**

**Le comité n'a pas encore été formé, cependant, il y eut consultation d'associations pour décider de la formation et du mandat dudit comité. Il est proposé que le Comité consultatif sur les services aux retraités et les enjeux de l'indexation soit constitué par le conseil d'administration de la CARRA, en vertu de l'article 33 de la Loi sur la CARRA, pour l'étude des questions particulières faisant l'objet de son mandat.**

**Membres du comité**

Les membres du comité seront nommés par le conseil d'administration de la CARRA, après consultation des associations. Il s'agira de représentants des associations de retraités, des syndicats et des associations de cadres. La composition suivante est suggérée :

- Président du comité : il s'agira d'une personne neutre (membre indépendant) qui n'est pas membre du conseil d'administration ou d'un comité de retraite, ni membre du personnel ou de la direction de la CARRA. Le président sera nommé par le conseil d'administration de la CARRA;

- Sept pensionnés de l'un ou l'autre des régimes administrés par la CARRA, dont un pensionné du RRPE, choisis après consultation des associations de pensionnés les plus représentatifs de ces régimes;
- Six membres provenant du milieu syndical, nommés après consultation de l'instance concernée, le syndicat ou l'association, selon le cas;
- Un membre représentant les employés visés par le RRPE, nommé après consultation des associations concernées.

Deux représentants de la CARRA siègeront au comité sans toutefois en être membres, soit un représentant de la Direction principale de l'actuariat et du développement et un représentant de la Vice-présidence aux services à la clientèle. Ces représentants participeront aux travaux du comité mais ne pourront prendre position. Le comité pourra également convier d'autres intervenants de la CARRA afin de faire des présentations sur des sujets relevant de son mandat.

Le secrétaire du comité sera désigné par la CARRA parmi les membres de son personnel.

**Mandat du comité**

Le comité a pour mandat d'amener les associations de retraités, les syndicats et les associations de cadres à discuter ensemble des questions suivantes :

- Les enjeux de l'indexation des rentes et les impacts sur la gestion des régimes de retraite;
- Les services aux retraités;
- L'information produite par la Commission administrative des régimes de retraite et d'assurances (CARRA) à l'intention des retraités, plus particulièrement quant à sa disponibilité et à sa circulation.

Ce qui m'amène à croire que, finalement, quand notre journal paraîtra en juin, le comité devrait être formé.

Jeannine Goulet,  
Représentante au GTAR

## Retiree Associations Working Group (GTAR) Update

I will begin with a brief overview of past events.

### February 2010

**Parliamentary Commission on Public Finance.**

### June 2010

**Report and recommendation from this parliamentary commission:**

The creation of an advisory committee on services for retirees and indexation issues.

**This committee will consist of representatives from retiree associations, unions and pension plan administrators (CARRA).**

### December 2010

**The committee will be formed in December 2010.**

### March 2011

**The committee has not yet been formed. However, consultations were held with various associations to decide on the make-up and mandate of said committee. It was proposed that the *Advisory Committee on Retiree Services and Indexation Issues* be formed by the CARRA board of directors, according to Article 33 of the *Loi sur la CARRA*, in order to study a number of issues regarding its mandate.**

### Committee members

Members of the committee will be selected by the CARRA board of directors, following consultations with the associations. Members will represent retiree associations, unions and associations of pension plan administrators.

It is suggested the committee be composed of the following:

- Committee Chairperson: an impartial person (independent member) who is neither a member of the board of directors, nor of a retiree committee, and is not employed by CARRA. The chairperson will be appointed by the CARRA board of directors;

- Seven retirees from any one of the pension plans administered by CARRA, one of which should be from the RRPE (Pension Plan of Management Personnel), selected after consulting with the largest retiree associations of CARRA;
- Six members from the union sector, selected after consulting with a union or an association, whatever the case may be;
- One member representing employees selected by the RRPE after consulting with the associations concerned.

The following two CARRA representatives will sit on the committee as non-members: one person representing The Main Directorate of Actuary and Development and one representing the Vice-Presidency of Client Services. These representatives will participate in committee proceedings but will not vote. The committee will also be able to invite other CARRA representatives to do presentations on topics related to its mandate. The committee secretary will be selected by CARRA from among its staff.

### Committee mandate

The committee's mandate will be to bring together retiree associations, unions and management associations to discuss the following issues:

- Pension indexation, factors to consider, and its impact on the administration of pension plans;
- Services for retirees;
- Information from the Commission administrative des régimes de retraite et d'assurances (CARRA) intended for retirees, especially as to its availability and its circulation.

All of which makes me think that when our newsletter appears in June, the committee will have been formed.

Jeannine Goulet,  
Representative to the GTAR

# Table de concertation.

## Des nouvelles de la Table de concertation de la Capitale-Nationale.

[www.ainescapnat.qc.ca](http://www.ainescapnat.qc.ca)

Depuis septembre 2010, la Table de concertation a pris un nouveau virage après 10 ans de fonctionnement. Composée de 55 organismes et associations, cette Table de concertation travaille sur divers dossiers concernant les personnes âgées afin d'améliorer leur condition de vie.

Ces organismes représentent les aînés organisés qui sont chapeautés par les organismes de leur milieu et ceux qui ne sont pas membres de ces organismes. La Table est un lieu de communication qui a des objectifs rassembleurs, d'information et de formation par des colloques et le réseautage. La Table doit protéger les intérêts des membres et refléter leurs points de vue tout en les impliquant dans des causes communes. Elle doit amener les aînés à être des personnes actives socialement et les motiver dans leur implication.

Après un grand lancement, le 16 novembre, pour augmenter la motivation à la participation active, un colloque sur les conséquences de l'accroissement de la

pauvreté des aînés a eu lieu le 8 avril. Pour avoir de l'information sur les travaux et le suivi du colloque, consultez :

[www.econometrikplus.com/colloquesaines2011](http://www.econometrikplus.com/colloquesaines2011)

Dans Chaudière-Appalaches, les différentes Tables travaillent en collaboration pour informer les aînés en organisant des colloques et des rencontres avec les divers secteurs afin de rejoindre les aînés et se tenir au courant de leurs besoins.

Un regroupement de proches aidants de Bellechasse est très actif auprès des personnes qui accompagnent des membres de leur famille ayant besoin de présence soit continue ou par intermittence. Ce regroupement informe ses membres sur les services mis à leur disposition pour éviter l'épuisement de ces aidants. Pour plus d'information : **418 883-1587 poste 4.**

Solange Couture Blais

L'ASSOCIATION DES  
DIPLOMÉS



UNIVERSITÉ  
LAVAL



### AVIS DE RECHERCHE

L'Association des diplômés de l'Université Laval est à la recherche de diplômées en Sciences infirmières de l'année 1961 dont elle n'a plus les coordonnées afin de les convier à participer en grand nombre à leurs retrouvailles. Ces retrouvailles qui souligneront leur 50<sup>e</sup> anniversaire de promotion auront lieu le vendredi 16 septembre 2011 à l'Université Laval.

Pour toute question et pour nous transmettre vos nouvelles coordonnées afin de recevoir l'invitation veuillez communiquer avec Mme Marie-Frédérique Lesclauze en juin si possible. ([marie-frederique.lesclauze@adul.ulaval.ca](mailto:marie-frederique.lesclauze@adul.ulaval.ca)), au 418 656-3242 ou au 1 800 463 6875

Au plaisir de vous faire vivre d'inoubliables retrouvailles!

## Bas-St-Laurent — Gaspésie — Îles-de-la-Madeleine

Par une journée ensoleillée de printemps, avec un de ces vents à « écorner les bœufs », la verrière du Cap Martin de La Pocatière accueillait une quinzaine de retraitées de la santé y compris des membres du CA du Bas-St-Laurent Gaspésie-les-Iles.

La rencontre fut très intéressante et Andrée Lamontagne a répondu à toutes les questions que lui ont posées les participantes.

Cette réunion était une première dans cette partie du territoire, mais elle ne sera sûrement pas la dernière.

Nous souhaitons, à tous et à toutes, un été plus chaud que ce printemps.

Madeleine Magnan



## Montérégie

Voici les activités 2011-2012 en Montérégie. Ne les manquez pas. Invitez vos conjoint(e)s et ami(e)s.

11 juin 2011 : Forfait souper-théâtre, Motel des Brumes, Théâtre des Hirondelles, St Mathieu de Beloeil. 56 \$ pour les membres Appartenance ou inscrits à l'OIIQ, 61 \$ pour les non-membres.

21 septembre 2011 : Découvrir le Patrimoine de Boucherville. 30 \$ pour les membres Appartenance ou inscrits à l'OIIQ, 35 \$ pour les non-membres.

1er décembre 2011 : Dîner de Noël, Animation (spectacle, chants et danses ; Mario et Nicole Stratford), Hôtel Gouverneur Relais, St-Jean-sur-Richelieu. 37 \$ pour les membres Appartenance ou inscrits à l'OIIQ, 42 \$ pour les non-membres.

7 février 2012 : Dîner de l'Amitié, Animation (à préciser), Restaurant Messina Longueuil. 44 \$ pour les membres Appartenance ou inscrits à l'OIIQ, 49 \$ pour les non-membres.

Informations :

**Lise Boisvert : 450 655-2861**

**Madeleine St-Laurent : 450 466-4691**

Voici mon Coup de Cœur pour cet été. Venez découvrir Le Domaine des petits fruits et la Chocolaterie Ody à St-Jean-sur-Richelieu (101, 4<sup>e</sup> rang St-Jean-sur-Richelieu tél. : 450 358-1853). C'est un étang avec aménagement paysagé, plans d'eau, fleurs, oiseaux sur un superbe terrain. Venez découvrir la Chocolaterie Ody pour ses merveilleux chocolats aux saveurs fruitées.



Je vous souhaite de belles vacances.

Madeleine St-Laurent,  
Présidente régionale  
[madost@videotron.ca](mailto:madost@videotron.ca)

## Montréal-Laval

### ÇA BOUGE DANS LA RÉGION MONTRÉAL-LAVAL

#### FÉVRIER 2011

Le 10 février, lors de notre réunion régulière au Restaurant Les Crustacés, nous avons assisté à une conférence-dégustation sur le chocolat. Plus de 50 personnes ont fraternisé ensuite, autour d'un repas musical à **savoir St-Valentin**. Voilà comment on se réchauffe le cœur en hiver dans notre région!

#### MARS 2011 : WASHINGTON AU TEMPS DES CERISIERS EN FLEURS.

Le 31 mars 2011, 6h00, terminus Voyageur, c'est un départ pour 54 personnes bien réveillées et souriantes. En route vers notre première escale, New-York. Après une marche dans le quartier très animé de Times Square quoi de mieux qu'un bon repas dans un restaurant typique. Ensuite il nous reste tout juste assez d'énergie pour apprécier New-York by-night. Pendant les 2 jours suivants nous visitons Washington : les monuments à Lincoln et Jefferson, l'Obélisque, la Maison Blanche, le Capitole, le Pentagone, le cimetière Arlington, la tombe de JFK et sa famille, le tout dans un écrin de cerisiers et de magnolias en fleurs.

Samedi matin en route pour une page d'histoire vivante : le domaine Mount Vernon où a habité George Washington. En après-midi nous avons le choix parmi tous les musées gratuits du Smithsonian's Museum. Il

faut le voir pour le croire; c'est immense, c'est beau et une foule bigarrée s'y est donné rendez-vous. Samedi soir nous avons le bonheur d'assister aux feux d'artifices du Festival des cerisiers en fleurs ayant comme toile de fond la ville en lumières, le Pentagone et le Capitole. Nous revenons à Montréal au soir du 4<sup>e</sup> jour un peu fatiguées mais enrichies de toutes ces informations et de toutes ces beautés que nous avons vues dans les 1 800 km parcourus.

**MERCI SPÉCIAL** à Audrey Pedneault et Suzanne Laurin, notre comité loisirs, pour l'immense et beau travail qu'elles ont réalisé afin de nous permettre de vivre un si beau voyage. Prochaine destination, le site traditionnel Huron à Wendake le 16 juin 2011.

#### Congrès et AGA octobre 2011.

#### NOUS VOUS INVITONS!

En octobre c'est au tour de notre région d'accueillir les membres du RIIRS pour les Congrès et l'AGA. Nous vous attendons en grand nombre à Laval. Vous ne serez pas déçues. Voyez le spécial Congrès dans cette publication et inscrivez-vous dès que possible. Nous avons hâte de vous recevoir!

**PROCHAINES RÉUNIONS** : 12 septembre 2011, 24 novembre (réunion et dîner à thème de Noël) Restaurants les Crustacés 5706 Sherbrooke est, Montréal. Heure : 10h.

Claire Tougas,  
Présidente régionale

## Montréal-Laval

#### Le dernier voyage...

Nous avons le regret de vous annoncer le décès de madame Marielle Falardeau, le 21 février 2011.

Madame Falardeau a travaillé à la salle de réveil à l'hôpital Sacré-Coeur de Cartierville.

Marielle était en voyage pour aller visiter sa sœur en

Australie et elle désirait visiter Christ-Church en Nouvelle-Zélande. Lors du tremblement de terre, elle se trouvait dans un centre d'achats de cette ville. Elle est décédée lorsque le centre d'achats s'est effondré. Elle a été retrouvée sans vie sous les décombres.

Nos condoléances à sa famille et à ses proches.

Claire Tougas, présidente régionale

## Québec — Chaudière-Appalaches

Bonjour, membres de la région Québec – Chaudière-Appalaches

Je remercie les personnes qui participent aux activités pour maintenir l'esprit de groupe et par le fait même, favoriser la diffusion de l'information sur ce qui se passe d'intéressant dans la région.

Chaque année, vous recevez une lettre pour vous faire part des activités de la région. Cette année, plus de 2000 lettres ont été postées, seulement pour notre région. Je suis un peu déçue du nombre de personnes qui participent, étant donné le grand nombre de membres inscrits dans notre région.

Un petit rappel de la division région 03 :

- Québec – Lévis – Charlevoix
- Montmagny – L'Islet – Les Etchemins
- Beauce – Amiante – Lotbinière
- Portneuf

Il faut aussi relier à tous ces grands centres les municipalités correspondantes. Le territoire de ces 10 secteurs est très grand.

Chaque année aussi, je vous fais parvenir une lettre pour

que vous puissiez vous présenter aux postes qui sont à combler au CA régional. Ce CA se compose ainsi (les postes sont au féminin mais il faut comprendre que ça inclut le masculin) :

- Présidente
- 1<sup>re</sup> Vice-présidente
- 2<sup>e</sup> Vice-présidente
- Secrétaire
- Trésorière
- Et un nombre indéfini de membres pour les activités.

Vu la grandeur du territoire, chaque région est divisée en secteurs et chacun d'eux est invité à organiser des activités selon les suggestions de ses membres. Il est très important que plusieurs personnes donnent leur point de vue, organisent des activités et diffusent l'information dans leur secteur. Depuis 3 ans, la Beauce a formé un petit comité de secteur. Cette année, une représentante de Portneuf a organisé une activité, ce qui est un commencement! Chaque secteur est donc invité à mettre sur pied un comité organisateur d'activités sociales et culturelles.

Ne pas oublier l'assemblée générale provinciale annuelle qui sera tenue à Laval. Pour favoriser la participation, la région dispose d'un budget pour aider à défrayer les coûts d'inscription les chambres d'hôtel et les repas. Les chambres doivent être partagées par 2 membres pour faciliter le retour d'argent, pour une personne seule, nous rembourserons que la moitié du prix de la chambre.

Pour les détails de ces remboursements, vous devez communiquer avec moi :

Solange Blais au **418 653-8209** ou par courriel à [solangeb@sympatico.ca](mailto:solangeb@sympatico.ca)

L'argent est distribué équitablement selon les fonds disponibles.

N'oubliez pas que ce serait intéressant de voir vos écrits, vos commentaires dans l'Écho du RIIRS, car chaque région aime bien lire ce qui se passe dans les autres régions.

Merci de votre attention en attendant votre participation!

Solange Blais,  
Présidente régionale

### Témoignage de sympathie

Ils étaient parmi nous; nous avons partagé leur labeur, leurs joies, leurs peines; nous les avons beaucoup aimés puis, ainsi va la vie, ils s'en sont allés!

Fournier Denise (Lévis)  
Hudon Marie-France (Québec)  
Lamontagne Maryse (Saint-Ferdinand)  
Loranger Madeleine (L'Assomption)

Le Comité du journal

## Mauricie — Centre-du-Québec

### RAPPEL À TOUS LES MEMBRES DE LA RÉGION MAURICIE-CENTRE-DU-QUÉBEC

#### FÊTONS NOËL

Alors que nous sommes au début de l'été, nous voilà en train de vous parler d'un DÎNER DES FÊTES. L'explication est toute simple : nous n'aurons pas d'autre moyen de vous communiquer l'information d'ici la date de ce dîner : le 30 novembre pour la Rive Sud et le 1er décembre pour la Rive Nord.

Selon que vous demeurez sur l'une ou l'autre de ces rives, voici les coordonnées de l'événement :

**RIVE SUD**    **MERCREDI, 30 novembre 2011**  
Dîner à 11 h 30  
Restaurant du Boulevard  
1645 boulevard Lemire  
**DRUMMONDVILLE** (sortie 175)

**RIVE NORD**    **JEUDI, 1<sup>er</sup> décembre 2011**  
Dîner à 11 h 30  
Resto-Pub 57  
880 Promenade Saint-Maurice  
**SHAWINIGAN**

Ce sera une occasion en or pour nous amuser, fraterniser et nous mettre dans l'ambiance de Noël. Comme vous êtes nos invités, le repas sera aux frais de notre budget régional. Il y aura aussi tirage de prix de présence.

C'est la première fois, cette année, que nous organisons, pour les membres de notre région, un dîner des Fêtes et la réussite dépend de votre présence. Nous aimerions avoir une confirmation de votre présence avant le 21 novembre 2011 afin de préciser aux deux restaurants le nombre de réservations.

Inscrivez ces dates à votre agenda. Si vous n'avez pas en main le coupon-réponse reçu avec notre lettre du début d'avril, écrivez-nous tout simplement ou téléphonez-nous. N'oubliez pas de nous préciser si vous demeurez sur la rive nord ou la rive sud.

Vous pouvez toujours vous référer à ce numéro de l'Écho du RIIRS ou aller sur le site Internet du RIIRS : [www.riirs.org](http://www.riirs.org) à l'onglet : « Activités des régions » Mauricie, Centre-du-Québec.

Voici où donner votre réponse :

Par la poste :  
Nicole Lefebvre, secrétaire,  
390 130<sup>e</sup> Rue Shawinigan-Sud QC G9P 4N5

Ou par téléphone :  
Claudette Miller : **819 371-2816** ou  
Nicole Lefebvre : **819 536-3585**

Bienvenue à vous tous,

Claudette Miller,  
Présidente régionale

## Estrie

Activités à venir :

22 juin 2011 : Visite du Moulin à Laine d'Ulverton  
1<sup>er</sup> décembre 2011 : Dîner de Noël au Bachus.

Germain Labrie,  
Président régional



## Saguenay-Lac-St-Jean — Côte-Nord — Nord-du-Québec

Que s'est-il passé?  
Que s'est-il passé?

Année plutôt tranquille, mais qui s'est avérée tout de même fructueuse. La nomination de Mme Huguette Jourdain au Prix Hommage nous a tous fait chaud au cœur.

J'aimerais remercier chaleureusement toutes celles qui sont à la tête de la chaîne téléphonique ; d'ailleurs, une carte personnalisée accompagnée de l'agenda 2011 fut envoyée à chacune d'elles.

Nous bénéficierons, encore cette année, de la présence de notre Vice-présidente Mme Claudette Boudreault à titre de représentante au Conseil de gestion de la Table de

concertation Récif 02 ; c'est toujours bien apprécié.

Il y eut aussi plusieurs rencontres de notre C.A. régional.

Sujets divers :

- Planification de notre assemblée régionale annuelle qui aura lieu encore cette année à l'Hôtel Le Montagnais.
- L'association des Arthritiques Saguenay-Lac-St-Jean a gentiment accepté notre invitation.
- Par la suite, une rencontre est prévue à Roberval.

L'AGA provinciale de Lévis, en octobre, a porté fruit. Cette réunion a permis de motiver les gens de Sept-Îles et de Port-Cartier ; dès novembre, dîners, rencontres, conférences ont été organisés et ça

bouge! Les gens sont heureux de se revoir. Je les félicite pour cette belle initiative et je les encourage fortement à poursuivre. Bravo Solange! Bravo Micheline!

Par la même occasion, j'en profite pour vous souhaiter bien sincèrement à chacun de vous de belles vacances ensoleillées. Soyez prudents. Soyez heureux.

Au plaisir de vous revoir à notre AGA provinciale d'octobre 2011 au Sheraton Laval.

Claire Théberge-Riverin,  
Présidente régionale

## Saguenay-Lac-St-Jean — Côte-Nord — Nord-du-Québec

Ça bouge sur la Côte-Nord!

La participation à l'AGA de septembre 2010 nous a incités à organiser des activités dans notre région. En novembre 2010, un dîner-rencontre nous a permis de nous connaître et d'échanger.

Depuis, des dîners-conférences se tiennent régulièrement :

- En janvier 2011, Madame Lorraine Tremblay de la Coopérative de solidarité d'aide à domicile de la MRC des Sept Rivières nous faisait connaître ses services.
- En février, Madame Éliane Picard, présidente de la Table de Concertation des aînés de la MRC

des Sept Rivières était notre invitée. Cette rencontre a permis le recrutement de madame Hélène Gauthier pour nous représenter.

- En mars, Monsieur Guy Tremblay, sergent aux relations communautaires à la Sûreté du Québec, nous a informés sur l'abus et la fraude envers les personnes âgées dans le cadre du programme « aîné avisé ».

Les membres sont enchantés de se retrouver et ils apprécient les conférences pertinentes qui leur sont présentées.

Solange B. Gagnon



# Nouveaux membres

Voici la liste des membres nouvellement inscrits au RIIRS entre le 1<sup>er</sup> février 2011 et le 30 avril 2011. À cette date, nous sommes 9139 membres actifs.

Achille Karle (Île-Bizard)  
Andral Claude (Montréal)  
Arsaga Angelita (Beaconsfield)  
Aubert Marie-Hélène (Repentigny)  
Beaulieu Jocelyne (Dorval)  
Beaulieu Madeleine Marie (Boisbriand)  
Bégin Jeannine (Montréal)  
Bélanger Odile (Saint-Gervais)  
Bélanger Réjeanne (Baie-Comeau)  
Bibeau Louisette (Saint-Hubert)  
Camille Simone (Montréal)  
Caron Édith (Québec)  
Caron Fernande (Québec)  
Castilloux Jocelyne (Boucherville)  
Catellier Claire (Québec)  
Champagne Eliette (Québec)  
Chaumin Mireille (Montréal)  
Chavarie Anita (Montréal)  
Cloutier Guylaine (Montréal)  
Cordier Françoise (Saint-Hubert)  
Cousineau Ginette (Gatineau)  
De Souza Sheena (Pointe-Claire)  
Demers Lise (Senneterre)  
Duchemin Pauline (Québec)  
Duguay Lyne (Rivière-du-Loup)  
Duval Michèle (Sherbrooke)  
Eliacin Jocelyne (Montréal)  
Fortin Claire (Québec)  
Fournier Elyane (Saint-Modeste)  
Gagnon Denise (Saguenay)  
Gagnon Francine (Chicoutimi)  
Gascon Michelle (Pointe-Claire)  
Gélinas Huguette (Joliette)  
Gignac Carole (Québec)  
Grandbois Lise (Montréal)  
Groulx Diane (Montréal)

Guay Murielle (Saint-Constant)  
Guillette Diane (Granby)  
Jean-Claude Mathilde (Montréal)  
Jehan Hussain Tanweer (Montréal)  
Kéno! Edmonde (Montréal)  
Labbé Carole (Neuveville)  
Laberge Denise (Vaudreuil-Dorion)  
Langlois Angèle (Saint-Jean-des-Piles)  
Laplante Claire (Drummondville)  
Laroche Lisette (L'Ancienne-Lorette)  
Larocque Louise (Laval)  
Leblanc Lucie (Montréal)  
Lebrun Lise (Saint-Bruno)  
Lefrançois Mathilde (Boischatel)  
Locas Suzanne (Gatineau)  
Marcil Roselle (Québec)  
Marcos Elisa (Montréal)  
Mercier Ginette (Montréal)  
Michalyk Maria (Montréal)  
Michaud Cécile (Sutton)  
Monaco Pascalina (Montréal)  
Morgan Arnette (Montréal)  
Morin Hélène (Saint-Georges)  
Morin Monique (Québec)  
Morin Sylvie (Boucherville)  
Nicole France (Lévis)  
Nobert Ginette (Lac-à-la-Tortue)  
Oyas Nida (Brossard)  
Paquin Jacinthe (Brossard)  
Paradis Lynn (Rimouski)  
Périard Céline (Gatineau)  
Perreault Pierre (Joliette)  
Perron Lucette (Longueuil)  
Phaneuf Michel (Saint-Denis-de-Brompton)

Plaisance Louise (Québec)  
Plante Marlène (Baie-Comeau)  
Poirier Christiane (Saint-Jean-sur-Richelieu)  
Poirier Louise (Saint-Georges)  
Pouliot Thérèse (Québec)  
Prince Lyne (Longueuil)  
Riverin Véronique (Montréal)  
Roberge Francine (Québec)  
Rodrigue Jacqueline (Thetford Mines)  
Roy Nicole (Montréal)  
Samson Denise (Québec)  
Saulnier Lisette (Notre-Dame-du-Portage)  
Serre Carole (Mascouche)  
Seyer Claudette (Montréal)  
Simard Nicole (Chicoutimi)  
Simoneau Claire (Val-Brillant)  
Sinotte Claire (Sherbrooke)  
St-Gelais Daniel (Saguenay)  
St-Jean Renée (Sherbrooke)  
St-Pierre Lise (Saint-Charles-Borromée)  
Tardif Claude (Saint-Georges)  
Thompson Bernadette (Montréal)  
Thorn France (Québec)  
Tighe Frances (Montréal)  
Tremblay Danielle (Montréal)  
Truteau Francine (Sainte-Julie)  
Turcotte Sylvie (Saint-Michel-de-Bellechasse)  
Villemure Edese (Shawinigan)

# Entrevue en pleine mer



Eh oui! On est en plein océan Atlantique, durant un ouragan qualifié de force 1 par le capitaine (vagues de 18 à 20 pieds). Croyez-nous, le bateau a beau avoir des stabilisateurs, lorsqu'il y a de la vague, la hou... hou... le se fait sentir. Heureusement, nous avons le pied marin ; conclusion, pas de mal de mer... Nous décidons donc que, lorsque la tempête sera terminée, nous irons demander une petite entrevue à l'infirmière, histoire de vous raconter un peu sa vie professionnelle sur un navire de croisière. Le lendemain, nous rencontrons Daniella, infirmière à bord de l'Explorer of the Seas.

Très gentille, celle-ci, d'origine roumaine, nous parle de son travail. Avec sa compagne, Charlotte, d'Afrique du Sud, elles assurent un service de 24 heures sur 24. L'infirmierie est ouverte l'après-midi et le reste du temps, elles sont de garde. Il y a aussi un médecin présent à bord.

La journée de tempête, elle admet avoir eu beaucoup de travail ; d'ailleurs c'était facile à constater, plusieurs absences au souper et le lendemain, un défilé de passagers arborant une petite « patch » derrière l'oreille. Toutefois, selon elle, ce genre de tempête est rare.

Dans les cas graves, les personnes malades sont évacuées par hélicoptère, lorsque le bateau est proche des

côtes. Sinon, le personnel médical fait appel à la garde côtière du pays le plus proche. Malheureusement cela arrive trop souvent selon elle, mais elle n'élabore pas. Généralement il y a peu de travail et elle est contente lorsque les passagers profitent de leurs vacances.

Elle trouve la vie à bord intéressante car plus de soixante nationalités composent l'équipage. Son horaire : six mois de travail et deux mois de congé qu'elle passe dans son pays.

Sa formation : quatre ans d'université pour l'obtention de son diplôme.

Ce fut agréable de la rencontrer; elle est souriante et semble disponible. Le travail lui permet aussi de côtoyer des gens de toutes nationalités, de tous âges, mais on ne peut s'empêcher de penser que, parfois, il doit être difficile de vivre en milieu clos et si loin de son entourage habituel.

Lucette Beaudry  
Gisèle Goulet  
Pierrette Morin

## Laos-Cambodge-Vietnam

Il y a belle lurette que je voulais mettre les pieds sur le continent asiatique; cependant, pas n'importe où... au Vietnam. Tout au long des dernières années, je rêve de ce pays, je l'imagine, je l'idéalise, je le désire jusqu'à ce que ce rêve devienne une obsession. Ainsi les préparatifs pour ce périple ont commencé à l'automne 2009 pour sa réalisation à l'hiver 2010. Il a été repoussé d'un an pour diverses raisons : le virus H1N1, défection du conjoint, une maman très âgée, etc. Retardé mais non enterré, je suis plus que jamais déterminée à réaliser mon rêve. Rapidement au fil de l'information, il s'est avéré opportun de prolonger notre séjour, et de jumeler le Laos et le Cambodge à notre itinéraire; ce que nous avons fait.

J'ai réussi à convaincre une copine, une ex-collègue de travail qui a plusieurs voyages à son crédit, bilingue, disponible, en fait la compagne idéale pour ce genre de voyage. Eh oui!, ce n'était pas un voyage organisé, et, à 60 ans, voyager dans un territoire complètement inconnu, ça relève d'un véritable défi. Aujourd'hui, avec Internet, tout est possible. Nicole et moi étions convaincues d'avoir les capacités nécessaires pour l'aventure. Des papillons, des moments de doute, des craintes, des peurs, mais le 12 janvier 2011... nous voilà à l'aéroport, direction Hanoï.

Dans cet article, je ne vais pas vous faire, ou si peu, la description d'un parcours, d'une ville, d'un temple, d'un monument, mais j'aimerais beaucoup vous faire part de mes émotions, disons-le, de mes états d'âme, en regard de mes découvertes, pendant mon séjour de près de deux mois en Asie.

Suivez-moi! Cap sur le Laos! Ce petit pays est l'un des plus pauvres au monde, et est largement tributaire de l'aide internationale. Il commence à s'ouvrir au tourisme; par conséquent, c'est le bon moment pour le visiter, car il est pratiquement à l'état vierge, nonobstant certains signes d'un éveil économique, surtout au niveau des infrastructures.

Vientiane, capitale ne ressemble à aucune autre visitée antérieurement. Petite, oui, mais tout est dans le rythme. Ici, nul sentiment d'être opprimée : pas de course, pas d'embouteillage, pas de foule, pas de bousculade sur les trottoirs, en fait, une révélation, un vrai



dépassement en soi et, on n'a encore rien vu. Comme première, impression, elle est de taille, elle inspire à lâcher prise, à bien respirer et surtout à vivre le moment présent et à en profiter au max. Déjà, je prends conscience de ma chance d'être là, je suis heureuse et le cœur joyeux.

Ce que je retiens de Ventiane, c'est vraiment un joyau entouré par une pauvreté extrême. On ressent une forte influence française, et dans les faits, c'est pratiquement une réplique miniature des Champs-Élysées à Paris. Son Arc de triomphe, la porte de la Victoire, ses avenues, ses fontaines, ses monuments, son architecture lui confèrent ce cachet européen certes, mais là s'arrête la comparaison. C'est royalement deux mondes. Mon premier coup de cœur, les pagodes, temples, sanctuaires, stupas (structure architecturale bouddhiste) entourés de superbes jardins, d'aménagements paysagers ingénieux. Certains sont d'une beauté rare, à en couper le souffle. Tantôt en or, en bronze, en cuivre sertis de pierres précieuses, semi-précieuses, rien n'est trop beau pour le Bouddha; les bouddhas. J'en ai vu de toutes les grandeurs, de diverses formes et en quantité prodigieuse. Et quelle ferveur, quelle piété est dévolue à ce Dieu. Quotidiennement, encens, fleurs, aumônes de toutes sortes sont offertes notamment des prières, des dévotions et ce, dans une ambiance de dignité, de recueillement, dans le plus grand respect de l'endroit et du lieu. Par ricochet, cela suscite chez moi, des réflexions profondes, sur ce que je suis, ma foi, ma conscience, bref, sur toute mon intériorité. Fondamentalement, un retour sur soi qui, au fil des semaines, m'a habitée littéralement pour ne pas dire submergée. Je suis convaincue, que le souvenir de Ventiane restera à jamais gravé dans mon cœur, malgré le fait, que la pauvreté y est bien habillée, j'en suis consciente; toutefois, on ne peut résister aux charmes de cette ville.

Sortons de la capitale et dirigeons-nous vers le nord. Nos déplacements, effectués en bus, prennent de nombreuses heures et me permettent de prendre le pouls du pays. Réalité toute autre, le paysage se métamorphose, le spectre de la pauvreté prend toute sa signification. Une pauvreté extrême, je n'ai jamais rien vu de tel. De nombreux petits villages jalonnent ces routes; agglomérations ethniques dont les habitations ont le devant pratiquement dans le chemin et le derrière sur pilotis, à flanc de montagne. De plus, chiens, chats, poules, porcs, bœufs traversent la route comme bon leur semble, voire les chiens y font la sieste.



La vie rurale est rudimentaire, la plupart des paysans n'ont pas l'essentiel; déficience flagrante dans les besoins de base. Aussi, aucun espace autour de ces cabanes qui permettent aux enfants de s'amuser, mais a-t-on le temps de jouer dans ces contrées? Je ne crois pas, car dès le jeune âge, ces petites mains sont mises à contribution pour l'apport et le soutien familial. Désolation qui m'arrache les larmes. Mais attention, en dépit de cette consternation, on n'est pas malheureux. Tout le monde a le sourire, le Laos est sans contredit le pays du sourire. Peu importe l'endroit, le lieu, l'âge, le sourire est omniprésent. Le Laos est résolument décontracté, les gens sont gais et encore une fois, les visages sont rieurs.

Croisières sur le Mékong, visites de grottes, de chutes, de parcs, d'étals de marchés, de boutiques artisanales, toutes ces activités nous sensibilisent aux us et coutumes. Je ne peux omettre un attrait non négligeable : les moines tibétains. Ils sont nombreux surtout à Luangprabang, petite ville au nord du pays, classée au patrimoine de l'Humanité. Selon l'Unesco, c'est la ville la mieux préservée d'Asie du sud-est. Ancienne cité impériale, ses temples datent du 16<sup>e</sup> siècle, chef-lieu des moines. À longueur de journée, ils déambulent avec leurs chasubles orange et leurs cocos rasés. Ils

vivent de la générosité de la population locale et touristique. Une majorité d'entre eux sont des enfants : exploitation, peut-être... mais au moins, ils sont nourris et logés, et par conséquent l'itinérance évincée.

Cet oasis de paix, de réputation mondiale, est à mon humble avis très touristique, trop touristique. Littéralement envahi par le tourisme, surtout européen, il s'évertue à résister à un tel flux. Mais en dépit de ce constat, nul doute que c'est l'endroit privilégié pour les couchers de soleil sur le Mékong, une fenêtre magnifique sur des montagnes couvertes d'une végétation luxuriante, pour de longues promenades, et enfin, pour s'abandonner à l'impression et au spectacle du moment. Je l'avoue, aussi paradoxal que cela puisse être, il se dégage de ces lieux une quiétude, laquelle nous imprègne le cœur et l'âme.

Je pourrais en parler encore et encore, le Laos m'a séduite et envoûtée. Manifestement, c'est un incontournable pour ses gens, son environnement, sa simplicité, et surtout, son art de vivre.

Je termine en formulant qu'il est vrai que, lorsque l'on veut vraiment quelque chose, rien ne peut nous arrêter. Des obstacles il y en aura toujours, mais jamais insurmontables. Ce n'est surtout pas une question d'âge, de sexe, de sécurité ou de tout autre ordre qui peuvent empêcher d'aller de l'avant.



Je vous le dis, réaliser un tel défi à 60 ans donne des ailes pour plusieurs mois à venir, le meilleur tonique qui soit. Je suis fière de moi, de nous deux, de ce que nous avons accompli. Osez messieurs-dames à la retraite, quand le cœur va tout va, et maintenant, foncez!

Jocelyne Pelletier

*PS : suite de la virée dans un prochain numéro.*

# Historique du RIIR

**En prévision du 20<sup>e</sup> anniversaire du RIIRS, nous vous racontons une autre tranche de la vie de notre Regroupement.**

Dès sa création, en 1992, le RIIR a misé sur le bénévolat pour assurer son fonctionnement et sa pérennité. Ainsi, plusieurs comités permanents ont été mis sur pied dont le comité des finances, celui des assurances et le comité du journal. À ce chapitre, mentionnons que la première publication de l'Écho du RIIR eut lieu en juin 1993 sous la responsabilité de mesdames Lucette Melançon et Éliane Dussault (notre étoile vedette du mois). C'est aussi au congrès de 1992 que les membres adoptèrent les premiers statuts et règlements.

En 1993, dans le but d'assurer la représentativité des membres au sein du Comité exécutif, le territoire québécois fut divisé en huit zones. En 1998 le RIIR prend un nouvel élan. C'est le 1<sup>e</sup> décembre 1998 qu'apparaît le premier Conseil d'administration. Le nombre de zones est porté à dix. Les membres de chaque zone doivent élire une représentante qui a pour mission de porter au CA les demandes de ses membres et, en contrepartie, d'assurer la diffusion des informations du CA jusqu'aux membres de sa zone.

L'instance suprême du RIIR est sans contredit, le congrès. Celui-ci se tient à tous les deux ans. C'est une instance décisionnelle. Tous les membres sont invités à venir participer aux décisions importantes du mouve-



ment : adopter les prévisions budgétaires et les budgets d'opération, déterminer les orientations générales du mouvement, adopter, abroger ou modifier les statuts et règlements et élire des membres à différents postes.

Suite au prochain numéro.

*Référence : Récit historique Album souvenir  
10<sup>e</sup> anniversaire 1992-2002 par madame Claire Royer*

Résumé fait par  
Louise Duchesneau

DOMRÉMY MAURICIE / CENTRE-DU-QUÉBEC  
CENTRE DE RÉADAPTATION EN DÉPENDANCE



<http://www.domremymcq.ca/>

## Opportunité d'emploi à temps partiel

Nous offrons des services d'adaptation ou de réadaptation et d'intégration sociale aux personnes ayant des problèmes de dépendance dans l'ensemble de la région Mauricie/Centre-du-Québec.

**INFIRMIER ou INFIRMIÈRE** – Permis d'exercice de l'OIIQ – Temps partiel occasionnel (TPO, liste de rappel)

**« Travailler à Domrémy MCQ me donne l'opportunité d'évoluer dans un milieu stimulant, avec une pratique élargie dans une approche multidisciplinaire et des plus humaines. » - Martine Lépine, infirmière**

En tant qu'infirmier(ère) à la retraite, au cours de votre vie professionnelle, vous avez eu l'occasion de développer une expertise en soins infirmiers et vous avez acquis une expérience enviable. Vous souhaitez peut-être continuer de faire bénéficier la clientèle de vos compétences et ainsi épauler occasionnellement une équipe de travail déjà en place.

**Nous offrons une excellente opportunité d'emploi pour les personnes retraitées désirant poursuivre la relation d'aide envers la clientèle.**

Pour plus d'information, communiquez avec le service des ressources humaines au **819 374-4744**

Vous pouvez faire parvenir votre curriculum vitae à :

Télécopieur : **819 374-4502** Courriel : [domremy\\_ressources\\_humaines@ssss.gouv.qc.ca](mailto:domremy_ressources_humaines@ssss.gouv.qc.ca)

Devant l'intérêt manifesté par nos membres suite à une publication de Statistique Canada sur notre site Internet, Madame Caroline Tremblay-Verreault nous a fait parvenir des informations supplémentaires.



## Statistique Canada : le Recensement de 2011 et les retraités

Le Recensement du Canada est commencé depuis le 10 mai dernier et se poursuivra jusqu'à la mi-août. Les données du recensement sont importantes pour les collectivités et sont essentielles dans la planification des services.

### Soyez du nombre!

Si vous n'avez toujours pas complété votre questionnaire court de 10 questions, il n'est pas trop

tard pour le faire en ligne ou sur papier. Pour obtenir plus d'information concernant le Recensement de 2011, consultez le site [www.recensement2011.gc.ca](http://www.recensement2011.gc.ca).

### L'Enquête nationale auprès des ménages menée pour la première fois

Dès le début du mois de juin, un ménage sur trois sera invité à répondre au questionnaire de la nouvelle Enquête nationale auprès des ménages (ENM). Les données recueillies par le biais de ce questionnaire fourniront des données pour planifier et appuyer les services destinés aux familles, le logement, les routes et le transport en commun ainsi que la formation professionnelle. Pour obtenir de plus amples renseignements concernant l'ENM, consultez le site [www.enm.statcan.gc.ca](http://www.enm.statcan.gc.ca)

### Le Recensement et la sécurité : une priorité

Des agents recenseurs travailleront sur le terrain jusqu'à la mi-août dans tous les quartiers. Vous vous

questionnez peut-être sur les activités de porte-à-porte du personnel sur le terrain. C'est pourquoi Statistique Canada a pris plusieurs mesures pour répondre à vos préoccupations concernant la sécurité.

Tout d'abord, pour occuper un poste d'agent recenseur, les candidats ont dû passer à travers un processus de sélection rigoureux. Ils ont également fait l'objet d'une vérification de sécurité effectuée par la GRC. Pour savoir si un agent recenseur est bien un employé de Statistique Canada, celui-ci aura en sa possession une carte d'identité comportant le logo du recensement, la signature du statisticien en chef adjoint du Canada et la photo de l'agent recenseur.

Enfin, sachez que vous n'êtes pas obligés de faire entrer l'agent recenseur dans votre résidence. N'hésitez pas à demander à voir sa carte d'identité. Si vous avez un doute, ne le laissez pas entrer chez vous.

### Soyez du nombre et participez au Recensement de 2011 et à l'ENM!



Madame, Monsieur,

Avez-vous le goût de faire du bénévolat ?

Avez-vous songé à faire du bénévolat spécialisé auprès des malades en fin de vie?

**ALBATROS EST-DE-L'ÎLE-DE-MONTRÉAL** est un organisme bénévole, et sans but lucratif, qui a pour mission d'accompagner GRATUITEMENT les personnes atteintes d'une maladie grave et d'apporter un soutien à leurs proches.

À cette fin, **Albatros Est-de-l'Île-de-Montréal** offre une formation de 45 heures, étalée sur 4 fins de semaines, à l'automne de chaque année.

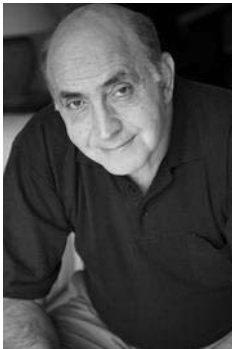
Inscrivez-vous dès maintenant en signalant le numéro : 514 255-5530

Courriel : [info@albatros-mtl.ca](mailto:info@albatros-mtl.ca)

voir le site Internet : [www.albatros-mtl.ca](http://www.albatros-mtl.ca)

## INCH ALLAH

Roman en deux tomes : Le Souffle du jasmin - 1916-1956. Le Cri des pierres - 1956-2001 de Gilbert Sinoué paru chez Flamarion.



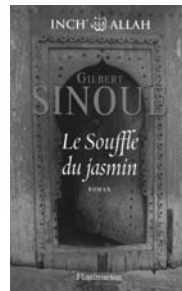
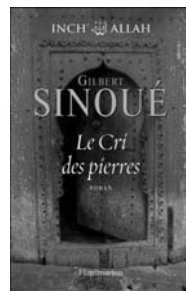
M. Gilbert Sinoué

Sinoué, nous raconte le Moyen-Orient. Par le biais de quatre familles fictives : une juive, une palestinienne, une irakienne et une égyptienne, nous rencontrons les personnages réels qui ont façonné cette région du monde.

Suite à la chute de l'Empire Ottoman, la France et l'Angleterre décident de se partager le gâteau. Il s'agit, selon les Anglais, d'un melting pot de tribus incapables de cohésion... En effet, juifs, musulmans et chrétiens vivent dans ces territoires et, au sein de chaque religion, il y a des interprétations différentes des textes sacrés.

Anglais et Français s'en donnent à cœur joie, ils créent des frontières, inventent des pays, mais oublient d'aviser les peuples concernés. Ils font des promesses à certains chefs de tribus mais sans les respecter... Ces accords secrets sont nommés « Sykes-Picot », du nom des deux diplomates qui les ont négociés. C'était en 1916.

Depuis ces régions se déchirent. Avec ces familles, nous vivons l'histoire : l'implantation d'Israël, l'arrivée de Nasser, son désir d'unir le peuple arabe, la peur qu'a l'Occident de voir le communisme s'implanter dans cette région du monde, la venue d'Arafat, de Ben Laden, de Saddam Hussein, la présence américaine etc... Tous ces facteurs attisent la haine, la peur, la vengeance et... le terrorisme s'installe. En 2001 le monde en prend définitivement conscience.



Il y a, des deux côtés, des extrémistes et des deux côtés des modérés, mais ceux-ci sont peu écoutés.

Une chose est certaine, dans tous ces affrontements, peu importent les allégeances, il y a des gens qui pleurent la perte d'un parent, d'un ami, qui vivent l'exil, qui renoncent à leurs rêves et qui aspirent à la paix.

Ce roman bien documenté, se lit facilement. Gilbert Sinoué est né en Égypte et vit maintenant à Paris.

Pour plus d'information sur l'auteur on peut voir son site web. « Gilbert Sinoué : le site officiel »

Lucette Beaudry

## Politique de rédaction

L'Écho du RIIRS peut contenir des textes qui proviennent des membres du RIIRS ou des membres du comité du journal. Les points de vue de même que les opinions formulées dans ses pages n'engagent que leurs auteurs. Le RIIRS, l'Écho du RIIRS de même que leurs représentants ne sauraient être considérés comme répondants desdits textes.

L'Écho du RIIRS se veut une tribune d'expression pour tous ses membres et ses partenaires. Le magazine l'Écho du RIIRS se réserve le droit de publier ou non un texte et/ou de le publier au moment de son choix. *L'Écho du RIIRS se réserve également le droit de publier le texte dans son intégralité ou d'en sélectionner des extraits.* Le magazine s'engage à respecter la « paternité » de tout texte qui lui est soumis au meilleur de ses connaissances.

L'usage du féminin dans le contenu de certains textes de l'Écho du RIIRS englobe le masculin.

L'Écho du RIIRS accepte les messages publicitaires susceptibles de renseigner ses lecteurs en matière de santé, loisirs, assurances et consommation. La publication de telles annonces ne signifie pas que le RIIRS endosse ou recommande les produits ou les services offerts.

Comité exécutif RIIRS

# ÉTÉ et/ou VACANCES?



Selon le Larousse, vacance signifie : période de repos d'une personne qui travaille.

Été, selon ma définition, temps de repos, de farniente...

D'accord, nous sommes des retraités sans horaire fixe, ni travail régulier. Cependant pour la majorité, retraite veut dire bénévolat : aide aux enfants, aux petits enfants, soins de parents malades, implication sociale en un mot disponibilité et plus...

Alors il est bon de prendre des vacances, de s'évader, de profiter de la chaleur, du soleil.

Chaque région offre des activités agréables sans être onéreuses. Pour les sportifs, partout il y a des sentiers pédestres, des parcs, des pistes cyclables.

Vous n'êtes pas très sportives? Il y a des festivals, des expositions. Même les jours de pluie peuvent être positifs avec un bon livre ou un film que vous n'avez pas eu le temps de voir. Pourquoi ne pas en profiter et décrocher du train-train quotidien?

C'est aussi le temps de flâner sur une terrasse, un balcon, de voir les amis, de rêver, en somme... de relaxer.

Finalement l'été, c'est le temps de laisser aller notre imagination, de refaire le plein d'énergie et d'être en forme pour l'AGA à l'automne.

Bon été!

L'équipe du journal  
Lucette Beaudry



## LA SAISON ESTIVALE ARRIVE A GRANDS PAS!

Travailler selon vos disponibilités!  
Recrutons Infirmières et Infirmières Retraités!  
Région : Montréal en CHSLD, Soins Palliatifs,  
Centre de Réadaptation  
**Contactez-nous : L'Agence 514-324-4448**

# Fondation du sommeil

La World Association of Sleep Medicine et la Canadian Sleep Society - CSS/SCS - Société Canadienne du Sommeil, se rencontreront du samedi 10 au jeudi 15 septembre 2011, dans la ville de Québec. 1 200 spécialistes et chercheurs en sommeil échangeront donc les résultats de la recherche sur le sommeil et ses pathologies.

Depuis 20 ans, Fondation Sommeil, association de personnes, groupe d'entraide et centre de référence sur les questions du sommeil et de la vigilance souhaite bien, par cette occasion, mettre le sommeil à jour.



Avec la collaboration de la Canadian Sleep Society - CSS/SCS - Société Canadienne du Sommeil, Jacques Clairoux, directeur de l'association Fondation Sommeil, accompagné du D<sup>re</sup> Julie Carrier, directrice de la recherche au Centre d'études avancées en médecine du sommeil de l'hôpital du Sacré-Cœur de Montréal, dans le cadre d'un événement public, animeront deux conférences publiques ainsi

que d'autres activités. Le nom des conférenciers ainsi que le sujet des conférences du samedi 10 septembre prochain seront annoncés ultérieurement dans notre site : [www.fondationsommeil.com](http://www.fondationsommeil.com)

Jacques Clairoux



## **Infirmier(ère) : Poste permanent 4 jours/quinzaine**

Diabète Québec est à la recherche d'un(e) infirmier(ère) pour sa ligne téléphonique InfoDiabète et son service d'enseignement Diabétaide. Les fonctions du (de la) candidat(e) sont :

- Répondre aux demandes d'information téléphoniques et par courriel.
- Participer aux kiosques d'information.
- Dispenser différents programmes de formation à l'intention des personnes diabétiques à Montréal et en régions.

### Qualifications requises

- Diplôme de 1<sup>er</sup> cycle en Sciences, en Éducation ou en Nursing et membre en règle de l'OIIQ
- Expérience en éducation et en diabète
- Habiletés à communiquer et à rédiger
- Bilinguisme essentiel
- Sens de l'organisation

Toute personne intéressée est priée de faire parvenir son cv à :  
Louise Tremblay • Courriel : [tremblay@diabete.qc.ca](mailto:tremblay@diabete.qc.ca) • Fax: 514 259-9286

# Étoile vedette

**Éliane Dussault, notre étoile vedette du mois de juin, est une personne peu banale, comme vous le constaterez en lisant son histoire.**

Éliane est née le 6 octobre 1932 sur la terre familiale, défrichée par ses parents, dans le village d'Angliers au Témiscamingue. Elle y vit une enfance heureuse puis fréquente l'école du rang 5, à deux milles de chez elle; chemin qu'elle parcourt en compagnie de son frère, en traîneau à chien l'hiver. Elle nous raconte qu'il leur fallait traîner le chien le matin mais que le soir, hop! Il filait à vive allure.

Après la septième année, elle fréquente l'école du village. À ce moment-là, ses parents vendaient le lait aux gens du village. Son frère et elle faisaient la livraison à la porte des clients le matin, avant l'heure de l'école. Tout ce trajet s'effectuait avec leur beau poney Tipit.

Quelques années plus tard, elle enseigne dans une classe de 4<sup>e</sup> à un groupe de 27 élèves : 10 filles et 17 garçons qui étaient pratiquement du même âge qu'elle.

En 1953, elle se dirige vers l'hôpital St-Luc à Montréal, pour y suivre son cours d'infirmière. Après l'obtention de son diplôme, elle pratique sa profession à l'hôpital de la Miséricorde à Haileybury, Ontario, comme infirmière-chef en médecine chez les femmes. Deux ans plus tard, la voilà dans l'aviation Royale Canadienne où, pendant cinq ans, elle vit de formidables expériences. Il paraît qu'elle adorait porter son beau costume bleu royal ( ne lui dites surtout pas qu'il était bleu marine! ). Un cours d'officier à Centrilla Ontario, d'une



durée de 12 semaines lui permet de connaître tous les rouages de la vie militaire. Son premier poste la mène au nord de l'île de Vancouver, à Holberg, petite base de radar isolée : le seul moyen de transport étant le navire. Elle exerce sa profession d'infirmière auprès des familles des militaires et des civils qui habitent le village.

Quelques mois plus tard, nouvelle mutation, cette fois à San Antonio au Texas, pour suivre un cours de « Flight Nurse ». Ce stage de six mois de théorie et de pratique l'enchantait et lui « donne des ailes ». Elle a presque parcouru tout le territoire des États-Unis, en avion, pour transporter des malades mili-

taires et les membres de leur famille, d'une station à une autre, selon les besoins des malades. Revenue au pays, elle est mutée à St-Hubert, près de Montréal, afin de poursuivre sa mission d'infirmière volante pour l'évacuation des malades au Canada et en Europe. Encore là, selon Mme Dussault, ce fut une expérience enrichissante qui prit fin lorsque le gouvernement du Québec fit l'acquisition de son propre avion d'évacuation. Madame Dussault tient à nous expliquer que « cet avion porte le nom de « Valentine » en souvenir d'une infirmière de colonie à Destor en Abitibi. Les gens de la place ont érigé un monument en son honneur. Quel beau geste de la

# Étoile vedette

part des gens du coin pour cette infirmière qui a pratiqué sa profession pendant plusieurs années. Une vraie Blanche Pronovost! »

De retour à la vie civile, c'est à Angliers, le patelin de son enfance, qu'elle poursuit sa carrière pendant les quatre années suivantes, soit de 1964 à 1968. Au cours du mois de juillet 1967, au moment de l'Exposition universelle de Montréal, une grosse expédition se prépare. Plusieurs canotiers d'Abitibi-Témiscamingue et quelques personnes du Témiscamingue ontarien forment un groupe d'une quarantaine de canots : c'est déjà tout un équipage. À ceux-là, une équipe de terre, formée d'un directeur, d'un aumônier, d'une infirmière (devinez qui!) et des préposés au ravitaillement, apporte son soutien aux canotiers. Ceux-ci font leur propre bouffe, montent leur propre tente. Le matin, dès l'aube, tout ce beau monde se lève pour le café matinal. Notre infirmière casse-cou prodigue aux rameurs les soins appropriés, et leur applique de la crème solaire... car les sportifs nécessitent quelques encouragements... surtout de la part de l'infirmière. Dans plusieurs villages bordant la rivière des Outaouais, autant du côté québécois que du côté ontarien, des festins sont organisés tout au long du trajet jusqu'à Montréal. Une réception grandiose, au pavillon du Québec, en présence du ministre du Tourisme leur est offerte à leur arrivée. Ce périple fut une tranche de vie merveilleuse aux dires de madame Dussault.

En 1968, elle suit le dernier cours en santé communautaire de l'Université de Montréal (cette forma-



tion a été abolie lors des grands changements de la réforme Castonguay).

Elle s'installe ensuite à Témiscamingue-sud pour continuer à pratiquer la prévention : visites post-natales, vaccination BCG, les cliniques de nourrissons, de vaccination, travail de prévention dans les écoles françaises et anglaises. En 1977, à Ville-Marie, toujours en santé communautaire, elle devient une pionnière dans la fondation du CLSC de l'endroit par le biais d'un comité « ad hoc » sur les rudiments du CLSC.

En 1992 vient le temps de la retraite. Elle déménage à Lévis. Là,

la FIIQ met sur pied le RIIR. Elle participe à sa fondation en novembre 1992. Elle est fière de dire qu'elle était là à la création de notre regroupement. « Quelle belle aventure que ces années : 2<sup>e</sup> vice-présidente au 1<sup>e</sup> CA, membre du comité du journal, visite une fois la semaine au bureau de la FIIQ pour toutes sortes d'activités relatives au RIIR, en plus des activités de recrutement dans les hôpitaux auprès des futures retraitées. C'était formidable! »

Maintenant, depuis 18 ans, elle profite de sa belle retraite très enrichissante, comme elle le dit. Malgré une carrière plus que productive elle s'est beaucoup



impliquée dans le bénévolat : elle a suivi la formation du mouvement Albatros a effectué du bénévolat au sein de ce mouvement, puis, au Centre d'action bénévole pendant une dizaine d'années, dont une à la présidence durant l'année interna-

tionale du bénévolat en 2001. On m'a dit que, pour le club de tricot du CAB, elle avait tricoté et tricote encore, des kilomètres et des kilomètres de laine. « Cette activité est très productive pour les moins nantis de notre communauté. On y tri-

cote des gilets, des foulards, des mitaines, des bas, des pantoufles etc. Les tricoteuses sont affairées. La laine nous est fournie par des gens de la Ville, soit dit en passant, toujours de la belle laine neuve. Nous nous rencontrons une ou deux fois par année pour un dîner de bénévoles tricoteuses... Ah! Quel délice que la rencontre et le menu! » M'a-t-elle affirmé!

Maintenant, l'âge avançant, elle a 78 ans vous savez, elle ne fait du bénévolat que sur demande... mais je sais que ses mains restent très actives.

« Tout ça, fait que ma vie continue d'être bien vécue! Dieu merci! dit-elle! »

Un grand merci pour votre belle contribution à notre société madame Dussault!

Louise Duchesneau

## Lettre d'une amie, Monique Marois « Hommage à toi, Éliane! »

Éliane a été une compagne de travail de qui j'ai retiré plein de belles choses dans les années 1980-1990.

Tu te rappelles, Éliane, quand nous partions pour la journée faire des cliniques de vaccination dans les sous-sols d'églises ou dans les salles paroissiales avec tout notre attirail : balance, planche à mesurer, nos grosses valises, sans oublier nos vaccins sur glace, naturellement.

Combien d'enfants du Témiscamingue tu as protégés contre la coqueluche, la diphtérie, le tétanos, la rougeole, la rubéole et les oreillons, pour ne nommer que ceux-là. Nous allions aussi chez les familles démunies et là où se trouvaient des prématurés. En plus, tu étais l'infirmière attitrée de quelques écoles de notre région. Combien de conseils as-tu ainsi prodigués en milieu scolaire pour la promotion de la santé?

Merci Éliane, tu as été une compagne de travail toujours, ou presque, de belle humeur et intéressée à transmettre ton savoir-faire et tes connaissances.

J'en garde de beaux souvenirs!

Monique Marois

# Coin des internautes

Une fois n'est pas coutume mais cette présentation du coin des internautes vous propose un cadeau insolite, surprenant, à offrir à un proche... surtout si cette personne a un tant soit peu le sens de l'humour. Mais attention, ce cadeau n'est pas gratuit. Il vous faudra déboursier une cinquantaine de dollars pour vous le procurer. Si vous cliquez sur l'adresse Internet que voici : [www.monroman.ca](http://www.monroman.ca) on vous proposera d'écrire un roman personnalisé pour la personne de votre choix.

Vous aurez la possibilité de choisir entre divers types de roman : romantique, insolite, jeunesse, suspense, politique-fiction ou roman noir. À l'étape suivante vous devrez répondre à un questionnaire visant à bien personnaliser le roman : la marque de sa montre, de sa voiture, son animal de compagnie, son travail etc. Plus il y aura



de détails, plus « la vedette » du roman sera surprise. Vous comprendrez aussi que tout l'entourage de cette personne sera frappé d'étonnement en entendant le récit des événements supposés réels vécus par ce nouveau héros ou cette nouvelle héroïne.

Juste pour vous raconter une anecdote. Mon frère, lors d'une réunion de famille, nous explique qu'au lieu d'avoir parcouru le monde pour ses loisirs lorsqu'il était plus

jeune, aurait été supposément un agent secret de la CIA. Il brandit le livre qu'il dit avoir écrit et nous nous le passons de main en main afin de vérifier ce qui s'y trouve. Nous sommes tous confondus devant ce qui semble être la preuve évidente qu'il nous dit bien la vérité. Nous avons bien ri lorsque celui-ci nous a révélé la supercherie.

Louise Duchesneau

## Pièges de la langue française

Pour faire suite à notre article, piège de la langue française paru en mars 2011, nous avons reçu un courriel de Suzelle Couture.

*Qui a dit que le français était compliqué? Voyez par vous-même en lisant ce texte.*

Nous **portions** nos **portions**.  
Les **portions**, les **portions**-nous?  
Les poules du **couvent couvent**.  
Mes **fils** ont cassé mes **fils**.  
Il **est** de l'**est**.  
Je **vis** ces **vis**.  
Cet homme est **fier**;  
Peut-on s'y **fier**?

Nous **éditions** de belles **éditions**.  
Nous **relations** ces intéressantes **relations**.  
Nous **acceptions** ces diverses **acceptions** de mots.  
Nous **inspections** les **inspections** elles-mêmes.  
Nous **exceptions** ces **exceptions**.  
Je suis **content** qu'ils nous **content** cette histoire.  
Il **convient** qu'ils **convient** leurs amis.  
Ils ont un caractère **violent** et ils **violent** leurs promesses.  
Ces dames se **parent** de fleurs pour leurs **parents**.  
Ils **expédient** leurs lettres; c'est un bon **expédient**.

Nos **intentions** c'est que nous **intentions** un procès.  
Ils **négligent** leur devoir; moi, je suis moins **négligent**.  
Nous **objections** beaucoup de choses à vos **objections**.  
Ils **résident** à Paris chez le **résident** d'une ambassade étrangère.  
Ces cuisiniers **excellent** à composer cet **excellent** plat.  
Les poissons **affluent** d'un **affluent** de la rivière.

*Il faut être ferré en français, n'est-ce pas?*

# Bonnes vacances!

*L'hiver nous a gardés frileux,  
le printemps, humides sous des  
trombes d'eau!*

*Gardons espoirs pour l'été  
qui se pointe!*

*Bonnes vacances à toutes et à tous!*

**L'ÉQUIPE du journal.**

Date de tombée : 7 octobre 2011

## Avis de changement d'adresse

Aidez-nous à vous rejoindre.  
Vous changez d'adresse dans les mois à venir ?

S.V.P. avisez-nous dès que possible de votre changement  
d'adresse afin que nous puissions garder contact avec vous.

Nom : \_\_\_\_\_

Prénom : \_\_\_\_\_

No. de membre : \_\_\_\_\_

Ancienne adresse : \_\_\_\_\_

Nouvelle adresse : \_\_\_\_\_

Ville : \_\_\_\_\_

Code postal : \_\_\_\_\_

Tél. : \_\_\_\_\_

Courriel : \_\_\_\_\_

Changement à compter de : \_\_\_\_\_

À retourner au secrétariat du RIIRS, 1170, boul. Lebourgneuf, bureau 405 Québec QC G2K 2E3

## Écho du riirs

Volume 19 no 1 – Juin 2011

Écho du RIIRS, journal du  
Regroupement interprofessionnel  
des intervenants retraités des  
services de santé, est distribué  
aux membres du RIIRS

### Comité du journal

Louise Duchesneau, responsable  
Lucette Beaudry  
Huguette Lamarre  
Pierrette Morin (substitut)  
Jocelyne Pelletier

### Rédaction

Solange B Gagnon  
Lucette Beaudry  
Solange Blais Couture  
Jacques Cléroux  
Suzelle Couture  
Louise Duchesneau  
Gisèle Goulet  
Jeannine Goulet  
Germain Labrie  
Madeleine Magnan  
Monique Marois  
Claudette Miller  
Pierrette Morin  
Jocelyne Pelletier  
Madeleine St-Laurent  
Claire Théberge-Riverin  
Claire Tougas  
Caroline Tremblay-Verreault

### Secrétariat

Ginette Beaudoin  
Johanne Joly  
Lyne Métivier

### Traduction

Marguerite McMillan

### Graphisme

Comimage  
communication graphique

### Impressions

Imprimerie Sociale

ISSN : 1718-8571 l'Écho du RIIRS  
Dépôt légal – Bibliothèque et  
Archives du Québec 2006

Regroupement interprofessionnel des inter-  
venants retraités des services de santé  
1170, boul. Lebourgneuf, bureau 405  
Québec QC G2K 2E3  
Tél. : 418 626-0861 • S.f. : 1 800 639-9519  
Télééc. : 418 626-0799 • info@riirs.org •  
www.riirs.org