

Écho du riirs



Volume 33 n° 3 • Printemps 2026





Regroupement interprofessionnel
des intervenantes retraitées
des services de santé

L'Écho du RIIRS, Journal du Regroupement interprofessionnel
des intervenantes retraitées des services de santé, est distribué
aux membres du RIIRS.

Comité de l'Écho du RIIRS

Diane Giguère
Claudette Guillemette-Miller

Rédaction

Caroline Viviers,
rédactrice en chef
Solange Tremblay
Céline Caron
Jocelyn Tremblay
Michelle Allard
Sylvie Guillemette-Faucher
Germain LaBrie
Linda Fréchette
Chantal Tancrede
François Martin
Edna Wong
Carmen Côté
Ronald Bonami
Jeannine Otis
Colombe Chartier
Céline Boulanger
Ginette Gamsby
Olivine Leblanc
Huguette Jourdain

Coordination

Johanne Joly

Infographie

Brigitte Ayotte (Ayograph)

Photographies

©iStock et DepositPhotos
Couverture : ©iStock/StockPlanets
Dos : ©iStock/Merinka

Impression

Numérix

Dépôt légal – Bibliothèque et
Archives du Québec 2006

RIIRS

405-1170, boul Lebourgneuf,
Québec QC G2K 2E3

Tél.: 418 626-0861
1 800 639-9519

Télec.: 418 626-0799

info@riirs.org
www.riirs.org
www.facebook.com/riirs

Sommaire

- 3** Mot de la présidente
- 4** Mot de la directrice générale
- 5** Dossier relève
- 9** Fraudes et cybersécurité
- 12** Défense des droits
- 15** Une retraite bien méritée
- 16** Nos régions



Saviez-vous que le RIIRS est présent sur
Facebook ?

Pour ne rien manquer des actualités et des
actions de votre organisation, suivez-nous !

www.facebook.com/riirs

Si vous ne recevez pas les infolettres
provinciales et régionales qui vous permettent
d'être informé(e)s sur les dossiers importants et
les activités à venir, veuillez communiquer avec
l'agente service aux membres Johanne Joly au
1 800 639-9519 ou à info@riirs.org pour en faire
la demande.

BIENVENUE AUX NOUVEAUX MEMBRES

**Le RIIRS souhaite la bienvenue aux 56 personnes nouvellement membres qui ont adhéré entre
le 1^{er} octobre et le 31 décembre 2025.**

De ces 56 membres, nous retrouvons les professions suivantes :

- I Infirmiers(ères) : 48
- I Infirmiers(ères) auxiliaires : 7
- I Inhalothérapeutes : 1

À la suite de ces nouvelles arrivées, le RIIRS compte à ce jour 11 186 membres.

Bonjour à vous, membres du RIIRS,

Par le biais de cet article, je souhaitais aborder les enjeux qui nous interpellent comme Regroupement de retraités. Mais je vous entends déjà dire : Encore parler de politique, des gouvernements, de tout ce qui va mal... Rassurez-vous, vous pouvez poursuivre votre lecture, car je vais plutôt vous parler de bienveillance, d'empathie et d'entraide, là où se trouvent les qualités du cœur, celles du *Prendre Soin*.

Pourquoi ces valeurs sont-elles fondamentales dans ce monde chaotique de 2026 ?

Parce qu'elles se caractérisent par la volonté du bien de l'autre, la sollicitude, l'indulgence et le soutien au niveau humain. Elles sont essentielles pour construire une société plus juste, tournée vers l'humain. L'empathie, quant à elle, repose sur la capacité de comprendre les émotions, les besoins et le point de vue d'autrui, tout en se mettant à sa place et en conservant une juste distance affective. L'entraide se traduit par une action collective, un soutien mutuel fondé sur la solidarité et la coopération.

Mais pourquoi mettre en lumière ces trois valeurs intrinsèques, et quel lien ont-elles avec la mission du RIIRS ?

Parce que le RIIRS s'inspire de ces valeurs humanistes dans la poursuite de sa mission de défense des droits



et intérêts de ses membres, tout en veillant à développer un fort sentiment d'appartenance. Ces valeurs se retrouvent au cœur du bénévolat porté par vos représentantes et représentants au sein des CAR (Conseils d'administration régionaux), à travers leur implication et leur engagement.

Ce que je souhaite porter à votre attention par ce texte, c'est le défi actuel de préparer la relève et de nous renouveler. Plusieurs de ces femmes et de ces hommes vous représentent depuis de nombreuses années. Ils souhaitent maintenant passer le relais à d'autres retraité(e)s qui ont le goût d'oser, de lever la main, et de contribuer à maintenir, développer et accroître la vitalité de leur région.

Vos assemblées générales régionales auront lieu en mai. Je vous invite à y participer et vous convie à vous joindre à l'équipe régionale, en gardant en tête que le bénévolat est bénéfique autant pour la personne que pour le Regroupement. La pérennité du RIIRS repose sur le dynamisme de ses régions et sur l'engagement des femmes et des hommes qui s'y investissent. Merci d'en faire partie.

Bonne Assemblée générale annuelle régionale !

Votre présidente,
Solange Tremblay



Photo: depositphotos

Bonjour à vous, membres du RIIRS,

Chaque nouvelle édition de L'Écho du RIIRS est pour moi l'occasion de mesurer la vitalité de notre Regroupement, la richesse de nos engagements et la force tranquille qui nous unit. Celle-ci ne fait pas exception : elle reflète à la fois les enjeux qui nous interpellent, les avancées importantes pour les aînés du Québec et les moments marquants de notre vie associative.



Ce numéro marque aussi un moment empreint d'émotion : l'annonce de la retraite de Johanne Joly, agente au service aux membres depuis plus de dix-huit ans. Johanne a été une présence stable, chaleureuse et profondément humaine au sein du RIIRS. Sa voix, son sens du service et sa loyauté ont marqué notre histoire collective. Nous lui rendons hommage avec gratitude et affection, en lui souhaitant une retraite douce,

lumineuse et à la hauteur de tout ce qu'elle a donné.

À la fin janvier, la ministre Sonia Bélanger a déposé la Politique nationale de soutien à domicile, une politique attendue depuis longtemps. Le RIIRS suit ce dossier de près, d'autant plus que nous avons déposé, en amont, un mémoire intitulé Le maintien de l'autonomie : vers une Politique nationale de soutien à domicile. Dans ce numéro, vous trouverez une analyse détaillée de ce que propose cette politique, de ses orientations, de ses promesses, mais aussi des défis qu'elle soulève. Notre engagement demeure le même : défendre le droit de vieillir chez soi, dans la dignité, avec des services accessibles, humains et adaptés.

Vous découvrirez également un dossier consacré à la relève au sein des conseils d'administration, un enjeu majeur pour plusieurs de nos régions. Le renouvellement des équipes locales est essentiel pour assurer la continuité de notre mission et maintenir la force de notre réseau. Nous savons que la participation bénévole évolue, que les réalités changent, et nous souhaitons accompagner les régions dans cette transition avec des outils, du soutien et une écoute attentive.

Parce que l'information et la prévention font partie de notre rôle, vous trouverez également un article sur les arnaques amoureuses, un phénomène en croissance qui touche malheureusement de nombreuses personnes, souvent isolées ou en quête de connexion. Nous espérons que ce texte contribuera à mieux outiller nos membres et à briser les tabous entourant ces situations.

Enfin, je suis heureuse de vous annoncer que la Coalition pour la dignité des aînés prépare un grand rendez-vous : le Forum Innov'Aînés, qui se tiendra le 21 avril 2026. Ce sera un moment fort de réflexion, d'échanges et d'innovation autour des enjeux du soutien à domicile. Nous vous en dévoilerons davantage dans les prochaines infolettres.

Alors que les jours s'allongent et que le printemps s'installe doucement, je vous souhaite une saison remplie d'énergie nouvelle, de rencontres inspirantes et de petits bonheurs quotidiens.

Avec toute ma reconnaissance,
Caroline Viviers, directrice générale

Le RIIRS n'émet pas de reçu d'impôt puisque le montant versé pour la cotisation n'est pas déductible. Une cotisation est déductible si elle est payée par un travailleur (exemple : le montant de cotisation payé pour un ordre professionnel).

Tout montant versé à un organisme de bienfaisance enregistré à l'impôt est aussi déductible.

S'impliquer au RIIRS : une force collective qui se construit pas à pas

Au RIIRS, l'implication bénévole n'est jamais un geste anodin. Elle naît d'un mélange de convictions, de valeurs, de rencontres et parfois même de circonstances inattendues. Alors que notre organisation traverse une période charnière, une question revient avec insistance : qu'est-ce qui pousse nos membres à s'engager et qu'est-ce qui les retient ?

Au RIIRS, l'implication bénévole n'est jamais un geste anodin. Elle naît d'un mélange de convictions, de valeurs, de rencontres et parfois même de circonstances inattendues. Alors que notre organisation traverse une période charnière, une question revient avec insistance : qu'est-ce qui pousse nos membres à s'engager et qu'est-ce qui les retient ?

Pour mieux comprendre ces dynamiques, un comité ad hoc sur la relève au sein des conseils d'administration a été créé en 2025. Son mandat est clair : analyser la situation actuelle, identifier les risques de rupture de gouvernance, proposer des solutions concrètes et formuler des recommandations officielles au CA du RIIRS.

Les premiers constats à la suite de l'analyse de la composition de nos conseils d'administration montrent que le RIIRS entre dans une période de transition délicate. Avec la règle du maximum de huit ans, plusieurs administratrices et administrateurs approchent simultanément la fin de leur parcours, ce qui crée un risque réel de rupture de gouvernance d'ici 2030. Une proportion importante de membres cumule déjà plus de huit ans d'implication, 38 % au provincial et 49 % dans les régions ont déjà dépassé ce seuil. Dans plusieurs équipes plus anciennes, on observe même un certain essoufflement : la charge repose souvent sur les mêmes personnes, et l'absence de relève identifiée accentue la vulnérabilité. Cette perspective soulève un risque bien réel de rupture de gouvernance, avec tout ce que cela implique : perte de mémoire organisationnelle, instabilité, difficulté à assurer une transition harmonieuse.

En parallèle, la relève peine encore à s'imposer, surtout dans les régions. Au provincial, l'équilibre est

encourageant : près du tiers des membres en sont à leur premier mandat, ce qui crée une dynamique saine entre continuité et nouveauté. Mais dans les régions, seuls 16 % des administrateurs sont en début d'implication. Plusieurs CA régionaux comptent très peu de personnes ayant moins de cinq ans d'expérience. Autrement dit, la relève existe, mais elle n'est pas encore suffisamment nombreuse pour absorber les départs qui s'annoncent.

On constate aussi une grande diversité de situations d'un conseil à l'autre. Certains disposent d'une base solide de membres récents, alors que d'autres reposent encore largement sur des administrateurs très expérimentés. Cette variabilité appelle des stratégies d'accompagnement adaptées à la maturité et aux besoins de chaque conseil.

Enfin, la durée moyenne d'implication, 6,3 ans au provincial et 5,6 ans dans les régions, témoigne d'un engagement remarquable. Cette stabilité est une force, mais elle rappelle aussi l'importance de préparer dès maintenant la transition pour assurer la continuité et la vitalité de notre gouvernance.

Ce travail s'appuie notamment sur les témoignages recueillis dans un sondage auprès des membres des Conseils d'administration régionaux : « Pourquoi je m'implique ? », qui offrent un portrait riche, nuancé et profondément humain de l'engagement au RIIRS.

Ces voix, venues des douze régions, éclairent les motivations, les défis, mais aussi les conditions essentielles pour bâtir une relève durable. Et surtout, elles rappellent une vérité simple : l'implication ne se décrète pas, elle se construit.

Notre responsabilité collective est donc claire. Nous devons soutenir les équipes qui en ont le plus besoin, encourager l'arrivée de nouvelles personnes, et créer les conditions pour que l'expérience et la relève se rencontrent, se complètent et se renforcent mutuellement. La stabilité que nous avons bâtie au fil des ans est précieuse. Préparer la transition, c'est la meilleure façon de l'honorer.

Le RIIRS a toujours su évoluer avec son temps. Aujourd'hui encore, nous avons l'occasion et le devoir de le faire avec lucidité, solidarité et confiance. Le comité ad hoc poursuit ses travaux, mais certaines pistes de solution se dégagent déjà.

La participation avant l'engagement : un chemin naturel

Après une carrière exigeante, plusieurs nouveaux membres ont d'abord besoin de souffler, de prendre leurs repères et d'apprivoiser leur nouvelle vie de retraité. Ils doivent aussi découvrir tranquillement le RIIRS avant d'envisager un rôle plus formel. C'est pourquoi la participation précède toujours l'implication.

Assister à une activité, rencontrer d'autres membres, comprendre la mission du RIIRS : voilà ce qui crée le lien. Une personne qui se sent accueillie et qui trouve du sens dans ce qu'elle vit sera beaucoup plus encline à s'impliquer par la suite.

Il faut aussi respecter celles et ceux qui souhaitent simplement participer sans prendre de responsabilités. Dans toute organisation, il y a des membres très actifs et d'autres plus satellites, et les deux sont précieux.

Un engagement qui prend racine dans l'histoire personnelle

Pour plusieurs, l'implication au RIIRS s'inscrit dans la continuité d'une vie professionnelle marquée par la solidarité, la défense des droits et le travail d'équipe. D'autres y voient une façon de prolonger un sentiment d'appartenance à la grande famille des professionnelles en soins, ou encore un moyen de rester actives, utiles et connectées.

« J'étais en début de retraite, donc beaucoup de temps libre. J'avais le goût de rencontrer des gens, faire des sorties culturelles et participer aux AGA. »

*Lyne Perreault, Québec
— Chaudière-Appalaches.*

« Socialiser, rencontrer des gens... ça me garde le cerveau allumé. »

Johanne Villeneuve, Montérégie.

« J'ai toujours été une personne qui s'implique dans ma communauté, conseil d'administration de garderie, conseil d'établissement, syndicat d'établissement et autres... »

François Martin, Lanaudière.

« L'implication bénévole est importante, car il correspond à mes valeurs de partage et d'enrichissement de connaissances. »

*Sylvie Faucher, Mauricie
— Centre-du-Québec.*

Reconnaître les engagements extérieurs

Beaucoup de membres sont déjà actifs dans leur communauté : bénévolat, loisirs, soutien familial... Leur temps est précieux, mais leur expérience l'est tout autant. Le RIIRS gagne à reconnaître ces engagements, à les valoriser et à permettre à chacun de contribuer selon ses disponibilités. Les Prix Doris Custeau et Reconnaissance FIQ en sont un bel exemple.

Commencer petit : des tâches simples et ponctuelles

Pour plusieurs, l'implication commence mieux par une petite tâche bien définie : aider à l'accueil, faire quelques appels, donner un coup de main lors d'une activité, contribuer à un comité ou à une infolettre. Plus les tâches sont précises et limitées dans le temps, plus elles sont attrayantes. Les nouvelles et nouveaux retraité(e)s hésitent souvent à s'engager pour plusieurs années, mais ils

acceptent volontiers une responsabilité ponctuelle qui a un début et une fin.

Miser sur les talents et les intérêts

L'implication devient naturelle lorsqu'elle s'appuie sur les forces de chacun. Une personne aime écrire ? Elle peut contribuer à l'infolettre et l'Écho du RIIRS. Une autre adore organiser des sorties ? Elle peut proposer une activité ou aider à l'organisation. Une autre est sensible aux enjeux des aînés ? Elle peut participer à des appels de courtoisie. Un court sondage annuel auprès des nouveaux comme des anciens membres peut aider à repérer ces talents et à les mettre en valeur.

Le mentorat : apprendre ensemble

Le mentorat, le parrainage ou le jumelage sont des outils puissants pour faciliter la relève. Peu de gens se sentent prêts, du jour au lendemain, à coordonner un comité ou à occuper un poste au CA. Être accompagné, observer, poser des questions, apprendre graduellement : voilà ce qui donne confiance et favorise une transition harmonieuse. Et chaque nouvelle personne apporte sa couleur, ce qui enrichit l'ensemble du RIIRS.

Un soutien structuré : formations et accompagnement

Le RIIRS ne laisse pas ses bénévoles avancer seuls. Chaque année, une formation complète sur la gouvernance est offerte aux nouveaux administrateurs des CA régionaux. Les trésoriers et trésorières bénéficient également d'une formation spécialisée, adaptée à leurs responsabilités financières.

« La formation a été grandement facilitante en plus d'arriver dans une équipe déjà établie ».

Edna Wong, Outaouais.

Et surtout, la direction du RIIRS demeure disponible en tout temps pour accompagner les CA régionaux, répondre aux questions, soutenir les transitions et offrir un appui personnalisé. Cet accompagnement est un pilier essentiel pour sécuriser la relève et renforcer la confiance des nouveaux administrateurs.

Accepter de laisser des postes vacants

Pour permettre à la relève d'émerger, il faut parfois accepter qu'un poste reste vacant quelque temps. Si chaque siège est immédiatement comblé par rotation entre les mêmes personnes, personne n'ose se proposer. Laisser de l'espace, littéralement et symboliquement, ouvre la porte à de nouveaux visages. Le conseil d'administration régional peut pourvoir le poste durant l'année. Et quitter un poste ne signifie pas quitter le RIIRS : on peut continuer à contribuer autrement.

Valoriser les bénévoles, toujours

Le RIIRS repose sur l'engagement de ses bénévoles. Leur contribution doit être reconnue, célébrée et mise en lumière. La reconnaissance nourrit la motivation, renforce le sentiment d'appartenance et encourage d'autres membres à s'impliquer à leur tour.

Se donner des objectifs clairs

Enfin, pour assurer une relève durable, il est utile de se fixer des objectifs mesurables : combien de nouveaux membres impliqués dans les comités d'ici trois ans ? Combien de personnes accompagnées par mentorat ? Un suivi annuel permet d'ajuster les stratégies et de maintenir le cap. Les conseils d'administration régionaux peuvent ajouter la relève à leur plan d'action annuel.

Votre implication commence ici

S'impliquer au RIIRS, ce n'est pas seulement siéger à un CA. C'est participer à un réseau de solidarité, défendre les droits des retraités, créer des liens, apprendre, transmettre, et parfois même se redécouvrir.

Les témoignages le montrent : s'impliquer, ça fait du bien. À celles et ceux qui hésitent encore, les membres engagés envoient un message simple : il y a une place pour vous, à votre rythme, selon vos forces, et votre contribution compte.

Le RIIRS a besoin de vous, de vos idées, de votre expérience, de votre présence.

Et la meilleure façon de commencer, c'est de participer aux Assemblées générales annuelles régionales, qui auront lieu en mai.

Ces rencontres sont l'occasion idéale pour :

- découvrir le fonctionnement du RIIRS ;
- rencontrer les équipes régionales ;
- comprendre les enjeux ;
- poser vos questions ;
- et, si le cœur vous en dit, faire un premier pas vers l'implication.

Votre voix compte. Votre présence fait une différence.

Et votre engagement, même modeste, contribue à bâtir l'avenir du RIIRS.



Photo: depositphotos

Qu'aimeriez-vous dire à la prochaine génération de membres qui songent à s'impliquer ou à quelqu'un qui hésite à s'impliquer ?

« Cela nous apporte beaucoup de satisfaction personnelle et l'impression d'être utile à maintenir un lien entre nous à la retraite. Aussi, nous assurer que, dans nos représentations auprès des tribunes politiques, nous sommes une association incontournable de par nos connaissances et notre contribution en santé » Michelle Allard, Québec — Chaudière-Appalaches.

« De ne pas hésiter, car chaque personne peut apporter une vision, un éclairage, de l'aide, etc., que, si l'on veut qu'il y ait du changement pour nous, les retraitées, il faut s'impliquer. »

Michèle Gignac-Boisvert, Montréal — Laval.

« Comme dit l'adage « L'essayer, c'est l'adopter » mais surtout de leur dire que les seniors sont là pour les soutenir et les guider dans leur rôle et fonction. » Louise Gilardeau, Montréal — Laval.

« Notre implication assure une voix auprès des instances gouvernementales. Nous pouvons contribuer à améliorer les conditions des personnes retraitées en participant aux comités afin d'assurer que les informations viennent de la base et non seulement des élites du gouvernement. Il est donc important de participer comme membre pour les conditions futures des retraités. »

Diane Boucher, Outaouais.

« Le bénévolat, c'est enrichissant... » Hélène Dessureault, Abitibi-Témiscamingue.

« Que l'on a besoin de leur opinion et implication pour faire avancer notre démarche. Qu'ils peuvent s'impliquer avec une autre personne qui est membre du CA ou du comité des loisirs. Le jumelage ou accompagnement est pour moi la clé du succès pour encourager les nouvelles membres. Et par le fait même, cela encourage et valorise le travail des membres détenant des postes au sein de l'organisme. » Ronald Bonami, Laurentides.

Arnaques amoureuses : quand les fraudeurs ciblent les retraités

Une menace bien réelle derrière les écrans

Les histoires d'amour commencent parfois par un simple message. Mais pour un nombre croissant de retraités, ce premier contact mène non pas à une romance, mais à une fraude soigneusement orchestrée. Les arnaques amoureuses ou fraudes sentimentales sont aujourd'hui l'un des stratagèmes les plus lucratifs pour les escrocs, qui exploitent la confiance, la solitude et la générosité de leurs victimes.

Selon les autorités canadiennes, les pertes financières liées à ces fraudes se chiffrent en millions de dollars chaque année. Et les personnes de 60 ans et plus figurent parmi les cibles privilégiées.

Des fraudeurs organisés, souvent à l'étranger

Les escrocs ne sont pas des amateurs isolés. Il s'agit souvent de groupes organisés, parfois situés à l'étranger, qui travaillent en équipe. Leur méthode est bien rodée : créer un faux profil attrayant sur un site de rencontre, un réseau social ou même par courriel. Les photos utilisées sont volées ou générées par l'intelligence artificielle, rendant la supercherie encore plus difficile à détecter.

Le personnage inventé est presque toujours rassurant : un professionnel accompli, un veuf charmant, un militaire en mission, un entrepreneur en voyage. Quelqu'un de sérieux, stable... et disponible émotionnellement.

Une fois le contact établi, les messages se multiplient. Le ton est chaleureux, flatteur, parfois même passionné. En quelques jours, le fraudeur affirme ressentir un attachement profond. Cette rapidité n'a rien d'un coup de foudre : c'est une technique de manipulation.



Photo : depositphotos

Une relation virtuelle... mais très réelle pour la victime

Pour plusieurs personnes retraitées, surtout celles vivant seules ou ayant perdu un(e) conjoint(e), ces échanges deviennent une source de réconfort. Le fraudeur le sait. Il prend le temps d'écouter, de poser des questions, de s'intéresser à la vie de sa cible. Il crée un lien émotionnel fort, parfois plus intense que certaines relations réelles.

Mais dès que la victime propose une rencontre en personne ou un appel vidéo, les excuses s'accumulent : problèmes techniques, déplacements imprévus, maladie d'un proche. En réalité, l'escroc ne peut pas se montrer, car il n'est pas celui qu'il prétend être.

Quand la célébrité devient un appât : l'exemple de la fausse Lara Fabian

Les fraudeurs vont parfois plus loin en usurpant l'identité de personnalités connues. C'est ce qui est arrivé à Gérald Trahan, un retraité de Shawinigan, qui a cru entretenir une relation amoureuse avec la chanteuse Lara Fabian pendant près de 18 mois.

Convaincu de vivre une histoire sincère, il a versé près de 400 000\$ à des escrocs qui se faisaient passer pour elle.

Les fraudeurs lui avaient fait croire que la chanteuse s'apprêtait à divorcer et qu'elle avait besoin d'aide financière temporaire. L'homme a fini ruiné, allant jusqu'à vendre sa maison pour rembourser ses dettes. L'affaire a été largement médiatisée, et la véritable Lara Fabian lui a même envoyé un message de soutien lorsqu'elle a appris ce qu'il avait vécu.

Cet exemple illustre à quel point les fraudeurs peuvent exploiter les émotions, la confiance... et parfois l'admiration envers une personnalité publique.

Le moment critique : la demande d'argent

Lorsque la confiance est solidement installée, la véritable arnaque commence. Les prétextes sont variés, mais toujours urgents :

- un accident nécessitant des soins médicaux;
- un vol de documents ou de portefeuille;
- un billet d'avion pour « enfin » venir rencontrer la victime;

Que faire si vous êtes victime ?

La première étape est de couper tout contact : bloquer le numéro ou la personne, ignorer les messages.

Ensuite :

- Signaler la fraude à la police;
- Aviser le Centre antifraude du Canada : 1 888 495-8501 ou en ligne directement sur leur site Web;
- Contacter votre institution financière si vous avez envoyé de l'argent ou partagé des informations bancaires.

Plus l'intervention est rapide, plus les chances de limiter les pertes sont grandes.

- un problème bancaire temporaire;
- une opportunité d'investissement « sûre et rapide ».

Les premières demandes sont modestes, pour ne pas éveiller les soupçons. Puis les montants augmentent. Certaines victimes ont perdu leurs économies, convaincues d'aider un être cher.

Et si la victime hésite, le ton peut changer : culpabilisation, insistance, voire menaces voilées. L'objectif est simple : soutirer le maximum d'argent avant que la supercherie ne soit découverte.

Pourquoi les personnes retraitées sont-elles ciblées ?

Les fraudeurs visent les personnes qui :

- vivent seules;
- sont actives sur les réseaux sociaux;
- disposent d'économies ou d'un revenu stable;
- sont perçues comme plus confiantes ou moins familières avec les risques numériques.

Il ne s'agit pas de naïveté. Les escrocs sont extrêmement habiles et utilisent des techniques psychologiques éprouvées. N'importe qui peut tomber dans le piège.

Comment repérer les signaux d'alarme

Certaines situations doivent immédiatement éveiller la méfiance :

- 1. Un profil trop beau pour être vrai.** Peu de photos, peu d'amis, un compte récent : ce sont des indices fréquents.
- 2. Des déclarations d'amour rapides.** Un inconnu qui parle d'amour après quelques jours d'échanges cherche à créer une dépendance émotionnelle.
- 3. Un refus constant de se montrer.** Pas de rencontre, pas d'appel vidéo : c'est un signe très préoccupant.

4. **Une demande de quitter la plateforme.** Les fraudeurs veulent sortir des sites sécurisés pour éviter la surveillance.
5. **Une demande de secret.** « Ne parle pas de nous à tes proches » : un classique pour isoler la victime.
6. **Toute demande d'argent.** Peu importe la raison : c'est le signe le plus clair d'une fraude.

Briser la honte pour briser le cycle

Beaucoup de victimes hésitent à demander de l'aide par peur du jugement. Pourtant, les fraudeurs sont des manipulateurs professionnels. Ils exploitent les émotions humaines, pas la naïveté.

Parler de ce qui s'est passé est essentiel pour se protéger, mais aussi pour éviter que d'autres ne tombent dans le même piège.

En conclusion, les arnaques amoureuses ne sont pas de simples histoires de cœur brisé : elles représentent une menace bien réelle, qui fragilise financièrement et émotionnellement des personnes souvent déjà vulnérables. Derrière chaque faux profil se cache une organisation méthodique, prête à exploiter la confiance et la bienveillance humaines. Pourtant, mieux comprendre leurs méthodes, reconnaître les signaux d'alarme et parler ouvertement de ces fraudes permet de réduire leur portée.

Protéger les personnes retraitées et toute la communauté passe par l'information, la vigilance et la solidarité. En brisant le silence et en encourageant les victimes à demander de l'aide sans honte, on contribue à freiner ces réseaux criminels. La prévention demeure notre meilleure défense : rester prudent, poser des questions, vérifier les informations et, surtout, se rappeler qu'une véritable relation ne demande jamais de secret... ni d'argent.

Complice de votre retraite

Nous croyons à l'importance de bâtir des relations sur des valeurs que nous partageons. Avec le régime **Parcours assurance santé^{MD}**, vous pourrez assurer la paix d'esprit à vos proches.

Pour en savoir plus, rendez-vous à desjardins.com/qc/fr/assurances/collective/retraite-fin-emploi.html

Desjardins Assurances désigne Desjardins Sécurité financière, compagnie d'assurance vie. Desjardins^{MD}, Desjardins Assurances^{MC} ainsi que les marques de commerce associées sont des marques de commerce de la Fédération des caisses Desjardins du Québec employées sous licence.

 **Desjardins**
Assurances

Politique nationale de soutien à domicile : *Mieux chez soi*

En janvier 2026, le gouvernement du Québec a dévoilé sa nouvelle Politique nationale de soutien à domicile (PNSAD), sous le thème : *Mieux chez soi*. Cette politique était attendue depuis longtemps par les personnes âgées, leurs proches aidants, les organisations communautaires... et bien sûr par le RIIRS, qui avait déposé un mémoire détaillé lors de la consultation publique de 2025. Vous trouverez notre mémoire sur notre site Web : www.riirs.org.

Parce que nous représentons plus de 11 000 professionnelles et professionnels de la santé retraité(e)s, notre mémoire proposait une vision claire, structurée et ambitieuse du soutien à domicile. Il est donc essentiel d'examiner la nouvelle politique à la lumière de nos recommandations.

Voici une analyse claire et accessible pour mieux comprendre les avancées, les limites et les enjeux à surveiller.

Ce que la Politique propose

Agir en amont : prévenir la perte d'autonomie

La Politique mise sur une approche proactive : repérer plus rapidement les personnes vivant à domicile et présentant des incapacités, afin de prévenir l'isolement, la détérioration des conditions de vie et la perte d'autonomie. Cette stratégie repose sur la mobilisation de toute la communauté — citoyens, commerces de proximité, organismes, bénévoles — et s'appuie notamment sur les pratiques de la gériatrie sociale.

Le CLSC : la porte d'entrée unique

Pour simplifier l'accès aux services, le CLSC devient désormais le point d'entrée principal. Cette centralisation vise à améliorer la coordination entre le réseau de la santé, les prestataires de services, les organismes communautaires et les proches aidants, afin de réduire les parcours complexes et d'offrir des services mieux adaptés aux besoins réels des personnes.

Former et planifier la main-d'œuvre

La Politique reconnaît l'importance d'une main-d'œuvre qualifiée et stable. Elle propose des formations continues adaptées aux différents profils, une meilleure coordination entre les milieux cliniques, les centres de formation et les ordres professionnels, ainsi qu'un arrimage plus étroit entre les compétences développées et les besoins du terrain. Cette vision vise à soutenir les intervenants et à améliorer la qualité des soins à domicile.

Simplifier les programmes financiers

Pour réduire la charge administrative et libérer du temps clinique, la Politique prévoit une simplification des programmes financiers. Cette mesure doit faciliter l'accès aux services pour les usagers et alléger le travail des intervenants.

Innover pour assurer la pérennité des soins

La Politique encourage l'innovation technologique, clinique et organisationnelle en favorisant l'adoption de nouvelles pratiques, l'amélioration de l'efficacité et la modernisation des services à domicile, avec pour objectif d'assurer la pérennité du soutien à domicile dans un contexte de vieillissement accéléré.

Un objectif partagé : permettre de vivre chez soi le plus longtemps possible

La Politique affirme d'emblée une vision que le RIIRS défend depuis des années : le domicile doit être le premier choix, et non l'exception. Sur le plan des principes, la convergence est forte. Le

Des investissements ciblés pour renforcer le soutien à domicile

23,3 M\$ pour le soutien à l'autonomie et aux proches aidants

L'élargissement du programme chèque emploi-service, désormais appelé Allocation autonomie à domicile, permettant à certains proches aidants d'être reconnus et rémunérés :

- 1,1 M\$ dès maintenant;
- 22,2 M\$ supplémentaires l'an prochain.

Mieux reconnaître la main-d'œuvre en aide à domicile

Pour améliorer les conditions de travail :

- 2,4 M\$ investis immédiatement;
- 15,7 M\$ récurrents à partir de la prochaine année financière.

Rehaussement du PEFSAD

Le Programme d'exonération financière pour les services d'aide domestique (PEFSAD) bénéficiera d'un financement accru avec pour objectif de rendre les services d'aide domestique plus accessibles et répondre à la demande croissante :

- 21,3 M\$ en 2025–2026;
- 39,3 M\$ en 2026–2027.

600 000 \$ pour l'ajout de services d'assistance personnelle

Ces fonds permettront de développer des projets vitrines dans les ÉESAD afin d'élargir l'offre de services d'assistance personnelle.

gouvernement reconnaît enfin que le maintien à domicile n'est pas un luxe, mais un pilier essentiel d'un Québec qui vieillit.

Le rôle central des CLSC : une victoire pour le RIIRS

Le RIIRS recommandait de réaffirmer le rôle des CLSC comme porte d'entrée principale pour les

services à domicile. La Politique reprend clairement cette orientation. Ce point constitue l'un des alignements les plus nets entre la Politique et le mémoire du RIIRS. Cependant, certains éléments proposés par le RIIRS ne se retrouvent pas explicitement dans la Politique comme la création de bureaux locaux de coordination, la mise en place d'une ligne téléphonique 24/7 dédiée au soutien à domicile et la désignation formelle d'intervenants pivots responsables du suivi. La Politique ouvre la porte à une meilleure coordination, mais sans préciser les mécanismes concrets que le RIIRS jugeait essentiels.

Prévention et information : une intention partagée, mais des moyens à préciser

La Politique met de l'avant la prévention, le repérage précoce et le soutien aux proches aidants. Le RIIRS allait plus loin en demandant des campagnes de sensibilisation sur le « vieillir en santé », une simplification administrative majeure, une harmonisation des critères d'admissibilité. Sur ces aspects, la Politique reste plus générale. Elle reconnaît les enjeux, mais ne propose pas encore les outils concrets pour y répondre.

Main-d'œuvre : un enjeu majeur où le RIIRS pousse plus loin

La Politique reconnaît la pénurie de main-d'œuvre et propose un meilleur développement des compétences, des innovations organisationnelles et une planification de la main-d'œuvre. Le RIIRS, de son côté, proposait des mesures plus ambitieuses : programmes de reconnaissance et de formation continue pour tout l'écosystème, incitatifs fiscaux pour encourager le retour au travail des retraités, intégration accrue des infirmières praticiennes spécialisées (IPS) dans les équipes SAD, valorisation formelle des ÉESAD et organismes communautaires. La Politique reconnaît le problème, mais reste prudente dans ses solutions. Le mémoire du RIIRS demeure plus audacieux et plus concret.

Gouvernance et financement : un chantier encore ouvert

Le RIIRS insistait sur l'augmentation des investissements en SAD, la bonification des crédits d'impôt pour les aînés et les proches aidants, des mécanismes d'imputabilité clairs et un registre centralisé des partenaires. La Politique parle de pérennité, d'efficacité et de gouvernance intégrée, mais sans engagements financiers précis ni mécanismes d'imputabilité détaillés.

Les angles morts de la politique

Malgré ses avancées, la politique laisse en suspens plusieurs enjeux majeurs que nous avons clairement identifiés dans notre mémoire.

1. Une iniquité persistante dans l'offre de services :

Les écarts régionaux et intraurbains demeurent importants. Sans harmonisation, le virage à domicile risque d'accentuer les inégalités.

2. Un changement de culture sans les leviers nécessaires :

La collaboration intersectorielle exigée par la politique est freinée par les silos organisationnels et les enjeux de confidentialité.

3. Un enjeu de mise en œuvre plus que de vision :

Faire du CLSC la porte d'entrée n'est pas nouveau. Ce qui manque, ce sont des mécanismes concrets de gouvernance, de communication et de collaboration.

4. Redonner la flamme aux équipes :

La pénurie de main-d'œuvre, les coupures et la gestion déshumanisée fragilisent la confiance et compromettent la qualité des soins.

5. Des investissements encore marginaux :

Selon une étude de la Chaire de recherche Jacques-Parizeau en politiques économiques – HEC Montréal en 2023, le coût du soutien à l'autonomie passera de 7,6 G\$ à 16,5 G\$ d'ici 2040. Les investissements annoncés ne couvrent qu'une fraction des besoins réels.

En somme, notre mémoire proposait un véritable plan de transformation, fondé sur la collaboration, la proximité, la prévention et la dignité, afin de bâtir un système de soutien à domicile réellement adapté aux besoins des personnes âgées d'aujourd'hui et de demain.

Une réaction collective : la voix du RIIRS au sein de la Coalition pour la dignité des aînés

Le RIIRS est membre actif de la Coalition pour la dignité des aînés (CDA), qui regroupe six grandes organisations représentant plus de 150 000 personnes âgées au Québec. À la suite du dépôt de la Politique, la Coalition pour la dignité des aînés a réagi publiquement en saluant la reconnaissance du rôle des proches aidants, la volonté de renforcer les CLSC et l'importance accordée au maintien à domicile, tout en rappelant que les investissements demeurent insuffisants, que la pénurie de main-d'œuvre compromet la mise en œuvre réelle des mesures, que les proches aidants ont besoin d'un soutien financier plus robuste, que les mécanismes d'imputabilité doivent être clarifiés et que les organismes communautaires ainsi que les EÉSAD doivent être mieux soutenus. Les intentions sont bonnes, mais elles doivent maintenant se traduire en actions concrètes, mesurables et financées adéquatement.

Conclusion : une politique prometteuse, mais un chantier immense

Le RIIRS salue les orientations de la politique *Mieux chez soi*, mais demeure préoccupé par l'absence de leviers concrets, le manque de financement, la pénurie de main-d'œuvre, les iniquités régionales, la lourdeur administrative persistante. Nous continuerons de suivre attentivement la mise en œuvre de cette politique, de défendre les recommandations de notre mémoire et de travailler en solidarité avec la Coalition pour la dignité des aînés.

Parce que vieillir chez soi, dans la dignité, n'est pas un privilège : c'est un droit.

Une retraite bien méritée, merci, Johanne !

Après plus de dix-huit ans au service du RIIRS, Johanne Joly, agente au service aux membres, tirera officiellement sa révérence le 1^{er} mai 2026. C'est avec une grande émotion que nous soulignons son départ, tant son passage parmi nous a marqué l'histoire et le quotidien de notre organisation.



Entrée en fonction en décembre 2007, Johanne a rapidement su se tailler une place unique : une présence chaleureuse, une voix reconnaissable entre toutes, une capacité rare à accueillir, rassurer et guider les membres avec une bienveillance constante. Lors des AGA, il suffisait d'observer les regards et les sourires pour comprendre à quel point elle était appréciée. Les membres allaient vers elle naturellement, sachant qu'ils trouveraient écoute, soutien et clarté.

Son engagement ne s'est jamais démenti. Année après année, elle a traversé avec nous les défis, les transitions, les périodes d'incertitudes, comme la COVID, ainsi que les moments de joie. Elle a porté la mission du RIIRS avec cœur, loyauté et une résilience admirable. Comme l'a exprimé Solange Tremblay, présidente, «Johanne, ton nom est inscrit dans l'histoire collective du RIIRS». Pour la directrice générale, Caroline Viviers, elle perd un pilier du RIIRS : «Johanne, pour moi, tu as toujours été bien plus qu'une collègue. Tu es l'un des repères du RIIRS, une présence solide et bienveillante, la gardienne de notre mémoire collective.»

Johanne quitte avec la tête haute, riche de souvenirs, fière du travail accompli et reconnaissante des liens tissés. Elle nous laisse un héritage précieux : celui d'un service aux membres empreint d'humanité, de rigueur et d'un profond respect pour les personnes que nous représentons.

À compter du 1^{er} mai 2026, ce sera pour elle le début d'un nouveau chapitre, fait de bienveillance envers soi, de petits bonheurs quotidiens et de temps retrouvé.

Au nom du conseil d'administration, de la direction, des employées et de l'ensemble des membres, nous tenons à te dire merci. Merci pour ta fidélité, ta force tranquille, ta présence lumineuse et tout ce que tu as contribué à bâtir.

Johanne, tu resteras toujours une partie de notre histoire. Nous te souhaitons une retraite douce, joyeuse et pleinement à ton image.

De nous toutes et tous.



Photo: depositphotos

Bas-Saint-Laurent — Gaspésie — Îles-de-la-Madeleine



Céline Caron

Présidente

caronc375@gmail.com

Bonjour à vous,

La fin de 2025 et le début d'année 2026 nous ont amené plein de rebondissements avec la série de démissions. On peut se demander où s'en va notre système de santé. Heureusement, avec la nomination de Madame Sonia Bélanger comme ministre de la Santé, on peut se permettre d'être optimiste. Regroupant maintenant la Santé, les Aînés et les Services sociaux, elle a de très gros défis qui l'attendent. Elle devrait déposer sous peu sa Politique nationale de soutien à domicile. Il faut se rappeler que le RIIRS a déposé, en février 2025, un mémoire lors de la consultation sur la politique nationale de soutien à domicile. Elle nous a annoncé une bonne nouvelle, la gratuité du vaccin contre le zona maintenant offert aux personnes de 71 à 74 ans.

Au moment d'écrire ces lignes, on annonce une fin de semaine glaciale, mais il ne faut pas se décourager, le printemps va finir par arriver et on va voir sortir de terre les fleurs printanières.

Avec l'arrivée du printemps, c'est maintenant le temps de vous annoncer l'AGA régionale qui se tiendra le jeudi 14 mai à l'Hôtel Rimouski. Vous recevrez un rappel dans l'infolettre régionale.

Cette année, nous aurons 4 postes en élection, dont deux vacants, soit un à la vice-présidence et un autre comme administratrice. Fernande Beaulieu et Raymonde Robinson quittent après plusieurs années au niveau du CA. Merci pour votre implication et votre dévouement tout au long de ces années.

Nous avons besoin de relève, il est important de s'impliquer. N'hésitez pas à vous informer et à

présenter votre candidature. Il nous fera plaisir de vous accueillir au sein du CA.

Exceptionnellement, ne pas répondre avec l'adresse courriel habituelle riirsbsl@telus.com mais bien avec celle mentionnée au bas de l'avis de convocation. Merci.

En terminant, je profite de cette tribune pour vous souhaiter Joyeuses Pâques et oui, il est permis d'abuser du chocolat à cette occasion!

Céline Caron, présidente

ERRATUM: Lors de l'édition hiver 2025, vous auriez dû voir paraître notre récipiendaire du prix Reconnaissance FIQ 2025, Mme Louise Beaulieu. La coordination du journal s'en excuse.



Céline Caron et Louise Beaulieu.

ASSEMBLÉE GÉNÉRALE ANNUELLE RÉGIONALE

Lieu : Hôtel Rimouski – Salle Mgr Langevin, 225 boul. René-Lepage Est, Rimouski G5L 1P2

Date : Jeudi, le 14 mai 2026 à 11 h

ORDRE DU JOUR

- 1) Ouverture et mot de bienvenue;
- 2) Lecture et adoption de l'ordre du jour;
- 3) Lecture et adoption du procès-verbal de l'AGAR du 14 mai 2025;
- 4) Rapport et activités du Conseil d'administration 2025-2026;
- 5) Rapport financier 2025-2026 et prévisions budgétaires 2026-2027;
- 6) Rapport du comité de surveillance des finances;
- 7) Rapport de la TCABSL;
- 8) Élections: Nomination d'une présidente et secrétaire d'élection.
Postes en élection :
 - Vice-présidente : mandat 2 ans
 - Trésorière : mandat 2 ans
 - Administratrices #1: mandat 1 an
 - Administratrices #2 : mandat 2 ans
- 9) Présentation du Conseil d'administration 2026-2027;
- 10) Remise des prix hommage;
- 11) Levée de l'assemblée.

CONSERVEZ CE DOCUMENT POUR L'AGA

Date limite d'inscription : le samedi 30 avril 2026 auprès de

Céline Caron : au 418 867-7219 ou par courriel à caronc375@gmail.com

Votre présence est importante, on vous attend en grand nombre!

COIN LECTURE



DÉCONNECTER: POUR SE REBRANCHER AUX RACINES DE NOTRE HUMANITÉ

Auteur: Boucar Diouf

Ce livre est un cri du cœur par lequel, avec son humour et sa connaissance scientifique de l'être humain, Boucar nous implore d'honorer l'animal social que nous sommes, et qui part à la dérive dans le virtuel. La solution: embrasser les arbres, chérir les plantes et fouler la terre! La santé physique et mentale de notre espèce est en jeu.

À VOUS DE CHOISIR VOTRE RÉGION

Chaque membre a le choix de participer aux activités du RIIRS soit :

Rester dans la région déterminée par son lieu de résidence, **OU participer** aux activités de la région de son dernier employeur.

La demande doit se faire uniquement par écrit ou par courriel. Aucune demande ne sera traitée par téléphone. Le numéro de membre est **obligatoire**.

Une seule demande est acceptée annuellement entre le 1^{er} mars et le 31 mai, afin de respecter l'année financière et les budgets des régions. Votre choix est définitif pour toutes les activités de l'année.

Nom :	No de membre :
Adresse :	
Ville :	Code Postal :
No de téléphone :	
Je veux participer aux activités du RIIRS dans la région de mon dernier employeur : ☐	
Ville du dernier employeur :	
Signature :	

Faire parvenir au Siège social du RIIRS au 405-1170 boul. Lebourgneuf, Québec QC G2K2E3 ou à info@riirs.org

VERSION PAPIER DE L'ÉCHO DU RIIRS

ATTENTION : Cela s'adresse seulement aux membres qui présentement, reçoivent leur Écho du RIIRS en version numérique (courriel).

Si vous désirez recevoir votre Écho du RIIRS en version papier, veuillez remplir ce coupon et le poster ou envoyez un courriel à info@riirs.org accompagné de votre numéro de membre, votre nom, vos coordonnées ou appelez-nous au 1 800 639-9519.

Si vous en avez déjà fait la demande, il n'est pas nécessaire de refaire une autre demande.

☐ **Je désire recevoir mon Écho du RIIRS version papier.**

Nom :	Prénom :
Adresse :	
Ville :	Code Postal :
N° de téléphone :	Courriel :
N° de membre obligatoire :	

Faire parvenir au Siège social du RIIRS au 405-1170 boul. Lebourgneuf, Québec QC G2K2E3 ou à info@riirs.org

Saguenay-Lac-Saint-Jean — Nord-du-Québec



Jocelyn Tremblay

Président

jocelyntr@hotmail.com

Bonjour et bienvenue en 2026!

Le temps des Fêtes en famille a été pour moi une belle occasion de faire le plein et de revoir des gens que l'on voit peu dans l'année. Avec un début d'hiver très hâtif, nous voilà dans une nouvelle année qui s'annonce chargée d'activités.

Un petit retour sur l'AGA de septembre, car je n'ai pu y assister, je profite de cette tribune pour féliciter Mme Robinson pour son implication comme trésorière. Elle a su mener à bien et avec brio nos finances provinciales. De plus, je félicite les récipiendaires des prix Doris Custeau et Reconnaissance FIQ.

Concernant nos activités, notre brunch de Noël a eu lieu le 20 novembre. Cinquante personnes y ont participé et plusieurs prix de présences ont été offerts. Les membres ont tous bien apprécié. Au moment d'écrire ces lignes, nous aurons eu une autre réunion au milieu janvier et nous prévoyons un autre café-conférence en février ou mars. Une infolettre vous a été envoyée pour vous en informer.

Cette année, nous aurons un prix Reconnaissance FIQ. Nous avons fait deux représentations de recrutement sans trop de succès, mais nous avons pu faire connaître davantage le RIIRS. Nous prévoyons également deux réunions afin de préparer l'AGA régionale de mai 2026.

Cette année, deux postes sont en élection, soit le poste de président(e) et de secrétaire. Comme annoncé précédemment, je ne me représente pas comme président. Alors, le poste est ouvert à celles et ceux qui sont intéressés.

En attendant, j'espère que vous avez profité des joies de l'hiver pour pratiquer vos sports préférés. On se revoit à l'AGAR en mai.

Bon printemps à toutes et à tous!
Jocelyn Tremblay, président

ASSEMBLÉE GÉNÉRALE ANNUELLE RÉGIONALE

Lieu : Hôtel Le Montagnais
1080 boulevard Talbot, Chicoutimi G7H 4B6

Date : Jeudi, le 21 mai 2026 à 10 h

ORDRE DU JOUR

- 1) Mot de bienvenue du président;
- 2) Brunch;
- 3) Ouverture de l'AGA et présentation du CA régional;
- 4) Lecture et adoption de l'ordre du jour;
- 5) Lecture et adoption du procès-verbal de l'AGA régionale du 22 mai 2025;
- 6) Rapport du président, activités de juin 2025 à mai 2026;
- 7) Rapport financier par la trésorière;
- 8) Prochaine AGA provinciale; (Saint-Hyacinthe, septembre 2026)
- 9) Prochaine AGA régionale; (mai 2027)
- 10) Élections régionales :
 - a) Présidence;
 - b) Secrétaire.
- 11) Activités culturelles à venir;
- 12) Prix reconnaissance FIQ; Lynda Néron;
- 13) Divers;
- 14) Tirage des prix de présence;
- 15) Levée de l'Assemblée.

CONSERVEZ CE DOCUMENT POUR L'AGA

Élections : les membres qui désirent poser leur candidature à l'un des postes en élection (Présidence et Secrétaire) au CA régional, vous pourrez remplir et soumettre directement le formulaire de mise en candidature qui sera disponible sur place à l'AGA.

Québec — Chaudière-Appalaches



Michelle Allard

Présidente

allardmichelleriirs@gmail.com

Bonjour à vous,

J'espère que vous gardez la forme et que la vie continue à vous sourire!

En ce qui concerne notre région, c'est avec un grand sentiment du devoir accompli que Lucette (secrétaire) et moi avons prolongé d'une année nos mandats, puisque nous n'avions pas réussi à trouver une relève.

Qu'en est-il un an plus tard? Toutes les membres du CA veulent rester positives et pleines d'espoir que nous réussirons à trouver de la relève. Nous voulons croire que nous arriverons à pourvoir tous les postes vacants: président(e), secrétaire, trésorier (trésorière) et administrateur(trice)s. En un mot, tous les postes sont en élection et vacants.

En attendant de vous rencontrer lors de notre prochaine AGA régionale du 6 mai 2026, je tiens à vous remercier très sincèrement pour votre belle et grande participation à nos deux dernières activités, soit lors de nos dîners de Noël à Québec et en Beauce. Ce ne fut que du bonheur pour les membres du CA.

En terminant, nous vous souhaitons de joyeuses Pâques et nous vous disons au plaisir de se rencontrer bientôt à notre AGA régionale.

Michelle Allard, présidente



ASSEMBLÉE GÉNÉRALE ANNUELLE RÉGIONALE

Lieu : Hôtel Québec, 3115 rue des Hôtels, Québec

Date : Mercredi le 6 mai 2026, 9 h 45 à 15 h

ORDRE DU JOUR

- 1) Ouverture de la réunion et vérification du quorum;
- 2) Lecture et adoption de l'ordre du jour;
- 3) Adoption du procès-verbal de l'AGAR du 7 mai 2025;
- 4) Rapport des activités de la présidente;
- 5) Rapport du bilan financier par la trésorière et ratification;
- 6) Hommage et remise aux récipiendaires du prix Doris Custeau (Lucette Beaudy) et du prix Reconnaissance FIQ, proche aidante (Sylvie Fortier);
- 7) Élections aux postes : présidente, secrétaire, trésorière; administratrices;
- 8) Dîner de 11 h 45 à 12 h 45;
- 9) Conférence à 13 h par Mme Pelletier sur la conjoncture de notre monde actuel;
- 10) Levée de l'Assemblée à 15 h.

CONSERVEZ CE DOCUMENT POUR L'AGA

Date limite d'inscription : 24 avril 2026 jusqu'à 16 h. Auprès de Micheline La Roche au 418 843-0576 ou par courriel à miniblaro@videotron.ca

Date limite pour soumettre votre candidature aux postes en élection : 24 avril jusqu'à 16 h. Faites parvenir votre candidature à Réjeanne Côté par courriel à recote48@hotmail.com

ENCORE DISPONIBLE - AGENDA 2026

Si vous désirez le recevoir GRATUITEMENT, faites votre demande sur notre site Web au <https://www.riirs.org/publications/agenda-du-riirs> ou envoyez-nous un courriel à info@riirs.org ou appelez-nous au 1 800 639-9519 ou remplissez ce coupon et retournez-le par la poste.

Les quantités sont limitées.



Nom :	Prénom :
Adresse :	
Ville :	Code Postal :
N° de téléphone :	Courriel :
N° de membre obligatoire :	

Retournez votre coupon au bureau du RIIRS : 405-1170 boul Lebourgneuf, Québec QC G2K 2E3

Mauricie — Centre-du-Québec



Sylvie Guillemette-Faucher
Présidente régionale
sylviefaucher5@gmail.com

Bonjour chères et chers membres !

Notre prochaine activité sera l'AGA régionale qui aura lieu le mercredi 6 mai 2026 à 11 h 30, à Drummondville et le vendredi 8 mai 2026 à 11 h 30, à Shawinigan.

Voici les coordonnées :

Restaurant Stratos de St-Nicéphore au 4532, boul. St-Joseph pour les membres de la **rive sud**.
Restaurant Stratos de Shawinigan au 1863, avenue St-Marc pour les membres de la **rive nord**.

Il y aura présentation de la lauréate du Prix Doris Custeau et de la lauréate du Prix Reconnaissance FIQ. Se rencontrer à l'AGA régionale est une belle occasion pour socialiser !

Automne 2026

L'AGA provinciale aura lieu à St-Hyacinthe le 30 septembre. Nous vous convions à cette activité si importante pour notre Regroupement ! Votre participation est primordiale.

Le repas des Fêtes pour notre région se tiendra au cours du mois de décembre 2026. Les dates sont à déterminer.

Bon printemps !

Sylvie Guillemette Faucher, présidente



Économisez grâce à des tarifs d'assurance auto, habitation et entreprise offerts juste pour vous



D'autres bonnes raisons de choisir La Personnelle :

- ✓ des tarifs spéciaux qui ne sont pas offerts au grand public ;
- ✓ une assurance entreprise simple et pratique pour protéger votre entreprise, vos immeubles locatifs et vos véhicules commerciaux ;
- ✓ près de 99 % de nos clientes et clients renouvellent leur assurance d'une année à l'autre¹.



Obtenez une soumission
et achetez en ligne dès aujourd'hui.
lapersonnelle.com/riirs
1 888 476-8737



La Personnelle désigne La Personnelle, assurances générales inc. Certaines conditions, exclusions et limitations peuvent s'appliquer. L'assurance entreprise est offerte uniquement au Québec. La Personnelle^{MD} ainsi que les marques de commerce associées sont des marques de commerce de La Personnelle, compagnie d'assurances, utilisées sous licence.

1. Statistiques internes de La Personnelle : nombre de titulaires de police qui l'ont renouvelée lorsqu'elle est arrivée à échéance, de janvier à août 2025. Le taux ne comprend pas les annulations et les résiliations avant terme.

ASSEMBLÉE GÉNÉRALE ANNUELLE RÉGIONALE

Rive sud : Mercredi le 6 mai 2026 à 11 h 30 au Restaurant Stratos, 4532 boulevard St-Joseph, St-Nicéphore (2^e étage)

Rive nord : Vendredi le 8 mai 2026 à 11 h 30 au Restaurant Stratos, 1863 avenue St-Marc, Shawinigan

ORDRE DU JOUR

- 1) Ouverture de l'assemblée;
- 2) Lecture et adoption de l'ordre du jour;
- 3) Postes en élection au conseil d'administration: Présidente — Secrétaire — Administratrices; (mises en candidature à compléter 25 jours avant la date de l'AGA soit le 10 avril 2026). Possibilité de 6 jusqu'à 9 administratrices (teurs). Bienvenue à de nouvelles personnes qui veulent occuper ce poste;
- 4) Prix Doris Custeau et Prix Reconnaissance FIQ;
- 5) Règles de fonctionnement;
- 6) Affaires financières;
- 7) Retour sur les CA provinciaux;
- 8) Prochaine AGA provinciale: 30 septembre 2026 - Lieu: Saint-Hyacinthe;
- 9) Dîner des Fêtes (?) décembre 2026 rive sud et (?) décembre 2026 rive nord; (voir Écho du RIIRS de juin 2026 pour dates à venir)
- 10) Écho du RIIRS - Site Internet: www.riirs.org – Infolettres provinciales et régionales;
- 11) Adresses postales et adresses courriel: aviser si changement ou nouvelle adresse;
- 12) Dossier des Aînés: Table de concertation;
- 13) Plan d'action 2026-2027;
- 14) Point d'information;
- 15) Levée de l'assemblée.

CONSERVEZ CE DOCUMENT POUR L'AGA

ÉLECTIONS

Tout membre désireux de poser sa candidature à l'un des postes en élection (point 3 de l'ordre du jour) doit compléter et signer le formulaire de mise en candidature et le poster AVANT le 10 avril 2026 à Nicole Lefebvre au 2000 Avenue du Bocage, Shawinigan QC G9T 0M5.

Le formulaire de mise en candidature est le même pour toutes les régions. Vous le trouverez dans le présent Écho du RIIRS.

INSCRIPTION à l'AGA

L'inscription à l'AGA doit être envoyée à la même adresse ci-haut mentionnée avant le 10 avril 2026.

Présentation de notre conférencier(ère).

Nous vous prions de conserver cette page où apparaît l'ordre du jour afin de l'apporter lors de l'AGA.

Sylvie Faucher, présidente

Courriel: sylviefaucher5@gmail.com

Tél.: 819 852-3876

Estrie



Germain LaBrie
Président
labgnor@outlook.com

Bonjour chères et chers membres,

Lorsque vous recevrez l'Écho du RIIRS, l'hiver sera du passé, quel soulagement! Notre dîner de Noël du 11 décembre fut très apprécié, le décor était magnifique. Merci au comité socioculturel pour leur dévouement, afin de rendre nos activités intéressantes.

Nous avons appris le décès de la mère de notre secrétaire, Danielle Geoffroy. Nous lui offrons nos sympathies.

Dans le dernier Écho du RIIRS, l'article de Mme Claudette Seyer était très intéressant. Elle fut une infirmière très dévouée pour le système de santé québécois.

Merci à Madame Solange Tremblay pour son implication en tant que présidente provinciale pour le mieux-être des aîné(e)s.

Colombe Chartier, membre RIIRS Estrie



Photo: depositphotos

ACTIVITÉS DE L'ANNÉE 2026 - ESTRIE

AGA régionale **7 mai 2026**

Club de Golf au 1000 rue Musset, Sherbrooke
Un dîner servi à 11 h 30, suivi de l'AGA à 13 h 30.

AGA régionale Lac-Mégantic : le **14 mai 2026**
(lieu à déterminer)

Activité estivale le **10 juillet 2026**

Musée Beaulne : 96 rue de l'Union, Coaticook.
Un prix spécial sera offert par tirage.

Déjeuner préparatoire à l'AGA provinciale,
3 septembre 2026, à 10 h

Coco Frutti, 1235 rue King Est, Sherbrooke

Le **15 octobre 2026**, rencontre post-AGA
provinciale (lieu à déterminer)

Dîner de Noël le **10 décembre 2026**

Club de Golf au 1000 rue Musset.

Nous vous rappelons que pour toutes les activités, vous devez réserver 15 jours à l'avance. Une réservation entraîne l'obligation de payer. C'est une question d'équité et une bonne gestion de l'argent des membres. Aucun remboursement ne sera effectué, car nous devons payer ce que nous commandons. Si vous avez des allergies, une intolérance ou autre problème, svp, le mentionner lors de votre réservation.

Vous devez réserver auprès de
Mme Ginette Gamsby au 819 569-7638.

Postez votre chèque libellé au nom du RIIRS à :
Mme Cécile Mailloux
2454, rue des Cypres, Sherbrooke QC J1G 3W9

Merci,
Céline Boulanger, responsable du comité
socioculturel du RIIRS et Ginette Gamsby

ASSEMBLÉE GÉNÉRALE ANNUELLE RÉGIONALE

Sherbrooke : Club de Golf de Sherbrooke, 1000 rue Musset Sherbrooke

Date : Jeudi le 7 mai 2026 à 13 h

Lac-Mégantic : lieu à déterminer

Date : Jeudi le 14 mai 2026 heure à déterminer

ORDRE DU JOUR

- 1) Ouverture de la réunion;
- 2) Projet d'ordre du jour;
- 3) Vérification du quorum;
- 4) Lecture et adoption du procès-verbal du 8 mai 2025 à Sherbrooke;
- 5) Lecture et adoption du procès-verbal du 15 mai 2025 à Lac-Mégantic;
- 6) Affaires découlant des procès-verbaux;
- 7) Prix Doris Custeau et Reconnaissance FIQ;
- 8) Rapport de la trésorière Mme Cécile Mailloux;
- 9) Pause;
- 10) Élection d'un(e) président(e) d'élection;
- 11) Postes en élection : Vice-président(e) et particularités;
- 12) Rapport d'activités, Mme Céline Boulanger;
- 13) Rapport du président, M. Germain LaBrie;
- 14) Rapport d'élection;
- 15) Mot sur l'AGA 2026 à Saint-Hyacinthe;
- 16) Varia (don);
- 17) Prix de présences;
- 18) Levée de l'assemblée.

CONSERVEZ CE DOCUMENT POUR L'AGA

Veuillez-vous inscrire **avant le 20 avril** pour l'AGA auprès de Mme Ginette Gamsby au 819 569-7638.

Faites parvenir votre candidature **avant le 20 avril** avec votre signature et celle d'un proposeur et d'un secondaire à Germain LaBrie, C.P. 1471 Place de la Cité, Sherbrooke QC J1H 5L9

Germain LaBrie, président

Mot de sympathies

À tous(tes) nos membres affligés(es) par le décès des personnes que vous avez aimées et qui étaient des nôtres. Acceptez les mots de gestes de réconfort de la grande famille du RIIRS.

Waltraut Bedrossian, Marie Bilodeau, Monique Desilets, Lise Desmeules, Colette Durand, Brigitte Fillion, Lorraine Gauvin, Françoise Giguère, Denise Labrie, Rita Lavoie, Rodrigue Lizotte, Claudette Mignault, Angèle Nantel, Idelette Pierre, Flore Pierre-Louis, Maria R. Quimpo, Susan Robinson-Wilson, Marielle Roy, Julienne Sauvé, Céline Tremblay.

Montréal



Linda Fréchette

Présidente

l.frechette@hotmail.com ou
riirsmonteregie@gmail.com

Bonjour chères et chers membres,

Au moment de lire cette revue, nous serons au printemps, mais au moment de l'écrire, nous sommes en plein mois de janvier!

Nous avons eu un automne bien rempli d'activités. Après notre marche en pleine nature à Granby et notre dîner au magnifique restaurant de Vaudreuil, nous avons visité et fait une dégustation de cidre de qualité à la cidrerie Michel Jodoin à Rougemont. Dame nature a un peu écourté notre visite! La semaine suivante, nous avons fait une marche dans un autre beau parc de la nature en Montréal: le parc des Salines, à St-Hyacinthe et la météo était avec nous!

Nous avons terminé l'automne avec notre dîner de Noël, toujours très populaire, au restaurant l'Ancêtre à St-Hubert.

Un retour aux activités après les fêtes avec un déjeuner à Granby et un dîner à la cabane à sucre.

Nos activités à venir

Déjeuner au restaurant Pétinos, à Laprairie, le 14 avril 2026; déjeuner à Châteauguay, le 28 avril 2026; l'AGAR à l'Hôtel Rive Gauche, à Belœil, le 5 mai 2026 et la marche santé-amitié le 13 mai 2026.

Nos invitations vous sont envoyées par les infolettres régionales. Si vous ne recevez pas les infolettres du RIIRS, veuillez communiquer avec Mme Johanne Joly, agente service aux membres au RIIRS 1 800 639-9519.

Nous avons besoin de votre aide pour l'organisation de certaines activités, même si vous avez peu de temps, votre aide serait appréciée. Exemple: faire

quelques appels, suggérer des endroits pour les activités, ou toute autre contribution selon votre disponibilité. Manifestez votre intérêt et nous garderons votre nom dans une liste pour le comité des activités. Nous vous contacterons au besoin pour connaître votre intérêt et votre disponibilité.

Il est maintenant le temps de vous inviter à notre Assemblée générale annuelle régionale. L'avis de convocation ainsi que l'ordre du jour accompagnent ce texte. Vous devez vous inscrire au plus tard le 2 avril à l'adresse: riirsmonteregie@gmail.com ou au 450 252-3657 (Johanne Villeneuve).

Votre présence est importante, c'est l'occasion d'avoir les comptes rendus de nos activités, de nos finances et des élections. Les postes en élection cette année: présidente et secrétaire. Un bulletin de mise en candidature est disponible dans cette revue.

Veuillez faire parvenir votre candidature au plus tard le 24 avril 2026 à l'adresse suivante:
Johanne Villeneuve: 7625, Grand Rang, St-Hyacinthe, QC J2S 9B1.

Linda Fréchette, présidente



Photo: depositphotos

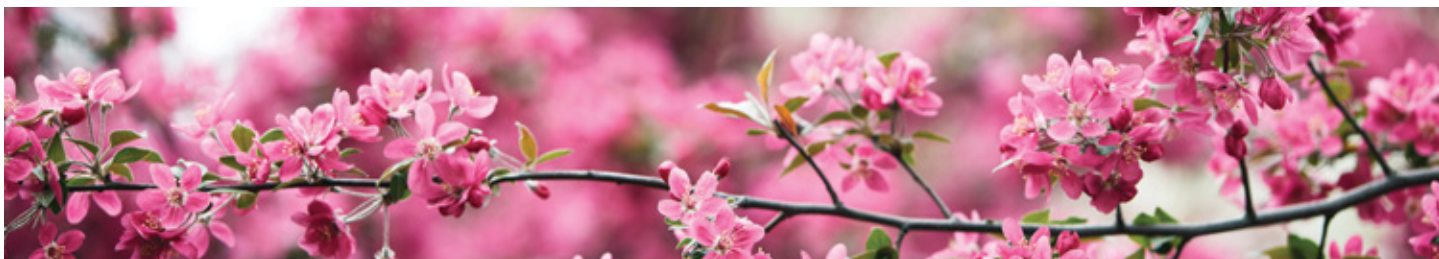


Photo: depositphotos

ASSEMBLÉE GÉNÉRALE ANNUELLE RÉGIONALE

Lieu : Hôtel Rive-Gauche, 1810 rue Richelieu, Beloeil J3G 4S4

Date : Mardi le 5 mai 2026 à 9 h 30

ORDRE DU JOUR

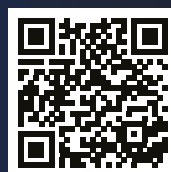
- 1) Ouverture de l'assemblée;
- 2) Constatation du quorum;
- 3) Lecture et adoption de l'ordre du jour;
- 4) Lecture et adoption du procès-verbal du 6 mai 2025;
- 5) Bilan financier;
- 6) Comité des finances;
- 7) Comité régional;
- 8) Rapport d'activités 2025-2026;
- 9) Plan d'action 2026-2027;
- 10) Prix Doris Custeau;
- 11) Prix Reconnaissance FIQ;
- 12) Élections aux postes : présidente et secrétaire;
- 13) AGA provinciale 2026;
- 14) Dîner de Noël 2026;
- 15) Varia;
- 16) Date de la prochaine AGA régionale;
- 17) Levée de l'assemblée.



I R I S

LES MEMBRES DU RIIRS ET LEURS FAMILLES

Bénéficient d'offres exclusives sur les lunettes avec ordonnances, les lunettes de soleil et plus encore!



Scanner
LE CODE QR

Inscrivez-vous maintenant:
Utilisez le **code d'accès: RIIRS**
ou visitez iris.ca/avantages

Montréal — Laval



Chantal Tancrede

Présidente

c.tancrede@videotron.ca ou
riirsmtllaval07@gmail.com

Bonjour tout le monde,

En début d'année j'ai assisté à une conférence sur la prévention des chutes chez les aînés. J'ai le goût d'en partager quelques grandes lignes.

Selon les statistiques, un aîné sur trois âgé de plus de 65 ans qui a chuté dans l'année, rechutera dans les douze mois. Chez les plus de 85 ans, c'est un sur deux! Des facteurs de risques personnels à la maison et quotidiens sont évoqués.

Les femmes sont plus à risque de fractures en cas de chute (ostéoporose). Une personne seule a souvent plus de comportement à risques (ex.: grimper sur un objet instable) et de facteurs dans la maison (ex.: tapis, fils, objet ou liquide sur le plancher). Il y a moins de gens pour identifier les risques et aider à les prévenir.

Les yeux permettent la perception de la distance, de la profondeur et de voir les obstacles. Les problèmes de santé, de sommeil, de pression artérielle, de diabète, les effets secondaires des médicaments et leur interaction, l'alcool sont tous des facteurs connus de risques de chute.

Le cycle de la peur de tomber peut s'installer sournoisement. Après une chute, de peur de retomber, on peut être tenté de bouger moins, de sortir peu. Ce qui nous affaiblit, nous rend moins stables, augmente le risque et la peur. Trois clés de prévention existent :

- Une alimentation équilibrée riche en protéines. Il faut bien mastiquer et bien s'hydrater, ne pas attendre d'avoir soif pour boire ;

- Avoir un horaire de sommeil régulier, respecter notre horloge biologique ;
- Bouger en fonction de ses capacités physiques réelles et actuelles.

Vigilance et prudence en tout temps. Chaque saison apporte son lot spécifique de risques pour les aînés. Le site: move50+, offre des activités virtuelles à la maison. N'oublions pas que la chute n'est pas une fatalité.

Le 2 juin notre comité socioculturel organise une sortie au Planétarium de Montréal suivi d'un dîner de groupe au restaurant Déli Paulos (apportez votre vin). Le coût de 145 \$ comprend l'autobus, la visite au Planétarium et le dîner. Surveillez l'infolettre à venir sur le sujet.

Au plaisir de vous rencontrer lors de nos diverses activités.

Cordiales salutations,

Chantal Tancrede, présidente



Photo: depositphotos

ASSEMBLÉE GÉNÉRALE ANNUELLE RÉGIONALE

Lieu : Royal Versailles, 6086 Sherbrooke Est, Montréal H1N 1C1
Stationnement gratuit / Face au Métro Cadillac

Date : Mercredi le 13 mai 2026, 9 h 00

ORDRE DU JOUR

- 1) Ouverture de l'assemblée;
- 2) Lecture et adoption de l'ordre du jour;
- 3) Lecture et adoption du procès-verbal du 7 mai 2025;
- 4) Rapport du CA Montréal — Laval 2025-2026;
- 5) Bilan du plan d'action 2025-2026 et Plan d'action 2026-2027;
- 6) Création du comité de recrutement RIIRS Montréal — Laval;
- 7) Rapport du comité socioculturel;
- 8) Bilan financier 2025-2026 et prévisions budgétaires 2026-2027;
- 9) Règles de fonctionnement : concordances;
- 10) Nomination de la présidente et de la secrétaire d'élection et deux scrutatrices;
- 11) Élections :
 - 11.1) Conseil d'administration :
 - Vice-présidente : mandat de deux ans;
 - Trésorière : mandat de deux ans;
 - Conseillères : deux postes : mandat de deux ans.
 - 11.2) Comité socioculturel : deux postes : mandat de deux ans;
 - 11.3) TRCAL (Laval) : un poste : mandat de deux ans.
- 12) Varia;
- 13) Prochaines réunions;
- 14) Clôture de l'assemblée.

HORAIRE DE L'AGAR

- | | |
|-----------|--|
| 9 h : | Inscription |
| 9 h 30 : | Ouverture de l'AGA |
| 10 h 45 : | Pause |
| 11 h : | Conférence : « Prévention des incendies », par : Réjean Larochelle, Service incendie de Montréal |
| 12 h : | Deuxième partie de l'AGA |
| 13 h : | Dîner |
| 14 h 15 : | Remise des prix honorifiques
Prix Doris Custeau
Prix Reconnaissance FIQ |
| 14 h 30 : | Tirage des prix de présence |
| 15 h : | Mot de clôture |

Inscription : Faire un coupon avec votre nom et numéro de téléphone et **numéro de membre obligatoire**.

Faire votre chèque de 40 \$ au nom du RIIRS Montréal — Laval et daté du 15 avril 2026.

Poster à Lucie Courchesne :
3-5730 rue de Jumonville, Montréal, QC H1M 1P6
Tél : 514 252-9485.

Inscription finale le 15 avril 2026.
AUCUN REMBOURSEMENT APRÈS CETTE DATE.

Membres de la région seulement.

Lanaudière



François Martin

Président

francoismartin.001@gmail.com

Bonjour à tous,

En ce début d'année, je désire vous souhaiter une bonne et heureuse année, santé et paix intérieure. La paix intérieure, en raison de tout ce bourdonnement qui nous entoure et qui augmente notre niveau d'anxiété. Il est important que cela n'atteigne pas notre sentiment de paix intérieure. Nous n'avons pas de pouvoir sur cette turbulence, mais nous avons le pouvoir et la capacité d'empêcher cette tempête d'influencer notre paix intérieure.

Lors du dîner de Noël, le 27 novembre 2025, nous étions une soixantaine de membres et de non-membres à participer à cette rencontre. L'équipe organisatrice: Suzanne Gariepy, Johanne St-Georges et Ginette Lemire ont fait de cette rencontre un succès. Ginette a fabriqué des centres de table sous le thème de Noël et une personne par table est repartie avec la décoration. Des prix de présences ont été remis grâce aux démarches de Ginette pour obtenir des commanditaires.

Un représentant de l'UTA Joliette de Lanaudière (Université Troisième Âge) est venu nous présenter l'offre de service pour l'hiver 2026 ainsi que les rencontres qui auront lieu. Le détail de l'information apparaît régulièrement dans les infolettres.

Nous avons parlé du voyage que nous sommes à organiser pour le printemps/été 2026. Pour décembre 2026, nous sommes à préparer un voyage d'une dizaine de jours, sous le thème de Noël. À l'été 2026, nous proposerons un voyage en autobus de 7 à 10 jours en Minganie. Suivez les informations sur les infolettres.

Nos déjeuners rencontre sont de plus en plus populaires. Le 2^e mercredi du mois, à 9 h au restaurant Eggsquis de Joliette, 556 rue Saint-Charles-Borromée N, Joliette, QC, J6E 4S6. Nous sommes entre 15 et 20 personnes à se rencontrer, dialoguer, s'informer, écouter et échanger sur nos vécus et se redonner rendez-vous le mois suivant.

L'Assemblée générale annuelle régionale (AGAR) du RIIRS Lanaudière aura lieu le 14 mai 2026, au Club de Golf Montcalm de Saint-Liguori: 1800 Chemin Nadeau, Saint-Liguori, QC J0K 2X0.

Le tout sera suivi d'un dîner de l'amitié printanier et de la remise des prix Doris Custeau et Reconnaissance FIQ. Pour poursuivre notre capacité à développer notre vitalité régionale, nous avons besoin de votre participation et de votre implication. Pas besoin d'être membre du CA pour vous impliquer avec nous pour l'organisation d'une activité qui vous tient à cœur. Invitation aux membres du Sud de Lanaudière à nous aider à organiser des activités dans votre coin de région.

François Martin, président



Photo: depositphotos

ASSEMBLÉE GÉNÉRALE ANNUELLE RÉGIONALE – MEMBRES SEULEMENT

Lieu : Club de golf Montcalm, 1800 chemin Nadeau, St-Liguori JOK 2X0

Date : Jeudi, le 14 mai 2026 de 9 h à 11 h

ORDRE DU JOUR

- 1) Ouverture de l'assemblée;
- 2) Mot de bienvenue;
- 3) Présentation des membres du Conseil d'administration;
- 4) Lecture et adoption de l'ordre du jour;
- 5) Lecture et adoption du compte rendu de l'AGAR du 15 mai 2025;
- 6) Postes en élection :
 - Présidence;
 - Secrétaire;
 - Comité des Finances, Activités et Élections (2/5 postes).
- 7) Bilan annuel régional 2025-2026;
- 8) Mise à jour des politiques RIIRS Lanaudière;
- 9) Bilan financier 2025-2026;
- 10) Prévisions budgétaires 2026-2027;
- 11) Prix Hommage; (Doris Custeau, Reconnaissance FIQ, Hommage régional)
- 12) AGA provinciale le 30 septembre 2026;
- 13) Résultats des élections;
- 14) Dîner de Noël 2026;
- 15) Levée de l'assemblée;
- 16) Dîner de 12 h à 15 h 30. (Membres et ami(e)s du RIIRS)

L'AGAR sera suivie de la rencontre printanière au Club de Golf de Saint-Liguori, où membres et ami(e)s seront accueillis pour un **Cocktail de fraternisation 11 h à 12 h**.

Suivi d'un **Dîner, menu buffet chaud, de 12 h à 15 h**.

Les informations complémentaires au dîner vous seront transmises lors des infolettres de mars et avril.



Photo: depositphotos

Outaouais



Edna Wong

Présidente

edna_wong@hotmail.com

Bonjour à vous, chères et chers membres,

Ah que la neige a neigé! On en a eu beaucoup cette année, mais enfin, le printemps nous revient. Qui dit printemps dit renaissance, soleil et chaleur.

Afin de rester informé(e)s entre les parutions de l'Écho du RIIRS, inscrivez-vous à l'infolettre.

C'est maintenant le moment de vous annoncer l'AGA régionale qui aura lieu le 7 mai 2026 à l'Hôtel V. Un rappel via l'infolettre vous sera transmis avec les modalités afin de vous inscrire.

Les postes en élection cette année seront : vice-présidence, secrétaire et conseiller(ère)s #2 et #4. Les postes des conseiller(ère)s #1 et #3 sont toujours vacants.

Un immense merci à notre secrétaire, Madame Diane Boucher, qui nous quitte après de nombreuses années au sein du conseil régional. Si vous avez le goût de relever le défi de vous joindre à l'équipe du CA de votre RIIRS régional, vous êtes les bienvenu(e)s.

Monsieur Roger Blanchette, historien bien connu dans la région, reviendra cette fois nous en raconter un brin sur les femmes importantes de l'Outaouais.

Edna Wong, présidente

ASSEMBLÉE GÉNÉRALE ANNUELLE RÉGIONALE

Lieu : Hôtel V, 585 boul. de la Gappe, Gatineau

Date : Jeudi le 7 mai 2026 à 10 h (accueil 9 h 30)

ORDRE DU JOUR

- 1) Ouverture de l'assemblée;
 - 2) Mot de bienvenue;
 - 3) Présentation des membres du CA actuel;
 - 4) Lecture et adoption de l'ordre du jour tel que présenté dans l'Écho du RIIRS;
 - 5) Lecture et adoption du procès-verbal de l'AGA du 2025-05-08;
 - 6) Bilan régional 2025-2026 :
 - Présidente;
 - Trésorière;
 - Rapport des vérificatrices des finances;
 - Conseillère #2 Johanne Doucet;
 - 7) Prix Hommages :
 - Prix Doris Custeau;
 - Prix reconnaissance FIQ.
 - 8) Élections :
 - Nomination de la présidente d'élection;
 - Nomination de la secrétaire d'élection.
- Postes en élection :
- Vice-présidente;
 - Secrétaire;
 - Conseillère #2;
 - Conseillère #4;
 - Vérification des finances.
- 9) Résultat des élections;
 - 10) AGA provinciale du 30 septembre 2026 prochain à St-Hyacinthe;
 - 11) Levée de l'assemblée générale annuelle.

CONSERVEZ CE DOCUMENT POUR L'AGA

Pour clore notre assemblée, un dîner vous sera servi. Conférence de M. Roger Blanchette sur les femmes importantes dans l'histoire de l'Outaouais.

Confirmez votre présence à riirsoutaouais@videotron.ca avant le 24 avril en postant un chèque de 10 \$ au nom du RIIRS-Outaouais à l'adresse suivante : RIIRS-Outaouais, 327 rue de Lauzanne, Gatineau, QC J8T 8K8 Ou en effectuant un transfert électronique à : riirsdepot@videotron.ca
Question de sécurité : profession
Réponse : santé

Vous avez pris soin des autres pendant longtemps.

Maintenant
c'est au tour
de Beneva de
veiller sur vous.



Même à la retraite, vous
pouvez compter sur nos
assurances vie et maladie
complémentaire **exclusives**
aux membres du RIIRS.

Pour en savoir davantage,
rendez-vous au beneva.ca/fiq
et **consultez la section**
Retraitées.

Appelez-nous
1 888 235-0606

beneva

Les gens
qui protègent
des gens

ASSURANCE
COLLECTIVE

Les contrats d'assurance collective de personnes sont souscrits par Beneva inc. et distribués par Beneva inc., cabinet de services financiers et ses partenaires autorisés. | © Beneva inc. 2025 ¹⁰⁰ Le nom et le logo Beneva sont des marques de commerce de Groupe Beneva inc. utilisées sous licence.

Abitibi-Témiscamingue



Carmen Côté

Présidente

carmencote46@hotmail.ca

Bonjour à toutes et à tous,

Le printemps s'installe tranquillement, apportant avec lui une douceur tant attendue. Les journées s'allongent. La nature reprend, petit à petit, ses forces. Accueillons tout ce renouveau avec douceur. Le printemps nous rappelle que, même après une vie remplie, il est toujours temps d'accepter le bien-être, les rencontres humaines et la sérénité.

Vous êtes chaleureusement invités à notre AGA régionale le 14 mai 2026, au Club de Golf de La Sarre. Pour nous, votre présence est un précieux encouragement qui nous motive à poursuivre notre engagement.

Vous avez le goût de vous impliquer au CA régional ? C'est le bon moment pour vous présenter à une des fonctions. La période de mises en candidatures est du 10 au 24 avril 2026.

Ensemble, faisons vivre notre Regroupement !
Au plaisir de vous y accueillir !

Carmen Côté, présidente

Activité sociale du 4 décembre 2025

32 personnes ont participé au dîner de Noël. Nous avons comme invité M. Pierre Labrèche, facteur de contes. Cette activité nous a plongés dans une ambiance de Noël.

Un gros merci à Hélène Dessureault et le comité socioculturel, Diane Groleau et Rolande Brochu pour la préparation de l'activité.



Abitibi-Témiscamingue

ASSEMBLÉE GÉNÉRALE ANNUELLE RÉGIONALE

Lieu : Salle du Club de Golf de La Sarre, 18 Chemin du Golf, La Sarre.

Date : Jeudi, le 14 mai 2026 à 9 h

ORDRE DU JOUR

- | | |
|---|---|
| 1) Ouverture de l'assemblée; | 7) Prévisions budgétaires 2026-2027 (dépôt); |
| 2) Vérification du quorum; | 8) Ratification des actes des administrateurs; |
| 3) Adoption de l'ordre du jour; | 9) Questions diverses; |
| 4) Lecture et adoption du procès-verbal de l'AGA du 15 mai 2025; | 10) Remise du prix Doris Custeau et du prix Reconnaissance FIQ; |
| 4.1 Affaires ressortant du procès-verbal de l'AGA du 15 mai 2025; | 11) Élections: présidente, secrétaire, administratrice #2; |
| 5) Rapport annuel des activités 2025-2026; | 12) Présentation du CA 2026-2027; |
| 6) Rapport financier 2025-2026 (dépôt); | 13) Levée de l'assemblée. |

AVIS DE CONVOCATION AU CA DU RIIRS-AT

Prenez note que les prochaines élections au CA du RIIRS-AT auront lieu le **14 mai 2026**

De 11 h 30 et 12 h, à la salle du Club de Golf de La Sarre au 18 Chemin du Golf, La Sarre.

La période de mise en candidature est du 10 au 24 avril 2026 inclusivement.

Les postes en élection, pour un mandat de 2 ans, sont ceux de présidente, secrétaire et administratrice n° 2.

Le formulaire pour poser votre candidature et les informations sur les « Pouvoirs et devoirs des membres du CA » visés par l'élection **sont disponibles auprès de Lorraine Lamontagne, sec. du RIIRS-AT :**

lorraine.lamontagne@cablevision.qc.ca ou au **819 738-4807**.

Votre candidature doit parvenir au plus tard le 24 avril 2026 à :

Présidente d'élections RIIRS-AT - Marie Kureluk, 174 Av Montcalm, Rouyn-Noranda QC J9X 1J3

DATE LIMITE D'INSCRIPTION : 25 AVRIL 2026 • COUPON-RÉPONSE

Je serai présente à l'AGA OUI ☐ NON ☐ Je dînerai OUI ☐ NON ☐

Je participerai à la visite de l'usine Maison Nordique OUI ☐ NON ☐

Le dîner est une gracieuseté du RIIRS-AT. Envoyez votre coupon-réponse à :

Lorraine Lamontagne, sec. RIIRS-AT - 1557 Rte de St-Philippe, Val-d'Or QC J9P 4N7

Nom :	Prénom :
Adresse :	
Ville :	Code Postal :
N° de téléphone :	Courriel :
Précisez si vous avez des allergies alimentaires :	

Laurentides



Ronald Bonami

Présidente régionale

ronald.bonami@hotmail.com

Bonjour membres du RIIRS des Laurentides!

Au moment où vous lirez ces lignes, nous serons aux portes du printemps 2026, année électorale québécoise pour nous tous. Il faut continuer nos revendications afin que l'on accentue la pression pour que nos dirigeants prennent de bonnes décisions pour l'avenir et le confort des retraités. On doit prioriser les soins à domicile pour permettre à nos prédécesseurs un avenir auprès de leur famille.

Surveillez nos infolettres! Dans nos prochaines activités, il y a la cabane à sucre le 31 mars 2026 à l'Érablière des Ponts Couverts de Kiamika. N'oubliez pas nos déjeuners mensuels le 4^e jeudi du mois à 9 h au restaurant la Gare du Best Western de Saint-Jérôme, de septembre à mai, sauf en décembre. Notre AGA régionale est le 7 mai 2026 à 9 h 30 au Best Western de Saint-Jérôme. Vous aurez les rapports des différents comités et l'élection de la vice-présidente et de la trésorière.

Notre AGA provinciale aura lieu le 30 septembre 2026 au Centre des congrès de Saint-Hyacinthe.

Un petit mot pour vous tenir au courant des démarches pour le recrutement. Nous avons relancé le syndicat FIQ des Laurentides pour nous permettre de recruter les employés préretraités des syndicats des Laurentides et nous visons toujours nos 6 hôpitaux des Laurentides: Hôtel-Dieu de Saint-Jérôme, hôpital de Saint-Eustache, hôpital de Lachute, hôpital Laurentien de Sainte-Agathe, hôpital de Rivière-Rouge et hôpital de Mont-Laurier. Nous vous tiendrons au courant, mais n'oubliez pas que le bouche-à-oreille dans votre patelin peut faire des vagues. Merci de votre participation.

Je remercie les membres de votre conseil d'administration pour leur motivation à améliorer notre regroupement: Mme Nicole Auger, vice-présidente; Mme Marie-Andrée Saint-Jacques, secrétaire; Mme Guylaine Lévesque, trésorière; Mme Manon Trépanier, responsable à la Table de concertation des aînés des Laurentides; Mesdames Louise Barrette et Francine Marcoux, administratrices. Je remercie aussi les membres du comité des loisirs: Mesdames Diane Barnabé, Guylaine Hébert et Lucille Binette.

Ronald Bonami, président



Photo: depositphotos

ASSEMBLÉE GÉNÉRALE ANNUELLE RÉGIONALE

Lieu : Best Western Saint-Jérôme, 420 boulevard Monseigneur-Dubois, Saint-Jérôme QC J7Y 3L8

Date : Jeudi, le 7 mai 2026 à 9 h 30

ORDRE DU JOUR

- 1) Mot de bienvenue et ouverture de la séance;
- 2) Nomination de la secrétaire d'assemblée;
- 3) Lecture et adoption de l'ordre du jour;
- 4) Lecture et adoption du procès-verbal de l'AGA régionale du 1^{er} mai 2025;
- 5) Information sur la procédure d'élection et postes en nomination :
 - a) Vice-présidence;
 - b) Trésorerie.
- 6) Les mises en candidature;
- 7) Élections des candidat(e)s;
- 8) Pause-santé;
- 9) Résultats des élections;
- 10) Présentation des rapports :
 - a) Rapport de la trésorière;
 - b) Rapport de la représentante du RIIRS Laurentides à la Table de concertation des aînés des Laurentides;
 - c) Rapport du comité des loisirs.
- 11) Plan d'action 2026-2027;
- 12) Choix de deux organismes communautaires soutenant les aînés des Laurentides;
- 13) Prix Doris Custeau 2026;
- 14) Prix reconnaissance proche-aidante FIQ 2026;
- 15) Varia;
- 16) Levée de l'assemblée.

Faire parvenir votre inscription **avant le 20 avril 2026** à Mme Marie-Andrée St-Jacques, via courriel : mbernasconi@videotron.ca ou courrier : 1280 des Faisans, Prévost, QC J0R 1T0.
Téléphone : 450 438-9312.

N.B : un buffet suivra l'AGA.

Bienvenue à toutes et à tous !



Photo: depositphotos

Côte-Nord — Basse-Côte-Nord



Jeannine Otis
Présidente régionale
jtotis@telus.net

Une expérience extraordinaire en dispensaire éloigné

De façon succincte, j'ai choisi de vous partager mon expérience de vie en dispensaire nordique.

Il s'agit de Schefferville, Matimekush, Kawawachikamach, qui sont des territoires Naskapis. Étant native de Barachois au Nouveau-Brunswick, mes expériences en santé se sont acquises dans ma région, en particulier à l'hôpital Georges-L.-Dumont au Nouveau-Brunswick. Par la suite, une amie m'invite à destination de Sept-Îles. Je profite donc de l'occasion pour offrir mes services à l'hôpital. Après vingt-cinq années d'activités à ce centre, j'acquiers de nouvelles connaissances qui bonifient celles déjà accumulées.

Une rencontre fortuite me place en compagnie d'une infirmière pivot basée à Fermont. C'est alors que je lui confie mon désir de m'investir en dispensaire. Peu de temps après cette rencontre, une invitation m'est adressée. L'évaluation de mes références et de mes expériences conclut que je possède les exigences requises. Un congé sans solde d'un an s'impose, mon employeur accepte.

Destination Schefferville! Connaît pas! Oh! À ma grande surprise, le dépaysement! La toundra, de la neige de septembre à juin. Une certaine inquiétude s'empare de moi. Je suis vite rassurée, les trois dispensaires sont sous la gouvernance du Centre de santé de Fermont. Un médecin, un pharmacien, une infirmière pivot sont en support au besoin et aussi le personnel des autres dispensaires.

Je découvre un milieu très bien organisé, des protocoles solidement pourvus, une infirmière en soutien pendant un mois. Afin de me familiariser, j'inspecte le matériel à notre disposition et son fonctionnement.

Le temps est venu de me confirmer mes responsabilités. Être disponible vingt-quatre heures sur vingt-quatre, m'assurer que le matériel disponible soit suffisant et fonctionnel, que la pharmacie soit toujours pourvue de la médication en quantité suffisante. La médication manquante nous provient de Fermont par avion.

La confirmation de mes responsabilités et l'assurance du milieu me préparent à répondre à toutes éventualités, d'une simple grippe, le diabète, la cardio, l'obstétrique, les accidents multiples, la chasse, la pêche, les visiteurs, en somme, à tout ce qui se présente.

Pour terminer ce parcours de partage avec vous, mon engagement d'un an s'est poursuivi pendant vingt ans. Vingt ans d'une belle aventure. J'en retire d'innombrables satisfactions, que ce soit l'apprentissage, le développement, la complicité, le partage, l'amitié, la confiance et la reconnaissance.

Quelle belle aventure!

Olivine Leblanc, région 12

Rédaction du texte:

Huguette Jourdain, membre région 12

ASSEMBLÉE GÉNÉRALE ANNUELLE RÉGIONALE

Lieu : Sous-sol du Centre socioculturel au 500 rue Jolliet, Sept-Îles, salle Casa

Date : Vendredi le 22 mai 2026 à 9 h 30

PROPOSITION D'ORDRE DU JOUR

- 1) Ouverture de l'assemblée;
- 2) Vérification du quorum;
- 3) Lecture de l'ordre du jour;
- 4) Lecture et suivi du procès-verbal AGAR 2025 tenue à Baie-Comeau;
- 5) Présentation des états financiers non complets au 30 avril 2026;
- 6) Présentation du rapport d'activités par la présidente;
- 7) Affaires nouvelles :
 - a) Renouvellement de mandat ou élection des postes de vice-présidente et trésorière;
 - b) Révision du plan d'action 2025-2030 – objectifs de 2026;
 - c) Participation à l'AGA à Saint-Hyacinthe en septembre 2026;
 - d) Prix Doris Custeau lors du dîner qui suivra l'AGA.
- 8) Levée de l'assemblée.

FORMULAIRE DE MISE EN CANDIDATURE AGA RÉGIONALES 2026

Veuillez-vous référer aux spécifications de **votre région** pour les postes en élection et aux consignes pour l'envoi des candidatures. Veuillez faire un « X » au poste de votre choix

Présidence ☐Vice-présidence ☐Trésorerie ☐Secrétaire ☐Comité des finances ☐Comité d'activités ☐Comité d'élection ☐Administrateur (trice) ☐

Autre : _____ Secteur : _____

Nom :

Adresse :

Ville :

Code postal :

Courriel :

Tél. :

Signature candidat(e) :

N° membre :

Appuyé par membre en règle :

N° membre :

Appuyé par membre en règle :

N° membre :

L'éclosion de la beauté du printemps
ne cesse de nous surprendre.

C'est un éternel recommencement où
l'espérance y prend toute sa dimension.

À toutes et à tous,
de très Joyeuses Pâques !



PROCHAINE DATE DE TOMBÉE – 6 AVRIL 2026

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. Vous pouvez également le faire sur notre site www.riirs.org

Nom : _____

Prénom : _____

No. de membre : _____

Ancienne adresse : _____

Nouvelle adresse : _____

Ville : _____

Code postal : _____

Tél. : _____

Courriel : _____

Changement à compter de : _____

À retourner à l'administration du RIIRS, 405-1170 boul Lebourgneuf, Québec QC G2K 2E3

