



Écho du riirs

Volume 31 no 3 • Printemps 2024



**Mot de la
présidente** 2

**Mot de la
directrice
générale** 4

**Saison des
impôts** 6

**L'implication
dans la vie
associative** 8

**Tout savoir sur
le RREGOP** 11

**Nos
régions** 16

Bonjour à vous tous et toutes membres du RIIRS,

C'est avec un plaisir renouvelé que je m'adresse à vous en ce début d'année 2024. Comme chaque année, votre organisme demeure très actif dans le respect de notre plan stratégique. Nous serons très présentes et à votre écoute entre autres par le biais de vos assemblées générales régionales qui sont et seront toujours le lieu d'échanges privilégiés pour connaître et recevoir vos interrogations, vos besoins et surtout être informées de tout ce que le RIIRS peut faire et fait pour le mieux-être de ses membres. Cette année, deux grands événements incontournables s'offrent à nous.

Le 8 mai, la Coalition pour la dignité des aînés dont nous sommes membres organise un rendez-vous national sur le maintien à domicile.

Le 9 mai, il y aura un colloque pour le mieux-être des aînés sur le

thème : Un continuum de soins et de services cohérent mettant à profit la communauté, le domicile et les établissements.

Bien entendu, ces deux événements rejoignent tout à fait les préoccupations de nos membres et nous y serons présentes afin de participer et de faire entendre notre position et nos recommandations selon vos priorités.

Actuellement, nous travaillons activement sur la récupération totale de l'indexation additionnelle obtenue cette année (capitalisation à 123 %) pour les années 1982 à 1999. Vous trouverez un dossier sur l'indexation dans ce numéro. Une lettre signée par 5 organisations (RIIRS, AREQ, AGRP, AAR, AQDER) a été envoyée à la Présidente du Conseil du trésor, Madame Sonia LeBel, au ministre des Finances Éric Girard ainsi qu'à la ministre responsable des Aînés, Sonia Bélanger afin que le gouvernement indexe la partie de

la rente qui est à sa charge. Celui-ci devrait rendre sa décision d'ici le 30 juin. Nous vous tiendrons au courant. Au moment d'écrire ces lignes, d'autres actions sont prévues.

Un mémoire a aussi été produit concernant la consultation prébudgétaire du gouvernement afin de protéger le pouvoir d'achat des personnes retraitées.

Nous poursuivons nos démarches politiques et autres sur plusieurs fronts afin de bien défendre les droits de nos membres.

Bonne lecture et au plaisir d'accueillir vos suggestions pour améliorer la situation des personnes âgées et retraitées.

Andrée Lamontagne,
présidente



NOUVELLES MEMBRES DU 1^{ER} MAI AU 30 SEPTEMBRE 2023

Le RIIRS souhaite la bienvenue aux 85 personnes nouvellement membres qui ont adhéré entre le 1^{er} octobre et le 31 décembre 2023.

De ces 85 membres, nous retrouvons les professions suivantes :

- Infirmières : 68
- Infirmières auxiliaires : 13
- Inhalothérapeutes : 3
- Employées FIQ : 1

À la suite de ces nouvelles arrivées, le RIIRS compte à ce jour 11 124 membres.

En vertu de la loi 25 concernant la protection des renseignements personnels, nous ne pouvons plus mettre le nom de chacune des personnes membres à cette rubrique, nous devons nous y conformer.

Greetings to all members of RIIRS,

It is with renewed pleasure that I greet you at the start of 2024. As in every year, our organisation continues to be very active in implementing our strategic plan. We will continue to remain very present and listen to you by way of, among other things, your regional general assemblies. These are important ways for you to dialogue and express your needs and also to remain informed on what RIIRS does for its members. This year, two special events will be held.

On 8 May, the Coalition pour la dignité des aînés, of which we are members, is holding a meeting on home support services.

On 9 May, there will be a forum on the well-being of seniors on the theme of: A coherent continuum of care and

services that includes the community, home, and institutions (Un continuum de soins et de services cohérent mettant à profit la communauté, le domicile et les établissements).

Naturally, these two events are of great concern to our members and we will be there taking part and making known our position and our recommendations according to your priorities.

We are currently and actively working on the total reclaiming of the additional indexation obtained this year (capitalisation of 123 %) for the years 1982 to 1999. Information on the indexation can be found in this newsletter. A letter signed by 5 organisations (RIIRS, AREQ, AQRP, AAR, AQDER) was sent to the President of the Treasury Board, Sonia LeBel, Finance Minister, Éric Girard,

as well as to the Minister Responsible for Seniors, Sonia Bélanger, so that the government will index part of the pension it is responsible for. A response is expected by 30 June. We will keep you posted. We expect to take other actions.

A brief was also written regarding the government's pre-budget consultations in order to protect the purchasing power of seniors.

We continue to be involved politically, and otherwise, on various issues in order to best defend the rights of our members.

Happy reading. We welcome all your suggestions on how to improve the lives of seniors and retirees.

Andrée Lamontagne,
President

Quelques agendas 2024 encore disponibles

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



Nom: _____ Prénom: _____

Adresse: _____

Ville: _____ Code Postal: _____ No membre obligatoire: _____

Téléphone: _____ Courriel: _____

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

Bonjour à vous membres du RIIRS,

Nous sommes à l'aube des assemblées générales annuelles dans chacune de vos régions. Vous trouverez dans ce numéro toutes les dates de vos assemblées. Accompagnée de la présidente, Madame Andrée Lamontagne, je poursuivrai la tournée des régions. L'objectif étant de répondre à vos questions et d'être à votre écoute sur les sujets qui vous importent. N'hésitez pas à poser votre candidature aux différents postes à pourvoir au sein de votre CA régional. Nul besoin d'expérience, des formations seront données aux CA régionaux sur la gouvernance à compter de juin. L'implication dans la vie associative offre des occasions d'apprendre de nouvelles compétences, de développer son réseau et d'enrichir son expérience personnelle.

Vous trouverez dans ce numéro un dossier sur le RREGOP, un article

sur le programme Luci qui est un projet du cœur pour la santé du cerveau fort intéressant et gratuit, sur la vie associative, sur les crédits d'impôt pour aînés et beaucoup plus.

Nous œuvrons présentement à une refonte complète du site Internet du RIIRS. Nous avons très hâte de vous le présenter. Notre site Internet sera transactionnel, sécurisé et relié à notre base de données. Vous y trouverez un Espace membre où vous pourrez vous inscrire à l'AGA provinciale, aux webconférences, faire des paiements, etc. Avec les exigences qu'impose la loi 25 sur la protection des renseignements personnels, nous investissons aussi dans une nouvelle base de données. Deux personnes désignées du CA régional auront accès à sa liste de membres respectives après une formation obligatoire afin de pouvoir communiquer avec vous. Depuis quelques mois, les régions ont maintenant la possibilité de

recourir à notre courriel provincial pour l'envoi d'infolettres régionales. L'Écho du RIIRS restera un moyen de communication pour celles qui n'ont pas de courriel. Le but étant d'assurer la protection de vos renseignements personnels de la manière la plus sécuritaire possible. Nous avons aussi adopté une politique sur la confidentialité et la protection des renseignements personnels que vous pouvez consulter sur notre site web.

En terminant, j'espère que vous apprécierez ce numéro de l'Écho du RIIRS. Je vous souhaite un doux printemps pour renouer avec les beaux jours ensoleillés.

Cordialement,

Caroline Viviers,
directrice
générale



Greetings to our RIIRS members,

You will soon be holding your annual general assembly in each of your regions, and you can find the date of your assembly in this issue of the newsletter. I will be traveling to the regions with our president, Andrée Lamontagne, to hear your questions and concerns. Do not hesitate to apply for the various positions on your regional board. No experience is needed, and training on governance will be available to the boards beginning in June. Getting involved in organisations gives you an opportunity to learn new skills, develop networks and enrich your life.

You will find in this issue a section on RREGOP, with an article on the Luci Programme, a very interes-

ting free programme which deals with cognitive health, as well as social life, tax credits for seniors, and much more.

We are currently upgrading the RIIRS web site and are anxious for you to see it. Our internet site will be transactional, securitized, and linked to our data base. There will be a section for members where you can register for provincial AGAs, Webinars, make payments, etc. Because of the requirements of Law 25 on the protection of personal information, we are also investing in a new data base. In order to communicate with you, two people assigned by the regional board will have access to the list of respective members after receiving mandatory training.

For the past few months, the regions have been able to use our provincial email system to send their regional newsletters. Écho du RIIRS will continue to be mailed out to those without emails. The goal is to protect your personal information as securely as possible. We also adopted a policy on confidentiality and personal information protection that you can access on our web site.

In closing, I hope you will enjoy reading this issue of Écho du RIIRS. I wish you all a happy spring with plenty of sun-filled days.

Sincerely,

Caroline Viviers,
Director General

ATTENTION/RAPPEL

Ceci s'adresse seulement aux membres ayant un courriel dans leur dossier au RIIRS.

Si vous n'avez pas de courriel, vous continuerez automatiquement à recevoir votre Écho du RIIRS en version papier. 55 % de nos membres ont un courriel et 95 % reçoivent l'Écho du RIIRS papier par la poste.

Dorénavant, pour faire face à l'augmentation des coûts de papier, d'impression et d'expédition, toutes les membres ayant un courriel recevront l'Écho du RIIRS par courriel.

Si vous désirez le recevoir 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.

Je désire recevoir mon Écho du RIIRS version papier.

Nom: _____ Prénom: _____

Adresse: _____

Ville: _____ Code Postal: _____ No membre obligatoire: _____

Téléphone: _____ Courriel: _____

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

C'EST LA SAISON DES IMPÔTS!

Le Québec offre plusieurs crédits d'impôt aux personnes de 65 ans et plus, qui visent à reconnaître leur contribution à la société, à soutenir leur maintien à domicile, à encourager leur participation au marché du travail et à alléger leur fardeau fiscal. Parmi les principaux crédits d'impôt pour les personnes âgées, on peut mentionner :

- Le **crédit d'impôt remboursable pour maintien à domicile des aînés** au provincial permet de réduire le coût des services d'aide à domicile. Il est important de garder vos factures. Pour avoir droit au crédit d'impôt, vous devez avoir 70 ans et plus. Le taux du crédit varie selon le revenu familial et le type de logement. Vous pourriez demander ce crédit d'impôt si, entre autres, vous avez payé une somme pour obtenir un ou plusieurs services admissibles. Voici des exemples de services admissibles :

- ✓ Les services d'aide à la personne liés :
 - Aux activités quotidiennes se rapportant à l'habillement, à l'hygiène et à l'alimentation;
 - Aux repas;
 - À des soins infirmiers;
 - À l'accompagnement pour aller à la pharmacie ou à l'épicerie, ou pour aller voter.
- ✓ Les services d'entretien ou d'approvisionnement liés à :
 - La livraison de l'épicerie ou de médicaments;
 - L'aide domestique pour le nettoyage des rideaux ou de la literie;
 - L'entretien ménager;
 - L'entretien extérieur, comme le déneigement et l'entretien de la piscine.

- Le **crédit d'impôt remboursable provincial pour frais engagés par un aîné pour maintenir son autonomie**, qui permet de déduire les frais liés à l'achat ou à la location de biens ou de services qui favorisent l'autonomie fonctionnelle, tels qu'un dispositif d'appel d'urgence, un appareil auditif, un déambulateur ou une marchette, un fauteuil monté sur rail pour

vous permettre de monter ou de descendre mécaniquement un escalier, les frais de séjour dans une unité transitoire de récupération fonctionnelle, etc. Le crédit d'impôt remboursable correspond à 20 % des dépenses admissibles dépassant un seuil de 250 \$ (franchise).

- Le **crédit d'impôt provincial pour soutien aux aînés** s'adresse aux personnes âgées ayant des revenus modestes. Pour y avoir droit, vous ou votre conjoint devez avoir 70 ans ou plus au 31 décembre 2023. Le montant maximal du crédit a été haussé pour l'année d'imposition 2023 et il peut atteindre 2 000 \$ par personne admissible âgée de 70 ans ou plus. Si vous et votre conjoint êtes admissibles et avez 70 ans ou plus au 31 décembre 2023, ce montant pourrait atteindre 4 000 \$.

Si vous ne demandez pas le crédit dans votre « déclaration d'impôt », le gouvernement calculera pour vous le montant du crédit auquel vous pourriez avoir droit. Le montant du crédit pourra être versé au printemps 2024 à la suite de la production de la « déclaration d'impôt ».

Si vous êtes admissible et que vous avez un solde d'impôt à payer, le montant du crédit servira à réduire le solde à payer. Vous pourriez avoir droit au montant maximal si votre revenu familial ne dépasse pas :

- 25 755 \$ si vous n'aviez pas de conjoint au 31 décembre 2023;
- 41 885 \$ si vous aviez un conjoint au 31 décembre 2023.

Le crédit sera réduit de 5,16 % de la partie du revenu familial qui dépasse :

- 25 755 \$ si vous n'aviez pas de conjoint au 31 décembre 2023;
- 41 885 \$ si vous aviez un conjoint au 31 décembre 2023.

La personne ou le couple admissible n'aura pas droit au crédit si son revenu familial égale ou dépasse le revenu familial maximal qui correspond à sa situation.

- Le **crédit d'impôt accordé en raison de l'âge ou pour personne vivant seule ou pour revenus de retraite**, qui permet de réduire l'impôt à payer par les aînés qui ont atteint l'âge de 65 ans au cours de l'année, qui vivent seuls ou qui reçoivent des revenus de retraite. Le montant du crédit varie selon le revenu familial et le type de revenu. Le crédit en raison de l'âge est un crédit d'impôt non remboursable, tant au fédéral qu'au Québec, qui vise à alléger le fardeau fiscal des personnes âgées ayant un faible ou moyen revenu.
- Le **crédit d'impôt pour prolongation de carrière** permet de réduire l'impôt à payer par les travailleurs âgés de 60 ans ou plus qui demeurent ou retournent sur le marché du travail. Le taux du crédit varie selon le revenu de travail admissible et l'âge du travailleur. Votre revenu de travail admissible doit dépasser 5 000 \$. De façon générale, le revenu de travail admissible comprend les revenus d'emploi et les revenus nets d'entreprise. Pour les travailleurs âgés de 60 à 64 ans, le revenu de travail admissible servant au calcul du crédit d'impôt est limité à 10 000 \$ (ils peuvent donc obtenir un crédit d'impôt maximal de 1 400 \$). Pour les travailleurs âgés de 65 ans ou plus, le revenu de travail admissible servant au calcul du crédit d'impôt est limité à 11 000 \$ (ils peuvent donc obtenir un crédit d'impôt maximal de 1 540 \$). Le crédit d'impôt peut être réduit si le revenu de travail admissible dépasse un certain seuil.
- Le **crédit d'impôt pour accessibilité domiciliaire** est un crédit d'impôt non remboursable fédéral qui vise à reconnaître « l'incidence particulière que peuvent entraîner les coûts liés à l'amélioration de la sécurité, de l'accessibilité et de la fonctionnalité d'un logement pour les aînés ainsi que les avantages supplémentaires que confère le fait de pouvoir vivre de façon autonome ». Cette mesure bénéficie aux aînés ayant atteint l'âge de 65 ans pour lesquelles des dépenses admissibles ont été engagées pour rénover ou modifier leur logement admissible. Un montant maximal de dépenses



admissibles de 20 000 \$ peut être réclamé en 2023 et pour les années suivantes.

En plus de ces crédits d'impôt, les aînés peuvent également bénéficier d'autres mesures fiscales, telles que le crédit d'impôt pour personnes handicapées, le crédit d'impôt pour solidarité, les crédits pour frais médicaux, le montant pour déficience grave et prolongée des fonctions mentales ou physiques, le programme Allocation-logement, le crédit canadien pour aidant naturel, etc.

Vous devez remplir les formulaires appropriés et fournir les pièces justificatives nécessaires pour demander ces crédits d'impôt. En cas de doute au moment de remplir vos déclarations de revenus, consultez un professionnel.

Pour en savoir plus sur les crédits d'impôt pour les aînés du Québec, vous pouvez consulter les sources d'information suivantes :

<https://justepourtous.revenuquebec.ca/fr/profils/aines/>

Un site web du gouvernement du Québec qui présente les différents crédits d'impôt offerts aux personnes de 65 ans et plus, ainsi que les conditions d'admissibilité, les montants, les formulaires et les exemples de calcul.

Âgé de 65 ans ou plus? Voyez comment l'ARC peut vous aider! https://www.canada.ca/content/dam/cra-arc/camp-promo/factsheet/fctsht_dlts_65-fr.pdf

Un dépliant du gouvernement du Canada.

L'IMPLICATION DANS LA VIE ASSOCIATIVE : UN PILIER ESSENTIEL

L'implication dans la vie associative est bien plus qu'une simple participation. C'est un acte de générosité, de solidarité et d'engagement envers le RIIRS. L'implication active des membres est un pilier essentiel pour le succès et la pérennité de notre organisation. La vie associative est le cœur de celle-ci. Elle rassemble des individus partageant des valeurs, des intérêts et des objectifs communs. Mais pourquoi est-elle si importante ?

1. Force Collective

Lorsque les membres s'impliquent, ils forment une force collective qui transcende les individualités. Comme les pièces d'un puzzle, chaque membre apporte sa contribution unique. Ensemble, ils créent une dynamique qui dépasse les limites de l'individu. Cette synergie permet à notre organisation d'accomplir des projets ambitieux, de défendre vos droits et intérêts et d'avoir un impact significatif.

2. Expertises Complémentaires

Chaque membre possède des compétences et des expertises spécifiques. L'implication permet de mettre en commun ces connaissances variées. Les uns sont doués pour la communication, d'autres pour la gestion financière, la planification d'événements, ou encore la mobilisation. En travaillant ensemble, ils créent une richesse d'expertises qui renforce le RIIRS.

3. Rayonnement et Notoriété

L'implication active des membres contribue au rayonnement de l'organisme. Que ce soit par des actions sur le terrain, des campagnes de sensibilisation, des événements ou des publications, chaque geste compte. Plus le RIIRS est visible et actif, plus il gagne en notoriété. Les membres sont les ambassadeurs de cette notoriété, et leur implication est un vecteur puissant pour faire connaître la mission et les valeurs de notre organisation.

4. Renforcement du Tissu Social

L'implication dans la vie associative crée des liens forts entre les membres. Ils partagent des expériences, des défis, des réussites. Ces moments de collaboration tissent un réseau social solide. Les rencontres, les assemblées

générales, les projets communs sont autant d'occasions de créer des amitiés, de développer un sentiment d'appartenance et de solidarité.

5. Transmission et Pérennité

Les membres impliqués sont les gardiens de la mémoire et des valeurs de l'organisme. Ils transmettent leur passion, leur savoir-faire et leur engagement aux nouvelles générations. Cette transmission assure la pérennité du RIIRS. Les membres actuels sont les racines, les futurs membres en sont les bourgeons.

En somme, l'implication dans la vie associative est un acte altruiste qui nourrit l'âme collective. Chaque geste, petit ou grand, contribue à bâtir un monde meilleur, votre rôle est essentiel. Ils nourrissent notre démocratie, renforcent notre tissu social et permettent à chacun et chacune de contribuer à un monde meilleur.

À l'approche des assemblées générales annuelles, votre présence, votre engagement et vos actions sont des plus précieux !



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



ENGAGEMENT ET FORMATION CONTINUE DE VOTRE CONSEIL D'ADMINISTRATION PROVINCIAL

Le conseil d'administration (CA) provincial du RIIRS a reçu le sceau CA Engagé de l'ordre des Administrateurs Agréés. Les administratrices ont suivi une formation portant sur la prévention du harcèlement afin de les aider à prévenir, reconnaître et intervenir en cas de situation de harcèlement au sein de notre organisation, mais également au sein de notre conseil d'administration. Cette formation et les outils qui l'accompagnent visent à soutenir les administratrices dans la mise en place d'une culture du respect favorisant un climat de travail sain, sécuritaire et exempt de toute forme de harcèlement.

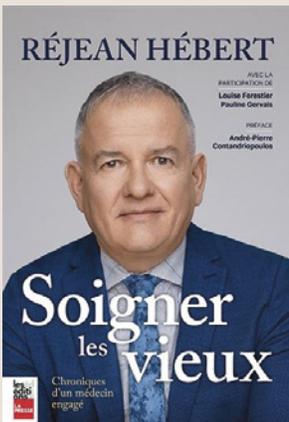


Le CA adhère à une culture de respect au sein de l'organisation.

En tant qu'ambassadrices du RIIRS, les membres du CA ont atteint les objectifs suivants :

- 1- Être sensibilisée à la prévention du harcèlement en milieu de travail et dans un cadre de gouvernance ;
- 2- Valoriser l'importance d'appliquer une culture du respect au sein de l'organisation ;
- 3- Reconnaître une situation conflictuelle ou de harcèlement et être outillée pour intervenir selon leurs rôles et leurs responsabilités.

Nous sommes très fières d'avoir obtenu ce sceau CA Engagé.



COIN LECTURE

Soigner les vieux, chroniques d'un médecin engagé

Auteur : Dr Réjean Hébert

Les éditions La Presse

Soigner les vieux, c'est d'abord adapter le système de santé au vieillissement de la population. C'est décentraliser le système de soins, fournir aux personnes en perte d'autonomie des soins à domicile de qualité, changer la façon de financer ces services pour éviter le recours indu aux institutions d'hébergement. Soigner les vieux, c'est aussi permettre aux personnes âgées de participer pleinement à la société. C'est ménager des liens intergénérationnels et lutter contre l'âgisme systémique actuel. Soigner les vieux, c'est enfin tirer des leçons de la pandémie de COVID-19, afin de prévenir la répétition de ses conséquences tragiques chez les personnes âgées. Soigner les vieux, c'est la mission que poursuit le Dr Réjean Hébert pour un meilleur système de soins public et une société plus juste, inclusive et respectueuse de tous ses citoyens et citoyennes. Cet ouvrage regroupe ses chroniques des dernières années parues dans les quotidiens québécois et quelques textes inédits, dont l'un retraçant le remarquable parcours de ce médecin engagé.

TOUT SAVOIR SUR LE RREGOP

Retraite Québec a annoncé que les rentes du Régime de rentes du Québec (RRQ) augmenteront de **4,4 %** à compter du 1^{er} janvier 2024. L'indexation de 4,4 % s'applique à toutes les prestations du RRQ incluant la rente pour le conjoint survivant et celle d'invalidité.

Pour bien comprendre comment sont indexées les rentes, vous trouverez une infographie de Retraite Québec qui explique en détail le calcul.

Indexation du RREGOP en 2024

Voici les indexations du RREGOP pour 2024. Il existe trois formules d'indexation de la rente qui se combinent selon les années de service que la participante ou le participant a accumulé aux fins du calcul. C'est donc dire que chaque portion de la rente est indexée selon la formule et les années auxquelles elle est imputable.

	Années travaillées avant le 1^{er} juillet 1982	TAIR (Taux d'augmentation de l'indice des rentes) Augmentation de 4,4 %
	Années travaillées entre le 1^{er} juillet 1982 et 31 décembre 1999	TAIR - 3 % $4.4 \% - 3 \% = 1,4 \%$ Augmentation de 1,4 %
	Années travaillées à partir du 1^{er} janvier 2000	Indexation selon le plus élevé entre le TAIR - 3 % et le minimum de 50 % du TAIR Augmentation de 2,2 % (50 % du TAIR)

Indexation supplémentaire pour les membres ayant travaillé entre 1982 et 1999

Cette mesure est rendue possible grâce aux surplus constatés dans la plus récente mise à jour de l'évaluation actuarielle du RREGOP. En effet, cette mise à jour a révélé un taux de capitalisation de 123,1 %, ce qui répond à l'une des conditions pour le versement additionnel d'une indexation, à partir des surplus de la caisse des participants. Une indexation additionnelle pour les années cotisées entre 1982 et 1999 sera versée pour la 1^{re} fois en 2024. Retraite Québec envisage d'ajuster la rente après le 1^{er} juillet 2024 avec un effet rétroactif au 1^{er} janvier 2024. Le montant additionnel apparaîtra sur le relevé « Votre rente » accompagné d'une note explicative.

En effet, Retraite Québec attend de verser cette indexation additionnelle puisque le gouvernement a jusqu'au 1^{er} juillet

2024 pour décider si la partie des rentes relative au service accompli entre 1982 et 1999 qui est à sa charge sera bonifiée comme celle à la charge des participants.

L'indexation additionnelle du RREGOP est une mesure qui s'applique pour la première fois en 2024. Voici ce que vous devez savoir à ce sujet :

L'indexation additionnelle correspond à l'écart entre l'indexation des années cotisées après 2000 et celle des années cotisées entre 1982 et 1999. Cet écart est de 0,8 % ($2,2 \% - 1,4 \% = 0,8 \%$).

Ce 0,8 % s'ajoutera à l'indexation régulière de 1,4 % pour cette portion de rente.

En d'autres termes, les personnes ayant cotisé au RREGOP entre 1982 et 1999 bénéficieront d'une indexation totale de 2,2 % ($1,4 \% + 0,8 \%$) pour cette période.

COMPRENDRE L'INDEXATION DES RENTES DU RÉGIME DE RENTES DU QUÉBEC

Pour aider à maintenir son pouvoir d'achat, les rentes du Régime de rentes du Québec (RRQ) sont indexées en janvier de chaque année selon le taux déterminé à l'aide de l'indice des prix à la consommation du Canada.

AJUSTEMENT PRÉVU PAR LA LOI

Cet ajustement annuel des rentes est prévu par la Loi sur le régime de rentes du Québec. Même si le taux d'inflation est négatif, la rente ne peut pas diminuer.

QU'EST-CE QUE L'INDICE DES PRIX À LA CONSOMMATION (IPC) ?

L'IPC est établi par Statistique Canada en analysant l'évolution des prix liés aux dépenses courantes des ménages pour différents biens et services, comme :



On évalue le coût d'un panier fixe de 97 000 biens et services, puis on le compare avec celui de 2002, soit l'année de référence actuellement utilisée par Statistique Canada, alors que l'IPC était établi à 100.

En octobre 2023, l'IPC était évalué à 158,6. C'est donc dire qu'un achat de 100\$ de biens et services du panier de références en 2002 est maintenant évalué à 158,60 \$.



CALCUL DU TAUX D'INDEXATION DU RRQ

Le taux d'indexation est calculé selon la variation (en pourcentage) de la moyenne de l'IPC canadien pour la période de novembre à octobre, par rapport à la moyenne des 12 mois précédents.



FORMULE DE CALCUL

$$\left(\left(\frac{156,3}{149,7} \right) - 1 \right) \times 100$$

Moyenne des 12 mois précédents

TAUX D'INDEXATION DES RENTES DU RRQ SELON L'ANNÉE



TAUX D'INDEXATION



Les rentes sont pleinement indexées chaque année à compter de l'année suivant le premier versement de celle-ci.

Source : <https://www.retraitequebec.gouv.qc.ca/fr/landing/indexation/comprendre-indexation-rentes-rrq/Pages/comprendre-indexation-rentes-rrq.aspx>

Avec d'autres organisations de retraités, le RIIRS travaille activement pour que le gouvernement mette sa part. Une lettre a été envoyée à la Présidente du Conseil du trésor, Sonia LeBel. Dans notre mémoire pour la consultation pré-budgétaire du gouvernement du Québec, cette demande fait aussi partie de nos recommandations et nous travaillons à la Tribune des retraités en ce sens.

Remboursement des rachats de crédits de rente

Toutes les personnes ayant droit à un montant de remboursement pour les crédits de rentes et les conjoints survivants ont été contactés à l'automne. Le remboursement dépend de plusieurs facteurs.

Une autre séquence de remboursements aura lieu ce printemps pour les personnes ayant fait des rachats de crédits de rente lors de leur vie active. Celles-ci seront contactées par Retraite Québec. Chaque dossier est individuel à chacun, nous vous conseillons de contacter Retraite Québec pour plus de détails concernant votre dossier de rente au 1 800 463-5533.

Dossier RREGOP de l'Observatoire de la retraite

L'Observatoire de la retraite a produit un excellent dossier sur la question de l'indexation des rentes : le cas du RREGOP. En effet, l'Observatoire de la retraite (OR) a examiné la délicate question de l'indexation des rentes de retraite, en se concentrant particulièrement sur celle du Régime de retraite du personnel employé du gouvernement et des organismes publics (RREGOP).

Ce document est divisé en 4 sections :

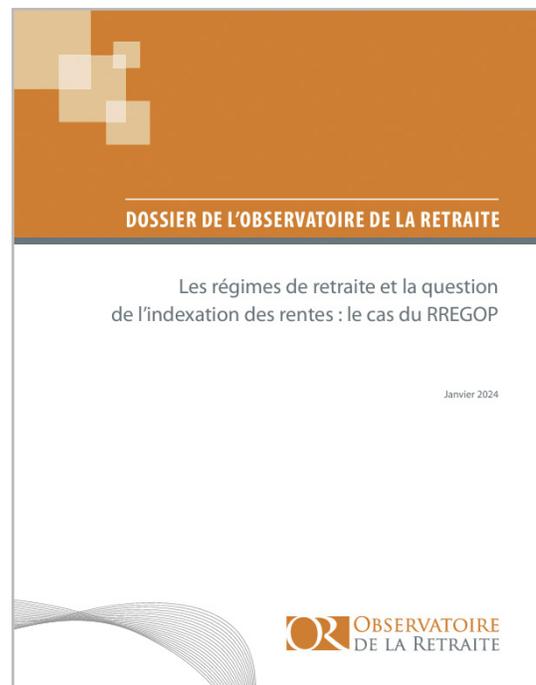
1. Les lois spéciales de 1982, le RREGOP et le rajustement des rentes : Cette section explore le contexte économique et social dans lequel la formule d'indexation du RREGOP a été révisée en 1982.

2. La question de l'indexation du RREGOP : Cette section illustre l'évolution de la formule d'indexation au fil du temps et son impact sur le pouvoir d'achat des personnes retraitées.

3. Une comparaison interprovinciale des régimes de retraite du secteur public : Ici, une analyse comparative est présentée, examinant l'évolution des rentes des régimes de retraite publics dans différentes provinces.

4. Le Fonds d'amortissement des régimes de retraite (FARR) : Cette section offre un bref aperçu du FARR, un véhicule financier qui atteint sa maturité.

En conclusion, l'OR souligne que la question de l'indexation des rentes de retraite doit être mieux expliquée et communiquée au grand public, aux élus, aux collectifs de travail et aux personnes retraitées. Une compréhension approfondie des enjeux permettra de prendre des décisions éclairées et d'effectuer des arbitrages au sein des groupes en toute connaissance de cause.



Il est possible de consulter le dossier de l'Observatoire de la retraite sur le site web : <https://observatoireretraite.ca/>

LUCI, UN PROJET DU CŒUR POUR LA SANTÉ DU CERVEAU

Par l'équipe de Lucilab

C'est sur la nappe de papier d'un restaurant italien que se sont tracées les premières lignes du projet à vocation sociétale, Luci. Si vous aviez savouré un risotto à la table voisine, vos oreilles auraient saisi des bribes d'une conversation exaltante entre un grand-père et son petit-fils, et vos yeux auraient vu une étincelle s'allumer.

Ce tête-à-tête remonte à 2014. Il s'est tenu entre André Chagnon, l'entrepreneur et philanthrope bien connu, et Marc-André Chagnon, lui aussi doté d'une fibre entrepreneuriale. Les Chagnon avaient une vision : que chaque adulte ait dans sa poche, à travers son appareil mobile, un coach qui l'aiderait à faire des choix sains au quotidien. Il faut dire que les deux hommes traversaient alors une épreuve difficile. Atteinte de la maladie d'Alzheimer, Lucie Chagnon, épouse de l'un, grand-mère de l'autre et pilier de la famille, les quitterait quelques mois plus tard. Aussi avaient-ils épluché la science pour comprendre si — et comment — on pouvait réduire le risque de déclin cognitif.

Ce qu'ils découvrirent au fil de leurs lectures fut une révélation!

Jusqu'à 40 % des cas de maladie d'Alzheimer seraient attribuables à des facteurs de risques modifiables, dont la plupart sont liés au mode de vie¹.

En d'autres mots, différents facteurs peuvent promouvoir la vitalité du cerveau au fil du temps. Ce que l'on met dans notre assiette, les loisirs auxquels on s'adonne et notre niveau d'activité physique en font partie.



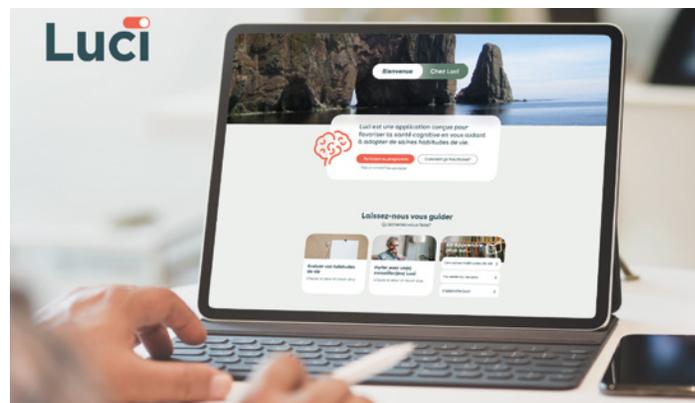
1. Livingston et al. 2020

Ajoutez à ce constat le développement fulgurant de la technologie, une équipe multidisciplinaire mobilisée vers une cause commune et un comité regroupant six scientifiques chevronnés... Vous obtenez, une décennie plus tard, un programme en ligne d'adoption de saines habitudes de vie, fondé sur la science et conçu pour favoriser la santé cognitive.

En hommage à Madame Chagnon, ce programme se nomme Luci. Accessible sans frais à partir d'une plateforme en ligne conviviale, il accompagne tout adulte qui le souhaite dans l'amélioration de ses saines habitudes de vie, à son rythme et selon ses besoins.

Ça vous interpelle? Luci offre d'abord de faire le bilan de ses habitudes de vie pour voir ce qui pourrait être amélioré pour prendre soin de ses neurones. Une bibliothèque remplie d'articles éducatifs vous invite à en apprendre plus sur la saine alimentation, l'activité physique, la stimulation intellectuelle ou encore la santé du cerveau. Puis, une équipe de conseiller et conseillères en saines habitudes propose des rencontres vidéo gratuites et confidentielles pour aider à la création d'un plan d'action motivant. Un bon coup de main pour atteindre ses objectifs santé!

Alors, pourquoi ne pas sortir votre téléphone de votre poche et visiter la plateforme au luciapp.ca?



Pour participer au programme

Rendez-vous au luciapp.ca

C'est gratuit!

Luci

Une plateforme en ligne conçue pour vous soutenir dans l'adoption d'habitudes de vie favorables à la **santé du cerveau**.



Activité physique



Alimentation



Stimulation intellectuelle

- POINT DE DÉPART :** Faites le point sur vos habitudes actuelles.
- ACCOMPAGNEMENT :** Obtenez des rencontres virtuelles avec un-e conseiller-ère formé-e en entretien motivationnel.
- PLAN D'ACTION :** Établissez des objectifs personnalisés pour améliorer vos habitudes, un pas à la fois.
- BIBLIOTHÈQUE :** Consultez un vaste répertoire d'articles éducatifs et de fiches pratiques.



Visitez luciapp.ca >

LA
FORCE
DE L'ÂGE

Le balado de Lucilab

Animé par Sylvie Bernier

Et si le mode de vie pouvait contribuer à préserver notre énergie, notre vitalité d'esprit et notre bonheur au fil du temps?



1. La mémoire
Avec Dre Sylvie Belleville



5. La santé mentale
Avec Dre Catherine Raymond



2. La santé auditive
Avec Josiane Comtois, audiologiste



6. Cœur et cerveau
Avec Dr Martin Juneau



3. Le sommeil
Avec Dre Julie Carrier



7. De joie et de retraite
Avec Guy Mongrain



4. Les liens sociaux
Avec Jean-Michel Pelletier, psychologue



8. L'alcool
Avec Dre Véronique Desbeaumes J.

Et plus encore!



Accessible en audio ou vidéo au luciapp.ca/podcast ou sur la plupart des plateformes :



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



Solange Tremblay
Présidente régionale
solangetremblay@hotmail.ca

Bonjour à toutes et tous!

Votre CA innove en cette année 2024 et vous propose un nouvel horaire pour l'AGA régionale du mercredi 22 mai 2024 (convocation incluse). Prenez bien note de l'heure : **16 heures**.

Nous remettons nos prix Hommage Doris Custeau et FIQ lors du partage de notre repas. Inscrivez-vous sans tarder! Au plaisir de vous retrouver!

Faits saillants Bas-Saint-Laurent

« La population de la région est l'une des plus âgées du Québec : plus d'une personne sur quatre y est âgée de 65 ans et plus et le revenu disponible par habitant » fait que « celui-ci demeure l'un des plus bas de la province¹ ».

Définition du revenu disponible : Le revenu disponible représente donc la part du revenu qui reste à la disposition des particuliers pour la consommation de biens et services, ainsi que l'épargne volontaire.²

À la lecture de ces faits, plusieurs questions sont en droit d'être posées!

Si le Bas-Saint-Laurent représente une importante population de gens de 65 ans et plus et si le revenu disponible est l'un des plus bas au Québec, quels impacts socioéconomiques vivent les personnes retraitées et âgées? Nous sommes confrontées à la diminution du pouvoir d'achat et l'appauvrissement. L'habitation



adaptable et abordable insuffisante, des services de santé et de soins à domicile déficients, l'isolement à risque accru sont des facteurs défavorables et accentuent les inégalités sociales.

La mission de notre RIIRS prend tout son sens, afin d'être une voix collective pour défendre les droits et intérêts des retraitées et âgées pour la promotion, l'amélioration et la reconnaissance de la qualité de vie!

Une rencontre régionale a eu lieu mercredi 22 novembre 2023 à l'Hôtel Lévesque de Rivière-du-Loup. La présidente provinciale Andrée Lamontagne s'est adressée aux membres présentes sur le principal sujet de l'indexation, du Fonds de pension et de la Régie des rentes du Québec (RRQ). Un remerciement spécial a été adressé à nos deux organisatrices soit Céline Caron et Edith Samson, membres du CA régional.

Solange Tremblay, présidente

1. Source : Institut de la Statistique du Québec (diffusion 1^{er} novembre 2023)

2. Source : Institut de la Statistique du Québec (diffusion 1^{er} novembre 2023)



ASSEMBLÉE GÉNÉRALE ANNUELLE RÉGIONALE

Lieu : Salon de quilles Vézina, 54 Montée Industrielle, Rimouski

Date : Mercredi 22 mai 2024 à 16 h

ORDRE DU JOUR

1. Ouverture et mot de bienvenue;
2. Constatation du quorum;
3. Lecture et adoption de l'ordre du jour;
4. Lecture et adoption du procès-verbal du 18 mai 2023;
5. Rapport des activités du Conseil d'administration 2023-2024;
6. Rapport financier 2023-2024 et prévisions budgétaires 2024-2025;
7. Rapport du comité de surveillance;
8. Élections : Postes de Vice-présidente, Trésorière, Administratrice;
9. Nominations : Présidente, Secrétaire d'élection, Scrutatrices;
10. Présentation des mises en candidatures;
11. Élection;
12. Présentation du Conseil d'administration et comité de surveillance 2024;
13. Varia : Remise des prix Hommage;
14. Levée de l'assemblée.

Conservez ce document pour l'AGA

Date limite d'inscription : mercredi 15 mai 2024

Auprès d'Huguette Massé Leclerc au 418 723-8400 ou par courriel à riirsbsl@telus.net

Un repas sera servi pour l'occasion!

On vous attend en grand nombre chères membres!

Solange Tremblay, présidente régionale RIIRS région Bas-St-Laurent – Gaspésie - Îles de la Madeleine

Reçu aux fins d'impôt

Le RIIRS n'émet pas de reçu d'impôt parce que le montant versé pour la cotisation n'est pas déductible. Une cotisation est déductible si elle est payée par un travailleur (le montant de cotisation payé pour un ordre professionnel). Est aussi déductible tout montant versé à un organisme de bienfaisance enregistré à l'impôt.

Saguenay-Lac-St-Jean – Nord-du-Québec



Fleurette Riverin
Présidente régionale (par intérim)
riverinf@videotron.ca

Bonjour à vous toutes et tous!

L'année débute et nous sommes déjà à l'œuvre, planifiant nos activités et l'Assemblée générale annuelle du printemps qui se tiendra le 9 mai au Montagnais, comme les autres années.

Nous avons choisi nos activités selon le résultat du sondage que nous avons fait lors de notre dernière rencontre et nous espérons que cela vous plaira. Votre participation sera l'indication que nous sommes sur la bonne voie.

Durant les Fêtes 2023, notre CA a choisi de faire un don à la Soupe populaire du Saguenay, considérant les nombreuses difficultés vécues par les personnes démunies qui ont vu leur nombre augmenter considérablement. Ce fut très apprécié, vous pourrez voir des photos sur la page Facebook du RIIRS bientôt.

DON À LA SOUPE POPULAIRE DU SAGUENAY

Le CA du RIIRS région 02 a remis à la Soupe Populaire du Saguenay un chèque de 1 000 \$.

L'accueil des bénévoles et du directeur Bertin Riverin fut incroyable et rempli de remerciements.

Cet organisme a pour but de préparer et servir des repas chauds, complets et équilibrés aux personnes démunies. Le CA tient à remercier tous les bénévoles de cet organisme, car leur travail vaut son pesant d'or.

Comme les statuts et règlements du RIIRS ont changés en vertu de la loi sur la protection de la vie privée, nous avons dû modifier certaines façons de faire dans nos communications. Nous vous ferons un suivi à l'Assemblée générale annuelle du printemps.

Le RIIRS est en changement et continue d'agir pour assurer une vigie et une représentation au sein des instances gouvernementales pour voir à votre protection et au soutien de votre qualité de vie.

Nous avons toutes bien hâte de vous revoir et je vous souhaite santé et bonheur d'ici notre prochaine rencontre.

Fleurette Riverin
Présidente (intérim)



ASSEMBLÉE GÉNÉRALE ANNUELLE RÉGIONALE

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

Date : Jeudi, le 9 mai 2024 à 10 h

ORDRE DU JOUR

- 1) Mot de bienvenue de la présidente;
- 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 18 mai 2023;
- 6) Rapport de la présidente, activités de juin 2023 à mai 2024;
- 7) Rapport financier par la trésorière;
- 8) Prochaine AGA provinciale;
- 9) Élections régionales :
 - a) Présidente;
 - b) Secrétaire.
- 10) Activités culturelles à venir;
- 11) Prix Doris Custeau 2024;
- 12) Prix reconnaissance FIQ;
- 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 (présidente 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.



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

N.B. : Dans les textes de l'Écho du RIIRS, l'utilisation du féminin comprend le masculin.

Québec – Chaudière-Appalaches



Michelle Allard
Présidente régionale
allardmichelleriirs@gmail.com

Bonjour à vous,

Nous voici tout près de la tenue de notre AGA régionale qui se tiendra le mercredi 8 mai à l'Hôtel Québec.

Nous avons travaillé en CA pour que cette rencontre vous soit agréable et intéressante comme par les années passées. Nous vous invitons à vous inscrire le plus tôt possible, car notre salle contient un maximum de 50 personnes. Pour connaître l'ordre du jour, veuillez-vous référer à la rubrique à cet effet et n'oubliez pas de l'apporter lors de la réunion.

Nous tenons à vous exprimer toute notre reconnaissance pour votre présence en grand nombre à nos activités régionales à Québec et en Beauce, dont je vous transmets quelques photos.

Il y aura aussi le dîner du printemps en Beauce, soit le 30 mai, au restaurant Qaisar's à St-Georges. Vous devez réserver avant le 24 mai auprès des responsables.

En terminant, au nom des membres de votre CA, nous vous souhaitons un doux printemps et de Joyeuses Pâques!

Michelle Allard, présidente

Dîner de Noël Québec



Dîner de Noël Beauce





ASSEMBLÉE GÉNÉRALE ANNUELLE RÉGIONALE

Lieu : Hôtel Québec, 3115 rue des Hôtels, Québec QC

Date : Mercredi, le 8 mai 2024 de 9 h 45 à 15 h

ORDRE DU JOUR

1. Ouverture de la réunion par la présidente et vérification du quorum;
2. Adoption du procès-verbal de l'AGAR du 3 mai 2023;
3. Rapport des activités de la présidente;
4. Rapport du bilan financier par la trésorière et ratification;
5. Présentation du Plan d'action 2024;
6. Hommage aux récipiendaires du prix Doris Custeau et du prix Reconnaissance FIQ, proche aidante;
7. Élections aux postes de trésorière, administratrice no 2, et administratrice en Beauce;
8. Dîner de 11 h 45 à 12 h 45;
9. Conférence en PM : Les filles du Roy par Mme Pinsonneault;
10. Levée de l'Assemblée à 15 h.

Date limite d'inscription pour l'AGAR et soumettre votre candidature aux postes en élection :

23 avril 2024 jusqu'à 16 h auprès de Micheline La Roche :

soit par téléphone au 418 843-0576 ou par courriel : miniblaro@videotron.ca

Il est essentiel de posséder une connaissance de l'Internet.

Consultez le site web du RIIRS de notre région pour toute information concernant l'ajout d'activités s'il y a lieu.

Pour le dîner à St-Georges en Beauce :

Resto Qaiser's : 11750 1^{re} Avenue, St-Georges, 418 227-6610

Réserver votre place auprès selon votre préférence :

Réjeanne Côté, 418 228-6527 ou recote48@hotmail.com

Louise Perron, 418 228-9106 ou loutep@hotmail.com

Lucie Bolduc, 418 222-2291 ou lucie.bolduc@hotmail.co

Christiane Cameron, 418 221-7522 ou christianecam@hotmail.com



Mauricie – Centre-du-Québec



Sylvie Guillemette-Faucher
Présidente régionale
syviefraucher5@gmail.com

À notre AGA régionale, cette année, nous recevons madame Andrée Lamontagne, présidente provinciale et madame Caroline Viviers, directrice générale. Elles seront des nôtres pour rencontrer nos membres et partager des informations importantes sur le RREGOP et la RRQ ainsi que sur le maintien à domicile. Le RIIRS est toujours à l'avant-plan pour défendre les droits et le mieux-être des aînés.

L'occasion est tout indiquée pour rencontrer nos dirigeantes et partager nos préoccupations. Mesdames Lamontagne et Viviers représentent le RIIRS sur toutes les plateformes qui requièrent leur participation. Leur engagement témoigne de l'importance accordée au bien-être des aînés dans toutes les sphères de la vie. Je vous invite chaleureusement à participer à cette rencontre en toute convivialité!

Sylvie Guillemette Faucher, présidente

INSCRIPTION À L'AGA

L'inscription à l'AGA doit être envoyée auprès de Nicole Lefebvre avant le 12 avril 2024.

Présentation de notre présidente provinciale : madame Andrée Lamontagne.

Présentation de notre directrice générale : madame Caroline Viviers.

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

Sylvie Faucher

Courriel : syviefraucher5@gmail.com

Tél. : 819 852-3876

ASSEMBLÉE GÉNÉRALE ANNUELLE RÉGIONALE

Rive sud : 1^{er} mai à 11 h 30 au Restaurant Stratos, 4532 boulevard St-Joseph, St-Nicéphore (2^e étage)

Rive Nord : 3 mai à 11 h 30 au Restaurant Stratos, 1863 avenue St-Marc, Shawinigan

ORDRE DU JOUR

- 1) Ouverture de l'assemblée - *Présentation de notre présidente provinciale et de notre directrice générale*;
- 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 5 avril 2024*);
- 4) Prix Doris Custeau;
- 5) Règles de fonctionnement;
- 6) Affaires financières;
- 7) Retour sur les CA provinciaux;
- 8) Prochaine AGA provinciale : 24 et 25 septembre 2024 - Centre des Congrès de Lévis;
- 9) Dîner des Fêtes (?) novembre 2024 Rive Sud et (?) novembre 2024 Rive Nord (*voir Écho du RIIRS de juin pour dates à venir*);
- 10) Écho du RIIRS - Site Internet : www.riirs.org
- 11) Adresses et adresses courriel : aviser si changement ou nouvelle adresse;
- 12) Dossier des Aînés : Table de concertation;
- 13) Plan d'action;
- 14) Varia;
- 15) Levée de l'assemblée.

ÉLECTIONS

Toute membre désireuse 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 5 avril 2024 à Nicole Lefebvre 390, 130^e Rue, Shawinigan QC, G9P 4N5**

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



Estrie



Germain LaBrie
Président régional
labgnoir@outlook.com

Bonjour chers membres,

Je vous souhaite un printemps plein de soleil et de beaux projets à réaliser.

Le 7 décembre 2023 fut notre dîner de Noël; 30 personnes étaient présentes. Un présent fut remis à chaque personne. Merci à notre président M. Germain LaBrie pour sa générosité.

Notre priorité cette année sera les régions pour qu'elles demeurent très actives. Pour l'avenir, les régions sont très importantes. Cette demande est faite par notre présidente provinciale, Mme Andrée Lamontagne. Il faudrait y penser.

Ne pas oublier la première activité de notre région le 4 avril 2024 à la cabane à sucre.

Colombe Chartier, membre RIIRS Estrie



ASSEMBLÉE GÉNÉRALE ANNUELLE RÉGIONALE

Sherbrooke : 9 mai 13 h 30 : Club de Golf de Sherbrooke, 1000 rue Musset, Sherbrooke

Lac-Mégantic : 15 mai 11 h : Restaurant Le Moulin, 3164 rue Laval, Lac-Mégantic

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 9 mai 2023 à Sherbrooke;
 - 5) Lecture et adoption du procès-verbal du 16 mai 2023 à Lac-Mégantic;
 - 6) Affaires découlant des procès-verbaux;
 - 7) Correspondance;
 - 8) Prix Doris Custeau et FIQ 2024;
 - 9) Rapport de la trésorière Mme Cécile Mailloux;
- PAUSE
- 10) Élection d'une présidente d'élection;
 - 11) Postes en élection : Vice-présidente, trésorière; Comités : socioculturel, finances.
 - 12) Rapport d'activités Mme Céline Boulanger;
 - 13) Rapport du président M. Germain LaBrie;
 - 14) Rapport d'élection aux différents postes;
 - 15) Mot sur l'AGA provinciale 2024;
 - 16) Varia;
 - 17) Dates des prochaines assemblées régionales : 8 mai 2025 à Sherbrooke et 15 mai 2025 à Lac-Mégantic;
 - 18) Prix de présence;
 - 19) Levée de l'assemblée.

Conservez ce document pour l'AGA

Veuillez-vous inscrire **avant le 19 avril 2024** auprès de madame Ginette Gamsby au 819 569-7638.

Faites parvenir votre candidature avec votre signature et celles d'un proposeur et d'un secondaire **avant le 12 avril 2024** à l'adresse suivante : Germain LaBrie, C.P. 1471, Place de la Cité, Sherbrooke QC J1H 5L9

Montérégie



Linda Fréchette
Présidente régionale
L.frechette@hotmail.com ou
riirsmonteregie@gmail.com

Bonjour, le 6 décembre dernier avait lieu notre dîner de Noël au Restaurant L'Ancêtre à St-Hubert. Nous étions 60 personnes présentes, une rencontre très appréciée, le repas était excellent et M. Romain Malagnoux a égayé notre après-midi! Merci à toutes les personnes qui étaient présentes.

Nos activités à venir :

- Cabane à sucre le 27 mars 2024 au Toit Rouge au Mont St-Grégoire.
- AGA régionale le 7 mai 2024 à l'Hôtel Rive Gauche à Beloeil.
- AGA provinciale les 24 et 25 septembre 2024 à Lévis.

Suite au sondage qui vous a été envoyé au mois de janvier, nous organiserons des rencontres sous forme de déjeuners ou autres dans certaines villes de notre région à l'automne 2024. Nous sommes déjà en route vers le printemps. Au moment de lire cette revue, notre activité de cabane à sucre aura eu lieu.

Les invitations à nos activités vous parviennent par courriel avec le titre de : «Regroupement interprofessionnel des intervenantes retraitées des services de santé, Infolettre région 06 Montérégie». Elles seront aussi disponibles sur le site web du RIIRS, dans la section des régions : www.riirs.org. Avec la loi 25 sur la protection des renseignements personnels, si vous n'avez pas donné l'autorisation de vous envoyer des courriels, vous ne recevrez pas nos invitations aux activités par infolettre. N'oubliez pas de nous faire part de votre courriel et si vous avez un doute quant à la réception des courriels du RIIRS, veuillez vérifier avec Mme Johanne Joly au 1 800 639-9519.

Au moment d'écrire ces lignes, nous n'avons toujours pas reçu de candidature pour le Prix Doris Custeau

ASSEMBLÉE GÉNÉRALE ANNUELLE RÉGIONALE

Lieu : Restaurant Hôtel Rive Gauche, 1810 Richelieu, Beloeil, QC, J3G 4S4

Date : 7 mai 2024 à 9 h 30

ORDRE DU JOUR

- 1) Ouverture de l'assemblée;
- 2) Vérification du quorum;
- 3) Lecture et adoption de l'ordre du jour;
- 4) Lecture et adoption du procès-verbal du 2 mai 2023;
- 5) Bilan financier;
- 6) Ratification des règles de fonctionnement;
- 7) Rapport d'activités;
- 8) Prix Doris Custeau;
- 9) Prix reconnaissance FIQ;
- 10) Élections;
- 11) AGA provinciale 2024;
- 12) Dîner de Noël 2024;
- 13) Varia;
- 14) Date de la prochaine AGA régionale;
- 15) Levée de l'assemblée.

Conservez ce document pour l'AGA

Vous devez vous inscrire au plus tard le 3 avril 2024 par courriel à : riirsmonteregie@gmail.com

Deux postes seront en élection :

Présidente et secrétaire.

Un bulletin de mises en candidature est disponible dans le présent Écho du RIIRS.

Veuillez faire parvenir votre mise en candidature **au plus tard le 26 avril 2024** à l'adresse suivante : 16855 rue Lusignan, St-Hyacinthe QC J2T 3J1.

ainsi que le Prix Reconnaissance FIQ. Vous pouvez encore nous soumettre une candidature rapidement.

N'oubliez pas que vous pouvez inviter des collègues à devenir membres du RIIRS. Plus nous serons nombreuses, plus la représentation pour défendre nos droits et notre bien-être sera entendue.

Linda Fréchette, présidente



Montréal — Laval



Chantal Tancrède
Présidente régionale
riirsmtllaval07@gmail.com

Bonjour à vous, le printemps est à nos portes et les activités reprennent.

À l'occasion d'une rencontre d'information, M. Michel Nadeau nous a présenté une conférence sur les pertes auditives. J'en ai retenu quelques données que j'ai le goût de vous partager.

Une personne qui n'a jamais entendu, qui est atteinte d'une surdité profonde congénitale, ne peut être aidée par une aide auditive. Ce n'est pas le cas d'une personne qui a déjà entendu et dont la surdité est acquise par hérédité, maladie ou traumatisme.

Si une surdité subite se produit, c'est une **urgence ORL**. De la cortisone doit être reçue dans les 24 heures sinon la surdité devient permanente! Une personne mal entendante utilise ses restes auditifs pour comprendre la parole. Elle utilise principalement la lecture labiale qui augmente la compréhension d'environ 30 %. C'est une méthode qui s'enseigne.

La déficience auditive dans la population canadienne des 20 à 79 ans est de 19 % et elle augmente à 65 % chez les 70 à 79 ans. 37 % des adultes au Canada ont des acouphènes et ce taux augmente à 60 % chez les personnes exposées à des sons forts. Ex : écouteurs dans les oreilles avec volume élevé.

La presbycusie, la perte d'audition associée à l'âge, fait que les sons aigus ne sont plus entendus. Faire répéter, parler fort, volume élevé de la télévision et de la radio, difficulté à comprendre au téléphone ou quand on ne voit pas le visage de la personne qui parle, difficulté à comprendre dans le bruit ou quand plusieurs personnes parlent en même temps, qu'elles marmonnent, ou ne

parlent pas assez fort ou trop vite. Il peut se passer des années avant que la personne consulte.

L'oto-rhino-laryngologiste fera l'examen pour déterminer l'origine et le type de surdité et élaborer un plan de traitement.

L'audiologiste prévient, évalue et traite les troubles de l'audition. Il fait les audiogrammes.

L'audioprothésiste a la responsabilité de la vente, la pose et l'ajustement des aides auditives. On a deux oreilles, mais la RAMQ ne paie qu'une seule prothèse auditive!

S'approcher, éliminer le bruit, montrer notre visage et parler lentement sont les règles d'or de communication avec une personne mal entendante.

M Michel Nadeau a écrit un petit guide « Entendez-vous bien ? » édition Carte Blanche. Je l'ai dévoré!

Notre prochaine rencontre d'information est le 10 avril et notre AGA le 8 mai.

Au plaisir de vous revoir et de vous rencontrer et Joyeuses Pâques!



Chantal Tancrède
Présidente Montréal - Laval

ASSEMBLÉE GÉNÉRALE ANNUELLE RÉGIONALE

24^e AGA MONTRÉAL – LAVAL

Lieu : Le Classique : 6010 boul des Grandes-Prairies, Montréal H1P 1A2

Date : Le 8 mai 2024 à 9 h

PROJET D'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 10 mai 2023;
- 4) Rapport du CA Montréal - Laval 2023-2024;
- 5) Plan d'action 2024-2025;
- 6) Rapport des comités :
 - 6.1) Comité accueil-information;
 - 6.2) Comité socioculturel;
 - 6.3) Comité de lecture.
- 7) Bilan financier 2023-2024 et prévisions budgétaires 2024-2025;
- 8) Nomination de la présidente et de la secrétaire d'élection et deux scrutatrices;
- 9) Élections :
 - 9.1) Au Conseil d'administration :
 - Vice-présidente : mandat de deux ans;
 - Trésorière : mandat de deux ans;
 - Conseillères : deux postes : mandat de deux ans.
 - 9.2) Au comité accueil-information : deux postes : mandat de deux ans;
 - 9.3) Au comité socioculturel : deux postes : mandat de deux ans; deux postes : mandat de un an.
 - 9.4) TCAÎM (Montréal) : un poste : mandat de deux ans.
- 10) Varia :
 - 10.1) Prix Hommage FIQ.
- 11) Prochaines réunions;
- 12) Clôture de l'assemblée.

HORAIRE DE L'AGA

- 9 h 00 : Inscription
 9 h 30 : Ouverture de l'AGA
 10 h 45 : Pause
 11 h 00 : Conférence :
 « Frieda Kahlo et son amoureux Diego : Histoire d'amour et de collaboration ».
 Par : Sylvie Coutu
 12 h 00 : Deuxième partie de l'AGA
 13 h 00 : Dîner
 14 h 15 : Présentation du prix Mémoire Vive-Doris Custeau
 14 h 30 : Tirage des prix de présence
 15 h 00 : Mot de clôture

Chantal Tancrède
Présidente

Inscription : Faire un coupon avec la date pour : l'activité, nom, numéro de téléphone.

Numéro de membre obligatoire et un chèque de 20 \$ au nom du RIIRS Montréal - Laval et daté du 12 avril 2024.

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

Inscription finale le 12 avril 2024.

AUCUN REMBOURSEMENT APRÈS CETTE DATE.
Membre de la région seulement.

Lanaudière



Daniel Cyr
Président régional
riirslanaudiere@hotmail.com

Bonjour chères membres, en début d'année, nous vous souhaitons nos meilleurs vœux pour l'année à venir. Avec la conviction que cette nouvelle année sera récompensée par d'agréables surprises qui rempliront vos vies de pur bonheur. Au revoir 2023! Bienvenue dans la nouvelle année pleine de joie et d'espoir.

Le 16 novembre dernier, nous avons reçu à notre dîner de Noël notre directrice générale, Mme Caroline Viviers. Elle a fait un survol de nos principaux dossiers et surtout, elle a pu constater le dynamisme de notre région.

Je tiens à remercier Mme Viviers, nos organisatrices Suzanne Gariépy et Johanne St-Georges, les bénévoles et surtout vous les membres et amies du RIIRS Lanaudière qui avez répondu en si grand nombre (69 personnes) à notre invitation.



François Martin et Caroline Viviers



Dîner de Noël

ABONNEZ-VOUS à l'infolettre

Le 30 novembre dernier fut le début des envois d'infolettres du RIIRS Lanaudière par notre centre de communication provincial. Par ces infolettres, les membres qui ont donné l'autorisation de recevoir par courriel ces informations seront avisés des activités régionales, des mises à jour de vos droits comme retraitées et aînées ainsi que d'autres informations qui touchent notre région.



Mme Liette Lapointe, présidente de la Table régionale de concertation des aînés de Lanaudière (TRCAL) et moi-même furent invités à l'inauguration de la maison des aînés et maison alternative (MDA-MA) de Repentigny le 4 décembre dernier.

Cette inauguration a été faite en présence de la ministre responsable des Aînés, Sonia Bélanger ainsi que la ministre de l'Enseignement supérieur et députée de Repentigny, Pascale Déry.

Cette maison des aînés et alternative regroupe 48 places à la disposition de la population de la région, soit 24 places pour aînés et 24 autres pour adultes ayant des besoins spécifiques. Ce site permettra d'offrir aux résidents un milieu de vie à dimension humaine.



Sonia Bélanger et Pascale Déry

Il comporte des chambres individuelles avec toilette et douche adaptée pour chaque résident et de nombreux services inclus.

Voici les endroits où sont établies les maisons des aînés et maisons alternatives dans notre région :

Sud de Lanaudière (Mascouche, L'Assomption et Repentigny), Nord de Lanaudière (Sainte-Élisabeth) et (Saint-Charles-Borromée en 2024-2026).

Pour plus d'information, visitez le site : [Maisons des aînés et maisons alternatives: CISSS de Lanaudière \(gouv.qc.ca\)](http://Maisons des aînés et maisons alternatives: CISSS de Lanaudière (gouv.qc.ca))

Daniel Cyr, président

ACTIVITÉS

- Nos infos-déjeuners à tous les 2^e jeudi du mois au restaurant chez Henri, côté verrière, à 9 h.
- Assemblée générale annuelle régionale (AGAR) le 16 mai 2024 au club de golf Montcalm à Saint-Liguori.

ASSEMBLÉE GÉNÉRALE ANNUELLE RÉGIONALE

Lieu : Club de Golf Montcalm, 1800 chemin Nadeau, St-Liguori Qc J0K 2X0

Date : jeudi le 16 mai 2024 de 9 h 30 à 11 h

Membres seulement ORDRE DU JOUR

1. Ouverture de l'assemblée;
2. Mot de bienvenue;
3. Présentation des membres du CA;
4. Lecture et adoption de l'ordre du jour;
5. Lecture et adoption du compte-rendu de l'AGAR du 18 mai 2023;
6. Postes en élection 2024-2026 :
 - Présidente;
 - Secrétaire;
 - Comité des finances, des activités et des élections 2/5.
(2 postes en élections sur 5 postes)
7. Bilan régional 2023-2024;
8. Communication par l'infolettre Lanaudière;
9. Bilan financier 2023-2024;
10. Prévision budgétaire 2024-2025;
11. Prix hommage (Doris Custeau, Reconnaissance FIQ et régional);
12. AGA provinciale les 24 et 25 septembre 2024 à Lévis;
13. Résultat des élections;
14. Dîner de Noël 2024;
15. AGAR mai 2025 au club de golf Montcalm;
16. Varia;
17. Levée de l'assemblée.

Conservez ce document pour l'AGA

Dîner de 12 h à 15 h 30

(membres et amies du RIIRS)

Les formulaires de mise en candidature (élection) doivent être remis au plus tard le 16 mai 2024 avant l'AGAR le jour même.

Le 1^{er} mai 2024 sera la date limite d'inscription pour assister à l'AGAR et au dîner.

Un avis important sera distribué par l'infolettre Lanaudière du 4 avril 2024 par le centre de communication du RIIRS provincial pour plus d'information.

Outaouais



Edna Wong
Présidente régionale (par intérim)
edna_wong@hotmail.com

Bonjour à toutes les membres,

En septembre dernier, j'ai remplacé notre représentante à la Table de Concertation des Aînés et Retraités de l'Outaouais (TCARO). La mission de la TCARO consiste à permettre aux aînés de bénéficier d'un lieu régional d'échange, de concertation et de partenariat afin d'être en mesure d'unir leurs voix pour mieux faire connaître les besoins et dégager les enjeux relatifs aux aînés.

Le premier décembre dernier, la TCARO a inauguré le projet de recueil **Aînés d'exception**, qui rend hommage à une centaine de bénévoles issus des quatre MRC (municipalités régionales de comté). Ce recueil de 146 pages prend la forme de témoignages permettant de décrire des êtres exceptionnels qui ont œuvré dans tous les coins de l'Outaouais. À ce jour, les commentaires sont très positifs face à la qualité du contenu. Il est possible d'avoir accès à ce document sur le site de la TCARO.

Nous avons eu notre première rencontre de « *Lac à l'épaule* » : ceci a permis de revoir la démarche de la planification stratégique. L'année 2024 est remplie de nouveaux défis et je suis fier de représenter le RIIRS -Section Outaouais.

Paul Coulombe. Membre du CA RIIRS - Outaouais

Dons de charité

Cette année, nous avons fait 2 dons :

- Le Pain Quotidien de Maniwaki : 75 \$
- La Banque Alimentaire de la Petite-Nation : 100 \$

Isabelle Dupuis pour le CA RIIRS - Outaouais

ASSEMBLÉE GÉNÉRALE ANNUELLE RÉGIONALE

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

Date : Le jeudi 9 mai 2024 à 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;
- 5) Lecture et adoption du procès-verbal de l'AGA du 10 mai 2023;
- 6) Bilan régional 2023-2024;
- 7) Prix hommage : Doris Custeau, Reconnaissance FIQ;
- 8) Postes en élection :
 - Vice-présidente;
 - Secrétaire;
 - Conseillères : 2 postes.
- 9) Résultat des élections;
- 10) AGA provinciale des 24 et 25 septembre prochains à Lévis;
- 11) Varia;
- 12) Levée de l'assemblée.

Conservez ce document pour l'AGA

Un dîner sera servi pour clore notre assemblée et une contribution monétaire vous sera demandée. Une activité est prévue après le dîner.

Confirmez votre présence avant le 2 mai en postant un chèque de 10 \$ au nom du RIIRS-Outaouais à l'adresse suivante :

RIIRS-Outaouais, 69 rue Le Roy, Gatineau QC J8V 1G9



Abitibi – Témiscamingue



Carmen Côté
Présidente régionale
carmencote46@hotmail.ca

UNE GRANDE DAME DU MILIEU INFIRMIER DE L'ABITIBI-TÉMISCAMINGUE S'ÉTEINT

Née en 1936, à Clerval en Abitibi, **Rita Marchand** commence sa carrière d'enseignante en 1953, puis change de carrière pour devenir infirmière en 1970.

Dès ce moment, elle s'implique au sein de l'Ordre régional des infirmières et infirmiers de l'Abitibi-Témiscamingue (ORIIAT) où elle occupe diverses fonctions, dont la présidence (1984 à 2002). Elle est aussi membre du CA de l'OIIQ durant ces années. Rita s'engage, organise, consulte, rassemble et va de l'avant avec plusieurs projets. Elle ne craint pas de s'adresser aux instances décisionnelles quand il s'agit de défendre sa profession et ses collègues.

De 1974 à 1990, elle travaillera comme enseignante, monitrice de stages et coordonnatrice du département au Cégep de l'Abitibi-Témiscamingue. Elle n'a qu'un souci : former des professionnelles compétentes pour donner les meilleurs soins à la population.

Tout au long de sa vie, Rita s'implique dans plusieurs organismes et dossiers : participation à l'implantation de la Commission infirmière en Abitibi-Témiscamingue; réalisation du lieu historique national du Dispensaire de la Garde; création d'une équipe de soins pour la maison de soins palliatifs à Rouyn-Noranda; mise en place du baccalauréat de perfectionnement en sciences infirmières à temps plein dans chaque MRC de l'A-T; création de l'exposition permanente sur l'histoire des soins de santé de Rouyn-Noranda; membre du CA de la Table régionale de concertation des personnes âgées de l'Abitibi-Témiscamingue.

Elle a été une membre importante pour la structuration du Regroupement interprofessionnel des intervenantes retraitées des services de santé de l'Abitibi-Témiscamingue, dont elle a assumé la présidence de 2004 à 2014.



Elle reçoit plusieurs prix et distinctions :

- 2003, prix Reconnaissance particulière de l'ORIIAT pour son importante contribution au développement et à la promotion de la profession et la reconnaissance de son leadership.
- 2005, le Prix Florence, catégorie Engagement communautaire de l'OIIQ, pour sa contribution à l'amélioration de la pratique infirmière en Abitibi-Témiscamingue et son implication dans la mise en valeur du Dispensaire de La Garde.
- 2008, la Médaille commémorative du 25^e anniversaire de l'UQAT pour sa grande implication au dossier de la formation universitaire des infirmières.
- 2010, prix provincial Hommage du RIIRS.
- 2011, Prix Hommage Aînés, décerné à l'Assemblée nationale par la ministre Marguerite Blais.
- 2018, Médaille d'argent du lieutenant-gouverneur pour la reconnaissance de son engagement bénévole, sa détermination et son dépassement de soi.



Femme de conviction, déterminée, enthousiaste, engagée, elle obtient les appuis nécessaires pour « faire bouger les choses », cherchant sans relâche à améliorer les conditions de vie et de santé dans son entourage.

Pour Rita, la famille était importante. Selon une de ses nièces, c'était une mentore généreuse, qui savait passer le flambeau entre les générations.

Elle nous a quittés le 20 novembre, mais elle nous laisse un bel héritage.

Lorraine Lamontagne, secrétaire RIIRS
Abitibi-Témiscamingue

ASSEMBLÉE GÉNÉRALE ANNUELLE RÉGIONALE

Convocation à l'AGA du RIIRS-Abitibi-Témiscamingue

Lieu : Salle arrière du restaurant Chez Vic Cantine
2855 Boul. Jean-Jacques Cossette, Val-d'Or QC
J9P 5G2

Date : Jeudi, le 16 mai 2024 à 9 h 30

ÉLECTIONS AU CA DU RIIRS-AT

L'avis d'élections au siège de présidente, secrétaire et administratrice no 2, paraîtra dans le prochain Contact régional. Vous êtes intéressée à vous impliquer au sein du CA, pensez à poser votre candidature. Vous trouverez toutes les informations dans le Contact régional d'avril.

Profitez d'assurances auto, habitation et entreprise exclusives



Le RIIRS fait équipe avec
La Personnelle pour vous offrir des tarifs
préférentiels et un service hors pair.

Obtenez votre soumission
lapersonnelle.com/riirs
1 888 476-8737



La Personnelle désigne La Personnelle, assurances générales inc. La marque La Personnelle^{MD} ainsi que les marques de commerce associées sont des marques de commerce de La Personnelle, compagnie d'assurances, utilisées sous licence. Certaines conditions, exclusions et limitations peuvent s'appliquer.

Laurentides



Ronald Bonami
Président régional
ronald.bonami@hotmail.com

Bonjour à toutes. L'année 2024 nous permet d'espérer du renouveau pour nos membres. Nous sommes à l'élaboration de nouvelles activités. Déjà, avec l'aide de Mme Céline Longpré, infirmière du CISSS Laurentides, nous avons accès gratuitement à des conférences.

Votre CA et votre comité de loisirs travaillent à l'organisation de nouvelles activités afin de combler le vide créé par la pandémie et le décès de nos deux bénévoles consacrées à ce comité. Nous vous aviserons via l'infolettre provinciale des événements connus et des nouveautés pour notre région.

N'oubliez pas de faire parvenir vos mises en candidature pour le prix Doris Custeau et le prix Proche aidante FIQ à notre secrétaire, Mme Marie-Andrée Saint-Jacques via courrier au 1280 des Faisans, Prévost, QC, J0R 1T0 ou via courriel à mbernasconi@videotron.ca. Ces candidatures seront dévoilées à votre AGA régionale du mois de mai prochain.

Nous sommes à la préparation de la sortie de cabane à sucre 2024. N'oubliez pas nos déjeuners mensuels au restaurant du Best Western de Saint-Jérôme, chaque 4^e jeudi du mois, jusqu'en mai 2024 à 9 heures.

Merci à toutes pour votre engagement et le bénévolat qui visent à améliorer le quotidien de nos membres.

Les membres du CA : vice-présidente : Nicole Auger, secrétaire : Marie-Andrée Saint-Jacques, trésorière : Guylaine Levesque, administratrices : Denise E Cloutier, Francine Marcoux. Comités de loisirs : Lucille Binette, Diane Barnabé et Guylaine Hébert. Responsable à la TCAL : Louise Barette.

Pour l'année 2024, je souhaite que l'on aide au moins une personne dans le besoin. Je sais que les temps sont difficiles et faire preuve de générosité peut en aider plusieurs.

Ronald Bonami, président RIIRS Laurentides

ASSEMBLÉE GÉNÉRALE ANNUELLE RÉGIONALE

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

Date : lundi le 2 mai 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 4 mai 2023;
- 5) Information sur la procédure d'élection et postes en nomination :
 - a) Vice-présidente;
 - b) Trésorière.
- 6) Les mises en candidature;
- 7) Élections des candidates;
- 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 TCRAL;
 - c) Rapport des responsables des activités.
- 11) Plan d'action 2024-2025;
- 12) Modification aux (règlements généraux) adoption des Règles de procédure du RIIRS Laurentides (limitation à 8 ans);
- 13) Choix d'un organisme communautaire soutenant les aînés;
- 14) Nomination, comité de surveillance des finances;
- 15) Prix Doris Custeau 2023-2024;
- 16) Prix reconnaissance proche-aidante FIQ 2023-2024;
- 17) Varia;
- 18) Levée de l'assemblée.

Faire parvenir vos inscriptions **avant jeudi 15 avril 2024** à Mme Marie-Andrée St-Jacques via courriel à : mbernasconi@videotron.ca ou courrier au 1280 des Faisans, Prévost, QC J0R 1T0.
Téléphone : 450 438-9312.
N.B : un buffet suivra l'AGA.

Côte-Nord — Basse-Côte-Nord



Jeannine Otis
Présidente régionale
jtotis@telus.net

D'abord mon souhait pour l'année en cours, de la santé et un petit bonheur chaque jour. Par hasard, je suis tombée sur cette magnifique réflexion que je vous transmets. C'est le défi qu'il m'a lancé.

Vivons le moment présent

À peine la journée commencée, il est déjà six heures du soir... À peine arrivé le lundi et c'est déjà vendredi et le mois est déjà fini, et l'année est presque écoulée...

Et déjà 30, 40 ou 60 ans de nos vies sont passés et on se rend compte que l'on a perdu nos parents, qu'il est trop tard pour revenir en arrière...

Alors, essayons malgré tout de profiter à fond du temps qu'il nous reste. N'arrêtons pas de chercher à avoir des activités qui nous plaisent. Mettons de la couleur dans la grisaille. Sourions aux petites choses de la vie qui mettent du baume dans nos cœurs.

Et malgré tout, il nous faut continuer de profiter avec sérénité de ce temps qui nous reste. Essayons d'éliminer les « après ». Je le fais après; je dirai après; j'y penserai après...

On laisse tout pour plus tard comme si « après » était à nous. Car ce qu'on ne comprend pas, c'est qu'après, le café se refroidit, après les priorités changent, après le charme est rompu, après la santé passe, après les enfants grandissent, après les parents vieillissent, après les promesses sont oubliées, après le jour devient la nuit, après la vie se termine. Et après c'est souvent trop tard...



Alors, ne laissons rien pour plus tard, car en attendant toujours à plus tard, nous pouvons perdre le meilleur moment, les meilleures expériences, les meilleurs amis, la meilleure famille. Le jour est aujourd'hui, l'instant est maintenant.

Nous ne sommes plus à l'âge où nous pouvons nous permettre de reporter à demain ce qui doit être fait tout de suite. Alors, voyons si vous aurez le temps de lire ce message et ensuite de le partager ou alors vous le laisserez peut-être pour « plus tard » et vous ne le partagerez « jamais ».

J'ai été très heureuse de vous partager ce sage message.

Jeannine Otis, présidente

ASSEMBLÉE GÉNÉRALE ANNUELLE RÉGIONALE

Avis de convocation et projet d'ordre du jour de la 9^e AGAR

Lieu : Hôtel Mingan au 665 Boul Laure, Sept-Îles

Date : 31 mai 2024 à 10 h

Dîner sur place, on souligne le Prix Doris Custeau et la reconnaissance des membres fondateurs de la 12^e région du RIIRS, le 30 mai 2014 pour notre 10^e anniversaire, qui aura lieu dans la même salle que l'AGAR.

De plus, visite de Mmes Andrée Lamontagne présidente provinciale, Caroline Viviers, directrice générale du RIIRS dans notre région.

À confirmer, visite des musées régionaux de la Côte-Nord et Shaputuan.

PROJET D'ORDRE DU JOUR

1. Ouverture de l'assemblée;
2. Vérification du quorum;
3. Lecture de l'ordre du jour;
4. Lecture du procès-verbal AGAR du 9 juin 2023;
5. Rapport de la présidente;
6. Dépôt des états financiers 2023-2024;
7. Plan d'action 2024-2025;
8. Élection et renouvellement de mandat;
9. Période de questions;
10. Levée de l'assemblée.

Jeannine Otis, présidente

FORMULAIRE DE MISE EN CANDIDATURES AGA RÉGIONALES 2024

Veillez-vous référer aux spécifications de votre région pour les postes en élection et aux consignes pour l'envoi des candidatures.

Veillez faire un « X » au poste de votre choix

Présidente

Vice-présidente

Trésorière

Secrétaire

Administratrice

Comité des finances

Comité d'activités

Comité d'élection



Autre : _____ **Secteur :** _____

Nom: _____

Adresse: _____

Ville: _____ Code Postal: _____

Courriel : _____ Téléphone: _____

Signature de la candidate : _____ No de membre : _____

Appuyée par membre en règle : _____ No de membre : _____

Appuyée par membre en règle : _____ No de membre : _____

LE CA VOUS INFORME : À VOUS DE CHOISIR VOTRE RÉGION

Une résolution adoptée au Conseil d'administration du RIIRS, le 14 novembre 2012, pour répondre à la demande de plusieurs membres. Toute membre a le choix de participer aux activités du RIIRS soit :

- Rester dans la région déterminée par son lieu de résidence OU
- Prendre part aux activités de la région de son dernier employeur.

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

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

CHOISIR VOTRE RÉGION

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 : _____

Découper et faire parvenir au : RIIRS : 405-1170 boul. Lebourgneuf, Québec QC G2K 2E3 info@riirs.org

Témoignage de sympathie

À toutes nos membres affligées par le décès de ceux qu'elles ont aimés et qui étaient des nôtres.

Monique Allard, Claudette Beauchemin, Monique Blouin Labelle, Nicole Brault, Nicole Caron, Lise Champagne, Michelle Daveluy, Colette Descoteaux, Audrey Dostie, Monique Dumas, Louise Faubert, Lucille Faucher, Normande Fournier, Anne-Marie Francoeur Hébert, Marguerite Gagnon, Carole Grenier, Mary Groome, Michelle Guérin, Colette Houde Pelletier, Maud Jean François, Lorraine Kingsley, Pierrette Labrie, Marcelle Lapointe, Pierre Laverdière, Monique Leclerc, Georges Lortie, France Maltais, Rita Marchand, Louise Massicotte, Claire Morin, Michèle Ouellet, Ilena Parry Jones, Estelle Perreault, Deanna Renaud, Marie-Marthe Richer, Claudette Rivest, Violette Rivest, Nicole Roberge, Diane Rochette, Jacqueline Roy, Isabelle Seguin, Michelle M. St-Laurent, Jean-Paul Thériault, Jocelyne Thérout, Roger Tremblay.

Acceptez les mots de gestes de réconfort de la grande famille du RIIRS.

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

Comité du journal

Diane Giguère
Isabelle Dupuis
Claudette Guillemette-Miller

Rédaction

Andrée Lamontagne
Caroline Viviers
Solange Tremblay
Fleurette Riverin
Michelle Allard
Sylvie Guillemette-Faucher
Colombe Chartier
Linda Fréchette
Chantal Tancreède
Daniel Cyr
Isabelle Dupuis
Paul Coulombe
Carmen Côté
Lorraine Lamontagne
Ronald Bonami
Jeannine Otis

Administration

Johanne Joly

Traduction

Marguerite McMillan

Montage graphique

Josée Roy

Photographe

Photos©iStock et Pixabay

Impressions

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



*Laissons entrer le soleil dans nos vies,
profitons de la douceur du printemps et
partageons nos moments de plénitude !*

Prochaine date de tombée – 8 avril 2024

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