

SAGE

Éviter l'insomnie :
Conseils des experts PAGE 12

Analyse du budget :
Ce qu'il en est pour vous
PAGE 20

SAGE EST LA VOIX DE RETRAITÉS FÉDÉRAUX

LE CHALET UN REFUGE CONTRE LA COVID-19 POUR LES RETRAITÉS

En plus d'être calme et apaisante, la vie au chalet les expose beaucoup moins à la COVID-19. Bon nombre d'entre eux s'installent en permanence à leur résidence estivale.





PAGE 6





Toujours à vos côtés

Alors que nous nous adaptons tous aux changements nécessaires en raison de la COVID-19, l'assurance automobile et habitation devrait être la dernière chose dont vous devriez avoir à vous soucier. C'est pourquoi nous pouvons dépendre de nos amis chez Johnson Assurance pour faciliter les choses grâce à des économies et des avantages importants, et vous offrir un service attentif et bienveillant.

-  **Économisez jusqu'à 20 % lorsque vous regroupez l'assurance habitation et automobile***
-  **Pardon du premier accident automobile**
-  **Milles de récompense AIR MILES^{MD±}**
-  **Service d'urgence pour le règlement des sinistres, 24 heures sur 24, sept jours sur sept**



Association nationale des retraités fédéraux

PARTENAIRE PRIVILÉGIÉ

DES TAUX PRÉFÉRENTIELS

POUR L'ASSOCIATION NATIONALE DES RETRAITÉS FÉDÉRAUX

1 855 428-8744

[Johnson.ca/economisez](https://johnson.ca/economisez)

Mentionnez le code de groupe **FS** pour profiter des taux préférentiels.

APPELEZ POUR UNE SOUMISSION ET COUREZ LA CHANCE DE

GAGNER UN AN D'ÉPICERIE*!

Johnson Assurance est un nom commercial de Johnson Inc. (« JI »), un intermédiaire d'assurance agréé qui fait affaire sous le nom de Services d'assurance Johnson en Colombie-Britannique et Johnson Inc. au Manitoba. Au Québec, les polices d'assurance habitation et auto sont souscrites auprès de la Royal & Sun Alliance du Canada, société d'assurances (« RSA »), qui en outre traite les demandes de règlement, et dans le reste du Canada, elles sont principalement souscrites auprès d'Unifund, Compagnie d'Assurance (« UCA »), qui elle aussi traite les demandes de règlement. Les garanties et avantages décrits ne s'appliquent qu'aux polices d'assurance souscrites auprès d'UCA ou de la RSA. L'assurance auto n'est pas offerte en Colombie-Britannique, en Saskatchewan ni au Manitoba. Les assurances habitation et auto ne sont pas offertes au Nunavut. JI, RSA et UCA sont des filiales apparentées. Des critères d'admissibilité, des restrictions, des exclusions et des frais ou restrictions supplémentaires peuvent s'appliquer ou varier selon la province ou le territoire. *Les milles de récompense AIR MILES^{MD±} ne sont accordés qu'au titre des polices ordinaires d'assurance habitation et auto souscrites auprès d'UCA ou de la RSA (au Québec). Lors d'un paiement de primes, un (1) mille de récompense est accordé pour chaque tranche de 20 \$ de prime (taxes incluses). Les milles de récompense ne sont pas offerts en Saskatchewan ni au Manitoba et sont limités à 15 milles de récompense AIR MILES par mois, par police d'assurance pour les résidents du QC. ^{MD/MS}Marque déposée/de commerce d'AM Royalties Limited Partnership, employée en vertu d'une licence par LoyaltyOne, Co. et Johnson (au nom d'UCA), et au Québec, RoinsFinancial Services Limited. *AUCUN ACHAT N'EST NÉCESSAIRE. Le concours se déroule du 1^{er} mai 2021 au 30 avril 2022 et est offert aux résidents autorisés du Canada (sauf au Nunavut) qui, au moment de leur participation : (1) ont atteint l'âge de la majorité dans leur province ou territoire de résidence et (2) sont membres d'un groupe reconnu (sauf les membres d'un groupe du secteur des soins de santé ou du secteur de l'éducation) par JI et avec lequel Johnson Inc. a conclu une convention d'assurance. Un (1) prix de 15 000 \$ CA est offert. Les probabilités de gagner dépendent du nombre total de bulletins de participation admissibles reçus. Question d'habileté mathématique obligatoire. Règlement du concours : <https://www.johnson.ca/epicerie>

RETOUR VERS LE FUTUR

JEAN-GUY SOULIÈRE

Nous sommes sur la voie d'une sorte de « retour vers le futur », puisque plusieurs d'entre nous ont été vaccinés et que notre pays s'ouvre à nouveau en toute sécurité. Cela m'a inspiré une anagramme du mot « vaccin », que voici :

V	A	C	C	I	N
pour la victoire contre la pandémie.	pour les actions prises par l'Association, afin de maintenir notre dynamisme pendant cette période difficile.	pour la confiance accordée par l'Association aux scientifiques et aux experts médicaux.	pour la cohérence dont votre conseil d'administration a fait preuve, en prenant des décisions liées à la gouvernance de l'Association.	pour l'énorme volume d'information factuelle et précise fournie à nos membres au cours de l'année dernière.	pour le national : le personnel de notre bureau national a fourni des services exceptionnels, en travaillant à la maison.

J'ai rédigé cet article immédiatement après avoir reçu ma première dose de vaccin, le 29 mars. Comme plusieurs de nos membres sont dans mon groupe d'âge, nous aurons tous reçu les deux doses d'ici le début juillet. En dépit des bavures dans le processus de distribution, mon expérience a été agréable. Je n'ai pas attendu et mon vaccin a été administré de manière professionnelle. Le processus s'est déroulé harmonieusement et je parierais que la majorité d'entre nous ont vécu la même chose. Même s'ils relèvent du palier municipal, ce sont des fonctionnaires qui administrent tout cela. En tant qu'anciens fonctionnaires, nous devrions toujours reconnaître ouvertement les énormes services des fonctionnaires de tous les niveaux de gouvernement qui ont été là pour le public canadien depuis le début de la pandémie. Notre association a fait l'éloge de leurs contributions et a encouragé nos membres, et tous les Canadiens d'ailleurs, à suivre les protocoles de sécurité et à se faire vacciner.

Si tout va bien, nous serons en mesure de reprendre les réunions en face à face au sein des sections et des districts, ainsi qu'au pays. Je remercie tous les bénévoles qui, dans tout le pays, ont maintenu leur adhésion à l'Association. L'attitude « qu'est-ce que ça me donne » de certains membres qui nous ont quittés demeure et demeurera toujours. Cependant, la pandémie a démontré plus que jamais que notre Association doit rester forte, dynamique et importante pour ses membres et les personnes âgées en général. Il est temps de recommencer à jeter un « regard vers l'avenir », en gardant à l'esprit toutes les leçons tirées de ces 18 derniers mois.

Dès qu'il sera possible de voyager à nouveau en toute sécurité, j'espère avoir l'occasion de visiter le plus grand nombre de sections possible, afin de vous remercier pour le soutien apporté à l'Association et à sa mission. Passez un très bel été et continuez à suivre les protocoles de sécurité. Après tout, ils



Jean-Guy Soulière, président de l'Association nationale des retraités fédéraux (Retraités fédéraux)

ont été élaborés par la génération de fonctionnaires qui nous a remplacés.

J'espère également avoir le plaisir de rencontrer un grand nombre de nos bénévoles s'il est possible d'organiser une assemblée nationale au début de l'automne. ■



SAGE

SAGE EST LA VOIX DE RETRAITÉS FÉDÉRAUX

ÉDITEUR

Andrew McGillivray, directeur des communications, du marketing et du recrutement

RÉDACTRICE EN CHEF

Jennifer Campbell

GESTIONNAIRE DES PUBLICATIONS

Karen Ruttan

COORDONNATEUR À LA RÉDACTION ET À L'ÉDITION

Alex Charette

COLLABORATEURS

Amy Baldry, Laura Neilson Bonikowsky, Jean-Sébastien Côté, Mick Gzowski, Patrick Imbeau, Holly Lake, Patrick Langston, Jessica Searson, John White, Neil Zeller

SERVICES DE TRADUCTION

Annie Bourret, Célyne Gagnon, Lionel Raymond

INFOGRAPHIE

The Blondes – Branding & Design

IMPRESSION

Dolico Printing

COMITÉ DE RÉDACTION DES PUBLICATIONS

Roy Goodall, Rick Brick, James Nicholson, Megan Williams

Pour écrire à la rédactrice en chef ou pour communiquer avec l'Association nationale des retraités fédéraux :

865 chemin Shefford, Ottawa ON K1J 1H9
sage@retraitesfederaux.ca

Le magazine Sage est publié sous licence. Publication n° 40065047 ISSN 2292-7174

Les exemplaires non distribués doivent être retournés à l'adresse suivante : Association nationale des retraités fédéraux 865 chemin Shefford, Ottawa ON K1J 1H9

Pour les abonnements ou toute information à des fins publicitaires dans Sage, composez le 613.745.2559, poste 300

Prix au numéro : 4,95 \$

L'abonnement annuel pour les membres est de 5,40 \$ et est inclus dans l'adhésion à l'Association. L'abonnement annuel pour les non-membres est de 14,80 \$. Les non-membres peuvent communiquer avec l'Association nationale des retraités fédéraux pour s'abonner.

Le contenu du magazine Sage — y compris les opinions sur les finances, d'ordre médical et sur la santé — est fourni à titre informatif seulement et ne remplace en aucun cas les conseils d'un professionnel.

TABLE DES MATIÈRES

3 MESSAGE DU PRÉSIDENT

5 CHER SAGE

6 LE CHALET À L'ÈRE DE LA COVID-19

Bon nombre de retraités se réfugient au chalet de leur enfance qu'ils possèdent ou en achètent un pour éviter les risques posés par la pandémie et le stress qu'elle impose à la vie quotidienne. **HOLLY LAKE**

12 RETROUVER LES BRAS DE MORPHÉE...

En plus de l'anxiété et du stress, d'autres facteurs peuvent perturber notre sommeil. Hélas, l'âge en est un. **PATRICK LANGSTON**

16 POUR UNE ASSURANCE QUI VIEILLIT BIEN

En vieillissant, vos conditions d'assurance peuvent changer. Voici ce qu'il faut savoir pour obtenir la meilleure couverture pour votre argent.

LAURA NEILSON BONIKOWSKY

20 LE BUDGET DE 2021 ET LES ÂINÉS

Le budget a promis plus de fonds sur les soins de longue durée, les soins de santé et la sécurité de la retraite. **MICK GZOWSKI**

22 LE POUVOIR DES BÉNÉVOLES

Ces trois femmes sont les armes secrètes de l'initiative Rayonnement 338 de Retraités fédéraux en Colombie-Britannique et au Yukon. **MICK GZOWSKI**

24 L'ESPRIT DU BÉNÉVOLAT

Josée Mayer est bénévole pour sa section de Retraités fédéraux, mais elle s'est également portée volontaire pour une étude sur la COVID-19 lorsqu'elle a contracté le virus au début de 2020. **JENNIFER CAMPBELL**

26 INFOPENSIONS

La course aux profits des fonds de pension. **PATRICK IMBEAU**

27 APPAREILS MÉNAGERS : RÉPARER OU REMPLACER?

28 CHOISIR LES MEILLEURES PROTHÈSES AUDITIVES : GUIDE POUR L'ANNÉE 2021

30 DÉFENSE DES INTÉRÊTS EN ACTION

Il est probable qu'une élection fédérale aura lieu plus tôt que tard. **AMY BALDRY**

32 BILAN SANTÉ

Il est difficile de faire valoir que le système protège et favorise la santé lorsque les médicaments ne sont pas couverts.

JEAN-SÉBASTIEN CÔTÉ

34 LES MAÎTRES DE LA VACCINATION

Le Comité consultatif national de l'immunisation a formulé les recommandations sur les politiques de distribution des vaccins.

JESSICA SEARSON

36 DERNIÈRES NOUVELLES

38 VOTRE SECTION EN BREF

42 AVIS DE DÉCÈS

44 LE RECRUTEMENT A SES RÉCOMPENSES

La Méga campagne de recrutement de cette année offrait de nombreuses récompenses à ses bénévoles les plus assidus, dont un prix en argent comptant de 10 000 \$. **JENNIFER CAMPBELL**

46 RECRUTEMENT ET SERVICES AUX MEMBRES

CHER SAGE

Continuez à nous envoyer des lettres et des courriels! Adresse postale :

Association nationale des retraités fédéraux
865 chemin Shefford
Ottawa (Ontario) K1J 1H9

Adresse électronique :
sage@retraitesfederaux.ca

Les lettres ont été révisées pour respecter la grammaire et l'espace alloué.

Cher Sage,

En tant qu'employé du gouvernement à la retraite et maintenant éleveur de bétail, j'ai été quelque peu choqué de voir une mauvaise herbe nuisible présentée dans l'article « Fleurs et plantes bien de chez nous ». Vos lecteurs devraient savoir qu'elle peut vraiment blesser les animaux de pâturage comme les bovins, les chevaux, les moutons, les chèvres, etc. Cette sétaire et d'autres sétaires peuvent se loger dans les membranes de la bouche et se frayer un chemin dans les tissus. Je cultive et vends aussi du foin à des propriétaires d'animaux; cependant, ils ont la sagesse de ne pas acheter de foin contenant cette sétaire. C'est définitivement une mauvaise herbe et non une herbe décorative attrayante.

Ed Schmalz, Oliver, C.-B.



Cher Sage,

Dans le numéro de Sage du printemps 2021, à la page 7, dans une publicité du groupe de relogement RSG, il y a une faute d'orthographe dans la question principale : prêt à vivre votre meilleure vie dans **un nouveau** maison? En bon français, on dirait : prêt à vivre votre meilleure vie dans **une nouvelle** maison? Merci d'en faire la correction dans un prochain numéro.

Genevieve Flahault

Merci d'avoir porté cette erreur à notre attention. Nous avons convenu d'une solution avec le groupe Relocation Services pour que cela ne se reproduise plus.

Cher Sage,

Je viens de lire le dernier numéro et je suis d'accord avec Jean Cameron de Halifax et auteure d'une lettre, lorsqu'elle parle de soutenir les personnes âgées. J'ai été l'officier d'entraide de la section locale de la Légion pendant plus de cinq ans et j'ai tenté d'obtenir de l'aide financière d'Anciens Combattants Canada (ACC) pour des vétérans, dans le cadre du Programme pour l'autonomie des anciens combattants. Avec un peu d'argent pour le déneigement, l'entretien de la pelouse et les travaux domestiques, un vétéran peut rester dans sa propre maison, et fait économiser de l'argent à long terme au gouvernement. Sans compter qu'il est beaucoup plus en sécurité en cas de pandémie. Maintenant incapable de faire ces travaux, je dois payer pour les faire faire. J'espère qu'ACC finira par comprendre que c'est une bien meilleure option.

Duncan MacIsaac, Windsor, N.-É.

Cher Sage,

Je suis retraité fédéral et je tiens à mettre en garde les personnes en cause dans un conflit de famille au sujet du chalet familial que maman et papa avaient construit dans un parc provincial, avant leur décès. Le principal problème concerne les aspects juridiques applicables lorsque le chalet est sorti de la succession, d'autant que la plupart des

avocats spécialisés en droit de la famille — certainement ici, au Manitoba — ne sont pas versés dans ces questions juridiques. En résumé : Que la relation entre les bénéficiaires de la succession soit celle d'un locataire en commun ou d'un copropriétaire, un accord juridique a été établi lorsque le chalet sort de la succession. Très souvent, si un bénéficiaire n'aime pas cet accord juridique, il tentera de faire signer aux autres bénéficiaires un accord dérogatoire qui lui convient mieux.

Dans le cas d'un accord entre tenants en commun, il n'y a pas d'accès exclusif pour l'un d'eux et, si l'un d'eux décède, son intérêt est distribué conformément à son testament. Avec un accord entre locataires conjoints, si l'un d'eux décède, son intérêt revient aux locataires conjoints restants.

Garry Parker, Winnipeg, Man.

Cher Sage,

Les réunions en personne me manquent, mais le magazine Sage nous permet de rester au fait de l'actualité. En ce qui concerne l'article « Alléger son nid », si vous envisagez de déménager dans une tour d'habitation en copropriété, évitez l'appartement-terrace, car vous risquez d'être gêné par le bruit et les vibrations de l'équipement CVC installé sur le toit. On dit que les anciens immeubles ont des unités plus grandes et une meilleure isolation sonore que ceux construits plus récemment. Mais les immeubles plus récents sont équipés de laveuses, de sècheuses et de lave-vaisselle. Il y a donc des avantages et des inconvénients.

F.J. Psutka

Erratum : À la page 38 de l'édition du printemps 2020 de Sage, nous avons publié des taux erronés pour le Régime de soins de santé de la fonction publique 2021. Les taux corrects sont, en fait, inférieurs à ce qui a été publié. Vous pouvez les consulter sur notre site Web, à www.retraitesfederaux.ca/fr/nouvelles-opinions/dernieres-nouvelles/mars/nouveaux-taux-de-cotisation-rssfp-2021. Veuillez accepter nos excuses pour tout inconvénient que cette erreur a pu causer.



LE CHALET À L'ÈRE DE LA COVID-19

Bon nombre de retraités se réfugient au chalet de leur enfance qu'ils possèdent ou en achètent un pour éviter les risques posés par la pandémie et le stress qu'elle impose à la vie quotidienne.

HOLLY LAKE



Photo : John White



Vue à partir des chaises de
plage de Gus et Maggie Munoz.

Maggie Munoz n'avait que cinq ans lorsque sa mère l'a retirée de la maternelle pour se rendre au chalet familial au lac Huron.

C'était en 1955. Une épidémie de polio faisait rage en Ontario, et une école de Toronto n'était pas un endroit idéal pour un jeune enfant, alors qu'un virus contagieux circulait dans la communauté.

« Il y avait d'autres enfants dont les familles venaient aussi de Toronto », se souvient M^{me} Munoz. « Je me souviens que nous devions être très prudents à la plage. Nous savions que nous n'allions pas revenir à l'école avant le congé de l'Action de grâces cette année-là. Nous avons passé quatre mois et demi là-bas. »

Soixante-cinq ans plus tard, l'histoire se répète. Alors que la pandémie de COVID-19 bouleversait le quotidien, elle et son mari Gus ont quitté leur appartement de Waterloo, en Ontario, pour se rendre au même chalet au lac Huron. En temps normal, ils partagent leur temps entre les deux durant l'été. Avec une vie sociale bien remplie de barbecues, de cinq à sept, de conférenciers invités et de parties de cartes dans leur immeuble de copropriété,

PHOTO Lorsque la COVID-19 a bouleversé leur vie, Gus et Maggie Munoz ont quitté leur copropriété à Waterloo et ont trouvé refuge à leur chalet sur le lac Huron. Photo : John White

Prise par un drone, cette photo du chalet des Munoz le montre dans toute sa splendeur estivale.



Photo : Andrew Munoz



Photo : Maggie Munoz

Coucher de soleil sur le lac Huron.



Gus et Maggie Munoz

Photo : John White

ces deux retraités avaient de nombreuses raisons de rester aussi à Waterloo.

« Depuis la COVID-19, rien ne nous retenait ici. Alors, essentiellement, nous avons déménagé au chalet et y sommes restés », dit M^{me} Munoz, qui, avec son mari, Gus, a adhéré à l'Association nationale des retraités fédéraux en 2014. L'année dernière, ils ont passé huit mois au lac, jusque pendant novembre. Après avoir passé l'hiver à la maison, ils se sont de nouveau installés au chalet à la fin du mois de mars.

Dans une copropriété, rappelle M^{me} Munoz, il leur est impossible de sortir par la porte arrière, de s'asseoir dans le jardin ou d'observer les oiseaux. Ils doivent plutôt emprunter un ascenseur et se déplacer sur des trottoirs très fréquentés avec un

déambulateur, ce qui est loin d'être idéal en cas de pandémie.

Leur chalet, par contre, est certainement idéal. C'est un refuge sûr, un endroit où elle vient depuis qu'elle était un bébé de trois mois. Et, même sans les barbecues ou les tournois de golf habituels, sans oublier que le social se résume à saluer de la main les autres personnes qui se promènent sur la plage, M^{me} Munoz affirme que le simple fait de voir ses amis à distance, dont elle connaît certains depuis la 3^e année, et de savoir que quelqu'un d'autre pense à vous, a contribué à réduire l'isolement.

« J'ai aimé cet endroit toute ma vie », dit-elle. « Être près de l'eau est très important pour moi. C'est vraiment paisible. »

Leur fils vit à Vancouver et leur a fait comprendre qu'ils ne devaient pas s'y rendre tant que la pandémie n'aura pris fin. Leurs autres destinations de vacances sont également à proscrire, selon M^{me} Munoz.

« Aussi bien rester dans notre havre de bonheur. »

Vivre au chalet devient tendance

Dans tout le pays, les retraités ont afflué dans leurs chalets pour éviter la pandémie, tandis que d'innombrables autres se sont affairés à trouver un refuge loin de la maison.

« D'un océan à l'autre, la délimitation entre la résidence principale et la propriété de loisirs s'estompe », explique Phil Soper, président et DG de Royal LePage. « La tendance a commencé l'été dernier, lorsque la possibilité de voyager à l'étranger a été supprimée. »

Les prévisions sur le prix des propriétés récréatives du printemps 2021 de Royal LePage prévoient que le prix global d'une maison dans les régions récréatives du Canada augmentera de 15 % cette année, pour atteindre 502 730 \$, car la demande continue de dépasser rapidement l'offre.

Les marchés de la propriété récréative de l'Ontario et du Canada atlantique devraient connaître les gains les plus élevés, avec une hausse de 17 %, tandis que les marchés récréatifs du Québec et de la Colombie-Britannique devraient augmenter de 15 % et 13 %, respectivement.

« Depuis 50 ans que je fais ce métier, je n'ai jamais rien vu de tel », déclare Rich Osborne, président de LandQuest Realty à New Westminster, en Colombie-Britannique. « La donne est complètement changée. »

Il y a un an, son entreprise, qui se concentre sur le marché immobilier rural, enregistrait en moyenne 2 000 visites par jour sur son site Web. Aujourd'hui, elle en reçoit 4 500. Sur l'île Sidney, entre le continent et l'île de Vancouver, il vendait normalement trois ou quatre propriétés par an. L'année dernière, il en a vendu 20. Le dénominateur commun? Les gens fuient les grandes villes. M. Osborne

vient de vendre un ranch à une femme de l'Ontario. L'ayant vu en ligne, elle a sauté dans un avion et l'a acheté.

« Ils viennent d'un peu partout. C'est assez universel. Ici, le marché est fort partout. Les gens veulent un endroit où se réfugier. »

Sur la rive sud de la Nouvelle-Écosse, l'agente immobilière Bobbi Maxwell affirme que 80 % de ses acheteurs viennent d'autres provinces et que beaucoup achètent une propriété sans l'avoir vue.

« Je n'ai pas physiquement montré une propriété à des gens de l'Ontario parce qu'ils n'ont pas pu venir ici », dit-elle, soulignant que beaucoup plus d'acheteurs viennent d'aussi loin à l'ouest que la Colombie-Britannique. « Mais 60 % de mes acheteurs viennent de là maintenant. Ils vendent tout, prennent leur retraite et vivent leur rêve. »

Après 20 ans d'absence, elle est revenue dans la province en 1994 et en constate l'attrait pour les autres. Les hivers deviennent plus cléments, il y a des plages de sable blanc et l'eau est souvent bleue comme dans les Caraïbes. Le rythme est plus lent et on en a plus pour son argent sur le plan immobilier.

« Ici, j'ai l'impression d'être en vacances toute l'année », dit M^{me} Maxwell. « C'est pourquoi les gens veulent prendre leur retraite ici. »

Au lieu de la côte Ouest, la retraite a attiré Dan Strasbourg au nord, à Kirkland Lake, en Ontario, où il a grandi.

« Quand j'étais enfant, j'avais hâte de quitter le nord de l'Ontario, parce que je n'appréciais pas à l'époque la beauté, la tranquillité, la paix ou le fait de voir les étoiles la nuit », dit-il.

Mais après avoir passé sa carrière à travailler à Toronto, il a pris sa retraite en 2018 et a déménagé chez lui pour se rapprocher de sa famille et de ses amis qu'il connaissait depuis son enfance. « J'en avais vraiment assez de passer mes journées dans un bureau. La ville avait rempli son rôle. »

Il a acheté son chalet hors réseau au nord de la ville cet automne-là, mais ne l'a pas ouvert l'été suivant, car il avait dû faire admettre sa mère dans un établissement de soins de



Photo : Rob Parsons Construction



Photo : Rob Parsons Construction



Photo : Rich Osborne

L'agent immobilier Rich Osborne a récemment vendu cette propriété, située sur l'île Sidney, en Colombie-Britannique illustrée dans cette photo et les deux autres au-dessus. Le mari est cadre d'entreprise et la femme est enseignante, et tous deux étaient à la recherche d'une retraite tranquille.



Photo : Bobbie Maxwell

L'agente immobilière Bobbi Maxwell a récemment vendu ce chalet sur le lac Deception, dans le comté de Shelburne, en Nouvelle-Écosse.

longue durée. Mais l'année dernière, pendant la pandémie? « J'y ai passé tout l'été et c'était le paradis. Je ne voulais pas partir. »

Si le chalet avait été aménagé pour l'hiver, il serait resté, se contentant de la compagnie des écureuils et des geais bleus. Ce n'est pas qu'il n'aime pas les gens. En 2009, il a contracté le virus H1N1 et a failli mourir d'une insuffisance cardiaque congestive. Il vit désormais avec une maladie cardiaque

chronique, et la COVID-19 représente donc un risque réel.

« Je me sens chanceux d'avoir un chalet où aller et de ne pas m'inquiéter de tomber sur des gens », dit-il. « Je me sentais libre là-bas. Non seulement cela m'a aidé à tenir l'infection à distance, mais j'ai pu profiter de la vie. Je n'étais pas obligé de rester à l'intérieur. De bien des façons, [j'ai] pu échapper à la pandémie. »

Pour Carole Lafrenière-Noël, cette année a également permis de boucler la boucle. Elle a grandi en jouant avec ses cousins au chalet familial au lac Nipissing, près de Sturgeon Falls, en Ontario. Elle a passé l'année dernière exactement de cette façon. En tout, elle a 25 cousins qui ont des maisons et des chalets au lac. « Je n'ai même pas besoin de chercher à m'amuser. Le divertissement me trouve. »

Même si elle a vécu et travaillé à Ottawa pendant 40 ans, le chalet est resté un élément incontournable de sa vie. L'hiver dernier, cependant, a été le premier qu'elle y passait. Elle pensait qu'il serait froid et gris, mais en plus de la pêche et de la raquette, une nouvelle motoneige achetée par son mari leur a permis de rester dehors et d'explorer des endroits qu'ils ne pourraient jamais atteindre en bateau. Elle est convaincue que ce plaisir le rajeunit.

« Quand on joue ensemble comme des enfants, on reste des enfants », dit M^{me} Lafrenière-Noël à propos de ses proches. « Nous étions prudents. Nous rencontrions des gens dehors. Les gens étaient préoccupés par la COVID-19, mais pas stressés comme dans les grandes villes. »

Elle pense que c'est la raison pour laquelle tant de gens s'installent au chalet ou en achètent un pour s'y réfugier. « À leur départ à la retraite, les gens reviennent à leurs racines, ils reprennent contact. Dans une petite ville comme celle-ci, on retrouve rapidement ses camarades de l'école secondaire. »

Membre de l'Association depuis 2019, M^{me} Lafrenière-Noël a passé sa carrière à travailler dans les communications pour le gouvernement fédéral. Aujourd'hui, à la retraite, elle fait du bénévolat pour le comité de développement économique de Sturgeon Falls. Ces dernières années, la ville s'est efforcée de se commercialiser comme étant une bourgade-dortoir, courtisant les aînés et les retraités pour les encourager à déménager dans la région.

Également retraitée fédérale, la maire de West Nipissing, Joanne Savage, dit que la ville a récolté les fruits de ces efforts au cours



Avec la permission de Carole Lafrenière-Noël

Vue du lac Nipissing à partir du chalet familial de M^{me} Lafrenière-Noël, près de Sturgeon Falls.

Avec la permission de Carole Lafrenière-Noël

M^{me} Lafrenière-Noël va souvent à la pêche sur le lac Nipissing, près de son chalet.

de la dernière année, car en plus des gens qui achètent des maisons, elle a constaté une tendance des propriétaires de chalets à revenir et à y résider toute l'année. Située à seulement quatre heures de Toronto, et dotée de bonnes autoroutes et d'Internet haute vitesse, la région dispose d'hôpitaux, d'établissements de soins, de magasins, ainsi que d'un faible coût de la vie. Et elle offre un accès à toutes les activités de plein air imaginables dans les bois et sur l'eau.

« Notre emplacement est tellement idéal. Nous avons de magnifiques bijoux dans notre jardin », déclare M^{me} Savage. « Pour ce qui est de l'équilibre, on ne peut demander un meilleur endroit. »

Personne n'a besoin de convaincre M^{me} Lafrenière-Noël. Ces jours-ci, elle et son mari reviennent à Ottawa pour faire des courses et consulter le médecin, puis se précipitent de nouveau au lac. Elle pense que cela ne changera pas de sitôt.

« Notre maison sera abandonnée, mais c'est ainsi ».



Photo : Carole Lafrenière-Noël

Le chalet de M^{me} Lafrenière-Noël est un lieu familial. Près de 25 de ses cousins ont des chalets sur le même lac.

Ils avaient aussi l'habitude de se rendre dans le sud pour l'hiver, mais elle s'attend désormais à voyager quelques semaines à l'automne, puis à passer le reste de l'année au chalet. Pour elle, cela conjugue un sentiment et un mode de vie.

« Une fois que vous aimez le lac, il fait partie de votre identité », dit M^{me} Lafrenière-Noël.

« Nous n'avons pas besoin d'aller au Costa Rica. Nous avons ce qu'il nous faut ici, chez nous. » ■

Établie à Ottawa, **Holly Lake** est une journaliste primée de Terre-Neuve-et-Labrador. Elle étudie présentement le droit à l'Université d'Ottawa.



Association nationale
des retraités fédéraux

**PARTENAIRE
PRIVILÉGIÉ**

PROFITEZ DE L'AVANTAGE HEARINGLIFE

En tant que membre de Retraités fédéraux, vous êtes admissible aux offres ci-dessous. Veuillez présenter votre carte de membre lorsque vous vous rendez à votre clinique participante. Pour les offres au Québec, consultez le Groupe Forget.

GRATUITS

Dépistages auditifs gratuits*

**25 %
DE
RABAIS**

25 % DE RABAIS sur les piles avec l'achat de la carte Privilège du Groupe Forget Avantage.

**10 %
DE
RABAIS**

10 % DE RABAIS sur tous les accessoires et réparations.

RABAIS

RABAIS DE 150 \$ SUR LA TROUSSE d'entretien pour appareils auditifs avec l'achat d'un appareil auditif et de 225 \$ avec l'achat de deux appareils auditifs.

En réponse à la COVID-19, HearingLife Canada et ses partenaires ont agi de manière responsable pour soutenir leurs clients et leur personnel. Pour en savoir plus, appelez le Groupe Forget, au 1-888-318-4846.

*Une évaluation auditive complète est offerte gratuitement aux adultes de 19 ans et plus. Les résultats de l'évaluation vous seront transmis verbalement. Des frais supplémentaires s'appliquent pour obtenir une copie du rapport d'audiologie.

HearingLife | Partenaires nationaux affiliés

Pour prendre rendez-vous, appelez au **1-888-318-4846** ou inscrivez-vous au <https://hearinglifeadvantage.ca/federal-retirees-fr>

Code promotionnel : **MAG-BFNT-FEDR**



RETROUVER LES BRAS DE MORPHÉE...

En plus de l'anxiété et du stress, d'autres facteurs peuvent perturber notre sommeil. Hélas, l'âge en est un.

PATRICK LANGSTON

Vous êtes à la retraite. Vous recevez une pension et vous avez probablement remboursé votre hypothèque. Alors, pourquoi ne dormez-vous pas chaque nuit d'un sommeil profond en vous réveillant plein d'entrain comme un chiot frétilant? La réponse est simple : vous n'êtes plus un chiot.

Selon Charles Samuels, directeur du Centre for Sleep and Human Performance (CSHP) à Calgary, nos habitudes de sommeil changent avec l'âge. Les bébés et les adolescents ont besoin de beaucoup de sommeil, les enfants moins. Les adultes, dont les aînés, ont besoin de sept à neuf heures de sommeil.

Ironie du sort, si nous avons plus de temps pour dormir à l'heure de la retraite, la « stabilité » de notre sommeil s'estompe avec l'âge et nous n'obtenons pas toujours le sommeil profond dont nous avons besoin. Les douleurs et les courbatures d'un corps vieillissant, les bruits qui nous éveillent plus facilement ou le besoin d'uriner plus souvent à cause de troubles de la vessie ou de la prostate contribuent à perturber le sommeil des aînés. Selon le Dr Samuels, le stress perturbe aussi notre sommeil, car « il stimule l'éveil physiologique et, quand c'est le cas, vous fragilisez la capacité naturelle du cerveau à se calmer et à s'endormir ».

Tous ces facteurs perturbateurs signifient que nous devons répartir nos heures de sommeil différemment, ajoute-t-il.

Pour aider à répartir les heures de sommeil et favoriser un sommeil plus

sain, il recommande de faire la sieste. « Plusieurs personnes s'en privent, affirmant que c'est "improductif" ou un signe de "paresse". Mais, si vous êtes à la retraite, vous avez mérité de faire la sieste. »

La pandémie a-t-elle saboté le sommeil?

Comme si nous, les aînés, n'avions pas déjà assez de soucis avec des troubles du sommeil, voilà que survient la pandémie.

Une vaste étude menée par l'Institut de recherche en santé mentale (IRSM) du Royal à Ottawa révèle l'importance des effets néfastes de la COVID-19 sur la santé mentale de la population en général, dont la hausse spectaculaire des cas de dépression et d'anxiété. L'étude révèle aussi les effets perturbateurs de la pandémie sur le sommeil ce qui, en soi, a une incidence sur la santé mentale.

Au début de la pandémie, Rébecca Robillard, qui dirige le laboratoire de recherche sur le sommeil au Royal, a mené un sondage en ligne auprès de 5 500 Canadiens âgés de 16 à 92 ans. Les résultats publiés indiquent que, lors de la première vague de la pandémie, un répondant sur deux disait avoir éprouvé des troubles du sommeil, confirmant ainsi une hausse importante du taux d'insomnie. Selon une étude publiée par Statistique Canada en 2018, c'est deux fois plus qu'en temps normal, car avant la pandémie, un Canadien sur quatre se disait insatisfait de la qualité de son sommeil.

Selon la Pr^e Robillard et les experts du sommeil, il faut cependant distinguer entre l'insomnie chronique et l'insomnie aiguë (ses recherches portent sur cette dernière).



Le Dr Samuels, du CSHP

Un traumatisme important, comme le décès d'un être cher, déclenche souvent une insomnie aiguë dont les effets peuvent se faire sentir pendant trois mois.

Quant à l'insomnie chronique, qu'elle soit le résultat d'un stress, d'une mauvaise hygiène du sommeil ou d'autre chose, elle se caractérise plutôt par une difficulté à s'endormir ou à rester endormi, et ce, trois fois par semaine pendant trois mois ou plus. Selon le CSHP, un Canadien sur dix en moyenne souffre d'insomnie chronique.

L'insomnie aiguë, qui semble plus fréquente chez les femmes, peut se transformer en insomnie chronique.

Se voulant rassurante, la P^{re} Robillard affirme que l'insomnie causée par la pandémie sera passagère. « Je veux éviter d'angoisser les gens. Ne vous inquiétez pas si vous avez du mal à dormir en ce moment, c'est normal. »

Que se passe-t-il quand nous manquons de sommeil?

Selon le CSHP, l'insomnie aiguë peut entraîner des troubles de l'humeur et affaiblir le système immunitaire. Quant aux effets de l'insomnie chronique, ils vont de la dépression au diabète, en passant par les maladies cardiovasculaires. À ce palmarès d'effets peu réjouissants, la clinique Mayo ajoute des répercussions sur nos capacités décisionnelles et un risque accru d'accidents.

« Lorsque vous éprouvez des troubles du sommeil, la partie du cerveau associée aux émotions se dérègle, sans que la partie associée aux fonctions rationnelles soit affectée. Dès lors, nous avons du mal à comprendre les événements de la journée et à maîtriser nos émotions. En somme, quand nous dormons mal, nous sommes plus démunis pour affronter les défis de la journée », ajoute la P^{re} Robillard.

Le sommeil et la mémoire sont aussi intimement liés, même si la relation n'est pas nettement définie. « Le sommeil nous permet d'organiser ce que nous avons appris pendant la journée, en transférant

cette information de la mémoire à court terme vers la mémoire à long terme », explique Thanh Dang-Vu, titulaire de la chaire de recherche de l'Université Concordia sur le sommeil, la neuro-imagerie et la santé cognitive, à Montréal.

« Les effets de l'insomnie se font sentir lorsque nous essayons d'exécuter une tâche cognitive. Les insomniaques ont généralement une moins bonne mémoire. Cela dit, tous les insomniaques ne souffriront pas d'une mémoire défaillante », précise-t-il. S'il est vrai que le manque de sommeil a des effets néfastes sur la santé du cerveau chez certaines personnes, ce n'est pas le cas pour tout le monde.

Par ailleurs, si le D^r Thanh Dang-Vu estime souhaitable de maintenir de saines habitudes de sommeil et de traiter l'insomnie chronique, s'inquiéter outre mesure du manque de sommeil peut aussi devenir une source d'anxiété, ce qui donne lieu à d'autres problèmes, notamment l'isolement social et une baisse d'activité.

Profiter d'une bonne nuit de sommeil

Au nombre des remèdes naturels contre l'insomnie, citons la consommation, avant de se coucher, d'un bol de gruau — un soupçon de muscade en rehausse l'efficacité, paraît-il — ou d'une dose d'huile de cannabidiol.

Hélas, aucune preuve n'existe concernant leur efficacité.

Cela ne signifie aucunement que rien ne marche.

Une astuce éprouvée consiste à choisir un nombre, 289 par exemple, et à compter à rebours. Cela fonctionne, car il est rare qu'on parvienne à compter jusqu'à zéro.

« Notre cerveau veut dormir, mais l'activité cérébrale l'en empêche. Le décompte fait diversion, permettant à notre cerveau de se ressourcer », explique le D^r Samuels.

Comme nombre de spécialistes, il recommande d'éviter la consommation d'alcool pour faciliter le sommeil, parce

que cela diminue la durée de la phase réparatrice du sommeil paradoxal.

De plus, il affirme catégoriquement que les dispositifs numériques nuisent à notre sommeil à cause de la lumière qu'ils dégagent et parce qu'ils stimulent l'activité cérébrale. « Les écrans sont néfastes, point final. La télévision est acceptable, mais les écrans sont à proscrire et il existe de nombreuses recherches sur le sujet qui le confirment ». À son avis, il faut éteindre ces appareils dès 18 h afin de favoriser le sommeil.

D'autres spécialistes, comme la P^{re} Robillard et le D^r Thanh Dang-Vu, recommandent de faire de l'exercice régulièrement, de profiter du soleil (pour régulariser notre rythme circadien), et d'observer une routine quotidienne avec des heures fixes de lever et de coucher. La mélatonine, un supplément en vente libre, est une hormone naturelle qui peut aider à régulariser notre cycle de veille et de sommeil, mais il convient de consulter d'abord son médecin.

Les somnifères, sur ordonnance ou en vente libre, comportent certains risques qui s'aggravent avec l'âge. Ils peuvent notamment occasionner de la constipation, des étourdissements et un risque accru de chute lorsque nous nous levons au milieu de la nuit.

Pour les personnes souffrant d'insomnie chronique, la thérapie cognitive-comportementale de l'insomnie semble être la solution idéale. Offerte dans plusieurs cliniques du sommeil, elle contribue à déterminer les croyances, les inquiétudes et les comportements qui sont source d'insomnie.

Au bout du compte, le D^r Samuels recommande aux personnes souffrant d'insomnie aiguë de consulter leur médecin. « Les patients insomniaques devraient demander de l'aide, car il existe des solutions ». ■

.....

Patrick Langston est un auteur qui vit à Ottawa. Il dort bien, mais il aimerait aussi trouver le temps de faire la sieste.

« J'ai été très satisfaite du service que vous avez fourni et des chauffeurs de la compagnie de déménagement. Excellent service. » Peggy B., membre de Retraités fédéraux



« Les agents immobiliers ont fait un travail exceptionnel. Ils se sont surpassés. Je n'arrive pas à croire à quel point ils se dévouent pour leur travail. » Chantel N., membre de Retraités fédéraux

Le marché immobilier du Canada est en plein boum!

La demande croissante des consommateurs et la pandémie font de plus en plus grimper les prix des propriétés au Canada. Si vous avez décidé que le moment est venu pour vous de faire votre grand déménagement, appelez le partenaire d'immobilier et de déménagement de Retraités fédéraux depuis plus de 15 ans, le Groupe de relogement RSG. Les amis et la famille sont également admissibles, s'ils sont recommandés par un membre de Retraités fédéraux.



✓ Une récompense monétaire

Sur vos achats et ventes de biens immobiliers lorsqu'ils sont coordonnés par le programme conclu entre Retraités fédéraux et RSG. Avec des agents immobiliers professionnels et de premier ordre à travers le pays.

✓ Service de déménagement coordonné par des professionnels

Souvent pour un total inférieur à celui du devis sur les services de déménagement, et avec des chauffeurs et des équipes de premier ordre.

✓ Une vérification de facture gratuite

Pour veiller à ce qu'il n'y ait pas d'erreur ou de surfacturation avant de payer votre facture de déménagement.

Pour vous prévaloir du programme et de ses avantages, composez le

1-866-865-5504

relocationservicesgroup.com/retraitesfederaux



POUR UNE ASSURANCE QUI VIEILLIT BIEN

En vieillissant, vos conditions d'assurance peuvent changer. Voici ce qu'il faut savoir pour obtenir la meilleure couverture pour votre argent.

LAURA NEILSON BONIKOWSKY

L'assurance est un concept ancien. La première police d'assurance écrite faisait partie du code Hammorabi, une dalle de diorité de quatre tonnes remontant à 1755 avant J.-C. Aujourd'hui, les polices d'assurance ne sont pas tout à fait aussi gravées dans la pierre.

ASSURANCE VIE

L'assurance vie est née en Angleterre au XVI^e siècle et est devenue une industrie au XVII^e siècle, lorsque l'astronome et mathématicien Edmund Halley (homonyme de la comète de Halley) a calculé des tables de mortalité.

Les gens souscrivent une assurance vie principalement pour assurer un revenu à leur(s) survivant(s), payer des dettes ou laisser un héritage. Votre objectif détermine le type d'assurance que vous souscrivez; les

types de base sont l'assurance permanente et l'assurance temporaire.

Assurance permanente

- Les polices n'expirent pas.
- Ce type comprend l'assurance vie entière et l'assurance universelle. L'assurance vie entière couvre la vie entière de l'assuré et peut offrir une option d'épargne garantie. En général, les primes augmentent chaque année. L'assurance universelle combine assurance et

investissement; les primes varient et les gains découlent du rendement du marché.

- L'assureur peut permettre au titulaire de la police d'accéder à des liquidités au moyen d'un prêt ou, encore, d'un retrait partiel ou total de la police. Les valeurs de rachat varient.

Assurance temporaire

- Elle porte sur un nombre déterminé d'années avec des primes fixes payées

pour toute la durée. Elle n'a pas de valeur de rachat.

- L'assurance temporaire semble moins chère que l'assurance permanente, mais ce n'est pas la meilleure option pour les personnes de plus de 70 ans; les primes sont basées sur l'âge et seront beaucoup plus élevées à 70 ans qu'à 60 ans, et encore plus si vous voulez renouveler votre police après la période de 10 ans.
- Ce type d'assurance verse la valeur nominale si le titulaire de la police décède avant l'expiration de la police. Si la police prend fin avant le décès du titulaire, alors il n'y a pas de versement.
- Le fournisseur peut permettre que la police soit prolongée ou renouvelée, mais la nouvelle prime mensuelle est basée sur l'âge et l'état de santé de l'assuré au moment du renouvellement, de sorte que les primes peuvent être plus élevées.

Assurance et santé

Dans certaines situations, les aînés peuvent avoir besoin d'une assurance vie supplémentaire. Si vous êtes en bonne santé, les primes tiennent compte de votre âge réel. Sinon, vous pourriez ne pas être assurable. Certaines compagnies offrent des régimes garantis émis sans questions sur l'état de santé. En général, les polices garanties valent jusqu'à 25 000 \$ pour les personnes âgées de 50 à 75 ans.

L'assurance contre les maladies graves prévoit le versement d'une somme forfaitaire, que vous pouvez dépenser comme bon vous semble, pour les maladies couvertes. Sinon, les personnes souffrant d'une maladie de longue durée ou terminale entraînant des coûts de soins de santé élevés peuvent recevoir un paiement anticipé partiel de leur prestation de décès.

Les assureurs prévoient généralement une clause de suicide de deux ans, la réclamation étant payée si la police remonte à plus de deux ans. Si le suicide survient dans les deux ans suivant l'émission de la police, les assureurs remboursent les primes versées. Selon l'Association

canadienne des compagnies d'assurances de personnes, l'aide médicale à mourir n'est pas considérée comme un suicide aux fins de l'assurance vie si elle se produit « conformément aux règles et aux processus établis par le ou les gouvernements ».

L'assurance des soins de longue durée est apparue avec le vieillissement de la population canadienne; ces soins ne sont pas entièrement couverts par tous les régimes provinciaux de soins de santé, en particulier lorsqu'on dépasse le niveau des soins de base. Elle est disponible pour les soins dans un établissement résidentiel ou à domicile. Quelques points dignes de mention :

- Comprenez ce qu'est un « établissement ».
- Comparez les prix, mais méfiez-vous des bas prix : vous en aurez pour votre argent.
- Veillez à pouvoir annuler sans pénalité dans les 30 jours suivant la souscription.
- Assurez-vous que la police ne peut être annulée en raison de l'âge ou de l'état de santé.
- Rabais pour les conjoints : En général, les polices doivent être identiques. Si les besoins d'un couple diffèrent en matière de soins, l'un des conjoints peut avoir besoin de soins qui ne sont pas couverts.

Paiements

Lorsque vous souscrivez une assurance, vous désignez un bénéficiaire — une ou plusieurs personnes, votre succession ou une fiducie. Si vous nommez votre succession, votre prestation de décès sera soumise à l'homologation, ce qui signifie que vos créanciers auront la priorité. Si vous choisissez une fiducie, elle pourrait être assujettie à l'impôt. Si vous voulez subvenir aux besoins d'une personne, désignez-la comme bénéficiaire. Si le bénéficiaire est d'âge mineur, un tuteur financier est nécessaire.

Certaines agences permettent aux gens de contracter une assurance pour leurs parents, mais les mêmes conditions s'appliquent que s'ils l'achetaient eux-mêmes.



ASSURANCE AUTOMOBILE

L'assurance automobile varie selon la province. Elle peut augmenter à 70 ans en fonction de votre dossier de conduite, de l'utilisation du véhicule, de votre couverture antérieure auprès de la compagnie — la fidélité donne droit à des récompenses — et du regroupement avec d'autres produits d'assurance. L'endroit où vous vivez peut avoir une incidence sur vos taux. Une population dense signifie plus de risques, d'accidents et de vols, de sorte que vous paierez plus cher dans certaines zones urbaines. Certaines compagnies, comme Johnson Assurance, partenaire exclusif de Retraités fédéraux en matière d'assurance habitation, automobile et voyage, peuvent offrir des réductions de groupe aux retraités fédéraux et aux membres de certains syndicats, comme les infirmières ou les enseignants. Même votre *alma mater* peut vous faire obtenir un rabais.

Les personnes qui conduisent moins que ce que les assureurs considèrent comme la moyenne devraient demander à leur agent d'assurance une couverture reposant sur l'utilisation. En général, la qualité du conducteur fait la différence, et non l'âge.

Le Bureau d'assurance du Canada (BAC) signale que notre pays est davantage visé par la cybercriminalité que les autres pays.

La meilleure chose à faire pour obtenir de bons taux d'assurance automobile à mesure que vous vieillissez est d'avoir un dossier de conduite impeccable.



ASSURANCE HABITATION

Il peut être rentable de regrouper les assurances habitation et automobile auprès d'une seule compagnie. Pour tirer le meilleur parti de votre police, entretenez bien votre maison. Comme le fait remarquer Johnson Assurance, ce qui réduit votre prime, c'est de garder votre maison en bon état.

Lorsque vous envisagez de déménager, pensez à l'assurance. Les maisons récentes sont généralement moins chères à assurer. L'emplacement peut avoir une incidence sur vos primes; si votre quartier dispose d'un service de pompiers bénévoles, vos

tarifs seront différents de ceux d'un quartier situé près d'un service d'incendie. Dans la même veine, si vous vivez dans un quartier où le taux de criminalité est élevé ou dans une région fréquemment touchée par des inondations ou des feux de forêt, vos primes seront plus élevées.

ASSURANCE VOYAGE

L'assurance voyage est une protection essentielle en cas de problèmes médicaux ou d'interruption de voyage, que votre voyage soit interprovincial ou international.

Le régime provincial d'assurance maladie peut offrir une couverture limitée à l'extérieur de votre province d'origine; elle varie selon la province et la durée de l'absence. Les restrictions imposées aux voyages par la COVID-19 peuvent avoir une incidence sur votre régime provincial d'assurance maladie si vous devez vous absenter plus longtemps que prévu; vérifiez auprès des autorités de votre province.

Si vous utilisez l'assurance voyage de votre carte de crédit, assurez-vous d'en connaître les modalités. Certains régimes augmentent les primes lorsque vous atteignez 70 ans ou ne couvrent pas les affections préexistantes. D'autres ne couvrent qu'un nombre maximal de jours.

La COVID-19 a affecté de nombreux régimes d'assurance voyage. En tant que retraité fédéral, vous êtes admissible à la couverture de MEDOC, qui complète celle du RSSFP, avec une assurance couvrant notamment la perte de bagages et le retour du véhicule. Depuis le 2 octobre 2020, MEDOC offre une couverture médicale pour les voyages à l'extérieur du Canada, y compris des garanties d'urgence pour la COVID-19 lorsque des avis aux voyageurs sont en vigueur. Si vous prévoyez un voyage sous peu, sachez que, à partir du début de l'année d'assurance en cours, la couverture pour l'annulation, l'interruption et le retard de voyage liés à la COVID-19 n'est pas disponible, mais elle le reste pour d'autres incidents de voyage, comme l'énonce la police (www.johnson.ca/fr/assurance-voyage).

Pour un survol complet de l'assurance voyage, consultez le site de l'Association canadienne de l'assurance voyage (www.thiaonline.com/index_Fr.html).

GESTION DU PATRIMOINE

Selon RBC Services financiers, l'assurance est un actif qu'on peut investir dans un contrat à l'abri de l'impôt. En tant qu'assurance personnelle, elle peut protéger les actifs et éviter l'homologation. Si vous êtes propriétaire d'une entreprise, elle pourrait permettre une croissance à l'abri de l'impôt ou des bénéficiaires non imposables.

Des stratégies comme les régimes de retraite assurés (RRA) et les RRA d'entreprise permettent d'accumuler des fonds à l'abri de l'impôt à l'intérieur d'une police d'assurance vie et d'y avoir accès de manière fiscalement avantageuse de votre vivant.

Les rentes assurées sont des véhicules uniques pour les aînés offrant aux assurés une « alternative aux investissements traditionnels à revenu fixe, avec moins d'impôts à payer ». Dans toutes ces situations, un professionnel chevronné de l'assurance est votre meilleur ami.

FRAUDE À L'ASSURANCE

Le Bureau d'assurance du Canada (BAC) signale que notre pays est davantage visé par la cybercriminalité que les autres pays. Les aînés sont particulièrement vulnérables. Méfiez-vous des « courtiers fantômes », ces intermédiaires non autorisés qui vendent de fausses polices d'assurance ressemblant à de belles aubaines à bas prix. Si cela semble trop beau pour être vrai, c'est le cas. Traitez avec des compagnies établies.

LE MOT DE LA FIN

Il est important de toujours bien comprendre votre police. Le BAC recommande aux aînés voulant se renseigner sur l'assurance d'appeler son centre d'information des consommateurs, au 1-844-227-5422. ■

.....
Ancienne employée fédérale, **Laura Neilson Bonikowsky** est une rédactrice de l'Alberta.





Association nationale
des retraités fédéraux

**PARTENAIRE
PRIVILÉGIÉ**

RABAIS EXCLUSIFS POUR LES MEMBRES



« Garder le contact ne devrait pas être compliqué. »



Gardez le contact sans souci

Forfait Voix et textos

~~25\$~~
Rabais
10%

22.50\$
/mois¹



moto e
pour 0\$²



Minutes **illimitées**



Messages texte **illimités**

Faites-en plus

Forfait Intelligent de 6 Go

~~45\$~~
Rabais
15%

38.25\$
/mois¹



NOUVEAU!
Samsung
Galaxy A32
pour 0\$²



6 Go de données



Minutes **illimitées**



Messages **illimités**

Les forfaits incluent les minutes partout au Canada, la boîte vocale, l'afficheur du numéro et du nom.

Gardez le contact avec un service de sans-fil abordable et fiable.

Composez le 1 844 483-2290 et découvrez SimplyConnect dès aujourd'hui !



Couverture réseau nationale fiable



Pas de frais d'activation et livraison gratuite

L'offre est en vigueur jusqu'au **31 juillet 2021** ou jusqu'à épuisement des stocks et peut être modifiée sans préavis. 1 Le rabais de 10 % s'applique aux frais mensuels des forfaits Voix et textos, et le rabais de 15 % s'applique aux frais mensuels des forfaits avec données. Le rabais s'applique tant que vous êtes membre de l'Association nationale des retraités fédéraux, et ne peut pas être combiné avec les forfaits Apportez votre propre téléphone, les forfaits Tablettes et Téléphone résidentiel sans-fil. 2 Le prix de l'appareil et le forfait mensuel minimum s'appliquent pour chaque ligne, et varient selon le contrat et le forfait choisis. Des frais de résiliation anticipée s'appliquent à un contrat de 2 ans. Certaines conditions s'appliquent, appelez le 1 844 483-2290 ou visitez sansfil.simplyconnect.ca/retraites-federaux pour plus de détails.

LE BUDGET DE 2021 ET LES ÂÎNÉS

Le budget a promis plus de fonds sur les soins de longue durée, les soins de santé et la sécurité de la retraite.

MICK GZOWSKI

Le budget fédéral d'avril était massif, sa version française comptait 864 pages et ses dépenses étaient sans précédent.

Il cumulait les premières : premier budget fédéral en plus de deux ans, premier budget fédéral pour Chrystia Freeland et pour une femme ministre des Finances.

« Ce budget vise à finir la lutte contre la COVID-19 », a dit la ministre des Finances dans son discours.

La récession produite par la COVID-19 est la contraction économique la plus forte et la plus rapide depuis la Grande Dépression, a-t-elle ajouté, indiquant que le budget de 2021 respecte l'enveloppe de dépenses de 100 milliards \$ sur trois ans décrite dans *l'Énoncé économique de l'automne de 2020*.

« Pour 2020-2021, nous avons prévu un déficit de 381,6 milliards \$. Nous avons dépensé moins que prévu. Notre déficit est de 354,2 milliards \$ pour 2020-2021, ce qui est nettement inférieur à nos prévisions. »

L'année prochaine, il devrait être ramené à 154,7 milliards \$ et on espère qu'il diminuera progressivement pour atteindre 30,7 milliards \$ en 2025-2026.

Assumer ces dépenses gouvernementales historiques dépend de la croissance de l'économie canadienne. Le PIB du Canada

a augmenté de près de 10 % au cours du dernier trimestre de l'année dernière. Même si les niveaux historiquement bas des emprunts du gouvernement les rendent abordables, il a transféré une grande partie de ses obligations en obligations à long terme, stabilisant ainsi la dette à ces faibles taux.

Soins de longue durée

M^{me} Freeland a présenté des excuses pour les ravages que la pandémie a infligé aux aînés, surtout les résidents de centres de soins de longue durée.

« Nos aînés ont été les principales victimes de ce virus. Nous n'avons pas été en mesure d'aider ceux qui vivaient dans des centres de soins de longue durée. À eux et à leurs familles, permettez-moi de dire ceci : je suis désolée. Vous méritez bien mieux que cela », a affirmé M^{me} Freeland.

Le budget propose un investissement de 3 milliards \$ sur cinq ans à compter de 2022-2023, pour aider les provinces et les territoires à s'assurer que les normes de soins sont respectées dans les centres de soins de longue durée. Le budget réserve également 29,8 millions \$ sur six ans à une stratégie de soins palliatifs, pour les besoins en soins de longue durée et de soutien.

Pour garder les aînés à la maison, le budget propose 90 millions \$ sur trois ans pour

qu'Emploi et Développement social Canada lance l'initiative pour vieillir dans la dignité à la maison. Cette initiative soutiendra les organismes communautaires qui fournissent un soutien pratique aux aînés à faible revenu et vulnérables pour vieillir chez eux, dont la préparation des repas, l'entretien de la maison et le transport.

« J'ai déjà félicité la ministre des Aînés, Deb Schulte, d'avoir fait des soins de longue durée une priorité », a souligné le président de l'Association, Jean-Guy Soulière. « Même si le budget ne précise pas comment nous atteindrons les normes nationales tout en respectant les compétences, nous avons hâte que les gouvernements s'attaquent à ce que les Canadiens demandent, et de toute urgence : s'engager à définir des normes nationales liées à un financement qui fera une réelle différence dans la qualité des soins de longue durée. »

Sécurité de la retraite

Le budget augmente la Sécurité de la vieillesse pour les Canadiens âgés de 75 ans et plus, ce qui permettra de verser jusqu'à 766 \$ de plus aux aînés admissibles la première année, et ce montant augmentera avec l'indexation, mais les paiements plus élevés ne commenceront qu'en juillet 2022. Il prévoit également un paiement unique de 500 \$ en août 2021 — qualifié de « paiement de subvention imposable » —

PHOTO La ministre des Finances Chrystia Freeland a présenté son premier budget en avril. Il comportait des bons côtés pour les aînés. Photo : Blair Gable/Reuters

aux pensionnés de la SV qui auront 75 ans ou plus en juin 2022.

Le budget a offert 688 millions \$ à Services publics et Approvisionnement Canada pour soutenir le personnel qui traite la paye. L'objectif est d'éliminer l'arriéré du système Phénix d'ici décembre 2022.

« Nous savons que certains retraités touchés par Phénix attendent toujours de présenter leur demande de règlement de dommages-intérêts, et ce n'est pas normal », a affirmé M. Soulière. « Nous réclamerons que cela soit une priorité. »

Le budget de 2021 alloue 27,6 millions \$ sur trois ans à Mon65+, un compte d'épargne libre d'impôt (CELI) collectif offert par le Service Employees International Union aux préposés aux bénéficiaires.

Un engagement vague promet également des changements à la *Loi sur les normes de prestation de pension* et un nouveau cadre pour les régimes de retraite multiemployeurs à cotisations négociées qui « renforcent la gouvernance du régime et sa transparence, ainsi que la durabilité des prestations. »

« Il s'agit d'une victoire importante pour notre défense des intérêts, même si tout est, comme toujours, dans les détails », a remarqué M. Soulière. « Nous avons demandé au gouvernement de fournir une meilleure couverture de retraite à plus de Canadiens et, selon ces détails, c'est ce que cela pourrait faire. »

Soins de santé

Pour soutenir la santé mentale, M^{me} Freeland a déclaré que le Conseil de la radiodiffusion et des télécommunications canadiennes étudierait la création d'une ligne d'assistance téléphonique à trois chiffres pour la santé mentale, et que des fonds seraient mis à disposition lorsque le service serait lancé. Et, pour lutter contre la crise des opioïdes, le budget de 2021 propose de fournir 116 millions \$ de plus sur deux ans pour la réduction des méfaits, le traitement et la prévention, à partir de 2021-2022, en plus des 66 millions \$ de l'automne dernier.

Malheureusement, le programme national d'assurance-médicaments promis a été reporté, le gouvernement s'engageant seulement à l'étudier ultérieurement avec les parties prenantes provinciales.

L'une des plus importantes nouvelles annonces est la réalisation d'une promesse libérale d'une stratégie nationale de garde d'enfants, faite pour la première fois en 1993.

« Ce budget reconnaît le rôle des aidants naturels, en particulier des femmes qui assument davantage de tâches de soins », a mentionné M. Soulière. « Nous aurions toutefois aimé voir des mesures pour les aidants naturels qui s'occupent d'ainés. »

Pour le logement abordable, le budget propose d'investir 2,5 milliards \$ et de réaffecter 1,3 milliard \$ de fonds existants pour aider à construire, réparer et soutenir 35 000 logements abordables existants. Les représentants du gouvernement ont confirmé à Retraités fédéraux que cela comprendra des options pour les aînés. Le gouvernement a aussi affecté 300 millions \$ pour aider à convertir les espaces de bureaux vacants en raison de la pandémie en logements à faible coût.

Pour lutter contre le sans-abrisme, le budget veut maintenir le financement offert dans la mise à jour de l'automne et ajouter 567 millions \$ de plus sur deux ans.

Vétérans et militaires

Le budget propose également 45 millions \$ sur deux ans, à partir de 2022-2023, pour réduire le sans-abrisme des vétérans, grâce à des suppléments au loyer et à des services globaux pour les vétérans sans abri, dont le counseling, le traitement de la toxicomanie et l'aide à la recherche d'emploi.

Des fonds sont prévus pour lutter contre l'inconduite sexuelle et la violence fondée sur le genre dans l'armée, notamment 74 millions \$ de plus sur cinq ans pour améliorer les services de soutien aux victimes, dont les conseils juridiques et les groupes de soutien par les pairs, et pour améliorer la recherche et la formation.



La ministre des Aînés, Deb Schulte

Le budget mentionne d'« autres initiatives » visant à renforcer la capacité de l'armée à lutter contre le harcèlement et la violence.

Le budget réserve 140 millions \$ sur cinq ans à Anciens Combattants Canada (ACC) pour des programmes visant à couvrir les frais de soins de santé mentale des vétérans souffrant de TSPT, de dépression ou de troubles d'anxiété pendant le traitement de leur demande de prestations d'invalidité. Un montant additionnel de 15 millions \$ sur trois ans sera ajouté au Fonds pour le bien-être des vétérans et de leurs familles, pour aider les vétérans à se rétablir pendant la relance post-COVID-19.

ACC disposera de 29 millions \$ pour améliorer la capacité de service, ce qui contribuera sans doute à rationaliser les processus et à éliminer l'arriéré de demandes de prestations qui accable le ministère et nuit aux vétérans depuis des années.

« Il y a de bons investissements dans ce budget pour les vétérans, mais il ne nous dit pas comment le gouvernement du Canada fera évoluer ses militaires vers des résultats plus équitables et comment ces mesures permettront de combler les lacunes auxquelles les femmes en service font face depuis longtemps », a précisé M. Soulière. « Nous savons qu'il s'agit d'une priorité du gouvernement, car c'est dans la lettre de mandat du ministre d'Anciens Combattants. Nous avons donc encore du travail à faire ici. » ■

Mick Gzowski couvre la colline du Parlement pour divers médias.

LE POUVOIR DES BÉNÉVOLES



Leslie Gaudette



Deb Nilsen



Marg Smith

Ces trois femmes sont les armes secrètes de l'initiative Rayonnement 338 de Retraités fédéraux en Colombie-Britannique et au Yukon.

MICK GZOWSKI

Pour inciter les politiciens à réfléchir aux problèmes des personnes âgées, le projet Rayonnement 338 de Retraités fédéraux vise à faire du lobbying auprès des parlementaires des 338 circonscriptions fédérales du Canada.

Voilà qui est louable, mais comment parler avec les représentants de toutes les régions de notre vaste pays pendant une pandémie, alors que les forums publics et les rencontres en personne sont désormais interdites? Si vous avez répondu « par téléphone et par des rencontres en ligne », vous avez raison. Mais le district de la Colombie-Britannique et du Yukon dispose également d'une arme secrète : sa bénévole agente des programmes de défense des intérêts a une formation en épidémiologie de la santé publique, et elle met pleinement ces compétences à profit.

Leslie Gaudette a consacré sa carrière au gouvernement de l'Alberta et à Santé Canada à Ottawa. En plus de comprendre les réalités terrifiantes de l'épidémie de COVID-19, elle peut les vulgariser et dire la vérité au gouvernement, un politicien à la fois.

« J'adore ça », dit-elle. « Cela me permet d'utiliser tout l'éventail de mon expérience professionnelle, qu'il s'agisse des maladies chroniques ou de l'indemnisation des travailleurs, de la santé et de la sécurité et des avantages sociaux, tout s'imbrique. C'est mon passe-temps. »

Le bureau national de l'Association a confié à ses 79 sections la mise en œuvre de Rayonnement 338 et à ses agents de programme de défense des intérêts la coordination régionale de l'initiative. M^{me} Gaudette a assuré la liaison avec les dirigeants des 15 sections de la Colombie-Britannique et ils ont ciblé 18 des 42 députés de cette province et le député du Yukon. Les membres de son équipe ont réussi à communiquer avec les deux tiers de leurs représentants fédéraux élus, et ce, pendant une année exigeant qu'ils s'adaptent en apprenant des méthodes de communication en ligne et qui a vu les soins de longue

durée catapultés en tête de liste des enjeux brûlants, supplantant l'assurance-médicaments et les questions d'équité pour les personnes âgées.

« Nous voulons que les normes nationales pour les soins de longue durée soient élaborées par un processus fédéral-provincial, afin que les deux parties y adhèrent », déclare M^{me} Gaudette. « Les gens redoutent parfois les normes. Mais, en réalité, il faut voir cela comme un processus d'accréditation, comme ce serait le cas de tout hôpital. »

De concert, il y a une volonté d'augmenter les soins à domicile, qui sont moins chers que les soins de longue durée, produisent de meilleurs résultats et respectent mieux la dignité des personnes âgées.

La mission de Deb Nilsen : les soins de longue durée

Deb Nilsen, qui a terminé sa carrière à l'Agence du revenu du Canada, est présidente de la Section de Prince George. Située au nord de la Colombie-Britannique, sa région a été épargnée par le virus au début. Puis, le 12 décembre, le centre de soins de longue durée Jubilee Lodge a annoncé une épidémie. L'édifice abritait 66 personnes et le virus a infecté 60 personnes, dont 48 résidents.

« En 3 semaines et demie, la COVID-19 a pris la vie de 12 résidents », déclare M^{me} Nilsen. « C'est horrible. C'est 25 % de leurs résidents. »

M^{me} Nilsen loue les efforts de sa vice-présidente, Rose Bowker, qui a aidé la section à prendre contact avec les trois députés de ses circonscriptions géographiquement massives du nord : Bob Zimmer et Todd Doherty, tous deux conservateurs, et Taylor Bachrach, néo-démocrate. Élu en 2019, M. Bachrach a écouté attentivement les

priorités de Retraités fédéraux, mais l'équipe connaissait déjà bien les deux conservateurs grâce aux efforts de sensibilisation précédents et les a trouvés particulièrement réceptifs.

« Ils étaient vraiment heureux de nous rencontrer à nouveau, sur les questions de soins de longue durée. Ils sont tous deux d'accord sur le fait que nous devons avoir une sorte de contrôle national sur les soins de longue durée. Ne serait-ce que pour s'assurer que ce genre de situation ne se reproduise pas. Cela a été dévastateur. »

Le rôle de M^{me} Gaudette consiste à servir d'intermédiaire entre le bureau national et les sections, en faisant circuler l'information et en gardant tout le monde sur la même longueur d'ondes. Cela l'amuse. Le bureau national a fourni des documents intéressants auxquels les députés réagissent vraiment.

« Ils sont heureux de parler avec nous, parce que nous avons des positions et des politiques mûrement réfléchies sur des enjeux qu'ils doivent comprendre. Et s'ils les comprennent, ils peuvent mieux faire leur travail. »

Pour Marg Smith, c'est avec le sourire

À mesure que la population canadienne vieillit, la défense des intérêts des personnes âgées devient de plus en plus cruciale. Statistique Canada prévoit que, d'ici 2031, 23 % des Canadiens seront des personnes âgées, comme au Japon, pays comptant le plus d'aînés au monde. Représentant une portion de ce groupe correspondant à la classe moyenne bien éduquée, Retraités fédéraux a le pouvoir d'être une voix influente pour les personnes âgées au Canada dans les années à venir.

En tant que membre de son comité exécutif, Marg Smith coordonne les activités de défense des intérêts pour la Section de Nanaimo et région. Cette section a été désignée pour lancer Rayonnement 338 au début de l'année 2020.

« Nous avons un très bon groupe de personnes et un excellent soutien de la part de notre président et de l'exécutif de la section », déclare M^{me} Smith. « Nous

partageons les responsabilités et nous nous amusons. Si nous ne pouvons pas faire cela en nous amusant et avec le sourire, alors ça n'en vaut pas la peine. »

M^{me} Smith, qui est diplômée en droit et en sciences politiques, a passé une grande partie de sa carrière à Ottawa, où elle a travaillé dans ce qui était alors le Service de recherche parlementaire, qui faisait partie de la Bibliothèque du Parlement.

« J'aimerais ajouter une chose : je tiens à remercier Leslie Gaudette, qui a été absolument merveilleuse et tellement, tellement serviable », déclare M^{me} Smith. « Et merci à l'équipe de défense des intérêts du bureau national, car elle a certainement produit des documents très utiles pour les sections. Sans leur travail, nous ne pourrions pas réaliser ce projet ou le mener aussi bien que nous le voudrions. » ■

Établi à Aylmer au Québec, le rédacteur Mick Gzowski pense à explorer plus de pistes de bénévolat.



Association nationale des retraités fédéraux et Arbor Alliances

En tant que membre de l'Association nationale des retraités fédéraux, vous pouvez maintenant faire un peu plus facilement des plans plus économiques relatifs aux funérailles et au cimetière lorsque vous choisissez Arbor Memorial, la plus importante famille canadienne de fournisseurs d'arrangements.

Économisez 10 % sur les plans relatifs aux funérailles et au cimetière faits d'avance	Économies de 10%*	Économisez 5 % sur les plans relatifs aux funérailles et au cimetière faits au moment du décès.	Économies de 5%†
---	--------------------------	---	-------------------------

PLUS! Registre familial de planification^{MC} de la succession GRATUIT
Pour planifier d'avance vos arrangements relatifs aux funérailles et au cimetière, composez le 1-877-301-8066 ou rendez-vous à ArborAlliances.ca dès aujourd'hui



Alliances
par Arbor Memorial



Association nationale des retraités fédéraux
PARTENAIRE PRIVILÉGIÉ

* Rabais de 10 % sur les derniers arrangements planifiés à l'avance, à l'exclusion des cryptes, qui sont assorties d'un rabais de 5 % si elles sont achetées à l'avance.
 † Pour les achats effectués en Ontario : rabais de 4 % sur les lotissements funéraires, les niches et les autres droits d'inhumation, à l'exclusion des cryptes hors terre. Rabais de 10 % sur tous les autres produits et services de cimetière.

Arbor Memorial Inc.

L'ESPRIT DU BÉNÉVOLAT

Josée Mayer est bénévole pour sa section de Retraités fédéraux, mais elle s'est également portée volontaire pour une étude sur la COVID-19 lorsqu'elle a contracté le virus au début de 2020.

JENNIFER CAMPBELL

Josée Mayer a probablement été l'une des premières patientes atteintes de la COVID-19 au Canada — et l'une des plus chanceuses.



Josée Mayer

Lorsqu'ils ont contracté le virus, Josée et son mari, Alain, se trouvaient à Puerto Vallarta, au Mexique. En brève escapade dans le sud, à peine étaient-ils arrivés qu'elle a présenté des symptômes. Deux jours plus tard, son test de dépistage de la COVID-19 s'est révélé positif.

C'était fin mars 2020 et les voyageurs canadiens à l'étranger étaient priés de rentrer au pays. Ils ont donc sauté dans un avion et sont revenus. Ils ont porté des masques pendant le voyage, ont chargé leur fils de laisser une voiture à l'aéroport et ont demandé à un ami de faire l'épicerie et de la livrer avant leur arrivée. Tout cela pour respecter les règles et s'assurer de ne contaminer aucun ami ou membre de leur famille.

Les symptômes de Josée comprenaient la perte du goût et de l'odorat, une toux et de la fièvre. Au début, les résultats d'Alain étaient négatifs. Mais, lorsqu'il a lui aussi commencé à avoir des symptômes, un deuxième test s'est révélé positif.

Josée s'est immédiatement portée volontaire pour participer à une étude menée par l'Institut de cardiologie de Montréal, qui visait à déterminer si un médicament pour le cœur pouvait traiter la COVID-19 avec efficacité. Elle est convaincue que c'est le cas. Une seule fois au cours de sa maladie, elle a éprouvé des difficultés à respirer. Sa belle-fille, qui est inhalothérapeute, a appuyé sa proposition d'essayer l'inhalateur de Ventolin d'Alain. Par la suite, ses problèmes ont disparu. Alain, par contre, a été bien plus malade. Ressentant des douleurs musculaires partout, il peinait à monter les escaliers à la maison. Il n'a jamais été hospitalisé, mais ses symptômes de la COVID-19 ont évolué en pneumonie, qui a été éliminée par des antibiotiques.

« Il n'a pas dû être hospitalisé, mais son rétablissement a été difficile parce que c'était une pneumonie », dit Josée. « Il n'a pas pris les pilules que j'ai prises. »

À cause de son expérience relativement facile avec la COVID-19, elle pense avoir eu le vrai médicament testé dans l'étude, au lieu du placebo. Elle a participé à l'étude parce qu'elle croit en la science et qu'elle connaissait ce médicament, qui est utilisé pour traiter d'autres problèmes médicaux.

« Je savais que ce n'était pas une nouvelle pilule, on la connaissait », dit-elle. « Je savais qu'elle pouvait me donner de meilleures chances de guérison. Je pense que ça m'a épargné une pneumonie. »

Quand on constate comment Josée occupe son temps, il n'est pas surprenant qu'elle se soit portée volontaire pour l'étude sur la COVID-19. Le bénévolat semble codé dans l'ADN de Josée, une bénévole active au sein de la Section de la Mauricie de Retraités fédéraux.

« Je suis la directrice des activités de la section », dit-elle.

Chaque mois avant la pandémie, son équipe organisait un petit déjeuner, ainsi que des excursions, l'assemblée générale annuelle et le banquet de Noël.

En 2019, lorsqu'on pouvait encore voyager, Josée a organisé une excursion d'une journée à Saint-Jean-Port-Joli, à environ trois heures au nord-est de la Mauricie.

Dernièrement, elle a organisé des événements virtuels. L'assemblée générale annuelle de la section a été son premier événement virtuel. Ensuite, elle a organisé une fête de Noël en ligne qui comprenait un bingo et un jeu-questionnaire.

« Nous avons levé nos verres et porté un toast à Noël », dit-elle.

À la Saint-Valentin, l'équipe a organisé une autre réunion Zoom et espère tenir des activités en plein air dès que l'Association autorisera à nouveau les événements en personne.

« Si nous pouvons le faire, ce sera une promenade dans le parc de Trois-Rivières », dit-elle en parlant de la première activité provisoirement prévue.

Lorsqu'elle travaillait, Josée a consacré sa carrière à l'Agence du revenu du Canada, ayant commencé comme commis aux impôts à Shawinigan. Après, elle a déménagé à Montréal pour un poste d'agente dans un centre d'appels, puis est devenue conseillère technique et, finalement, chef d'équipe. Elle a aussi brièvement occupé le poste d'agente au service de « recouvrement », chargé de recouvrer les impôts en souffrance.

« À la fin de ma carrière, j'étais chef d'équipe à Montréal et j'ai aussi été chef d'équipe à Trois-Rivières », dit-elle. ■

Originaire du Nouveau-Brunswick et établie à Ottawa, Jennifer Campbell est la rédactrice en chef de Sage.



Avis aux leaders

Notre conseil d'administration national a besoin de vous

Mettez vos compétences stratégiques et de leader en pratique, en devenant candidat au conseil d'administration national de Retraités fédéraux. Utilisez votre expérience pour faire une différence dans la vie de près de 170 000 membres de l'Association partout au pays!

Le conseil d'administration national de Retraités fédéraux cherche des candidats dynamiques ayant fait leurs preuves en matière de leadership au sein d'une équipe de haute direction. L'Association s'engage à mettre sur pied un conseil d'administration qui tient compte de la diversité de notre bassin de membres et nous encourageons vivement les femmes, les minorités visibles, les Autochtones et les personnes handicapées à présenter leur candidature. Les conjointes et conjoints des membres sont également invités à présenter une candidature. Si vous vous passionnez pour la sécurité de la retraite, les droits des vétérans et la politique en matière de soins de santé pour les Canadiens âgés, contactez-nous!

Pour en savoir plus, communiquez avec elections@retraitesfederaux.ca ou visitez retraitesfederaux.ca



Association nationale des retraités fédéraux National Association of Federal Retirees

INFOPENSIONS

Dans leur quête de profit et de durabilité, les régimes de retraite canadiens sont devenus parmi les plus importants et les plus influents au monde.

PATRICK IMBEAU

Ces deux dernières années, les régimes de retraite canadiens et leurs investissements ont récolté une attention accrue, que ce soit pour l'achat d'infrastructures (comme l'autoroute à péage 407 en Ontario), de résidences de soins de longue durée à but lucratif (dont Revera et Chartwell), de sociétés de surveillance américaines (Palantir) ou de prisons privées (CoreCivic et Geo Group). Certains des investissements visant à augmenter les profits des régimes de retrait ont abasourdi les Canadiens, menant de nombreux membres à nous demander : pourquoi nos régimes de retraite investissent-ils dans ce genre d'actifs?

L'époque où les régimes de retraite au Canada ne participaient pas à ce genre d'investissements n'est pas si lointaine. Avant les années 1990, les régimes de retraite publics étaient soumis à des restrictions réglementaires qui limitaient leurs investissements. Ils ne détenaient que des obligations d'État à faible risque et les placements passifs dominaient.

Au début des années 1990, des régimes comme le Régime de retraite des enseignantes et des enseignants de l'Ontario (RREO) et l'Office d'investissement du régime de pensions du Canada (OIRPC) ont pu investir dans des actifs autres que les titres d'État, comme l'immobilier, le capital-investissement, les instruments dérivés et même les Maple Leafs de Toronto. (Eh oui, l'OIRPC a été propriétaire de cette franchise.)

Avant les années 1990, les fonds de pension qui bénéficiaient d'une aide fiscale ne pouvaient pas non plus détenir plus de 10 % de leurs actifs dans des « biens étrangers ». Cette restriction a été supprimée en 2005, permettant à ces fonds d'investir dans n'importe quoi, ce qui a mené les régimes de retraite canadiens à devenir parmi les plus importants et les plus influents au monde (l'OIRPC occupe actuellement le 9^e rang mondial pour le total de ses actifs, la Caisse de dépôt et placement du Québec le suit de près au 13^e rang et Investissements PSP se classe au 28^e rang). Tout cela s'est produit

dans un contexte financier où les taux d'intérêt dégringolaient.

Les régimes de retraite veulent des rendements maximaux et des placements à long terme qui peuvent fournir des revenus durables. En raison de la faiblesse des taux d'intérêt, les actifs les plus sûrs (comme les obligations AAA à faible risque) ne rapportent plus autant d'argent qu'auparavant. Il devient donc plus difficile, pour les régimes de retraite, d'atteindre leurs objectifs de rendement sans prendre beaucoup plus de risques. Un nouveau sondage récent des Services aux investisseurs et de trésorerie de la RBC a récemment révélé que la faiblesse des taux d'intérêt demeure le principal défi pour les administrateurs de régimes de retraite à prestations déterminées.

Même si les placements à revenu fixe et les obligations de première qualité continuent de faire partie des portefeuilles des régimes de retraite, ceux-ci ont adopté des stratégies d'investissement actives pour obtenir des rendements plus élevés dans les actions et les placements à long terme comme l'immobilier (surtout commercial), les infrastructures (électricité, eau, routes, énergie, etc.) et le capital-investissement (comme l'achat du Retirement Residences Real Estate Investment Trust, désormais Revera, en 2006 par Investissements PSP). Ces régimes participent souvent à des stratégies d'investissement quantitatives

qui éliminent les décisions humaines de l'équation, en utilisant plutôt des algorithmes pour déterminer les investissements à meilleurs rendements.

Cette chasse aux rendements plus élevés peut entraîner les régimes de retraite sur un terrain éthiquement douteux. Dans le cas des stratégies d'investissement quantitatives, ils peuvent même ne pas savoir qu'ils ont acheté, détenu ou vendu. Dans le cas des infrastructures privatisées, les régimes de retraite réalisent des profits à partir de services publics de base comme l'eau, les transports en commun et les services essentiels comme les hôpitaux. Ces investissements, et bien d'autres du même type, soulèvent des questions éthiques auxquelles certains régimes de retraite tentent de répondre à l'aide des principes d'investissement environnementaux, sociaux et de gouvernance (ESG), mais la recherche de meilleurs rendements continuera d'être un moteur pour ces régimes de retraite financiarisés, surtout dans un contexte où les régimes de retraite à prestations déterminées, et les fonds qui leur permettent de fonctionner, sont de plus en plus rares et considérés comme une dépense inutile par les employeurs. ■

Patrick Imbeau est agent des politiques et de la défense des intérêts à l'Association nationale des retraités fédéraux.

Appareils ménagers : Réparer ou remplacer?

À un moment donné, vous devez calculer s'il est plus judicieux de payer pour réparer un appareil ou le remplacer.

Votre réfrigérateur, votre cuisinière, votre laveuse et votre sècheuse — que feriez-vous sans eux? Tous les jours, ils gardent vos aliments frais ou cuisinés, vos vêtements propres et secs. Ils vous facilitent la vie en général.

Cependant, il viendra probablement un moment où ils atteindront leur limite et vous devrez décider s'ils doivent être réparés ou remplacés. Quand, exactement, devriez-vous appeler le réparateur ou prendre le taureau par les cornes et décider d'acheter ce nouvel appareil ménager? Voici quelques conseils.

Questions clés

C'est un fait bien établi que si un appareil ménager majeur tombe en panne ou est âgé de 8 à 15 ans, vous devriez le remplacer. Par contre, les appareils ménagers n'ont pas tous la même durée de vie. Ils pourraient durer plus longtemps (ou moins longtemps) selon la marque, comment vous les traitez et d'autres facteurs. Lorsque vous envisagez de réparer ou de remplacer votre appareil ménager, vous devrez vous poser quelques questions importantes, que voici :

- Quel âge a l'appareil ménager?
- Est-il toujours sous garantie?
- Avait-il causé des tracas auparavant?
- Comment les coûts potentiels de réparation et de remplacement se comparent-ils?
- Pouvez-vous faire les réparations vous-même?
- Si vous optez pour la réparation, combien de temps encore votre appareil ménager durera-t-il?

Vous devriez également tenir compte de la règle 50/50, qui stipule que si l'appareil



ménager est à mi-chemin de sa durée de vie et que le coût de réparation est supérieur à 50 % du prix d'un nouvel appareil ménager, vous devriez penser à vous en procurer un nouveau.

Soyez écoénergétique

Lorsque vous décidez de réparer ou de remplacer votre appareil ménager, tenez également compte de sa consommation d'énergie. Certes, une maison écoénergétique est meilleure pour l'environnement et pour votre portefeuille. Il peut parfois vous être moins coûteux à long terme de vous procurer un nouvel appareil ménager plutôt que d'essayer de conserver votre ancien, surtout si vous investissez dans un modèle certifié EnerGuide ou ENERGY STAR. (Par exemple, Ressources naturelles Canada déclare qu'une laveuse certifiée ENERGY STAR utilise 25 % moins d'énergie en moyenne qu'un modèle standard et 33 % moins d'eau.) Si votre appareil ménager a plus de dix ans, envisagez de le remplacer par un nouveau modèle écoénergétique.

Gardez l'œil ouvert

Vos appareils ménagers sont comme votre voiture. Si vous ne les entretenez pas régulièrement, ils s'usent plus rapidement. En nettoyant régulièrement les serpentins de votre réfrigérateur pour maintenir la circulation d'air, en ne surchargeant pas votre machine à laver et en enlevant les peluches

du filtre de la sècheuse (et en utilisant plutôt une corde à linge ou un séchoir lorsque cela est possible), vous réduirez votre facture et vous pourrez accroître la durabilité de vos appareils ménagers.

Comme lorsque nous tombons malades, des signes indiquent que nos appareils ménagers semblent être en fin de parcours. Par exemple, si votre laveuse ou votre lave-vaisselle ont des fuites d'eau, vous voudrez régler le problème dès que possible, car cela peut entraîner des problèmes plus importants plus tard, dont une inondation. Vous devriez également être à l'affût des éléments comme de la rouille sur votre cuisinière, un « suintement » autour de votre réfrigérateur et le bruit excessif ou une odeur de brûlé de votre sècheuse. Si vous pouvez remplacer l'appareil ménager maintenant, sachez que cela pourrait vous faire économiser bien des maux de tête (et beaucoup d'argent). ■

Article gracieuseté de Johnson Inc. (« Johnson »). Johnson est un intermédiaire d'assurance spécialisé dans les assurances habitation, auto et voyage, ainsi que dans les assurances collectives. Pour obtenir de plus amples renseignements au sujet de Johnson, rendez-vous au www.johnson.ca (pour les résidents du Québec : <http://qc.johnson.ca/>).

Le présent article est fourni à titre d'information générale uniquement. Nul énoncé du présent article ne modifie les modalités de toute police d'assurance. Lisez votre police pour obtenir la description complète de la garantie, et communiquez avec votre fournisseur d'assurance ou avec votre intermédiaire d'assurance pour obtenir les détails de la garantie et de la police.

Choisir les meilleures prothèses auditives : GUIDE POUR L'ANNÉE 2021

Plusieurs facteurs déterminent le meilleur modèle de prothèses auditives pour vous. Ce guide en trois étapes vous aidera à comprendre comment trouver celles qui vous conviennent le mieux.

Étape 1: Comparez les modèles de prothèses auditives disponibles

Pour comprendre les différences entre chaque type de prothèse auditive, commencez par lire l'aperçu ci-dessous pour comprendre les différences entre chaque type de prothèse auditive.

A. Dispositifs invisibles

Il s'agit de dispositifs à technologie intégrée limitée, qui ne conviennent pas aux pertes auditives profondes. Ces modèles ont des fonctions limitées et conviennent mieux aux pertes auditives légères. On les considère comme des appareils auditifs d'entrée de gamme.

B. Appareils intra-auriculaires

Discrets sans être invisibles, ces appareils sont de taille légèrement supérieure et peuvent être dotés d'un bouton optionnel permettant de contrôler manuellement les paramètres de différents environnements.

C. Appareils miniRITE

Ces modèles plus avancés sont dotés des technologies les plus récentes. Ce type de contour d'oreille est plus visible et place le récepteur directement dans le conduit auditif. Au lieu du tube transparent, un fil fin comme un cheveu relie un minuscule haut-parleur à l'aide auditive, ce qui permet de transmettre le son plus près du tympan.

D. Prothèses auditives Ultra

Il s'agit des appareils auditifs les plus avancés, qui peuvent s'attaquer aux pertes auditives les plus graves. Ces prothèses vous permettent d'entendre plus facilement les bruits de fond, tout en entendant clairement les sons que vous devez entendre (comme les voix). Elles comprennent des technologies

intégrées sophistiquées comme Bluetooth^{MC}, qui vous permettent de vous connecter sans fil à toute une série d'appareils pour faire plus qu'«entendre».



Appareils invisibles et intra-auriculaires dans le conduit auditif



Appareils miniRITE et prothèses auditives Ultra

Étape 2: Facteurs technologiques à prendre en compte pour choisir les meilleures prothèses auditives

La technologie avancée d'aujourd'hui offre une expérience sonore plus naturelle en vous permettant d'entendre sur une portée de 360 degrés avec une fonction pour réduire les acouphènes, tout en vous faisant bénéficier d'une plus grande clarté sonore avec moins d'efforts.

Connectivité des appareils

Grâce à la technologie Bluetooth^{MC}, vos prothèses auditives peuvent se connecter

à des téléphones intelligents, des tablettes ou des téléviseurs intelligents. Vous écoutez de la musique, regardez des vidéos ou prenez des appels téléphoniques directement à partir de vos prothèses auditives, avec un son de haute qualité. Plus besoin de monter le volume du téléviseur; vos prothèses auditives peuvent régler votre volume personnel à un niveau aussi élevé que vous le souhaitez.

Étape 3: Essayez gratuitement vos prothèses auditives dans une clinique

Ce guide vous aide à comprendre comment tirer le meilleur parti de vos prothèses auditives, mais vous devrez essayer ce qui vous convient le mieux.

Voulez-vous essayer gratuitement la nouvelle technologie futuriste des prothèses auditives de HearingLife?

- Essayez-les chez vous pendant 30 jours sans engagement.
- Pour un essai gratuit, visitez [HearingLife.ca/NAFR](https://hearinglife.ca/NAFR) ou composez le numéro sans frais 1-888-904-2501*.

Avantages exclusifs pour les membres de Retraités fédéraux

HearingLife et ses partenaires comptent plus de 300 cliniques à travers le pays et forment le plus grand réseau de fournisseurs de soins auditifs au Canada. Votre adhésion à Retraités fédéraux vous rend, vous et les membres de votre foyer, admissibles à des avantages exclusifs. Visitez <https://hearinglifeadvantage.ca/federal-retirees-archive/federal-retirees-fr/> ou appelez HearingLife sans frais, au 1-888-904-2501.

Les membres du Québec peuvent obtenir ces avantages auprès du Groupe Forget. Pour des détails, visitez legroupeforget.com/.

*Pas disponible au Québec

SEMAINE NATIONALE DE LA FONCTION PUBLIQUE
DU 13 AU 19 JUIN 2021



Merci

de protéger la santé et la sécurité de la population canadienne
– *d'une génération à l'autre*

Et maintenant, c'est à notre tour de redonner. Contactez votre autorité de santé publique et faites-vous vacciner contre la COVID-19. C'est la meilleure façon de dire merci.

Pour des renseignements sur l'adhésion, communiquez avec notre équipe des adhésions au 1-855-304-4700, poste 300 ou, à Ottawa, au 613-745-2559. Nous serons heureux de vous servir.

retraitesfederaux.ca



Association nationale
des retraités fédéraux

National Association
of Federal Retirees

DÉFENSE DES INTÉRÊTS EN ACTION

Il est probable qu'une élection fédérale aura lieu plus tôt que tard.

AMY BALDRY

LE CONTEXTE

À l'issue de l'élection de 2019, les libéraux obtiennent un gouvernement minoritaire, avec 154 sièges sur 338. Avec 120 sièges, les conservateurs constituent l'opposition officielle. Le Bloc Québécois détient 32 sièges, le NPD 24. Cinq sièges sont actuellement occupés par des indépendants, et le Parti vert en détient trois.

En vertu de la *Loi électorale du Canada*, la prochaine élection doit être déclenchée avant le 16 octobre 2023. Même si cette date semble lointaine, d'autres facteurs déterminent le déclenchement d'une élection. Un gouvernement minoritaire joue le même rôle qu'un gouvernement majoritaire, mais un gouvernement minoritaire a besoin du soutien de l'opposition pour faire avancer les choses et rester au pouvoir. Cela rend un gouvernement minoritaire traditionnellement moins stable à long terme.

La plupart des gouvernements minoritaires ont duré moins de deux ans. En moyenne, ceux du Canada durent environ un an et 140 jours. Selon les tendances historiques, et compte tenu du contexte politique actuel, dont la pandémie de COVID-19, le déploiement de la vaccination et l'explosion de la dette nationale, il est probable qu'une élection fédérale aura lieu plus tôt que tard.

LES ENJEUX

Sécurité de la retraite : Plus de deux millions d'aînés sont admissibles au Supplément de revenu garanti, ce qui signifie que leur revenu annuel est inférieur à 19 000 \$.

La couverture des régimes de retraite a diminué. En 2018, seulement 37,1 % ou

6,3 millions de Canadiens avaient un type de régime d'épargne-retraite enregistré. La couverture des régimes à prestations déterminées a considérablement diminué dans le secteur privé, passant de 21,9 % en 1997 à 9,2 % en 2017. Le taux d'épargne des ménages est à son niveau le plus bas de l'histoire contemporaine, et l'endettement des ménages continue de grimper en flèche. Pour subsister durant leur retraite, les Canadiens comptent de plus en plus sur le Régime de pensions du Canada et sur la Sécurité de la vieillesse.

Avec des niveaux records de dépenses gouvernementales pendant la pandémie de COVID-19, les aînés du Canada ne peuvent être laissés pour compte.

C'est pourquoi Retraités fédéraux demande au gouvernement de :

- S'engager à maintenir la priorité de la sécurité de la retraite, un pilier qui contribuera à une forte reprise économique et à l'état de santé des Canadiens vieillissants, en s'assurant que les pensions ne seront pas affectées par les futures mesures d'austérité;
- Garantir la sécurité du revenu de retraite à long terme pour les aînés à faible revenu qui sont admissibles à la Sécurité de la vieillesse et au Supplément de revenu garanti;
- Protéger les pensions à long terme en créant un cadre politique solide qui encourage l'innovation et qui rend les régimes à prestations déterminées plus accessibles aux Canadiens;
- Comblent les lacunes dans les programmes de financement direct pour les personnes dont le revenu a été touché par la COVID-19.

Stratégie nationale pour les aînés, notamment sur les soins de longue durée et les soins à domicile : D'ici 2030, les adultes de 65 ans et plus représenteront 9,5 millions de personnes, soit 23 % de la



population canadienne. Les aînés constituent le segment de population qui croît le plus rapidement, mais les lacunes en matière de politiques sociales et de soins de santé créent des obstacles à leur autonomie et au rôle essentiel qu'ils jouent au sein de collectivités et d'économies saines et dynamiques.

Une stratégie nationale pour les aînés, coordonnée et dotée d'un financement dédié et d'objectifs responsables, nous permettra de répondre aux besoins changeants des aînés canadiens. Retraités fédéraux réclame depuis longtemps une stratégie nationale pour les aînés axée sur l'amélioration de la qualité de vie des aînés canadiens, grâce à la sécurité du revenu, à l'accès à un logement et à un moyen de transport abordables et appropriés, à des collectivités-amies des aînés et à des soins de santé de qualité, dont des soins améliorés en milieu communautaire et à domicile.

La pandémie de COVID-19 a mis en évidence les conditions inacceptables qui règnent dans de centres d'hébergement de soins de longue durée à l'échelle du pays, des problèmes que des experts et des organismes de défense des intérêts — dont Retraités fédéraux — soulèvent depuis nombre d'années. Les personnes souffrant de graves problèmes de santé ont dû vivre dans ces conditions déplorables pendant des décennies et les gouvernements de tous les ordres ont peu fait pour y remédier.

Les soins à domicile peuvent améliorer les résultats de santé et réduire les coûts, mais ils ne sont toujours ni reconnus ni financés adéquatement.

Le Canada ne peut plus ignorer la nécessité d'adopter une nouvelle approche en matière de soins aux aînés. C'est pourquoi Retraités fédéraux réclame que le gouvernement remédie à cette situation, en :

- Réformant les soins aux aînés, en mettant en œuvre une stratégie nationale pour les aînés qui comprend des normes nationales liées au financement des soins de longue durée et des soins à domicile et en milieu communautaire, ainsi que des investissements pour augmenter ces soins et qui s'attaque aux déterminants sociaux de la santé;
- Assurant un continuum de soins plus près du domicile;
- Encourageant et en finançant l'innovation dans la prestation de soins à domicile et en milieu communautaire;
- Élaborant et en mettant en œuvre des politiques pour remédier à l'âgisme, à la maltraitance des aînés et à l'isolement social.

Vétérans : Les vétérans ont servi le Canada et étaient prêts à risquer leur vie pour le faire. Maintenant, il revient au Canada d'appuyer les vétérans des Forces armées canadiennes et de la Gendarmerie royale du Canada, pour s'assurer que leurs familles et eux-mêmes obtiennent des résultats équitables, et jouissent du bien-être, des soins et des prestations qu'ils méritent.

La transition à la vie civile peut s'avérer particulièrement difficile pour ceux qui sont malades, blessés ou ont subi un traumatisme. Le transfert au système médical civil s'accompagne souvent de difficultés à trouver des médecins de famille, de longues attentes et des dossiers médicaux incomplets ou manquants. Ces difficultés peuvent signifier que les vétérans malades ou blessés n'ont pas accès aux avantages et aux services financiers, de santé et d'un autre ordre offerts par Anciens Combattants Canada (ACC).

De plus en plus de femmes s'engagent dans l'armée, et continuent de connaître des taux plus élevés que prévu de blessures, de maladies et des libérations pour raisons médicales. Elles constituent un segment croissant de la clientèle d'ACC.



Retraités fédéraux réclame que le gouvernement remédie à cette situation, en :

- Assurant une transition et une libération harmonieuses, soutenues et réussies après le service;
- Veillant à ce que les vétérans malades et blessés les plus vulnérables et leurs aidants bénéficient d'un soutien, ainsi que d'une planification et d'une programmation adéquates, avec du soutien financier;
- Investissant dans l'obtention de résultats équitables pour les femmes militaires en service et les vétéranes, et en rendant des comptes à ce sujet.

Assurance-médicaments : Le Canada est le seul pays au monde à être doté d'un régime de soins de santé universel qui n'offre pas aussi une assurance-médicaments universelle. Les Canadiens paient certains des prix les plus élevés pour les médicaments sur ordonnance et 20 % d'entre eux ne disposent pas d'une couverture suffisante pour répondre à leurs besoins.

Étant donné le rôle important que jouent les médicaments dans la prévention et le traitement des maladies, tous les Canadiens devraient pouvoir obtenir les médicaments dont ils ont besoin. Un régime public universel d'assurance-médicaments aiderait les Canadiens à mieux gérer leur santé, réduirait les coûts des médicaments et améliorerait la surveillance de l'efficacité et de l'innocuité des médicaments. Un tel régime permettrait de réduire le fardeau qui incombe à d'autres composants du système de soins de santé alors qu'il est surchargé, ainsi que de faire économiser de 4 à 11 milliards \$ environ par an au système de soins de santé.

Retraités fédéraux réclame que le gouvernement remédie à cette situation, en

mettant en œuvre un programme national d'assurance-médicaments, afin que tous les Canadiens aient accès aux médicaments qu'il leur faut.

IMPLIQUEZ-VOUS

Alors que nous nous préparons à la prochaine élection fédérale, joignez-vous à Retraités fédéraux pour réclamer :

- De meilleures politiques pour assurer la sécurité du revenu de retraite;
- Une stratégie nationale pour les aînés exhaustive, avec des normes nationales sur les soins de longue durée et à domicile;
- Un cadre politique visant à améliorer les résultats pour les vétérans;
- Un programme universel et public d'assurance-médicaments.

Pour vous impliquer, joignez-vous à Rayonnement 338, le réseau national de Retraités fédéraux, composé de défenseurs voulant faire connaître nos priorités dans les 338 circonscriptions fédérales. Faites en sorte que chaque député en exercice, et chaque candidat aux élections, connaissent ces priorités et les soutienne.

Pour vous joindre à Rayonnement 338, visitez retraitesfederaux.ca/joindreRayonnement338.

En participant à Rayonnement 338, vous serez parmi les premières personnes à être informées des campagnes à venir; aurez accès à des possibilités de formation spéciales; pourrez répondre à de passionnants sondages et relever des défis en matière de défense des intérêts; et serez en mesure de nouer des relations avec d'autres membres de votre région.

Et il y a bien des façons, pour les sympathisants, de s'impliquer dans la défense des intérêts. Vous obtiendrez la formation et le soutien dont vous avez besoin pour rencontrer votre député (virtuellement), l'appeler, envoyer un courriel ou une lettre à vos représentants, ou prêter main-forte aux campagnes de Retraités fédéraux. ■

Amy Baldry est la coordonnatrice de la défense des intérêts de l'Association nationale des retraités fédéraux.

BILAN SANTÉ

Il est difficile de faire valoir que le système protège et favorise la santé lorsque les médicaments ne sont pas couverts.

JEAN-SÉBASTIEN CÔTÉ

De tous les États membres de l'Organisation de coopération et de développement économiques (OCDE), le Canada est le seul pays doté d'un système de santé universel à payeur unique qui ne dispose pas également d'un programme d'assurance universel pour couvrir les médicaments sur ordonnance.

En raison de la fragmentation de la couverture des médicaments, de leur disponibilité et des systèmes d'approvisionnement, les Canadiens dépensent plus en médicaments par habitant que tout autre pays de l'OCDE doté d'un régime d'assurance-maladie.

La couverture des médicaments est disponible pendant une hospitalisation, mais elle cesse après le congé, à moins d'avoir un régime d'assurance-maladie privé, offert par un employeur ou dans le cadre d'un régime provincial. Selon l'Institut Angus Reid, en 2015, 20 % des Canadiens ont déclaré payer de leur poche la plupart de leurs ordonnances parce qu'ils ne sont pas assurés ou sont sous-assurés.

On pourrait soutenir que le fait de ne pas offrir une couverture permettant un accès équitable et universel aux médicaments va à l'encontre de l'objectif premier de la politique canadienne de la santé, énoncé dans la *Loi canadienne sur la santé* :

« La politique canadienne de la santé a pour premier objectif de protéger, de favoriser et d'améliorer le bien-être physique et mental des habitants du Canada et de faciliter un accès satisfaisant aux services de santé, sans obstacles d'ordre financier ou autre. »

Il est difficile de soutenir qu'un système protège, favorise et rétablit le bien-être

physique et mental de la population, si les médicaments ne sont pas couverts. Sans s'étendre sur les raisons pour lesquelles les soins dentaires, les soins de la vue, la physiothérapie et les soins de santé mentale ont également été exclus de notre système de santé public, voyons comment le Canada en est arrivé là.

Depuis le début des années 1970, les Canadiens de toutes les régions ont eu accès à un régime public d'assurance-maladie pour les services médicaux et les soins hospitaliers. La *Loi canadienne sur la santé* garantit cet accès et prévoit des transferts de fonds du fédéral vers les provinces. Les provinces gèrent les services et les fournissent. Elles gèrent les fonds comme elles l'entendent, tout en respectant les normes définies par la loi fédérale.

Le gouvernement fédéral assure la couverture des médicaments pour une petite partie de la population, à savoir les réfugiés admissibles, les prisonniers fédéraux, les militaires, les vétérans et les autochtones, considérés comme des patients fédéraux. Les provinces couvrent les médicaments de manière différente pour divers groupes de population, avec des primes, des franchises et des scénarios de coassurance variés. La plupart des provinces couvrent les médicaments d'ordonnance (souvent avec des primes et des franchises) pour les personnes à très faible revenu, les jeunes enfants, les aînés, les personnes atteintes de maladies chroniques ou celles dont les ordonnances coûtent cher. Toutefois, dans l'ensemble, la couverture des médicaments est une courtepoinette trouée et décousue, selon votre code postal.

Plusieurs commissions, comités et chercheurs recommandent l'assurance-médicaments depuis des décennies. La Commission royale d'enquête sur les services de santé de 1964 (la Commission Hall), qui a fourni le plan directeur de notre assurance-maladie nationale, recommandait également la création d'une assurance-médicaments parallèle.

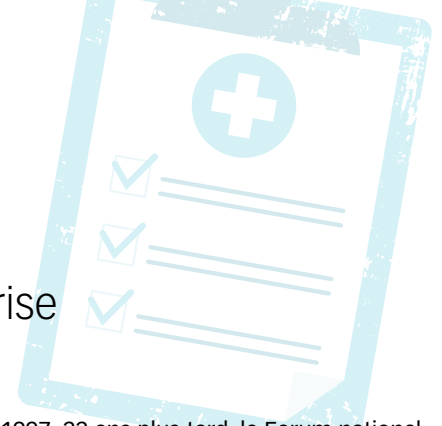
En 1997, 33 ans plus tard, le Forum national sur la santé, présidé par le premier ministre de l'époque, Jean Chrétien, recommandait que les provinces et le gouvernement fédéral travaillent ensemble pour établir une couverture publique universelle des médicaments d'ordonnance, à partir de données comparatives de rentabilité.

En 2002, la Commission sur l'avenir des soins de santé au Canada (la Commission Romanow) a également recommandé de commencer à intégrer complètement les médicaments d'ordonnance à la *Loi canadienne sur la santé*, avec une série de politiques. En 2019, le rapport Hoskins recommandait d'établir un régime public universel à payeur unique d'assurance-médicaments, mis en place progressivement de 2022 à 2027. Enfin, en 2021, le projet de loi d'initiative parlementaire C-213, ou *Loi canadienne sur l'assurance-médicaments*, est proposé. Il fournissait le cadre pour mettre en œuvre les recommandations du rapport Hoskins, mais a été rejeté par la Chambre des Communes par 295 voix contre 32.

Les experts et les commissions ne sont pas les seuls à être d'accord. Selon divers sondages effectués ces dernières années, 80 à 90 % des Canadiens appuient l'assurance-médicaments ou, du moins, croient que personne au Canada ne devrait avoir à de la difficulté à payer ses médicaments.

Si les experts, les commissions, certains partis politiques à l'occasion (dont les libéraux, les néo-démocrates et les verts) et la plupart des Canadiens appuient l'assurance-médicaments, alors pourquoi n'est-elle pas déjà en place?

Le premier obstacle, et le plus évident, est la politique du pays, ou les tensions habituelles en matière de compétence politique entre les gouvernements fédéral et provinciaux. Même si la Constitution n'attribue pas ou ne mentionne pas spécifiquement les soins de santé, les provinces ont traditionnellement compétence sur les services de soins de santé, la réglementation des professionnels de la





En 2015, 20 % des Canadiens ont déclaré payer de leur poche la plupart de leurs ordonnances parce qu'ils ne sont pas assurés ou sont sous-assurés.

santé, les hôpitaux et les cliniques ainsi que les soins de longue durée en résidence, tandis que le pouvoir financier constitue la monnaie d'échange du gouvernement fédéral.

Les relations intergouvernementales sont donc essentielles pour apporter des changements systémiques aux soins de santé, un domaine où la politique découle des objectifs des partis.

Les gouvernements provinciaux ont utilisé les désaccords juridictionnels pour obtenir des gains politiques. Cela peut bloquer ou empêcher le gouvernement fédéral de même tenter de mettre en œuvre des politiques de santé à l'échelle nationale. Par exemple, en décembre 2020, le premier ministre du Québec, François Legault, président

du Conseil des provinces et territoires, a catégoriquement rejeté toute « ingérence » fédérale sur la mise en œuvre de normes nationales liées au financement des soins de longue durée.

La Commission Hall, le Forum national sur la santé, la Commission Romanow et le rapport Hoskins ont tous été menés sous des gouvernements libéraux, mais la volonté fédérale et l'alignement idéologique ne sont qu'une partie de l'équation. L'alignement provincial et la volonté de négocier sur les compétences fédérales-provinciales sont également cruciaux. Au moment de la publication de chacun des rapports mentionnés, les deux plus grandes provinces, l'Ontario et le Québec, étaient respectivement sous des gouvernements progressiste-conservateur et péquiste. Aucun n'aurait été l'allié solide dont le gouvernement fédéral avait besoin ni un suspect habituel dans la cession de l'autorité provinciale.

Selon des entrevues avec de hauts fonctionnaires, un autre obstacle à la mise en œuvre était la croyance précoce de la bureaucratie, pas nécessairement fondée sur des preuves, que l'assurance-médicaments deviendrait un gouffre financier perpétuel une fois mise en œuvre. Sans l'appui des représentants du gouvernement, la mise en œuvre d'une politique aussi complexe serait en effet une tâche difficile à accomplir.

Au fil des décennies, davantage de Canadiens ont obtenu une couverture au moyen de régimes d'assurance-médicaments privés ou parrainés par l'employeur, mais cette couverture est fragile. Les prestations dépendent généralement d'un emploi permanent à temps plein, ce qui est de plus en plus rare pour les jeunes générations, et l'abordabilité des régimes d'avantages sociaux, compte tenu de l'escalade des prix des médicaments, devient une préoccupation plus importante.

Même si les sondages montrent que la grande majorité des Canadiens sont en faveur de l'assurance-médicaments et qu'elle figure dans les programmes des partis au moment des élections, elle n'a jamais été un enjeu électoral crucial galvanisant les électeurs ou augmentant les suffrages. Une mesure peut

être judicieuse en principe, mais si elle ne permet pas de remporter des élections, il n'y a guère d'impératif politique à la mettre en œuvre.

Plus que tout, l'assurance-médicaments s'est transformée en question de principe au fil du temps. Car le sort réservé à la dernière tentative ratée de mise en place d'un cadre d'assurance-médicaments, le projet de loi C-213 (pourtant présenté par un parti d'opposition), donne à penser que la mise en œuvre d'une politique populaire, bien soutenue et fondée sur des valeurs et des principes ne s'inscrit pas dans la culture politique du Canada. Ou, du moins, pas encore. Ni d'un seul coup.

Dans le discours du Trône de l'automne 2020 et les lettres de mandat supplémentaires, nous avons constaté un engagement renouvelé à aller de l'avant avec certains composants de l'assurance-médicaments. Les ministres de la Santé et des Aînés ont reçu le mandat de travailler avec « les provinces et les territoires qui souhaitent aller de l'avant rapidement, accélérer les travaux d'élaboration d'un régime national universel d'assurance-médicaments, y compris l'établissement de l'Agence canadienne des médicaments, et mettre en place une liste de médicaments admissibles pour que le prix de ceux-ci demeure bas et une stratégie concernant les maladies rares pour aider les familles à réaliser des économies sur les médicaments coûteux ».

Paver lentement la voie d'un programme national d'assurance-médicaments semble être l'approche du gouvernement actuel. L'assurance-médicaments n'est pas une politique dont l'élaboration et la mise en œuvre sont simples. Une approche progressive pourrait faire réaliser des gains dans ce dossier sans compromettre d'autres priorités qui font gagner des votes. Il reste à voir si tout cela se concrétisera assez tôt pour répondre aux besoins actuels des Canadiens. ■

Jean-Sébastien Côté est agent des relations gouvernementales provinciales et territoriales à l'Association nationale des retraités fédéraux.

LES MAÎTRES DE LA VACCINATION

Le Comité consultatif national de l'immunisation a formulé les recommandations sur les politiques de distribution des vaccins.

JESSICA SEARSON

Dans un monde idéal, nous serions tous vaccinés contre la COVID-19 en même temps. Mais l'approvisionnement en vaccins est échelonné et certains groupes sont plus à risque. Ils doivent donc être vaccinés plus tôt.

Le Comité consultatif national de l'immunisation (CCNI) formule des recommandations reposant sur des données probantes quant à l'utilisation des vaccins autorisés au Canada. Il recommande également des facteurs relatifs aux programmes d'immunisation qui guident les décisions des provinces et des territoires, responsables de la mise en œuvre des vaccins dans leur région.

Le CCNI a publié des lignes directrices sur la priorisation des populations clés pour une vaccination précoce, des recommandations sur l'utilisation des vaccins contre la COVID-19, ainsi que des priorités de recherche sur la COVID-19. Ses recommandations reposent sur les données les plus récentes et sont mises à jour au fur et à mesure de leur évolution.

En février 2021, le CCNI a publié des directives sur la priorisation des populations clés pour la vaccination contre la COVID-19. Notre site Web présente des informations sur ces populations et le séquençage des vaccins, à retraitesfederaux.ca/deploiement-vaccin/.

Politique de déploiement des vaccins

Quelle logique détermine qui se fait vacciner et quand? Selon les circonstances observées pendant la pandémie de COVID-19, il est évident qu'il faut veiller à ce que la distribution des vaccins soit fondée sur des données probantes et qu'elle soit équitable, éthique et efficace. La décision tient compte de plusieurs facteurs, comme le fardeau de la maladie et les caractéristiques du vaccin. Le CCNI présente un résumé des preuves et une justification pour chaque recommandation.

Une analyse risques-avantages basée sur la population a pris en compte les risques d'exposition, de transmission, de maladie grave et de décès, ainsi que l'innocuité et l'efficacité des vaccins dans les populations clés.

Certains Canadiens présentent un risque plus élevé de maladie grave et de décès en raison

de facteurs biologiques comme l'âge avancé et des problèmes médicaux préexistants. Des facteurs sociaux comme le faible statut socio-économique et l'appartenance à un groupe racialisé augmentent également le risque de maladie et de résultats graves.

Nous risquons tous de contracter la COVID-19, mais certains sont plus exposés, en raison de leur lieu de travail, de l'incapacité de respecter la distance physique et de leur accès aux soins de santé.

Le CCNI souligne que les populations clés ne s'excluent pas mutuellement et peuvent se chevaucher.

Les recommandations sont également fondées sur l'approvisionnement, en tenant compte du nombre de vaccins disponibles, du nombre de doses disponibles et du moment où elles sont administrées, du nombre de doses nécessaires, ainsi que des conditions de pandémie lorsque les vaccins sont disponibles.

Pour formuler ses recommandations, le CCNI examine également des facteurs comme l'éthique, l'équité, la faisabilité et l'acceptabilité, en s'appuyant sur un cadre publié et examiné par des pairs, et sur des outils fondés sur des données probantes.

Par exemple, il a examiné les données probantes pour dégager les iniquités associées à la COVID-19, ainsi que les facteurs contributifs et les recoupements, et a donné des conseils sur les programmes pour réduire les iniquités et améliorer l'accès. Il a également étudié la faisabilité de la mise en œuvre des recommandations et leur acceptabilité par le public et les fournisseurs canadiens.

Le CCNI a formulé trois recommandations pour guider la prise de décision éthique et la mise en œuvre des programmes d'immunisation dans toutes les populations clés :

- **L'équité** : Il faut s'efforcer d'accroître l'accès aux services d'immunisation afin de réduire les inégalités en matière de santé, sans aggraver la stigmatisation ou la discrimination, et de faire participer systématiquement les populations marginalisées et racialisées à la planification des programmes d'immunisation.
- **La faisabilité** : Les provinces et territoires devraient surveiller de près et rapidement l'innocuité, l'efficacité et la couverture

des différents vaccins dans différentes populations clés, ainsi qu'une vaccination efficace des populations dans les communautés isolées en périphérie.

- **L'acceptabilité** : Il faut s'efforcer d'améliorer les connaissances sur les avantages des vaccins en général et des vaccins contre la COVID-19 en particulier, pour lutter contre la désinformation et communiquer les décisions d'allocation des vaccins contre la COVID-19 de manière transparente.

Les provinces et les territoires aux commandes

Les provinces et les territoires sont au milieu d'un déploiement de vaccins sans précédent.

En raison de son fédéralisme unique et de la répartition des pouvoirs entre les gouvernements, le Canada n'a pas de stratégie unique de déploiement de la vaccination.

Les plans provinciaux et territoriaux suivent les directives du CCNI, mais l'évolution de

la pandémie et les différences régionales exigent de la souplesse. Les stratégies de vaccination varient d'un bout à l'autre du pays car, tout simplement, les populations, la logistique et la pandémie elle-même varient d'une région à l'autre. Cela entraîne des différences quant aux personnes qui seront vaccinées et au moment où elles le seront.

On encourage les provinces à respecter les recommandations du CCNI dans la mesure du possible, tout en tenant compte de leur situation locale pour assurer la meilleure distribution possible des vaccins contre la COVID-19.

Pour obtenir les dernières mises à jour sur le plan de vaccination dans votre région, vérifiez auprès de votre autorité sanitaire locale. Retraités fédéraux continue de surveiller le déploiement des vaccins dans tout le pays. Pour des mises à jour, visitez notre site Web, à retraitesfederaux.ca/plan-vaccin/. ■

Jessica Searson est agente des politiques et de la défense des intérêts à l'Association nationale des retraités fédéraux.

Après le record de ristournes en 2021, le ratio des frais de gestion est de **1,03 %**, comparativement à la moyenne de **2,10 %** dans cette catégorie

Économies de 51 %

Tradex CA  since 1960
depuis 1960
mutual funds for the public service
fonds mutuels pour fonctionnaires

TRADEX FONDS D'ACTION LIMITÉE

Fondé par des fonctionnaires, en **avril 1960**, exclusivement pour les fonctionnaires et leurs familles

Gestion Tradex Inc.
85 rue Albert, bureau 1600, Ottawa, ON K1P 6A4
www.tradex.ca | info@tradex.ca | 1-800-567-3863



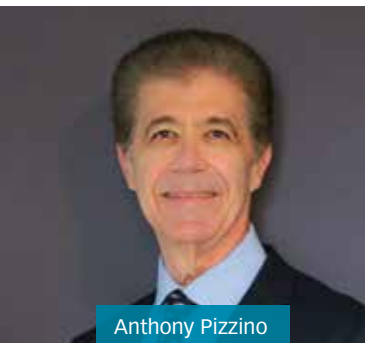
Association nationale
des retraités fédéraux
**PARTENAIRE
PRIVILÉGIÉ**

Disponible directement par l'entremise de Tradex en **Ontario, au Québec** et en **Colombie-Britannique**, ou par l'intermédiaire de courtiers de qualité et de courtiers à escompte dans tous les territoires et provinces du Canada

Des commissions, des commissions de suivi, des honoraires de gestion et autres frais peuvent être associés aux fonds communs de placement. Veuillez lire le prospectus avant de faire un placement. Les fonds communs de placement ne sont pas garantis, leur valeur change souvent, et la performance passée peut ne pas se répéter.

DERNIÈRES NOUVELLES

Retraités fédéraux accueille un nouveau DG



Anthony Pizzino

Anthony Pizzino est le nouveau DG de l'Association nationale des retraités fédéraux.

Souhaitant la bienvenue à M. Pizzino, le président

Jean-Guy Soulière a déclaré : « Nous avons hâte d'établir une relation de travail étroite et productive avec vous et d'obtenir des résultats pour nos membres. »

Planificateur stratégique chevronné, M. Pizzino possède une vaste expérience de direction. Il a cofondé l'Executive Directors Network, qui réunit des cadres supérieurs d'associations professionnelles et de syndicats du Canada, pour échanger des pratiques exemplaires, se perfectionner sur le plan professionnel en participant à des conférences annuelles et nouer des contacts par collaboration numérique.

De 2014 à 2019, il a été l'administrateur inaugural de l'AMAPCEO, où il a défini et assuré l'orientation stratégique du deuxième plus grand agent négociateur de la fonction publique de l'Ontario. Avant, il a été directeur général des cliniques de santé au travail pour Ontario Workers Inc. et, auparavant, il a passé 23 ans au Syndicat canadien de la fonction publique, où il occupait le poste de directeur national à la fin de son mandat.

« Je suis très enthousiaste au sujet de mon mandat au sein d'une association aussi remarquable et de longue date de fonctionnaires retraités et dévoués, de vétérans des Forces armées canadiennes et de la GRC, ainsi que de leurs partenaires et survivants », a déclaré M. Pizzino, qui vit à Ottawa. « Je suis convaincu que mes antécédents, mon expérience, ma capacité

à travailler dans les deux langues officielles et mon leadership éprouvé m'aideront à effectuer une transition rapide. »

M. Pizzino est entré en fonction le 10 mai.

Assemblée annuelle des membres de 2021

La pandémie de coronavirus peut changer la façon dont nous communiquons avec ses membres, mais elle ne nous empêchera pas de nous rassembler pour traiter des affaires importantes de l'Association. Cette année, l'assemblée annuelle des membres a lieu les 17 et 29 juin en mode virtuel. Une assemblée de suivi est prévue en septembre.

Événements de l'Association en personne

Le conseil d'administration de Retraités fédéraux continue de surveiller la situation de la COVID-19 au Canada, en gardant à l'esprit la sécurité de ses membres. Tous les événements en personne continuent d'être annulés jusqu'à nouvel ordre. Nos sections demeurent ouvertes pour mener des activités virtuelles. Contactez la vôtre pour plus de renseignements sur des événements en ligne (voir le répertoire des pages 41-44).

Abby Hoffman remporte le prix de l'APEX

Félicitations à Abby Hoffman, lauréate de l'édition 2021 du Prix de contribution pendant une carrière de l'APEX.

Durant sa carrière, elle a contribué à l'avancement des droits et de la santé des femmes, à la revitalisation du système sportif du Canada et aux soins de santé. Elle soutient des politiques fondées sur des données probantes et des communautés scientifiques et politiques dynamiques, tout en étant un modèle pour la défense du système de soins de santé du Canada.

Au cours de ses 27 années à Santé Canada, elle a joué un rôle de premier plan dans de nombreuses initiatives de transformation, dont une loi historique sur l'aide médicale à mourir (AMD), la modernisation du Règlement sur les médicaments brevetés du Canada, ainsi que le renforcement de la surveillance fédérale de la *Loi canadienne sur la santé*.

Officière de l'Ordre du Canada, elle a été quatre fois athlète olympique et a été la première femme à occuper le poste de directrice générale de Sport Canada.

Il s'agit du quatrième prix de l'APEX parrainé par l'Association.

Augmentation de salaire pour les FAC

Les membres admissibles des Forces armées canadiennes (FAC) recevront une augmentation de salaire générale, rétroactive au 1^{er} avril 2018. Les membres des FAC après le 31 mars 2018 seront admissibles à un paiement forfaitaire rétroactif et à des ajustements à leur indemnité de départ, en fonction des nouveaux taux en vigueur au 31 mars 2021. Les anciens membres qui n'ont pas reçu ce paiement à la fin d'avril 2021 doivent communiquer avec l'Administration des bénéficiaires à la libération par courriel, à release_benefits_administration@forces.ca pour s'informer.

Rêves de voyage

Le déploiement de la vaccination contre le coronavirus fait renaître des rêves de voyage. Notre partenaire privilégié Collette présente quatre circuits aux membres qui souhaitent réserver tôt. Trois avaient été reportés, l'Espagne est un nouveau circuit. Même si la pandémie peut bouleverser les dates à tout moment, voici ce qui était prévu au moment de mettre sous presse :



10-22 oct. 2021	Découverte de l'Écosse et de l'Irlande
4-12 sept. 2021	Région des Rocheuses canadiennes, de leurs lacs et de leurs vignobles
19 mars au 2 avril 2022	Classiques de l'Espagne et Portugal
Oct. 2022	De l'arrière-pays de l'Australie à l'île du Sud de la Nouvelle-Zélande

Un test, le rétablissement et le vaccin contre la COVID-19 sont obligatoires. Pour des précisions : gocollette.com.

Pour plus de renseignements sur les réservations, contactez Brigitte Blais, à bblais@expediacruz.com ou au 613-282-387. Expedia est l'agent de Collette; il s'agit de circuits terrestres et non pas de croisières.

Semaine nationale de la fonction publique

La Semaine nationale de la fonction publique a lieu du 13 au 19 juin, et Retraités fédéraux souhaite remercier tous les fonctionnaires qui ont protégé les Canadiens pendant la pandémie de coronavirus.

Nous encourageons également nos membres à redonner, en se protégeant et en protégeant les autres. Contactez votre autorité de santé publique et faites-vous vacciner contre la COVID-19 si vous êtes admissible. C'est la meilleure façon de dire merci.

Nous vous encourageons à partager notre affiche (voir retraitesfederaux.ca) avec vos jeunes amis et leur famille et nous invitons les jeunes artistes à la colorier et à l'envoyer par courriel à retraitesfederaux.ca/fr/nouvelles-opinions/semaine-nationale-de-la-fonction-publique. Nous en publierons une dans le prochain numéro de Sage.

Bourses d'études de Johnson

Notre partenaire Johnson Assurance accepte maintenant les demandes pour ses bourses

d'études 2021. Les enfants et petits-enfants des membres de Retraités fédéraux peuvent être admissibles à l'une des 50 bourses d'études d'une valeur de 1 000 \$ chacune. Pour en savoir plus, visitez <https://www.johnson.ca/fr/bourses-detudes> ou composez le numéro sans frais 1-844-567-1237. Date limite : 15 juillet 2021.

Résidents canadiens et pensions d'État britanniques

Le gouvernement britannique soutient que les personnes qui ont versé des cotisations obligatoires au régime d'assurance national du Royaume-Uni, mais qui résident maintenant au Canada, ont droit à des pensions d'État gelées et non pas indexées.

Depuis plus de 70 ans, le gouvernement britannique soutient qu'en l'absence d'accord réciproque avec le Canada, il n'est pas légalement tenu de verser une pension indexée. Le pouvoir d'achat de ces pensions diminue donc chaque année.

La Canadian Alliance of British Pensioners, un organisme sans but lucratif, fait pression sur le gouvernement pour qu'il revienne sur sa politique actuelle. Pour en savoir plus : www.britishpensions.com.

Recours collectif sur les examens médicaux de la GRC

Les tribunaux fédéraux ont récemment certifié un recours collectif qui allègue une négligence systémique et un manquement au devoir de diligence de la part de la GRC. Menée par la plaignante Sylvie Corriveau, il vise à obtenir des dommages-intérêts généraux, punitifs et spéciaux.

M^{me} Corriveau, une ex-employée civile de la GRC au centre de communications opérationnelles, a déclaré avoir été agressée sexuellement par un médecin alors qu'elle postulait à la GRC en 1989. Elle a passé des années à sonner l'alarme au sujet des médecins désignés de la GRC qui agressaient sexuellement les candidats et candidates lors des examens physiques obligatoires.

La juge Ann Marie McDonald, qui a rendu sa décision à la fin du mois de mars, a statué que la poursuite visait toutes les personnes qui ont été harcelées alors qu'elles travaillaient pour la GRC pendant et après septembre 1974.

Mise à jour sur les pensions révisées

Le 30 avril, Retraités fédéraux a rencontré le conseil d'administration national, les agents négociateurs et les représentants du receveur général et de la section des pensions de SPAC, pour faire le point sur les révisions des pensions liées aux augmentations salariales des conventions collectives rétroactives de 2014 et 2018. Pour y être admissibles, les retraités doivent avoir été employés pendant les périodes touchées par ces conventions collectives rétroactives.

Le centre fédéral des pensions ajustera toutes les prestations de retraite associées après avoir reçu tous les historiques de salaires actualisés et les cotisations correspondantes.

Il reste environ 8000 cas liés aux conventions de 2014. Le centre de pensions avait commencé à réviser les cas en 2019, en a terminé 77 % et prévoit finir le reste en septembre 2021.

Le centre a commencé à réviser les 31000 cas liés aux conventions de 2018 en mai 2021. Il prévoit en terminer 25 % d'ici septembre 2021, 60 % d'ici janvier 2022 et le tout d'ici avril 2022.

Certains cas sont de simples recalculs de la moyenne des cinq meilleures années consécutives du salaire le plus élevé, mais il existe de nombreux cas complexes étant donné que plus de 100 conventions collectives sont concernées. En général, la révision des cas exceptionnels exige de 9 à 12 mois.

Les personnes dont la pension a été révisée recevront un relevé de dépôt direct actualisé. Pour des mises à jour : canada.ca/fr/secretariat-conseil-tresor/sujets/pension-avantages-sociaux.html. ■

VOTRE SECTION EN BREF

Pendant la pandémie du coronavirus, Retraités fédéraux surveille l'état de la situation des événements prévus. Au moment de mettre sous presse, nous avons décidé d'annuler tous les événements en personne avec les membres jusqu'à nouvel ordre. Pour connaître les mises à jour les plus récentes sur les événements virtuels à venir, surveillez les courriels de votre section, visitez son site Web ou appelez le numéro de téléphone de votre section qui figure dans cet annuaire. Pour ajouter votre adresse de courriel à votre profil de membre, visitez retraitesfederaux.ca/capture-courriel. Vous pouvez aussi communiquer avec notre équipe des services aux membres au 613-745-2559, poste 300, ou sans frais au 1-855-304-4700. Elle sera heureuse d'être à votre service.

COLOMBIE-BRITANNIQUE

BC01 CENTRE DE LA VALLÉE DU FRASER

C.P. 2202, succ. A
Abbotsford (C.-B.) V2T 3X8
778-344-6499
federalretirees.ca/centralfraservalley
nafrbc1@yahoo.com

BC02 CHILLIWACK

9400, rue College
C.P. 463
Chilliwack (C.-B.) V2P 6J7
604-795-6011
federalretirees.ca/chilliwack
nafrchwk@shaw.ca

BC03 DUNCAN ET DISTRICT

3110, rue Cook, unité 34
Chemainus (C.-B.) V0R 1K2
250-324-3211
federalretirees.ca/duncan
duncanfederalretirees@gmail.com

BC04 OUEST DE LA VALLÉE DU FRASER

C.P. 34141
COP carré Clover
Surrey (C.-B.) V3S 8C4
604-574-2939
retraitesfederaux.ca/fraservalleywest
info@nafrfraservalleywest.ca

Bénévoles recherchés :
bulletin/communications

BC05 NANAIMO ET RÉGION

C. P. 485
Lantzville (C.-B.) V0R 2H0
250-248-2027
ashdown@shaw.ca

BC06 ÎLE DU NORD-JOHN FINN

C.P. 1420
Comox (C.-B.) V9M 7Z9
1-855-304-4700
info@nijf.ca

AGM (Zoom) : En juin, détails à venir

BC07 CENTRE DE L'OKANAGAN

C.P. 20186, COP Towne Centre
Kelowna (C.-B.) V1Y 9H2
250-712-6213
retraitesfederaux.ca/centralokanagan

BC08 VANCOUVER

4445, rue Norfolk
Burnaby (C.-B.) V5G 0A7
604-681-4742
fsnavan@shaw.ca

Bénévoles recherchés :
Communiquez avec la section
pour plus de renseignements

BC09 VICTORIA-FRED WHITEHOUSE

A/s de la Légion royale
canadienne, filiale n° 292
411, ch. Gorge Est
Victoria (C.-B.) V8T 2W1
250-385-3393
federalretireesvictoria@shaw.ca

BC10 SUD DE L'OKANAGAN

696, rue Main
Penticton (C.-B.) V2A 5C8
250-493-6799
fedretirees@telus.net

BC11 NORD DE L'OKANAGAN

3808, 35^e Av., unité 206
Vernon (C.-B.) V1T 2T9
250-542-2268
fsna11@telus.net

BC12 KAMLOOPS

C.P. 1397, succ. Main
Kamloops (C.-B.) V2C 6L7
250-571-5007
kamloopsoffice@gmail.com

BC13 KOOTENAY

396, ch. Wardner-Fort Steele
Fort Steele (C.-B.) V0B 1N0
250-919-9348
fsnabc13@gmail.com

BC14 SIDNEY ET DISTRICT

C.P. 2607, succ. Main
Sidney (C.-B.) V8L 4C1
250-385-3393
federalretirees.sidneybc@gmail.com

BC15 PRINCE GEORGE

C.P. 2882, succ. B
Prince George (C.-B.) V2N 4T7
federalretirees.ca/princegeorge
nafr@shaw.ca

Assemblée générale (Zoom) :
7 juin, à 13 h

Assemblée générale (Zoom) :
13 sept. à 13 h

ALBERTA

AB16 CALGARY ET DISTRICT

1133, 7^e Av. S.-O., unité 302
Calgary (Alb.) T2P 1B2
403-265-0773
federalretirees.ca/calgary
nafrcalg@telus.net

AB17 EDMONTON

C.P. 81009, parc McLeod
Edmonton (Alb.) T5Y 3A6
780-413-4687
1-855-376-2336
retraitesfederaux.ca/edmonton
edmonton@federalretirees.ca

Alors que la pandémie de COVID-19 continue de perturber notre vie quotidienne, la communication par courriel est devenue plus importante que jamais. Pour ajouter votre adresse de courriel à votre profil de membre, contactez notre équipe des services aux membres, par courriel à service@retraitesfederaux.ca, ou par téléphone au numéro sans frais 1-855-304-4700 (à Ottawa, composez le 613-745-2559).

**AB18 SUD DE L'ALBERTA**

Nord-Bridge Senior Centre
1904, 13^e Av. Nord, unité 8
Lethbridge (Alb.) T1H 4W9
403-328-0801
nafr18@shaw.ca

AB19 RED DEER

C.P. 25016, COP Deer Park
Red Deer (Alb.) T4R 2M2
403-556-3581
reddeerfederalretireesass@gmail.com

AB20 MEDICINE HAT ET DISTRICT

865, ch. Shefford
Ottawa (Ont.) K1J 1H9
403-952-7110
(message vocal/texto)
fsna.ab20@gmail.com

AB21 BATTLE RIVER

17124, r^{te} Township 514
R.R. 2, Ryley (Alb.) T0B 4A0
780-663-2045
cvhyde@mcsnet.ca

AB92 LAKELAND

C.P. 1391, succ. Main
Cold Lake (Alb.) T9M 1P3
780-594-3961
louethel@telusplanet.net

Assemblée générale des membres : En oct., détails à venir

Bénévoles recherchés : trésorier ou trésorière

SASKATCHEWAN**SK22 NORD-OUEST DE LA SASKATCHEWAN**

161, cr. Riverbend
Battleford (Sask.) S0M 0E0
(306) 441-1819
tbgs@sasktel.net

SK23 MOOSE JAW

A/s de Barry Young
93, cr. Daisy
Moose Jaw (Sask.) S6J 1C2
306-313-7978
nafrmj23@outlook.com

SK24 REGINA ET RÉGION

2001, rue Cornwall, unité 112
Regina (Sask.) S4P 3X9
306-359-3762
nafr@sasktel.net

SK25 SASKATOON ET RÉGION

C.P. 3063, succ. Main
Saskatoon (Sask.) S7K 3S9
306-374-5450
306-373-5812
saskatoon@federalretirees.ca

SK26 PRINCE ALBERT ET DISTRICT

C.P. 333, succ. Main
Prince Albert (Sask.) S6V 5R7
306-763-7973
306-314-5644
gents@sasktel.net

SK29 SWIFT CURRENT

847 Prom. Field
Swift Current (Sask.) S9H 4H8
306-773-5068
leyshon@sasktel.net

MANITOBA**MB30 OUEST DU MANITOBA**

311, av. Park E.
Brandon (Man.) R7A 7A4
federalretirees.ca/western-manitoba
nafrmb30@gmail.com

Bénévoles recherchés :

Communiquez avec la section pour plus de renseignements

MB31 WINNIPEG ET DISTRICT

3336, av. Portage, unité 526
Winnipeg (Man.) R3K 2H9
204-989-2061
nafrwpg@mymts.net

MB32 CENTRE DU MANITOBA

163, cr. Wilkinson
Portage La Prairie (Man.) R1N 3R6
204-872-0505
coleamkamphuis@gmail.com

MB91 EST DU MANITOBA

C.P. 219
Pinawa (Man.) R0E 1L0
204-753-8402
nafr-mb91@hotmail.com
ttveiv@mts.net

ONTARIO**ON33 VALLÉE DE L'ALGONQUIN**

C. P. 1930
Deep River (Ont.) K0J 1P0
613-584-3242 (président)
613-584-3943
fsnaalgonquinvalley.com
kmcldon@sympatico.ca
avb.on33@gmail.com

ON34 PEEL-HALTON ET RÉGION

1235, ch. Trafalgar – Case 84018
Oakville (Ont.) L6H 5V7
905-858-3770
905-824-4853
federalretirees.ca/peel-halton
nafrtreasureron34@gmail.com

ON35 HURONIE

80, rue Bradford
Barrie (Ont.) L4N 6S7
1-855-304-4700
on35.info@gmail.com

Bénévoles recherchés :

personnes pour donner un coup de main *ad hoc*

ON36 BLUEWATER

C.P. 263, succ. Main
Sarnia (Ont.) N7T 7H9
519-330-1492
retraitesfederaux.ca/bluewater
bluewaterbranch@federalretirees.ca

Bénévoles recherchés :

Communiquez avec la section pour plus de renseignements

ON37 HAMILTON ET RÉGION

14 ch. Highland Park
Dundas (Ont.) L9H 3L8
905-627-3827
hamilton@federalretirees.ca

ON38 KINGSTON ET DISTRICT

C.P. 1172
Kingston (Ont.) K7L 4Y8
866-729-3762
613-542-9832 (information)
federalretirees.ca/kingston
nafrkingston@gmail.com

ON39 KITCHENER-WATERLOO ET DISTRICT

110, ch. Manitou
Kitchener (Ont.) N2C 1L3
519-742-9031
federalretirees.ca/kitchenerwaterloo
fsna39@gmail.com

ON40 LONDON

865 ch. Shefford
Ottawa (Ont.) K1J 1H9
519-439-3762 (boîte vocale)
londonbranch@federalretirees.ca

ON41 PÉNINSULE DU NIAGARA

865, ch. Shefford
Ottawa (Ont.) K1J 1H9
nafrsecretaryniabranh41@outlook.com

ON43 OTTAWA ET INTERNATIONAL

2285, boul. St-Laurent, unité B-2
Ottawa (Ont.) K1G 4Z5
613-737-2199
nafrottawa.com
info@nafrottawa.com

ON44 PETERBOROUGH ET RÉGION

C.P. 2216, succ. Main
Peterborough (Ont.) K9J 7Y4
705-559-9253
brunet.pierre@sympatico.ca

ON45 QUINTE

132, rue Pinnacle (Légion)
C. P. 20074
Belleville (Ont.) K8N 3A4
613-968-7212
fsnaon45@gmail.com

Alors que la pandémie de COVID-19 continue de perturber notre vie quotidienne, la communication par courriel est devenue plus importante que jamais. Pour ajouter votre adresse de courriel à votre profil de membre, contactez notre équipe des services aux membres, par courriel à service@retraitesfederaux.ca, ou par téléphone au numéro sans frais 1-855-304-4700 (à Ottawa, composez le 613-745-2559).

ON46 QUINTRENT

77, rue Campbell
Trenton (Ont.) K8V 3A2
613-394-4633
federalsupernet@bellnet.ca

Bureau temporairement fermé.
Appels téléphoniques, lettres et courriels acceptés.

ON47 TORONTO ET RÉGION

C.P. 65120 COP Chester
Toronto (Ont.) M4K 3Z2
416-463-4384
fsna@on.aibn.com

Bénévoles recherchés :
TI/Communications

ON48 THUNDER BAY ET RÉGION

C.P. 29153 COP McIntyre Centre
Thunder Bay (Ont.) P7B 6P9
807-624-4274
nafrmb48@gmail.com

ON49 WINDSOR ET RÉGION

628, croiss. Commisso
LaSalle (Ont.) N9H 0C2
519-970-9048
nafr.on49@gmail.com

Réunion virtuelle (Zoom) :
21 oct., à 13 h, voir le rapport de section pour les détails

ON50 MOYEN-NORD

C.P. 982, succ. Main
North Bay (Ont.) P1B 8K3
705-498-0570
nearnorth50@gmail.com

ON52 ALGOMA

8, rue Gravelle
Sault Ste Marie (Ont.) P6A 4Z6
705-946-0002
davischuck@yahoo.ca

ON53 VALLÉE DE L'OUTAOUAIS

C.P. 20133
Perth (Ont.) K7H 3M6
1-855-304-4700
info@fsnaottawavalley.ca

ON54 CORNWALL ET DISTRICT

141, cr. Markell
Cornwall (Ont.) K6H 6X2
613-938-8265
federalretirees.cornwall@gmail.com

ON55 YORK

865, chemin Shefford
Ottawa (Ont.) K1J 1H9
1-855-304-4700 (général)
905-505-2079 (section)
federalretirees.york@gmail.com

ON56 HURON-NORD

34, cr. Highland
Capreol (Ont.) P0M 1H0
705-618-9762
federalretirees.ca/huron
huronnorth56@gmail.com

QUÉBEC

QC57 QUÉBEC

660, 57^e rue O., unité 162
Québec (Qué.) G1H 7L8
418-661-4896
anrf-sq.org
facebook.com/retraitesfederauxquebec

Réunion d'information générale (Zoom) : 22 oct., à 9 h 30, détails à venir

QC58 MONTRÉAL

1940, Boul. Henri-Bourassa E.,
unité 300
Montréal (Qué.) H2B 1S1
514-381-8824
anrfmontreal.ca
facebook.com/retraitesfederauxmtl
info@anrfmontreal.ca

Réunion virtuelle (Zoom) :
détails à venir par courriel,
communiquez avec la section
pour plus de renseignements

QC59 CANTONS-DE-L'EST

1871 rue Galt O.
Sherbrooke (Qué.) J1K 1J5
819-829-1403
anrf_cantons@hotmail.com

QC60 OUTAOUAIS

331, Boul. de la Cité-des-Jeunes
unité 115
Gatineau (Qué.) J8Y 6T3
819-776-4128
admin@anrf-outaouais.ca

QC61 MAURICIE

C.P. 1231
Shawinigan (Qué.) G9P 4E8
819-375-3394
anrf-mauricie.adhesion@outlook.fr
retraitesfederaux.ca/mauricie

QC93 HAUTE-YAMASKA

C.P. 25, succ. Bureau-Chef
Granby (Qué.) J2G 8E2
1-855-304-4700
haute-yamaska@retraitesfederaux.ca

NOUVEAU-BRUNSWICK

NB62 FREDERICTON ET DISTRICT

C.P. 30068 COP Prospect Plaza
Fredericton (N.-B.) E3B 0H8
506-451-2111
retraitesfederaux.ca/fredericton
facebook.com/branchnb62
nafrfred.nb62@gmail.com

NB63 MIRAMICHI

C.P. 614, succ. Main
Miramichi (N.-B.) E1V 3T7
1-855-304-4700
smithrd@nb.sympatico.ca

NB64 SUD-EST DU N.-B.

C.P. 1768, succ. Main
281, rue St George
Moncton (N.-B.) E1C 9X6
506-855-8349
506-386-5836
fsnasenb64@gmail.com

NB65 BAIE DE FUNDY

C.P. 935, succ. Main
Saint John (N.-B.) E2L 4E3
506-849-2430
fsna65@gmail.com

NB67 HAUT DE LA VALLÉE

105, allée Lewis P. Fisher, unité 4
Woodstock (N.-B.) E7M 0G6
506-594-1194
gloglaw@gmail.com

NB68 RÉGION DE CHALEUR

2182, ch. Val-Doucet
Val-Doucet (N.-B.) E8R 1Z6
506-764-3495
japaulin@rogers.com

NOUVELLE-ÉCOSSE

NS71 CÔTE SUD

100 rue High, case 214
Bridgewater (N.-É.) B4V 1V9
1-855-304-4700
nafrns71pres@gmail.com

NS72 COLCHESTER-EAST HANTS

12, av. Harris
Truro (N.-É.) B2N 3N2
902-893-0543
902-957-0545
colchester-easthants@federalretirees.ca

NS73 CENTRE DE LA NOUVELLE-ÉCOSSE

73, ch. Tacoma, unité 503
Dartmouth (N.-É.) B2W 3Y6
902-463-1431
officemanager@ns.aliantzinc.ca

NS75 OUEST DE LA NOUVELLE-ÉCOSSE

Case 1131
Middleton (N.-É.) B0S 1P0
902-765-8590
federalretirees.ca/western-nova-scotia
nafr75@gmail.com

NS77 CAP BRETON

C. P. 785
Sydney (N.-É.) B1P 6J1
902-562-6541
ve1ars@gmail.com

Alors que la pandémie de COVID-19 continue de perturber notre vie quotidienne, la communication par courriel est devenue plus importante que jamais. Pour ajouter votre adresse de courriel à votre profil de membre, contactez notre équipe des services aux membres, par courriel à service@retraitesfederaux.ca, ou par téléphone au numéro sans frais 1-855-304-4700 (à Ottawa, composez le 613-745-2559).

**NS78 CUMBERLAND**

C.P. 303
Parrsboro (N.-É.) B0M 1S0
902-661-0596
gerard.cormier@ns.sympatico.ca
carose@gmail.com

NS79 ORCHARD VALLEY

C.P. 815, succ. Main
Kentville (N.-É.) B4N 4H8
902-375-2221
1-855-304-4700
tandrcross@outlook.com

NS80 NOVA-NORD

C.P. 924, succ. Main
New Glasgow (N.-É.) B2H 5G2
1-855-304-4700
victorfleury@eastlink.ca

ÎLE-DU-PRINCE-ÉDOUARD**PE82 CHARLOTTETOWN**

C.P. 1686, succ. Central
Charlottetown (Î.-P.-É.) C1A 7N4
1-855-304-4700
pat@ptassociates.ca

PE83 SUMMERSIDE

C.P. 1558, succ. Main
Summerside (Î.-P.-É.) C1N 4K4
902-724-2302
cliffpoirier@eastlink.ca

TERRE-NEUVE-ET-LABRADOR**NL85 OUEST DE TERRE-NEUVE-ET-LABRADOR**

2, av. Herald, C.P. 20052
Corner Brook (T.-N.-L.) A2H 7J5
709-639-5350
wayneronaldbennett@gmail.com

NL86 CENTRE DE TERRE-NEUVE

132A, rue Bayview
Twillingate (T.-N.-L.) A0G 4M0
709-884-2862
wlkjenkins@personainternet.com

NL87 AVALON-BURIN

C.P. 21124 COP ch. MacDonald
St. John's (T.-N.-L.) A1A 5B2
709-834-3648
wcombden70@gmail.com

Alors que la pandémie de COVID-19 continue de perturber notre vie quotidienne, la communication par courriel est devenue plus importante que jamais. Pour ajouter votre adresse de courriel à votre profil de membre, contactez notre équipe des services aux membres, par courriel à service@retraitesfederaux.ca, ou par téléphone au numéro sans frais 1-855-304-4700 (à Ottawa, composez le 613-745-2559).

VOUS QUITTEZ LA GRC?

**RESTEZ AU SEIN
DE L'ÉQUIPE
EXPLOITEZ VOS
COMPÉTENCES
PARTAGEZ VOTRE
EXPÉRIENCE**

**REJOIGNEZ
L'ASSOCIATION DES
VÉTÉRANS DE LA
GRC**

- * Divisions dans toutes les provinces et au Yukon
- * Défense des intérêts/Transition
- * TSPT/ACC



WWW.RCMPVA.ORG



AVIS DE DÉCÈS

BC01 CENTRE DE LA VALLÉE DU FRASER

Patricia Hodgson
L. J. Kamp
Lois Stonely
Peter Termehr
Nora Ward
Jean Wilkinson

BC02 CHILLIWACK

Marion G. Barnes
Cecil Caughlin
Stefan Czeck
Margaret Forman
Peter Mushrow
Marion Trebilcock

BC04 OUEST DE LA VALLÉE DU FRASER

David Barry Jones

BC07 CENTRE DE L'OKANAGAN

David Anderson
Paul Andre Bernard
Patricia Davison
Eugene Harmata
Roger Hostin
George Jaques
Len Novakowski
J. T. A. Stewart

BC08 VANCOUVER

Helen Anderson
Lane Brownell
Mary Chance
Joyce L. Darch
Don Forsyth
Dorothy Haug
Joan Hornall
Pat Lathwell
Marjorie Lynch
Joan E. Marshall
Larry D. Pearce
Jean Valliant
Laurie Vibert
William Gerald Whitley

BC09 VICTORIA-FRED WHITEHOUSE

Norman Anderson
Joan Bates
Gordon Berg
K. A. W. Gaudett
Theodore Hartz
Doris May James
J. E. Lesperance
Gordon Lough

Kenneth MacDonald
Shirley McGregor
Marie-Louise Proulx
William Mackie
Patricia Pittendrigh
Terrance Rogers
Joan Scharf
Shirley Sutherland
Barry Traynor
Wilfred Woychuk

BC11 NORD DE L'OKANAGAN

Thomas Simper

BC14 SIDNEY ET DISTRICT

Lorraine Joyce Broughton
Bruce R. Burley
James Cotter
Elizabeth (Jean) De Costa
Thomas Hubbard
Clive Loader
Robert C. MacLean
Linda Mitchell
Dorais Elaine Ryan

BC15 PRINCE GEORGE

Robert Kreitz

AB20 MEDICINE HAT ET DISTRICT

Norm Hull
Audrey Shirran
Mary Stewart

SK24 REGINA ET RÉGION

Thomas Paul Richard Needham

SK25 SASKATOON ET RÉGION

Frank Joseph Danku
Sheridan Gregoire
John David Lapshinoff

MB30 OUEST DU MANITOBA

George Bayes
Kathleen Demond
Eugenia Myden

MB31 WINNIPEG ET DISTRICT

Gilbert Dambly
Stanley Dickens
Jacob Enns
George Evans
John Evans
Joseph Fredette
Joan Halaiko
William Hanchakove
Patricia Huebner
Kevin Lunn
Vincent Magnus
Stella Nelson
Eugene Nikitin
Rene Pelletier
Doreen Routley
Anne Toews
Margret Weber
Carl Wozney

MB91 EST DU MANITOBA

Robert Briercliffe
Judith P. Danbert
Fjola Davidson
Stella Dreger
Barbara Jones

ON36 BLUEWATER

Ruth Aicken
Bill Burch
E. Campbell
Delmar Dark
Rita Rebie
Claudette Deshaies
Olive Ferguson
Bruce Griffith
Mary Hind
Dorothy Kings
Hudson Milburn
Norma Martin
Moyra Obermeyer
E. Powell
Marie Richard
John Rome
Helen Smith
Hazel Vaughan
David Wright
Robert Young

ON38 KINGSTON ET DISTRICT

Colin Cherry
Shelagh Dubois
Donald Gateley
William (Trevor) Harrison
John Gordon Loney

ON41 PÉNINSULE DU NIAGARA

Dave Smith

ON43 OTTAWA

Homida (Midy) Nisa Ali
Gray Gillespie
Kenneth Lorne McBride
Ron Reynolds
Beulah Cynthia Searle
Edward Dennis Wicks

ON45 QUINTE

Brenda Freeborn
Alvin Paterson
Shirley Roberts
Faye Wood

ON46 QUINTRENT

Roger Brummell
Kenneth Crocker
Judith Davidson
Dolores Fraser
Jack Harper
Mildred Jackson
Constance MacDougall
Lois McCredie
Wayne McNulty
Ray Michaud
Vern Wieler
Helen Wilson
Roy Wilton

ON47 TORONTO ET RÉGION

Charles Boyle
J. Carlyle
Doris M. Harris
Donna Lee
Denis Yen Lum
Peter Ng-Yuen
E. Paboudjian
Alan A. Williamson

QC57 QUÉBEC

Maurice Bisson
Rita Bolduc
Jean-Louis Cloutier
Alphonse Côté
Gertrude Dorais
Clovis Dorval
Robert Dumas
Denise Ethier
Leda Lambert
Daniel Larivière
Harold Leblanc
Valmont Lessard
Alfred Michaud
Romeo Simard

QC58 MONTRÉAL

Stéphane Bédard
André Bergeron
John Clark
Jean-Paul Cloutier
Jean-Yves Dupré
Philippe Duval
Monique Gauvin
Hélène Gingras
Suzanne Joyal
Marie Lamarche
Guy Langlois
Denise Lecomte
R. Lecours
Yvon Levreault
A. W. Mansfield
Marcel Marcotte
Serge Morin
Claude Ouellette
Irene Pelletier
Bernard Pilon
Anne-Marie Prévost
Claude Raymond
Maurice Robert
Liliane St-Arnaud
Jean R. Tellier
Pierrette Therrien
Denis Thibault
Pierre A. Vigneault
J.G. Vincent

QC61 MAURICIE

Jacqueline Bellefeuille
Raymond Larivière
Olyve Laurendeau
Thérèse Lavergne Petit
Yvon Monfette
Réal Normandin

NB62 FREDERICTON ET DISTRICT

Barbara Townsend

NB64 SUD-EST DU NOUVEAU-BRUNSWICK

Zilla Charlebois
David S. Beach
Anne Boleyn
Herbert T. Cunniff
Anne Marie Davey
Donald A. DeWolfe
Barbara Dionne
Janet Gourley
Anna LeBlanc
J. P. D. Robichaud
Barbara S. Swinamer

NB65 BAIE DE FUNDY

John Addison
Wayne Anderson
Mary Bender
Bruce McCause
Michaelena McLaughlin
Aubrey Moore
Marie Anita Sisk
Janice Small
Pauline Wood

NB67 HAUTE VALLÉE

Ivan Johnson

NS77 CAP BRETON

Maynard Bates
Matilda Leblanc

PE82 CHARLOTTETOWN

Leonard E. Arsenault
Annie E. Bevins
Ivan Bulger
Ivan M. Clow
Archibald Davis
Marilyn Diamond
Allen J. Doucette
Dorothy H. Doyle
William Roy Forsyth
Alice (Grace) Fraser
Kenneth Gallant
William R. Gaudet
Archie Gillespie
John E. (Jackie) Grant
Kenneth Hawkes
Fred E. Lynch
Joyce Lyons
Mary H. MacDonald
Isidoria MacKenzie
Mary Dorothy Clarice McCormick
Blair E. Morrison
George Phillip (Ted) Murphy
Robert Nahrgang
Wendell Nicholson
Bernice J. O'Neill
Phyllis Snowie
Ann Williams

PE83 SUMMERSIDE

Clair Batchelor
Jane A. Curry

Ceux qui peuvent le font.
Ceux qui peuvent en faire plus font du bénévolat.

~ Auteur inconnu

Joignez-vous à NOTRE ÉQUIPE DE BÉNÉVOLES!

Avec votre engagement, nous
pouvons faire une différence!

**Cherchez-vous une façon concrète de partager vos
compétences et de soutenir vos camarades retraités?**

Votre expertise et votre expérience sont très prisées par
l'Association nationale des retraités fédéraux.

Pour en savoir plus, communiquez avec
votre section locale ou avec notre agente
de l'engagement des bénévoles au
Bureau national, Gail Curran, au
613-745-2559, poste 235, ou à
gcurran@retraitesfederaux.ca



POSSIBILITÉS

- Comités des sections (comme membre ou président)
- Postes aux conseils d'administration des sections
- Postes au conseil d'administration national
- Défense des intérêts
- Événements promotionnels et recrutement des membres
- Soutien administratif et gestion financière
- Planification d'événements
- Projets spéciaux et/ou occasionnels (des sections ou du Bureau national)



Association nationale des retraités fédéraux National Association of Federal Retirees

Bénévole Volunteer



LE RECRUTEMENT A SES RÉCOMPENSES

La Méga campagne de recrutement de cette année offre de nombreuses récompenses à ses bénévoles les plus assidus, dont un prix en argent comptant de 10 000 \$.

JENNIFER CAMPBELL

Pour Terry Davis, devenir membre de Retraités fédéraux va de soi.

« Comme je voyage, ce qui m'importe est l'assurance voyage MEDOC », dit M. Davis, qui a pris sa retraite de Transports Canada en 2013 après une longue carrière d'inspecteur de l'aviation civile. « J'en ai parlé à quelques-uns de mes anciens collègues de Transports Canada, car le montant normal [de l'assurance voyage] que vous obtenez dans le cadre du Régime de soins de santé de la fonction publique à votre départ à la retraite de Transports Canada, soit 500 000 \$, ne va pas très loin si vous avez des problèmes aux États-Unis. Un autre ami qui a souscrit à MEDOC avait fait beaucoup de recherche au préalable et a déterminé que c'était un très bon régime. »

Pour sa campagne de recrutement plutôt informelle, il s'est contenté de parler à d'anciens collègues des avantages de MEDOC, ainsi que des privilèges de l'adhésion, comme le magazine Sage et les bulletins d'information réguliers.

« Il y a de bons articles sur la santé et ce genre de sujets [dans Sage]. « Je suis heureux d'avoir accès à l'Association nationale des retraités fédéraux, car c'est une organisation formidable. L'adhésion se paie d'elle-même. »

M. Davis apprécie également le fait que sa femme, elle-même retraitée fédérale, aurait pu adhérer même en n'ayant pas ce statut.

Les efforts de recrutement occasionnels de M. Davis ont porté leurs fruits puisqu'il a gagné 10 000 \$ en argent comptant, soit le grand prix offert par Johnson Assurance pour la Méga campagne de recrutement de 2020.

« Dix mille dollars, ça se prend toujours bien », souligne M. Davis. « Lorsque nous pourrons à nouveau voyager, nous pensons utiliser cet argent pour aller en Grande-Bretagne, en Écosse et en Irlande. Ma femme y a séjourné quand elle était au secondaire; je n'y suis jamais allé. »

S'il leur reste des sous après ce voyage, ils pourraient bien retourner en Afrique. Il a adoré leur voyage de 2020 au Cap, en Afrique du Sud, qui comprenait quelques safaris. Plus tard, il veut faire un safari au Kenya.

« J'ai hâte d'y retourner. Les gens sont sympathiques; les prix sont décents et le billet d'avion aller-retour de Calgary coûtait 1 350 \$. Nous avons logé dans des Airbnb. L'Afrique du Sud est un pays magnifique. »

S'il est amené à voyager à nouveau à l'étranger, il saura qu'il est en sécurité avec MEDOC.

Sa femme est atteinte de sclérose en plaques et il souffre d'un problème cardiaque qui lui a valu 13 heures en salle d'urgence lors d'un voyage à Key Largo, en Floride. La facture s'est élevée à 18 500 \$. À lui seul, un échocardiogramme a coûté 4 500 \$, mais tout a été couvert par MEDOC.

L'approche de cette année

Même si certains membres n'ont pas renouvelé leur adhésion pendant la pandémie, tout compte fait, la campagne de recrutement de cette année a été couronnée de succès, selon Jeff Wolfson, gestionnaire du recrutement et des services aux membres chez Retraités fédéraux.

Pour M. Wolfson, l'un des points forts de cette année a été le remplacement du grand prix, traditionnellement un voyage, par un prix en argent comptant de 10 000 \$, offert par Johnson Assurance.

La plupart des prix ont été tirés au sort à partir d'une liste de noms, — les membres obtenaient une chance de gagner pour chaque personne recrutée — tandis que quelques autres ont été attribués en fonction des totaux.

Les deux derniers prix ont été attribués à Kelly McKeown, pour le plus grand nombre de nouveaux membres (carte de crédit prépayée de 500 \$, gracieuseté d'Arbor Memorial), et à Joanne Morrissey, pour le plus grand nombre de nouvelles références (carte de crédit prépayée de 250 \$, gracieuseté d'Arbor Memorial).

« Nous avons ajouté les autres catégories pour que les personnes qui ont visiblement travaillé dur aient une chance de gagner autrement que par pure chance », explique M. Wolfson.

PHOTO Grand gagnant de la Méga campagne de recrutement de 2020, Terry Davis a remporté 10 000 \$ en argent comptant. Photo : Neil Zeller

Une approche innovante

Kelly McKeown, de la Section de Peel-Halton, en Ontario, n'est pas encore à la retraite. Comme elle aime rester au fait des questions qui la concernent maintenant ou qui la concerneront plus tard, elle est membre de Retraités fédéraux. Elle comprend également à quel point il est important, pour l'Association, d'avoir un bassin de membres important, et qu'avoir un grand nombre de membres est gage de force.

À cette fin, cette employée de l'Agence du revenu du Canada a imaginé une nouvelle approche du recrutement des membres. Elle a suggéré à son syndicat — le Syndicat des employé-e-s de l'impôt — de faire cadeau d'une adhésion à Retraités fédéraux à chaque employé qui prend sa retraite. Le syndicat a accepté et elle traite maintenant tous les noms et les envoie à l'équipe des services aux membres de Retraités fédéraux.

L'année dernière, cela a représenté plus de 10 nouveaux membres.

« Retraités fédéraux est comme mon propre syndicat, tous deux se battent pour nos droits », dit M^{me} McKeown. « Ce n'est peut-être pas la meilleure année pour s'impliquer car il n'y a pas de réunions en personne, mais ils recevront aussi le magazine Sage, qui contient beaucoup d'informations utiles. »

En informant ses recrues qu'elles recevraient une adhésion, elle leur a également décrit les autres avantages, notamment l'assurance voyage.



Kelly McKeown

Photo : Randall McKeown

M^{me} McKeown est membre depuis plus de 20 ans, lorsqu'elle a commencé à recevoir une pension de veuve après le décès de son premier mari. Elle se souvient avoir reçu une publicité pour l'adhésion dans la même enveloppe que ce premier chèque de pension.

La méthode discrète de la campagne terre-neuvienne

À nouveau cette année, Joanne Morrissey a été recruteuse hors pair. Membre de la Section Avalon-Burin, cette maire de North River à Terre-Neuve a gagné une carte de crédit prépayée de 250 \$, offerte par Arbor Memorial, pour avoir envoyé le plus grand nombre de références au bureau national.

L'année dernière, elle parlait du programme d'assurance voyage MEDOC, mais cet excellent avantage de l'adhésion retenait moins l'attention cette année, car il est pratiquement impossible de voyager. Elle s'est donc rabattue sur le besoin de protéger de pied ferme les pensions contre les réductions probables.

« J'ai simplement dit que, vu les dépenses du gouvernement fédéral en ce moment, nous aurons besoin de toute la protection possible pour nos pensions », dit M^{me} Morrissey. « Je ne sais pas d'où vient tout cet argent, mais je ne pense pas que je vivrai assez longtemps pour le voir remboursé de mon vivant. Je pense que nos petits-enfants et nos arrière-petits-enfants le rembourseront. »

M^{me} Morrissey estime ne pas être digne d'un prix parce qu'elle a recruté « seulement » 20 personnes. Elle reconnaît que son bassin de membres potentiels est plus petit que celui des membres qui vivent dans de plus grands centres, mais souligne que cela a aussi ses avantages.

« Vivre dans un petit endroit peut faciliter les choses, parce que les gens se connaissent et sont amicaux », dit-elle. « Je me souvenais de certaines des personnes avec lesquelles je travaillais dans l'ouest de Terre-Neuve — des

AUTRES GAGNANTS

Caroline Christiaens – Ouest de la vallée du Fraser
5 000 \$ pour un voyage n'importe où dans le monde
Gracieuseté de Collette

Trudy Power – Avalon-Burin
Pietr Haarsma – Ottawa
Tirage d'une tablette Samsung
Gracieuseté de SimplyConnect

Ann Kolstad – Winnipeg et district
Tirage d'une carte de crédit prépayée de 250 \$ pour un nouveau membre
Gracieuseté d'Arbor Memorial

Claudia Curri – Centre de la Nouvelle-Écosse
Tirage d'une carte de crédit prépayée de 250 \$ pour une référence menant à un abonnement au bulletin électronique

Karen Janke-Curliss – Saskatoon et région

John Myke – Ottawa
Charles Staples – Ottawa
Diane Fraser – Ottawa
Charles MacLennan – Ottawa
Tirage d'une carte de crédit prépayée de 100 \$

Ken Grimes – Red Deer
Prétirage d'une carte de crédit prépayée de 500 \$
Gracieuseté de SimplyConnect

personnes qui occupaient le même poste que moi lorsque je travaillais, et que je rencontrais lors de conférences. Je connais aussi des agents de la GRC, alors je leur ai demandé s'ils connaissaient quelqu'un d'autre qui pourrait être intéressé. »

Incertaine de ce qu'elle fera avec son prix, car il est un peu plus difficile de dépenser durant une pandémie, elle dit « je vais le dépenser », peut-être à des minivacances chez elle. ■



Message de l'équipe du recrutement et des services aux membres

Au nom de l'équipe de recrutement et de services aux membres, nous espérons que vous vous portez bien en cette période inhabituelle et incertaine. Lorsque nous avons commencé à travailler à domicile en mars 2020, aucun d'entre nous ne pensait que nous serions encore là au printemps 2021. Et pourtant, c'est le cas. Même si notre équipe continue à travailler à distance, nous continuons à servir passionnément nos membres de toutes les façons possibles. Nous espérons que les membres sont satisfaits de leur adhésion à Retraités fédéraux. Si vous avez des questions, des préoccupations ou besoin d'aide avec votre compte, n'hésitez pas à nous contacter. Nous sommes là pour vous, et nous aimons garder le contact avec vous. Nous avons hâte de retourner au bureau national et de rencontrer à nouveau nos membres en personne. Prenez soin de vous et portez-vous bien.

Très cordialement,

Jeff, Melanie, Cynthia, Olga, Sylvain et Sam

De retour à la demande populaire : Passez aux RCS et économisez!

Notre offre est de retour! Pour une durée limitée, tout membre qui passe au mode de paiement par retenues des cotisations à la source (RCS) recevra trois mois d'adhésion gratuite. Voici pourquoi c'est le meilleur moyen, et de loin, de maintenir votre adhésion à Retraités fédéraux :

- C'est rapide et facile, et vous pouvez même le faire en ligne ou par téléphone lors du renouvellement.
- Comme l'Association n'envoie plus d'avis de renouvellement, elle économise sur le papier et les frais d'affranchissement.
- Il n'y a aucun lien avec le système de paye Phénix, donc pas de complications associées.
- Seulement 4,28 \$ par mois pour une adhésion simple et 5,55 \$ pour une adhésion double.
- Vous pouvez annuler facilement à tout moment.

Pour toute question ou assistance concernant le changement, contactez notre équipe de recrutement et de services aux membres, à service@retraitesfederaux.ca ou au 1-855-304-4700 (sans frais). Elle sera heureuse d'être à votre service!

Renouvelez votre adhésion

1. Lorsque votre cotisation est versée au moyen de retenues à la source (RCS) sur votre chèque de pension mensuel, votre adhésion est renouvelée automatiquement.
2. Pour ce qui est des membres qui paient avec une carte de crédit ou un chèque, nous envoyons une lettre les avisant qu'il est temps de renouveler.

L'Association a décidé de ne pas augmenter les cotisations. Les taux de 2021 sont les mêmes qu'en 2020.

Pour payer par carte de crédit :

Connectez-vous à retraitesfederaux.ca

Pour payer par chèque :

Envoyez un chèque libellé à l'ordre de l'Association nationale des retraités fédéraux, à :

Association nationale des retraités fédéraux
865, chemin Shefford
Ottawa ON K1J 1H9

Pour obtenir de l'aide ou pour passer au mode de paiement par RCS, n'hésitez pas à communiquer avec notre équipe des services aux membres au numéro sans frais 1-855-304-4700, poste 300, ou à Ottawa, au 613-745-2559.

Cotisations en 2021

	ANNÉE	MOIS
Individuelle	51,36 \$	4,28 \$
Familiale	66,60 \$	5,55 \$

Comment adhérer

1. Allez sur retraitesfederaux.ca et cliquez sur le menu « Devenir membre ».
2. Appelez l'équipe des services aux membres en composant le numéro sans frais 1-855-304-4700 poste 300, ou, à Ottawa, le 613-745-2559.

Communiquez avec nous

Avez-vous récemment déménagé ou changé de courriel? Veuillez nous faire part de vos coordonnées les plus à jour, par courriel à service@retraitesfederaux.ca, ou par téléphone à l'équipe des services aux membres, au numéro sans frais 1-855-304-4700, poste 300, ou à Ottawa au 613-745-2559.

Donnez un cadeau qui déborde d'avantages tout au long de l'année!

Pour seulement 51,36 \$, vous pouvez désormais offrir une adhésion en cadeau à vos connaissances et à vos proches admissibles* (même s'ils ne sont pas à la retraite).

Chaque adhésion soutient nos initiatives pour protéger les pensions et les prestations fédérales, et permet de réaliser d'excellentes économies grâce à notre Programme des partenaires privilégiés, dont vous pouvez profiter tout au long de l'année.

Appelez-nous au **1.855.304.4700** pour passer votre commande dès aujourd'hui ou, pour en savoir plus, visitez retraitesfederaux.ca/cadeau.



Association nationale
des retraités fédéraux

National Association
of Federal Retirees

* Qui doivent recevoir ou cotiser
à une pension fédérale.

Toujours à vos côtés

JOHNSON
ASSURANCE
HABITATION · AUTO · VOYAGE



Association nationale
des retraités fédéraux
**PARTENAIRE
PRIVILÉGIÉ**



Bien que le monde soit toujours aux prises avec la pandémie, nous tournons vers l'avenir lorsque nous pouvons voyager au-delà de nos propres frontières.

Dans cet esprit, Johnson Assurance est heureuse d'annoncer que la garantie de soins médicaux d'urgence de MEDOC comprend désormais les incidents liés à la COVID-19, même lorsqu'un avis aux voyageurs est en vigueur, et ce, jusqu'à concurrence de 10 millions de dollars² pour les membres de Retraités fédéraux.

Nous encourageons fortement les clients à consulter les avis aux voyageurs du gouvernement du Canada avant d'effectuer toute réservation et de voyager. Il se peut que les options de voyage de retour et la disponibilité des soins médicaux deviennent très limitées à l'extérieur du Canada.

Plus de 50 000 membres de Retraités fédéraux bénéficient maintenant des contrats d'assurance voyage MEDOC^{MD} et profitent du régime d'assurance voyage complet dont le coût est souvent moins cher que celui engagé pour plusieurs voyages séparément¹.

Johnson Assurance est là pour vous maintenant et a hâte d'être là pour vous lors de vos prochains voyages.

Visitez johnson.ca/coronavirus pour connaître les dernières nouvelles.

1.855.428.8744

johnson.retraitesfederaux.ca

Johnson Assurance est un nom commercial de Johnson Inc. (« JI »), un intermédiaire d'assurance agréé, qui fait affaire sous le nom de Johnson Insurance Services en Colombie-Britannique et Johnson Inc. au Manitoba. MEDOC^{MD} est une marque déposée de JI. Ce produit d'assurance est souscrit par la Royal & Sun Alliance du Canada, société d'assurances (la « RSA ») et administré par JI, JI et la RSA sont des filiales apparentées. Une garantie valide du régime d'assurance-maladie provincial ou territorial est requise. L'assistance voyage est offerte par Global Excel Management inc. Les critères d'admissibilité, les modalités, les conditions, les restrictions et les exclusions qui s'appliquent aux garanties décrites sont précisés dans la police d'assurance. Le libellé de la police d'assurance a préséance. ¹Basé sur une comparaison du plan de base annuel de 40 jours de MEDOC avec des plans pour un seul voyage avec des avantages similaires. ²Couverture et avantages décrits applicables aux membres du Régime de soins de santé de la fonction publique (RSSFP).