

AUTOMNE 2016  
PRIX : 4.95 \$

Cuvée d'escapades :  
Grappe de vignobles  
à visiter PAGE 22

Prix de reconnaissance  
des bénévoles 2016 de  
l'Association nationale  
des retraités fédéraux PAGE 33



Association nationale  
des retraités fédéraux  
National Association  
of Federal Retirees

# SAGE

LE MAGAZINE DE L'ASSOCIATION NATIONALE DES RETRAITÉS FÉDÉRAUX

## NUMÉRO SUR LA **TECHNOLOGIE**

Des maisons  
connectées

PAGE 6

L'avenir de  
la retraite

PAGE 12

L'amour à  
l'ère du Web

PAGE 17





# Vous **MÉRITEZ PLUS**

Il y a maintenant plus de 50 ans depuis que Johnson veille à ce que les membres d'associations et de groupes préférentiels profitent davantage de leurs garanties d'assurance. À titre de membre de **l'Association nationale des retraités fédéraux**, vous profiterez non seulement d'économies et de rabais supplémentaires, vous bénéficierez également de garanties étendues, d'un service de règlement des réclamations 24 heures sur 24, 7 jours sur 7, des milles de récompense AIR MILES<sup>MD</sup> et tellement plus. C'est une façon pour nous de vous apprécier.

**Appelez dès aujourd'hui pour obtenir votre soumission.**

( Mentionnez le code de groupe FS lors de votre appel. )

  **1 877 742-7490** | [www.johnson.ca/retraitemfederaux](http://www.johnson.ca/retraitemfederaux)

**JOHNSON** 

ASSURANCES HABITATION  
AUTOMOBILE+VOYAGE



National Association  
of Federal Retirees

**PREFERRED  
PARTNER**

Johnson Inc. (« Johnson ») est un intermédiaire autorisé en matière d'assurance. Les assurances habitation et automobile sont principalement souscrites auprès de la société Unifund, Compagnie d'Assurance (« Unifund »). Johnson et Unifund sont des filiales apparentées. L'assurance automobile n'est pas offerte en C.-B., au Man., ou en Sask. Un régime différent est offert au Qc. Les rabais offerts pour les assurances habitation et automobile ne s'appliquent qu'au titre des contrats d'assurance souscrits auprès de la société Unifund. Des critères d'admissibilité, des restrictions, des exclusions ou des frais supplémentaires peuvent s'appliquer et (ou) varier selon la province ou le territoire. Les milles de récompense AIR MILES<sup>MD</sup> ne sont accordés qu'au titre des contrats réguliers d'assurance habitation ou automobile souscrits auprès de Unifund et crédités lors d'un paiement de primes. Un (1) mille de récompense AIR MILES est accordé pour chaque 20 \$ de primes que vous acquittez (taxes incluses). Les milles de récompense AIR MILES ne sont pas disponibles en Sask., au Man. ou au Qc. <sup>ma/mc</sup> Marques déposées/de commerce d'AIR MILES International Trading B.V., employées en vertu d'une licence par LoyaltyOne, Inc. et Johnson Inc. (au nom de Unifund). Les modalités, restrictions et exclusions qui s'appliquent aux garanties sont précisées dans chacun des contrats d'assurance afférents. Le libellé officiel dudit contrat prévaudra. 0286f\_16



## SOMMAIRE

- 4 MESSAGE DU PRÉSIDENT**
- 6 UNE MAISON EN RÉSEAU**  
Les appareils fonctionnant avec le Web permettent aux aînés de maintenir leur indépendance plus longtemps. Y a-t-il un robot dans votre avenir? **LAURA EGGERTSON**
- 12 LA TECHNOLOGIE ET LA NOUVELLE RETRAITE**  
Pas de patron, pas de bureau : la technologie de l'information transforme l'univers de la retraite. **KIM COVERT**
- 17 AMOUR POINT COM**  
Suivez les conseils de ces professionnels et vous ne redouterez plus de trouver l'âme sœur en ligne. **KELSEY JOHNSON**
- 22 LE CANADA A LE VIN GAI**  
Notre industrie viticole rayonne à des endroits inattendus. **HATTIE KLOTZ**
- 26 MONDE BRANCHÉ RIME AVEC POSSIBILITÉS**  
Les nouvelles technologies changent la nature du vieillissement. **CHRISTOPHER FRANK, DM**
- 27 AVIS D'EXPERTS – PHARMACIE**  
Bien prendre vos médicaments.
- 28 AVIS D'EXPERTS – SANTÉ**
- 30 AVIS D'EXPERTS – PENSIONS**
- 31 AVIS D'EXPERTS – VÉTÉRANS**
- 32 PERSONNALISEZ LA PLANIFICATION DE VOTRE VOYAGE AVEC PINTEREST**
- 33 MERCI À NOS BÉNÉVOLES!**
- 35 DÉFENSE DES INTÉRÊTS EN ACTION**  
Ce que vous devez savoir sur le Régime de soins de santé de la fonction publique et notre poursuite judiciaire.
- 37 NOUVELLES DE RETRAITÉS FÉDÉRAUX**
- 39 ANNONCES DES SECTIONS**
- 46 AVIS DE DÉCÈS**

# SAGE

LE MAGAZINE DE L'ASSOCIATION NATIONALE DES RETRAITÉS FÉDÉRAUX

## ÉDITEUR

Andrew McGillivray,  
Directeur des communications et du marketing

## RÉDACTEUR EN CHEF

Doug Beazley

## DIRECTEUR PRINCIPAL DES FINANCES

John Butterfield

## COORDONNATRICES À LA RÉDACTION ET À L'ÉDITION

Karen Ruttan et Angela Johnston

## CONSULTANTE EN CRÉATION

Sally Douglas

## COLLABORATEURS

Laura Eggertson, Kim Covert, Kelsey Johnson,  
Hattie Klotz, Dr Christopher Frank, Louise Bergeron,  
Patrick Imbeau, Sayward Montague

## SERVICES DE TRADUCTION

Annie Bourret, Angélique Bernard et  
Sandra Pronovost

## INFOGRAPHIE

Two Blonde Chicks Inc. Design + Marketing Group

## ILLUSTRATION DE LA COUVERTURE

Mark Blinch

## IMPRESSION

St. Joseph Print Group

Pour écrire au rédacteur en chef ou pour communiquer avec l'Association nationale des retraités fédéraux :  
613.745.2559 (sans frais 1.855.304.4700)  
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 :  
Magazine Sage, 17, rue York, bureau 201  
Ottawa ON K1N 9J6

Pour toute information à des fins publicitaires dans Sage, communiquez avec Don Turner, au 613.789.2772.

Pour devenir partenaire privilégié de l'Association nationale des retraités fédéraux, communiquez avec Andrew McGillivray, au 613.745.2559, ou au numéro sans frais 855.304.4700.

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 changement a DU BON



Jean-Guy Soulière, président de l'Association nationale des retraités fédéraux.

## JEAN-GUY SOULIÈRE

Je suis très fier de me présenter à vous à titre de nouveau président national.

J'ai été élu à ce poste lors de la dernière assemblée annuelle des membres (AAM) en juin, après une carrière au sein du gouvernement fédéral, elle-même suivie d'une période de 13 années à titre de directeur général de l'Association, à compter de 1994. J'ai également siégé au Conseil d'administration de 2013 à 2016.

J'entame mes fonctions en une ère marquée par le changement. Nous avons embauché un nouveau DG – Simon Coakeley – et la réaction de nos membres a été très encourageante. Nous avons lancé un nouveau site Web qui répond beaucoup mieux à vos besoins et à vos attentes, tout en nous aidant à augmenter notre visibilité, à davantage soutenir nos initiatives de défense des intérêts et à attirer de nouveaux partenaires privilégiés.

« Si vous envisagez toujours les problèmes à partir du même point de vue, vous obtiendrez toujours les mêmes réponses. Ce n'est pas de l'innovation. C'est de la stagnation. »

Nous avons aussi adopté un Plan stratégique – approuvé lors de l'AAM de juin dernier – qui encadrera nos initiatives des deux prochaines années et nous aidera à nous concentrer sur l'amélioration de l'efficacité générale.

En fait, le mot « changement » est probablement trop faible. « Innovation » semble mieux convenir. À l'évidence, il s'agit du mot en vogue de nos jours. En feuilletant ce numéro de *Sage* sur le thème de la technologie, vous vous émerveillerez à nouveau du rythme de l'innovation que connaît notre culture. Et votre Association emboîte certainement le pas à cette évolution. Nous ne nous contentons pas d'accepter cet appel à innover, nous l'épousons. (Par exemple, un grand nombre des réunions de notre Conseil se tiennent désormais entièrement en ligne.)

Plusieurs facteurs influencent le rythme rapide de l'innovation d'aujourd'hui. Et le principal facteur, comme la plupart d'entre nous en conviendraient, est l'engagement à l'égard de la diversité. Il a été prouvé que l'inclusion d'idées, de perspectives et d'expériences diverses augmente radicalement l'efficacité institutionnelle et permet de trouver des solutions plus rapides et plus judicieuses aux problèmes.

Si vous envisagez toujours les problèmes à partir du même point de vue, vous obtiendrez toujours les mêmes réponses. Ce n'est pas de l'innovation. C'est de la stagnation.

C'est pourquoi l'un de nos objectifs clés pour aller de l'avant est l'engagement de diversifier notre Conseil d'administration. À l'heure actuelle, notre Conseil ne compte que trois femmes, et cela doit changer. Nous voulons élargir notre perspective, notre voix et notre portée, afin de véritablement représenter nos membres et veiller à notre réussite continue.



Simon Coakeley, DG de l'Association, prenant la parole lors du banquet 2016 de remise des prix de reconnaissance des bénévoles.



.....

Le mot « changement » est probablement trop faible. « Innovation » semble mieux convenir. À l'évidence, il s'agit du mot en vogue de nos jours.

.....

Alors s'il vous plaît... songez à comment vous pouvez contribuer.

Nous ne faisons peut-être plus partie de la population active mais nous sommes toujours, pour reformuler la devise de notre Association, « toujours influents ». Ensemble, nous pouvons réaliser tellement plus, dont notre contribution au débat important sur une stratégie nationale pour les aînés. Aidez-nous à nous assurer que ce débat soit véritablement représentatif et efficace.

En terminant, j'aimerais souhaiter la bienvenue à Anne Ashcroft, Dyane Dufresne et Michael Fine au sein de notre Conseil d'administration, ainsi que vous dire combien je suis honoré de

représenter nos 185 000 membres. Je suis heureux de travailler avec notre Bureau national et toutes les sections, pour veiller à protéger nos pensions et nos prestations de santé. Nous avons déjà réalisé d'immenses progrès, et vous pouvez consulter notre site Web pour en constater les résultats. Nous continuons aussi à lutter en votre nom, avec une poursuite judiciaire visant à faire déclarer illégale la décision unilatérale du gouvernement fédéral de changer le partage des coûts du régime de soins de santé.

Les temps s'annoncent prometteurs. Ensemble, tirons-en le meilleur parti. ■



# UNE MAISON EN RÉSEAU

Les appareils fonctionnant avec le Web permettent aux aînés de maintenir leur indépendance plus longtemps. Y a-t-il un robot dans votre avenir?

**LAURA EGGERTSON**

Lorsque le téléphone a sonné au milieu de la nuit, Jennifer Haire a su instantanément que quelque chose clochait à 900 kilomètres de là. Le système de surveillance électronique installé dans la maison de sa mère de 93 ans, à Saint-George au N.-B., indiquait que la porte arrière de la maison avait été ouverte.

Mme Haire ne s'est pas demandé longtemps si sa mère Margaret, une ancienne infirmière ayant un trouble cognitif léger, était réveillée et déambulait à l'extérieur. En quelques secondes, elle analysait sur son ordinateur les registres reliés aux portes, aux fenêtres et aux détecteurs de mouvement dans la maison de sa mère. Les registres n'indiquaient aucun mouvement, et l'alarme sur le lit de Margaret n'avait pas été déclenchée. En examinant rapidement les images transmises par les caméras vidéo installées dans la maison, Mme Haire confirmait que sa mère était au lit et qu'aucun intrus ne rôdait.

Après un court appel téléphonique, sa mère vérifiait la porte (ouverte par le vent). Vingt minutes plus tard, tout le monde dormait de nouveau paisiblement, Mme Haire à Chelsea, au Québec, et Margaret, dans la maison qu'elle possède depuis près de 40 ans.

« C'est un système merveilleux », affirme Mme Haire, une bibliothécaire universitaire, en parlant de CareLink Advantage, un système de surveillance sans fil créé par un homme d'affaires de Sudbury, en Ontario, qui tentait d'assurer la sécurité de ses propres parents à la maison. Elle ajoute que CareLink a été « essentiel » pour permettre à sa mère de rester dans sa maison jusqu'à 96 ans et être finalement admise dans un établissement d'aide à la vie semi-autonome. « Nous avons utilisé ce système pendant trois ans, et il a vraiment été excellent. »

Depuis des années, nous entendons parler de « l'internet des objets » : des appareils fonctionnant avec le Web et des dispositifs interreliés qui peuvent communiquer les uns avec les autres. Mais la technologie a beaucoup plus à offrir qu'un réfrigérateur pouvant vous informer qu'il ne vous reste plus de lait. Ces appareils peuvent permettre aux aînés de vivre à la maison plus longtemps, plus facilement et avec une sécurité accrue, sans aide extérieure ou très peu.

Le carrelage qui surveille la fréquence cardiaque et la tension artérielle. Des tapis sensibles à la pression et des alarmes de lit conçus pour prévenir et détecter les chutes. Des applications de téléphone intelligent gérant les maladies chroniques. Des scooters intelligents et des fauteuils roulants électriques qui détectent et évitent les obstacles. Il existe même des robots donnant aux aînés les instructions nécessaires à l'exécution de tâches quotidiennes. Toutes ces technologies, et bien d'autres, passent graduellement du laboratoire au marché.

« On investit considérablement dans la recherche utilisant différentes applications et tablettes, ainsi que toutes sortes de technologies informatiques pour aider les adultes âgés à conserver leur indépendance à la maison », déclare le Dr Ross Upshur, de l'Université de Toronto. Ce médecin de famille et directeur scientifique de Bridgepoint, un hôpital de réadaptation et de soins complexes affilié à l'Université de Toronto au campus de Toronto se décrit comme étant « relativement à l'aise avec la technologie ». Il se dit d'un optimisme prudent par rapport au potentiel de la technologie d'assistance aux aînés pour conserver santé et indépendance plus longtemps.

Le Dr Upshur travaille sur un projet qui utilise des tablettes et des applications pour aider les aînés à déterminer et à exprimer leurs buts en matière de santé, comme ne pas souffrir ou améliorer leur humeur ou leur mobilité, et à communiquer ces buts aux professionnels de la santé. Il voit également un énorme potentiel dans la technologie de vidéoconférence, qui peut réduire la nécessité pour les aînés de se rendre dans



Les appareils fonctionnant avec le Web peuvent permettre aux aînés de vivre à la maison plus longtemps, plus facilement et avec une sécurité accrue, sans aide extérieure ou très peu.

des hôpitaux, et les appareils de surveillance à distance pouvant alerter des professionnels de la santé d'une crise de santé imminente et envoyer un médecin ou une infirmière au domicile d'un aîné.

Il lance toutefois une mise en garde contre le fait de se fier à de tout nouveaux gadgets pour éviter un débat plus approfondi sur l'urgence de réformer notre système de soins de santé pour l'axer davantage sur le patient et mieux servir les aînés les plus vulnérables en leur offrant des services de santé où ils se trouvent plutôt que de les obliger à s'adapter à l'horaire d'un professionnel de la santé.

« Avant tout, cette population de patients a besoin de sécurité », précise le Dr Upshur. « Il ne s'agit pas d'un groupe qui embrasse l'innovation perturbatrice. Ses membres ne doivent pas être des testeurs bêta. Les technologies que nous utilisons doivent absolument être fiables, constamment soutenues et faciles à utiliser. »



La chercheuse de l'Université de Toronto Rosalie Wang s'inspire d'Ed, un prototype de robot, au laboratoire du Toronto Rehabilitation Institute.

Source : Mark Blinch

Tout de même, l'investissement dans les technologies d'assistance dépassera probablement la réforme des soins de santé fondamentale qui, selon le D<sup>r</sup> Upshur, devrait aller de pair avec l'innovation. Par exemple, en janvier 2015, le gouvernement fédéral a annoncé un investissement de 36,6 millions \$ sur cinq ans dans le réseau de centres d'excellence AGE-WELL, rattaché au Toronto Rehabilitation Institute (TRI) et à l'Université Simon Fraser. Depuis sa création, le réseau a reçu 22 millions \$ supplémentaires en dons en espèces et en nature de plus de 115 partenaires industriels et communautaires. Tous misent sur la technologie pour résoudre les problèmes posés par une démographie prévoyant que

près du quart des Canadiens seront des aînés d'ici 2036, selon Statistique Canada.

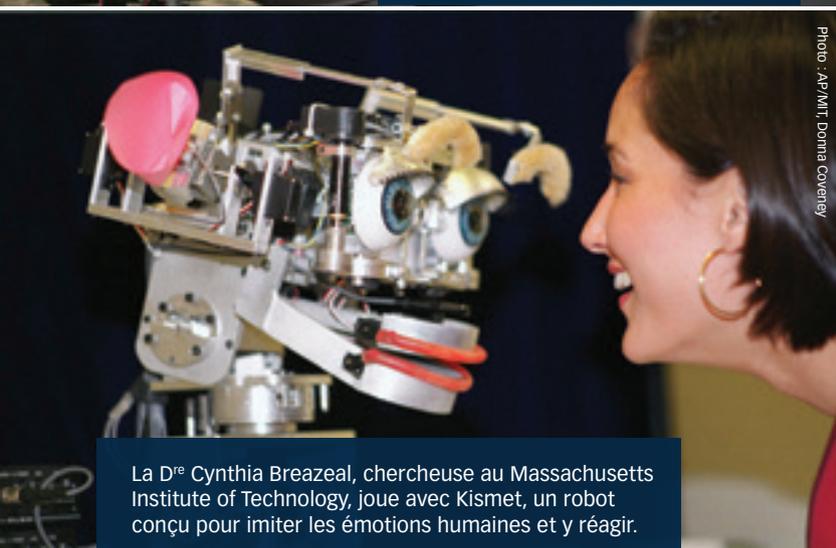
Pratiquement tous ces aînés désireront rester chez eux. En 2008, la grande majorité des aînés sondés par la Société canadienne d'hypothèques et de logement, soit 85 % d'entre eux, a indiqué le désir de rester dans leur maison actuelle aussi longtemps que possible, même si leur santé décline. De plus, comme le fardeau des soins aux aînés devrait également alourdir le système public de soins de santé vieillissant du Canada, les gouvernements se tournent lentement vers la nécessité de trouver des solutions qui réduiront les dépenses en soins de longue durée.

Le système de soins de santé réoriente progressivement ses dépenses des soins actifs vers la prévention et la gestion des maladies chroniques, comme le diabète, les maladies du cœur, voire le cancer. C'est pourquoi un grand nombre des technologies d'assistance créées sont maintenant conçues pour produire des renseignements à distance sur l'état de santé d'un aîné ou faciliter des consultations vidéo en ligne avec des infirmières et des médecins.

L'association de la surveillance à distance et de la robotique a entraîné des prototypes éblouissants, comme Ed, qui vit au TRI, un des établissements chefs de file du Canada dans le domaine de la technologie d'assistance. Ce robot de cinq pieds de haut



Alex Mihailidis, scientifique au Toronto Rehabilitation Institute, fait une démonstration de l'appareil robotique de réadaptation pour les patients qui ont été victimes d'un accident vasculaire cérébral.



La D<sup>re</sup> Cynthia Breazeal, chercheuse au Massachusetts Institute of Technology, joue avec Kismet, un robot conçu pour imiter les émotions humaines et y réagir.

La grande majorité des aînés sondés par la Société canadienne d'hypothèques et de logement, soit 85 % d'entre eux, a indiqué le désir de rester dans leur maison actuelle aussi longtemps que possible, même si leur santé décline.

Pendant les expériences réalisées au HomeLab du TRI, un appartement d'un étage comportant une chambre créé pour inventer et tester la technologie d'assistance, Ed a suivi des aînés alors qu'ils exécutaient ces tâches. Ses caméras ont filmé leurs difficultés, par exemple se rappeler où les tasses à thé sont rangées ou l'emplacement de la poubelle pour jeter le sachet de thé utilisé. En se déplaçant dans la pièce pour montrer des emplacements, Ed a également aidé à orienter les aînés, qui l'ont suivi assez naturellement.

« Dans l'ensemble, utiliser Ed pour comprendre comment les adultes âgés souffrant de démence interagissaient avec un robot a été une expérience positive », observe Alex Mihailidis, scientifique principal au TRI et directeur scientifique du réseau de centres d'excellence AGE-WELL.

« Les aînés ont suivi les instructions et ont interagi avec le robot. Plusieurs des sujets de l'étude ont commencé à personnaliser le robot; ils ont établi une relation avec l'appareil. » Même les aînés souffrant de démence reconnaissent qu'un robot est une machine, pas une personne, ce qui signifie que les robots n'ont pas à être conçus pour ressembler plus ou moins à un humain (une proposition plus dispendieuse) pour aider les adultes âgés à effectuer des tâches sans la supervision d'un aidant naturel.

M. Mihailidis rapporte qu'Ed et les robots comme lui seront probablement commercialisés d'ici trois à cinq ans. Cependant, des robots simples, comme le Jibo, créé par la chercheuse du MIT Cynthia Breazeal, pourraient faire leur entrée sur le marché dès la fin de 2016. Mme Breazeal commercialise le Jibo comme « le premier robot social au monde ». Cet appareil de table (qui ressemble à une version réduite plus élégante de R2D2) se vend comme un assistant personnel pouvant transmettre des messages et des aide-mémoire, comme des rendez-vous et des visites familiales. Relativement abordable – le prix de précommande s'élève à 749 \$ US –, il pourrait aider à réduire l'isolement des aînés. Il permet également de faire des appels vidéo, d'effectuer une surveillance à distance grâce à des caméras et de contrôler les lumières et les thermostats d'une maison en réseau.

Rendre les maisons plus intelligentes et mieux équipées pour qu'elles évoluent avec leurs propriétaires qui vieillissent est un autre des objectifs de recherche du TRI. Ingénieur de formation, M. Mihailidis

est composé d'un écran et de haut-parleurs perchés au sommet d'un aspirateur Roomba commercialisé (vendu par iRobot). En piratant le système et en créant leur propre plateforme, les chercheurs du TRI ont programmé Ed pour dire aux aînés souffrant de démence les étapes nécessaires à des tâches générales; par exemple, se laver les mains ou préparer une tasse de thé. Si ses hôtes humains oublient une étape, Ed peut leur présenter une vidéo expliquant comment effectuer n'importe quelle activité, même aussi simple que de faire bouillir de l'eau dans une bouilloire électrique. Ed peut utiliser trois niveaux distincts d'instructions pour aider un patient qui a oublié l'étape suivante.

« Nous commençons par une instruction verbale suggestive : "Essayez d'appuyer sur le bouton pour faire bouillir l'eau", explique Rosalie Wang, scientifique affiliée au TRI et professeure adjointe en ergologie et en ergothérapie à l'Université de Toronto. « Si cela ne marche pas, on donne une consigne plus précise en nommant la personne : "Bob, appuyez sur le bouton pour faire bouillir l'eau." Et si cela ne marche toujours pas, une vidéo s'affiche. »

imagine des maisons avec des capteurs et des systèmes intelligents intégrés harmonieusement dans la structure; une maison qui peut *anticiper* ce que ses résidents désirent et doivent faire. Elle pourrait utiliser des instructions vocales dans la salle de bain pour rappeler aux résidents de prendre leurs médicaments ou de se brosser les dents, surveiller les détecteurs de mouvement pour détecter les chutes, et même appeler des secours médicaux si la personne est inconsciente. Idéalement, ces maisons intelligentes s'adapteraient aux besoins évolutifs de leurs résidents; par exemple, utiliser des algorithmes pour évaluer les caractéristiques de la

démarche et des mouvements et prédire des changements dans l'état de santé, comme le début de la démence.

M. Mihailidis croit qu'au fur et à mesure que ces technologies progressent, il deviendra plus facile de moderniser des maisons existantes plutôt que d'en construire de nouvelles. Son équipe et lui ont déjà conçu des matériaux de construction « intelligents », comme du carrelage auquel des capteurs peuvent être intégrés et qui peut être installé devant un évier ou une toilette pour mesurer la tension artérielle et la fréquence cardiaque. Ils ont même créé des coussins de sofa avec des capteurs

mesurant l'activité électrique du cœur, un électrocardiogramme maison.

« Alors que je suis assis pour regarder la télévision, ils prennent automatiquement ma fréquence cardiaque et ma tension artérielle, sans que je doive mettre quoi que ce soit », explique M. Mihailidis. Il travaille également avec Myant, une entreprise de technologies prêtes à porter basée à Toronto qui conçoit des textiles intelligents, pour créer des chemises et d'autres vêtements pouvant lire et transmettre des données sur la santé de la personne qui les porte.

Un grand nombre de ces appareils sont conçus pour offrir à la personne qui les porte des données sur sa santé pour l'aider à gérer ses maladies chroniques. Ces renseignements – la tension artérielle, la fréquence cardiaque, la glycémie – pourraient toutefois être aussi envoyés à des aidants naturels ou à des professionnels de la santé.

La disponibilité de toutes ces données personnelles sur la santé, ainsi que la nécessité de les stocker et d'y accéder soulèvent des questions par rapport à la protection de la vie privée et à la facilité d'utilisation, dit Neil Charness, professeur de psychologie canadien expatrié qui dirige l'Institute for Successful Longevity à l'Université d'État de Floride, à Tallahassee. M. Charness a étudié dans quelle mesure les aînés acceptent bien la technologie d'assistance. Il mentionne qu'il est essentiel de s'assurer que la technologie est simple, abordable, sécuritaire et fiable, et que les aînés ont accès à un excellent soutien technique.

« Le principal problème sous-jacent pour pratiquement l'ensemble de la technologie de la télésanté... est que les personnes qui interagiront avec celle-ci doivent la trouver utile et pouvoir l'utiliser. L'abandon d'appareils d'assistance est très élevé lorsque vous n'avez pas le soutien approprié pour ceux-ci. », soutient-il.

Les entreprises fabriquant des appareils électroniques ménagers ordinaires trouvent déjà difficile d'offrir un excellent soutien technique et la norme pour les dispositifs

.....

Les entreprises fabriquant des appareils électroniques ménagers ordinaires trouvent déjà difficile d'offrir un excellent soutien technique ; la norme pour les dispositifs de surveillance médicale pouvant sauver la vie doit être supérieure.

.....



La chercheuse du MIT Cynthia Breazeal avec son plus récent projet : le Jibo.

de surveillance médicale pouvant sauver la vie doit être supérieure. Le Dr Upshur affirme que le maintien d'une technologie d'assistance fiable, fonctionnelle et exempte de virus « doit être pratiquement aussi infaillible que des codes nucléaires ».

Après tout, un robot responsable de surveiller l'état de santé d'un aîné fragile et d'alerter des professionnels de la santé lorsque quelque chose ne va pas est un appareil beaucoup plus crucial qu'un téléphone intelligent ou une tablette. Et il est bien connu que les téléphones intelligents ont souvent des ratés.

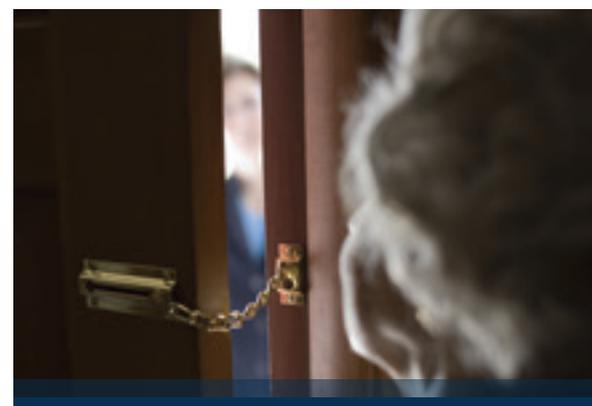
« J'appuierai complètement les robots lorsque je serai persuadé qu'ils sont aussi infaillibles que je l'ai mentionné plus tôt », déclare le Dr Upshur. « Les développeurs de technologie et les innovateurs sont habitués aux échecs. La question qui se pose toutefois est : qui porte le fardeau de l'échec? Cela ne doit pas être les aînés ou même les jeunes vieux. »

Tout de même, bien qu'ils ne soient pas complètement infaillibles, les systèmes

d'alarme et de surveillance à distance comme celui que Margaret Haire a utilisé pour garder son indépendance tentent d'anticiper les problèmes. Ils utilisent des blocs-piles qui prennent le relai pendant des pannes d'électricité pour réduire l'impact potentiel de pannes d'électricité mettant la vie en danger, par exemple. De plus, les chercheurs à l'avant-scène du développement de technologies d'assistance sont sensibles aux préoccupations relatives à la confidentialité et à la protection de la vie privée, un enjeu majeur pour bien des consommateurs.

Selon Mme Wang, « Les gens doivent trouver valable de posséder un tel appareil, puisqu'il pourrait s'agir d'une atteinte à la vie privée. Il doit vraiment être utile, car quelqu'un reçoit beaucoup de renseignements sur votre santé. »

Pour les Haire, l'indépendance que Margaret a conservée importait plus que les préoccupations relatives au respect de la vie privée soulevées par le fait de vivre dans une maison équipée de caméras et de capteurs.



« La protection de sa vie privée ne la dérangeait pas, peut-être en raison de sa perte de mémoire et aussi parce qu'elle aimait l'idée que je pouvais vérifier qu'elle allait bien », confie Jennifer Haire. « Je savais ce qui se passait, et elle était en sécurité. »

Et cela, pour les Haire, était un compromis avec lequel elles pouvaient vivre. ■

*L'Association nationale des retraités fédéraux n'approuve aucun des produits commerciaux mentionnés dans cet article et n'en fait pas la promotion.*



Entreprise familiale. Fièrement canadienne.

Arbor Memorial Inc.

## 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 de la succession GRATUIT**

**Pour planifier d'avance vos arrangements relatifs aux funérailles et au cimetière, composez le 877 301-8066 ou rendez-vous à [ArborAlliances.ca](http://ArborAlliances.ca) dès aujourd'hui**

 **Alliances**  
par Arbor Memorial

 Association nationale des retraités fédéraux  
**PARTENAIRE PRIVILÉGIÉ**

\* Sauf les cryptes, offertes avec un rabais de 5 % lorsqu'elles sont achetées d'avance

# LA TECHNOLOGIE

*et la* **NOUVELLE RETRAITE**

Pas de patron, pas de bureau : la technologie de l'information transforme l'univers de la retraite.

**KIM COVERT**



Depuis les débuts de l'automatisation, la technologie a promis de nous faciliter la vie en nous donnant plus de temps pour faire ce que nous aimons vraiment. Pour la plus grande part, cela *ne* comprenait pas travailler pour gagner sa vie.

Et pourtant, si la technologie fait fonctionner un appareil électroménager ou un espace de travail complet, il semble que, loin de créer plus de temps pour les loisirs, les nouvelles technologies de l'information créent seulement plus d'occasions de travailler. Pour les retraités de la fonction publique dont le parcours de travail n'est pas tout à fait terminé, cela présente certains avantages.

Le cellulaire de Len St-Aubin possède un indicatif régional d'Ottawa, mais il peut très bien prendre ses appels au chalet de la famille à l'Île-du-Prince-Édouard. Lors de sa retraite il y a sept ans à l'âge de 56 ans, M. St-Aubin était directeur général de politiques de télécommunications chez Industrie Canada. Lorsque lui et sa femme, qui travaille encore à temps plein, ont présenté leur situation à un planificateur financier, il pouvait se permettre une retraite confortable. Mais même s'il en avait les moyens, il n'avait pas de « plan » de retraite pour remplir ses journées.

« J'ai pensé faire du bénévolat et un peu de travail contractuel. Mais je n'avais pas de plan véritable. J'ai simplement décidé qu'il était temps de quitter mon emploi », dit-il, tout en précisant « Pour être honnête, je n'ai pas travaillé du tout durant la première année après ma retraite. Mon emploi a toujours été très intense. De plus, mes dernières années de travail sous le gouvernement conservateur ont connu des dossiers tumultueux. J'avais besoin d'une pause. »

Il s'est replongé dans le travail un an après sa retraite, avec quelques contrats provenant de son ancien ministère. Puis, il y a environ cinq ans, une société internationale du secteur des médias voulant percer le marché canadien lui a offert un contrat d'expert-conseil sur

les politiques et les réglementations. Intrigué, il n'a pu résister.

Ces jours-ci, il partage son temps entre Ottawa et l'Île-du-Prince-Édouard, utilisant son ordinateur portable et son téléphone intelligent pour garder le contact. Internet l'aide à rester au courant de ce qui se passe dans son domaine. « En grande partie, le travail est autonome. Je surveille la situation au Canada et je conseille mes clients sur les politiques et les réglementations qui les intéressent et qu'ils pourraient vouloir étudier. S'ils décident de poursuivre, je travaille avec eux pour élaborer leur stratégie et leur message. »

Ancienne directrice générale de ressources humaines, Diane Lacelle savait qu'elle continuerait à travailler après sa retraite en 2012. Mais en raison de ses 35 ans de service, elle savait aussi qu'il était temps pour elle de quitter la fonction publique.

« Après 35 ans de travail, j'avais hâte de prendre ma retraite. J'en étais au stade où il était temps de faire autre chose, de me reposer. » Toutefois, cette femme dynamique de 60 ans est passée pratiquement directement de la fonction publique à l'emploi privé. À la retraite, elle a immédiatement acheté un iPhone qui, avec son ordinateur portable, est devenu un compagnon permanent.

« Au moment de la retraite, on ne se rend pas compte de la richesse de son expérience. Quand on commence à offrir ses services et qu'on constate les besoins, on se dit qu'on peut vraiment donner un coup de pouce. Et une chose en amène une autre. »

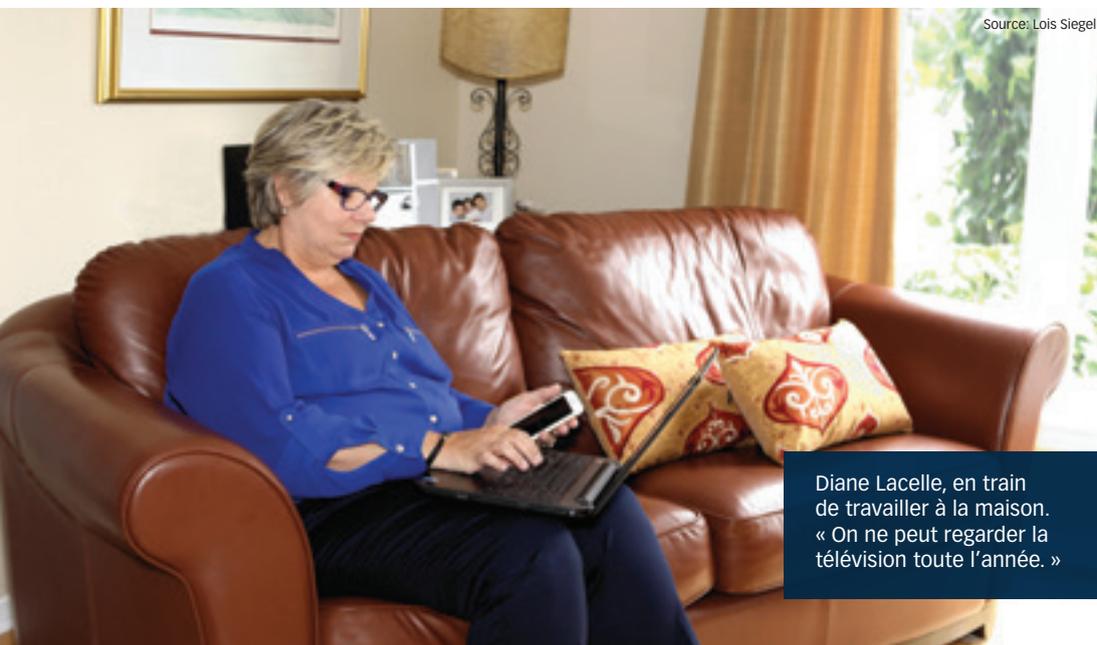


Alan Bent, en compagnie d'un « collègue », à son bureau à domicile. « Je contrôle beaucoup plus la manière de procéder et le moment où je le fais. »

Source : Lois Siegel

Le concept de l'âge fixe pour la retraite vient de l'Allemagne. Vers la fin du XIX<sup>e</sup> siècle, Otto Von Bismarck a présenté la notion que « les personnes incapables de travailler en raison de l'âge et de l'invalidité ont un droit fondé de réclamer des soins de l'État. » En 1889, l'âge de la retraite était fixé à 70 ans, ce qui coïncide avec l'espérance de vie moyenne de l'époque. Il sera réduit à 65 ans 27 ans plus tard.

Au Canada, l'espérance de vie moyenne est de 81 ans, mais avec les progrès en technologie médicale ainsi que les programmes sociaux et l'éducation publique qui donnent à la population une meilleure santé, une longévité accrue et des vies plus remplies, les personnes qui ont pris leur retraite à 55 ans en arrivent parfois à passer plus d'années à la retraite qu'au travail.



Source : Lois Siegel

Diane Lacelle, en train de travailler à la maison. « On ne peut regarder la télévision toute l'année. »

Et, pour certaines personnes, surtout celles qui font partie de l'économie du savoir où la tâche la plus ardue est de s'asseoir devant un écran d'ordinateur toute la journée, l'idée de travailler *après* le travail offre un certain attrait.

M. St-Aubin est content de travailler. La consultation n'exige que quelques heures par jour et la technologie sans fil lui permet de travailler pratiquement n'importe où. Cela lui laisse du temps pour d'autres projets. Quand son chalet à l'Î.-P.-É. a été rasé par un incendie il y a quelques années, lui et sa femme en ont conçu un nouveau. Ensuite, ils ont embauché un entrepreneur et sont demeurés sur place pour faire partie de l'équipe de travail.

« Je ne comprends vraiment pas cette crainte qu'ont certaines personnes de s'ennuyer lorsqu'elles songent à leur retraite », lance-t-il. « Pour moi, la retraite constitue une autre étape de la vie, fort bien remplie d'autres activités. »

Mme Lacelle s'esclaffe quand on lui demande si elle travaille à temps plein et répond : « Non. Seulement trois jours et quatre soirs par semaine. »

Voilà l'idée de la conciliation travail-famille d'une personnalité de type A. Mme Lacelle était très *occupée*.

En 2014, elle a fondé son entreprise, Dimension Coaching, qui offre des services de soutien en ressources humaines et de *coaching* (accompagnement professionnel). Son travail se répartit également entre les organismes à but non lucratif et le gouvernement fédéral, tirant ainsi parti du réseau créé lorsqu'elle était à la fonction publique.

C'est au Nunavut, alors qu'elle faisait du bénévolat pour Service d'assistance canadien

aux organismes afin d'aider le gouvernement de ce territoire à élaborer ses protocoles de gestion, qu'elle a compris pour la première fois ce que ses compétences pouvaient apporter au secteur privé.

« Au moment de la retraite, on ne se rend pas compte de la richesse de son expérience. Quand on commence à offrir ses services et qu'on constate les besoins, on se dit qu'on peut vraiment donner un coup de pouce. Et une chose en amène une autre. »



Len St-Aubin, en train de savourer un moment de repos. « Je ne comprends vraiment pas cette crainte qu'ont certaines personnes de s'ennuyer lorsqu'elles songent à leur retraite. »

« Dans la fonction publique, je supervisais une dizaine de personnes et j'avais un sous-ministre adjoint et un autre directeur des finances pour patrons. Il me fallait donc satisfaire toutes ces personnes et j'effleurais seulement la surface de centaines de problèmes différents. Maintenant, j'ai un patron, la personne qui m'a embauché, et une seule chose à faire. C'est très différent. Je contrôle beaucoup plus la manière de procéder et le moment où je le fais. »

Ce sont les connaissances spécialisées que ces personnes ont acquises au fil de leurs carrières qui les rendent maintenant attrayantes aux employeurs potentiels. Cela explique aussi en grande partie pourquoi elles travaillent encore, car elles éprouvent le besoin d'utiliser ces connaissances, de « redonner à la communauté ».

« Le sentiment de validation, le sentiment que les connaissances et l'expertise que vous avez acquises durant votre carrière sont utilisées et prisées existe toujours », explique M. St-Aubin.

« Sur le plan intellectuel, il est également bon de se garder occupé dans un domaine familial. On peut réaliser beaucoup de choses à la retraite. Dans mon cas, il s'agit d'activité physique, de jardinage, de projets autour de la maison, de vélo, de ski... Il est agréable de pouvoir mettre à profit toutes ces connaissances acquises au fil du temps. » ■

Elle mentionne qu'elle pourrait envisager de réduire son travail tôt ou tard, mais qu'il faudra peut-être la convaincre.

« Que font les personnes de types différents toute la journée? Il faut occuper ses journées. On ne peut voyager toute l'année, regarder la télévision toute l'année, tricoter toute l'année. J'ai du temps pour lire, je regarde des films, j'adore le théâtre. C'est très agréable, car j'ai une gamme d'activités, une gamme d'engagements. »

« En accompagnement professionnel, nous essayons de prendre conscience de l'équilibre corps, esprit et âme. C'est ce à quoi j'aspire. L'esprit, le travail s'en occupe. Le cœur est l'âme. Quant au corps... Je dois mieux m'en occuper. Il m'envoie des signes. »

Alan Bent est l'un des nombreux retraités de la fonction publique revenus au gouvernement à titre d'expert-conseil. Après une transition de préretraite de six mois, il a pris sa retraite un vendredi et, le lundi suivant, il revenait au travail en tant que contractuel. Cet ancien directeur financier s'est taillé une deuxième carrière comme conseiller en ressources humaines pour des responsables financiers, en organisant des concours pour des emplois au sein de différents ministères gouvernementaux.

M. Bent, qui vient d'avoir 64 ans, a travaillé pour le gouvernement pendant 32 ans avant de prendre sa retraite il y a sept ans. Le travail après la retraite l'attire parce qu'il peut choisir ses contrats et fixer les règles. Il travaille trois jours par semaine. (Le jour où il a parlé à Sage, il venait de terminer un contrat pour la Défense nationale et planifiait prendre congé tout l'été.)

Il est en position de force et fait ainsi partie de la tranche de 15 % des Canadiens qui, selon une enquête de HSBC en 2015, ne savent pas s'ils arrêteront un jour de travailler.

De temps à autre, alors qu'il réfléchit pour décider s'il doit accepter un autre contrat, sa femme le regarde et lui demande ce qu'il fait d'autre. Certes, l'argent supplémentaire s'avère utile pour un voyage à l'étranger ou un achat impulsif. Mais quand il veut une pause, il la prend.

iii

Campagne de charité en milieu de travail du gouvernement du Canada

Chaque année, les retraités fédéraux manifestent un soutien inconditionnel à leur communauté par l'entremise de la campagne annuelle de la CCMTGC.

Vous pouvez donner en effectuant 12 retenues mensuelles sur pension à compter de janvier.

**Composez le  
1-877-379-6070**

**gcwcc-ccmtgc.org**

# Visitez **retraitesfederaux.ca**

**Votre guichet unique pour les actualités et les renseignements à l'intention des membres**



## Accès facile :

- aux événements à venir
- à des outils et à des ressources sur les finances et la santé
- à des articles sur les voyages
- aux mises à jour en défense des intérêts
- aux partenaires privilégiés et aux avantages des membres
- aux pages des sections
- au renouvellement en ligne
- aux renseignements réservés aux membres

Pour avoir accès aux renseignements réservés aux membres et gérer vos préférences de communication, établissez une connexion et créez un profil.



**Si vous avez besoin d'aide, appelez-nous au 1-855-304-4700. Nous serons heureux de vous servir.**



Association nationale  
des retraités fédéraux

National Association  
of Federal Retirees



# AMOUR POINT COM

Suivez les conseils de ces professionnels et vous ne redouterez plus de trouver l'âme sœur en ligne.

**KELSEY JOHNSON**

Au cours des quelques décennies qu'il a fallu pour qu'Internet sorte du petit nombre de réseaux fermés sur des campus où il existait pour envahir la planète, il a changé pratiquement tous les aspects de la vie humaine : notre travail, nos divertissements, nos comportements et... nos relations amoureuses.

Pour trouver l'âme sœur, les Canadiens se tournent de plus en plus vers le Web. En 2011, un sondage de Léger-Marketing indiquait que le quart des Canadiens fréquentait un site de rencontre, et 36 % d'entre eux étaient âgés de 18 à 34 ans. Alors qu'à peine deux ans auparavant, on considérait ces sites comme tellement insignifiants qu'un sondeur les avait qualifiés de « gouttes dans l'océan ».

De nos jours, les aînés nord-américains vivent plus longtemps, sont plus scolarisés et ont plus de moyens financiers que les membres de n'importe quelle génération précédente. « Vivre plus longtemps



« Cherchez quelqu'un qui a le plus d'affinités possible avec vous. La notion voulant que les contraires s'attirent n'est qu'une platitude éculée, ridicule et totalement fausse. Cela ne fonctionne pas. »

signifie la continuation de tous ses aspects », a écrit Deborah A. Forrest, Ph. D., dans un article en ligne pour la B.C. Psychological Association. « Cela comprend les relations amoureuses après un divorce ou le décès d'un conjoint. »

Et pourtant, poursuit Mme Forrest, peu de professionnels en relation d'aide avec des aînés prennent le temps de leur parler de relations amoureuses et de sexualité, les laissant ainsi défricher eux-mêmes le terrain fort accidenté des sites de rencontre.

« On pourrait penser que de telles conversations ont lieu avec la famille, les amis, au cabinet du médecin ou avec un thérapeute, mais ce n'est pas le cas », écrit-elle aussi dans son article.

Alors, disons que vous êtes à la retraite depuis un bon bout de temps et que vous vous aventurez prudemment dans l'univers

des rencontres sur le Web. À quoi devriez-vous vous attendre?

Tout d'abord, voici les statistiques : En 2015, Statistique Canada indiquait que plus de 14,2 millions de Canadiens étaient célibataires et que 3,6 millions d'entre eux étaient veufs ou divorcés. Près des deux tiers de ces derniers étaient des femmes. Et cela se reflète dans l'univers des rencontres sur le Web.

« En ligne, les femmes sont très désavantagées car elles sont beaucoup plus nombreuses que les hommes », explique Ken Solin. Auteur de *The Boomer Guide to Finding True Love Online*, ce coach de rencontres âgé de 71 ans vit à San Francisco. La plupart de ses clients sont des... divorcées.

« Naturellement, les hommes exercent donc un rapport de force plus important et, malheureusement, cela peut tourner mal

pour les femmes. En fait, c'est normalement ce qui arrive. »

Bien des femmes sont en proie à l'anxiété et doutent d'elles-mêmes lorsqu'elles font leurs débuts dans un site de rencontres, ajoute-t-il. « La plupart ne sont pas des novices, mais plusieurs n'ont jamais vraiment vécu une *bonne* relation. Plusieurs (femmes) pensent que c'est leur dernière chance, parce qu'elles ne peuvent s'imaginer redevenir actives (dans une relation amoureuse). »

Assez curieusement, les hommes manifestent la même nervosité par rapport aux rencontres en ligne, selon M. Solin, ce qui peut aussi désavantager les femmes.

« Les hommes ne font pas beaucoup d'efforts. Dans les sites de rencontres en ligne, les profils rédigés par les femmes en disent assez long sur elles. Ceux des hommes comptent parfois une ou deux phrases.

« C'est un vrai coup de dés, et tout à fait injuste pour les femmes, car elles doivent deviner. »

Malgré cela, M. Solin soutient que si vous avez plus de 55 ans et cherchez un partenaire, occasionnel ou à long terme, les rencontres en ligne demeurent votre meilleure carte. « Je ne connais aucun aîné qui n'a pas au moins essayé. »

« Si vous voulez rencontrer quelqu'un, vous n'arriverez jamais à voir ou avoir la possibilité de voir autant de gens qu'en ligne. »

Alors voilà, vous vous apprêtez calmement à faire des rencontres. Quelle est la première étape?

Pour la *coach* de rencontres Lisa Copeland, ancienne travailleuse sociale du Centre-Ouest des É.-U. qui anime un site Web offrant aux femmes de plus de 50 ans des conseils pour trouver un partenaire ([findaqualityman.com](http://findaqualityman.com)), il faut d'abord une photo de profil attrayante.

À son avis, « Les hommes sont très visuels. C'est le critère qui les décidera à vous trouver attirante. Certains ne lisent même pas votre profil. Il vous faut donc de très bonnes photos. »

Évitez les autoportraits à tout prix, dit-elle. Il vaut vraiment mieux faire prendre des

clichés par des professionnels ou par un ami « qui au moins sait ce qu'il fait ». (Et utilisez un flash, précise-t-elle. « Il met vraiment votre visage en valeur. »)

M. Solin a tendance à minimiser la photo. Elle importe, mais il estime que le profil écrit est essentiel, parce qu'il donne au partenaire potentiel un aperçu de qui vous êtes vraiment. L'important est d'éviter d'ennuyer votre public.

« Faites preuve d'originalité. Je dis toujours au gens de ne pas écrire qu'ils aiment les marches sur la plage et boire un verre de vin près du feu l'hiver. Tout le monde écrit cela. Tout le monde aime ça. »

Ces conseils l'ont aidé pour sa propre vie amoureuse. Il a rencontré sa partenaire de plus de quatre ans en ligne, après avoir rédigé un court texte sur Paris, sa ville préférée.

« Quand j'ai rédigé mon profil, j'ai parlé d'aller marcher sur la rive gauche avec mon amante un matin doux et ensoleillé, nous arrêtant ici et là... cassant la croûte à un café-terrasse, retournant à l'hôtel, faisant l'amour et la sieste, sortant boire un verre au réveil dans un très bon café et manger ensuite dans un resto du quartier », dit-il.

« J'en ai eu, des réactions! Particulièrement de la part de personnes qui avaient visité Paris. » Sa petite amie fait partie des femmes qui lui ont répondu. « Elle aimait Paris aussi. »

Comment devriez-vous vous y prendre pour parcourir les profils de partenaires possibles? M. Solin recommande de chercher ce que vous voulez et de ne pas craindre d'être difficile.

« Soyez à l'affût de ce que vous voulez. Cherchez quelqu'un qui a le plus d'affinités possibles avec vous. La notion voulant que les contraires s'attirent n'est qu'une platitude éculée, ridicule et totalement fautive. Cela ne fonctionne pas.

« On négocie beaucoup dans une relation, mais vous ne voulez pas négocier sur tout. Si vous avez des convictions religieuses profondes, n'entamez pas une relation avec un athée. Si vous faites beaucoup d'exercice physique, ne sortez pas avec une personne qui passe son temps devant la télé... et ainsi

de suite. Le truc est de vraiment trouver une quelqu'un dont les goûts et les intérêts se rapprochent le plus des vôtres.

Il existe environ 1 500 sites Web de rencontres de nos jours. Certains – comme match.com, eHarmony et OurTime – exigent que les membres paient des frais mensuels. D'autres, comme quebecrencontres.com et reseaucontact.com, sont gratuits.

Mme Copeland suggère aux personnes qui commencent d'avoir un profil sur un site payant et un profil sur un site gratuit. « Cela élargit vos possibilités. »

Pour M. Solin, le choix du site dépend en partie de vos préférences personnelles. Par exemple, certains sites se spécialisent dans les personnes ayant certains antécédents professionnels, universitaires ou religieux. Les gros sites, match.com et reseaucontact.com, ont tendance à mieux fonctionner pour les personnes qui les utilisent en fonction du volume : un nombre de profils plus élevé augmente vos chances de trouver quelqu'un à votre goût.

« Au bout du compte, c'est là l'aspect le plus important de n'importe quel site de rencontres : le nombre de membres. Les gadgets importent peu. »

Il prend toutefois la peine de mentionner que les rencontres en ligne ne sont pas seulement « une question de volume ».

« Oubliez les rencontres innombrables. Si vous vous y prenez bien, vous pourriez ne faire que deux ou trois rencontres, mais cela suffit... parce que s'il s'agit de bonnes rencontres, vous n'aurez pas à embrasser beaucoup de grenouilles. »

Mme Copeland et M. Solin suggèrent tous deux que la première rencontre avec une personne trouvée en ligne devrait se résumer à aller prendre un café dans un endroit public sans contraintes qui donne la chance de bavarder.

« Les hommes ont besoin de comprendre que les femmes ne veulent plus de la grande scène de séduction », lance M. Solin. « Si c'est la première rencontre, n'invitez pas quelqu'un à un restaurant romantique. Proposez d'aller prendre un café – et plus



Lisa Copeland : « Si cela a l'air trop beau pour être vrai, ça l'est probablement. »

## Six signes pouvant signaler un « arnacœur », selon Lisa Copeland

1. Si la photo du profil est trop belle pour être vraie, c'est probablement le cas.
2. Fiez-vous à votre instinct : Si un partenaire potentiel semble *un peu trop* amoureux et entreprenant dès le départ, méfiez-vous.
3. Les arnaqueurs tentent de vous éloigner du site de rencontre et de passer aux courriels personnels ou aux coups de téléphone privés très rapidement.
4. Les arnaqueurs peuvent résister à se présenter à des rencontres en personne, en prétendant (par exemple), être à l'extérieur du pays.
5. Une personne qui tente de vous escroquer essaiera de trouver votre point faible émotif – comme un divorce récent – et s'en servira pour gagner votre confiance.
6. Méfiez-vous des récits de déboires. Et si un partenaire potentiel commence à vous parler d'une occasion d'affaires en or qui peut doubler votre capital en une semaine, coupez immédiatement tout contact.



Ken Solin : « Cherchez quelqu'un qui a le plus d'affinités possible avec vous. »

l'endroit est bruyant, mieux c'est –, et vous aurez ainsi beaucoup d'intimité. »

M. Solin précise aussi qu'il est plus facile de mettre fin à un rendez-vous autour d'un café avec politesse s'il n'y a vraiment pas d'atomes crochus. Cela vous épargne de subir, par exemple, un repas qui s'étire dans une ambiance pénible.

Bien entendu, il y a des risques. Les aspects qui font d'Internet un média aussi puissant – son

immense portée et ses possibilités d'anonymat – en font aussi un terrain de jeu pour les crapules et les fripouilles. Vous devez demeurer sur vos gardes, rappelle Mme Copeland, et ne pas oublier que « Si cela a l'air trop beau pour être vrai, ça l'est probablement. »

Les fraudeurs ont la réputation de cibler les femmes en ligne en recherchant certaines expressions ou caractéristiques de leur profil de rencontre leur donnant la possibilité de les leurrer avec des récits de déboires. Cette tactique, de dire Mme Copeland, a coûté de véritables petites fortunes à certaines femmes.

« Ils savent qu'elles se sentent seules et ils en profitent », dit-elle.

Pour éviter les arnaqueurs, M. Solin suggère aux personnes dont c'est la première expérience dans l'univers des rencontres en ligne – tout particulièrement les femmes – de retenir des personnes qui évoluent dans des réseaux sociaux étendus.

« Les femmes devraient se méfier beaucoup d'un homme qui n'a pas d'amis. Parce qu'un homme n'est pas solitaire sans raison, c'est

habituellement une question de confiance. Si vous sortez avec une personne solitaire, vous représenterez son univers total, et cela n'augure rien de bon. Les couples ont besoin d'une vie individuelle. »

Les personnes mariées publient des profils sur des sites de rencontre. Cependant, Mme Copeland dit que la plupart sont assez honnêtes pour indiquer leur situation d'emblée.

En fin de compte, le gros bon sens doit l'emporter, selon Mme Copeland. En faisant preuve de jugement, vous constaterez que les rencontres en ligne sont une expérience heureuse, voire inspirante, qui pourrait vous rapprocher d'une personne que vous auriez pu ne jamais rencontrer hors ligne, même si vous conservez votre indépendance. « Mes clients s'amusent beaucoup avec les rencontres, ce qui n'est pas le cas des femmes qui, elles, les détestent », s'esclaffe-t-elle.

« Vous avez le choix. Vous pouvez en faire des amis, des amants ou des compagnons, vous pouvez aussi les épouser. Il n'est pas nécessaire de confiner les hommes à un seul statut. Cela peut être amusant. » ■



## Réservez votre test auditif GRATUIT!

Nous croyons que toute personne de plus de 60 ans devrait obtenir un test auditif de base GRATUIT. Vous pouvez nous rejoindre simplement, en réservant VOTRE test aujourd'hui et en encourageant vos amis à se joindre à vous. Durant moins de 60 minutes, un test n'exige pas de recommandation d'un médecin, tout en étant gratuit et sans aucune obligation!

L'an dernier, plus de 200 cliniques d'audition ont donné 2,00 \$ par test, afin d'offrir des prothèses auditives aux personnes qui n'en ont pas les moyens. Nous avons ainsi réuni plus de 100 000 \$, ce qui a fourni 42 prothèses auditives à 22 personnes au pays! Cette année, nous donnerons 4,00 \$ par test, avec l'objectif d'amasser plus de 250 000 \$ pour des prothèses auditives. Alors, réservez votre test, amenez vos amis et, ensemble, faisons une différence!

**CANADIENS DE PLUS DE 60 ANS**

*À 60 ans, testez votre audition!*

Association nationale des retraités fédéraux  
**PARTENAIRE PRIVILÉGIÉ**

# Tout est à votre portée.

Les membres de  
Retraités fédéraux  
ÉPARGNENT  
encore plus!

**ÉPARGNEZ  
jusqu'à 100 \$**  
par personne sur  
un circuit aux É.-U.  
offert par Collette!\*

## De belles expériences, partout aux É.-U.

- Parcourez la route Pacific Coast
- Explorez le cachet historique de Boston
- Vibrez au rythme de La Nouvelle-Orléans
- Découvrez les cheminées de fée du canyon Bryce
- Détendez-vous au Grand Hotel de l'île de Mackinac

Pour en savoir plus ou réserver un circuit de Collette, communiquez avec votre voyageur local ou composez le **800.468.5955**

Il y a toujours plus à explorer aux États-Unis. Chaque région... chaque État... chaque ville... possède sa propre culture bien distincte. Des sites historiques du Nord-est à la chaleureuse hospitalité du Sud, en passant par les grands espaces de l'Ouest et le littoral de la route Pacific Coast, les possibilités sont illimitées.

  
guided by travel

  
VisitTheUSA.ca

\*Pour obtenir votre rabais, mentionnez le code 67NF8. Pour plus de précisions, appelez ou visitez [gocollette.com/offers](http://gocollette.com/offers). Offre valide pour les nouvelles réservations seulement. Peut prendre fin plus tôt, en raison de la disponibilité des places ou de l'inventaire. Montant épargné variant selon le circuit et la date de départ. Rabais offert seulement pour certains départs. Places obtenues selon le principe du premier arrivé, premier servi. Offres non valides pour les groupes ou les réservations déjà effectuées. Une offre peut se combiner avec l'avantage réservé aux membres, mais pas avec d'autres offres. Pour épargner encore plus, mentionnez que vous êtes membre de Retraités fédéraux. D'autres restrictions peuvent s'appliquer; appelez pour avoir des précisions. Travel Industry Council of Ontario, rég. no 3206405; C.-B., rég. no 23337



LE CANADA  
— A LE —  
VIN GAI

Notre industrie viticole rayonne  
à des endroits inattendus.

HATTIE KLOTZ

Au cours des dernières 20 années, l'industrie viticole du Canada a connu une maturité qu'un bon bordeaux lui envierait. Durant les années 1990, seuls quelques vignobles pionniers bravaient les éléments. Aujourd'hui, on dénombre plus de 700 établissements accrédités en exploitation d'un océan à l'autre.

Pour les amateurs de vacances « dans le même coin », les vignobles canadiens offrent un excellent rapport qualité-prix. Plusieurs vignobles accueillent des visiteurs pour déguster leurs vins, faire une visite guidée, savourer un bon repas, faire du yoga, participer à un atelier de peinture ou assister à un concert. Certains offrent même la chance de participer aux vendanges.

Voici cinq domaines canadiens tout à fait uniques.

### Dirty Laundry Vineyard, Summerland (C.-B.)

Ce vignoble se niche au creux des collines de la vallée de l'Okanagan et doit son nom à l'immigrant chinois Sam Siu. Venu travailler pour le Canadien Pacifique, M. Siu décide plutôt d'ouvrir une buanderie où l'on pouvait également acheter de l'alcool et les services de prostituées. (Le bordel se trouvait à l'étage et la buanderie au rez-de-chaussée.)

Aujourd'hui, le vignoble Dirty Laundry – dont les quatre propriétaires sont originaires des champs pétroliers de Fort McMurray – offre des dégustations de vin amusantes toujours gratuites, tant à l'intérieur qu'à l'extérieur. Pendant l'été, vous pouvez réserver un dîner au homard tous les vendredis ou confectionner votre propre panier de pique-nique au comptoir de charcuterie sur place et aller le savourer sur la terrasse. Des concerts ont aussi lieu durant la plupart des fins de semaine estivales.

Enfin, vous pouvez suivre le guide, monter à bord du train à vapeur de Kettle Valley dont le circuit de 90 minutes longe le lac Okanagan et traverse le vignoble, ou louer le chalet Bordello qui loge huit personnes.

### The Grange, comté du Prince-Édouard (Ontario)

En parcourant les petits chemins quiets et campagnards des champs verts du comté du Prince-Édouard, vous aurez le sentiment de sillonner une région *pionnière* de la viticulture. Même si l'industrie a pris son essor il y a près de 15 ans, les visites de vignoble demeurent pratiquement une affaire de famille.

Source : Dirty Laundry



Journée parfaite sur le patio du vignoble Dirty Laundry.

Source : The Grange



La salle de dégustation du domaine The Grange loge dans une étable superbement restaurée.

Une journée au domaine The Grange vous offre une belle expérience. La salle de dégustation de la propriété de 60 acres se trouve dans une énorme étable restaurée, baignée de lumière et remplie d'ambiance.

Vous pouvez commander un pique-nique d'avance. Préparés tous les jours, ces paniers contiennent des charcuteries alléchantes, du pain frais, des fruits, du fromage et des sandwiches. Ajoutez-y une bouteille de votre vin préféré et vous voilà prêt à pique-niquer à la terrasse ou dans un coin tranquille du domaine.

Si vous préférez mettre la main à la pâte, inscrivez-vous à l'une des journées des vendanges de l'Action de grâce offertes par le domaine. Après le petit déjeuner servi sur place, vous recevrez une paire de cisailles, un bref exposé sur la culture de la vigne et une démonstration rapide. Ensuite, vous récolterez des grappes inlassablement, jusqu'au dîner copieux qui sera suivi de quelques heures de travail. Après 15 heures, vous pourrez rester sur place et observer les viticulteurs procéder au premier pressage du raisin.

## Luckett Vineyards, Wolfville (N.-É.)

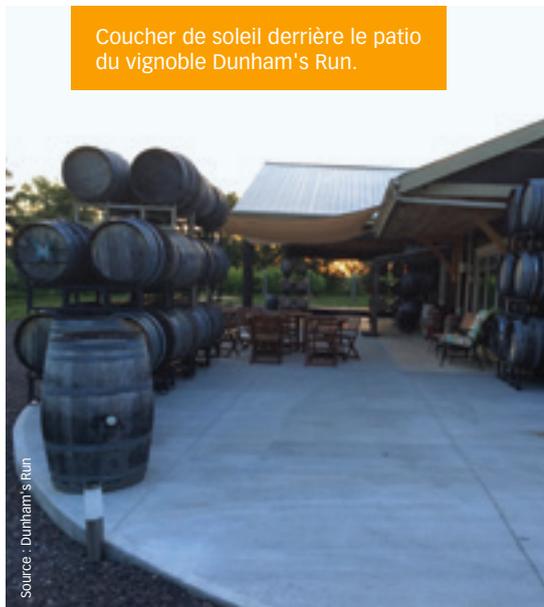
La petite production tirée d'une superficie de 30 acres fait de l'établissement Luckett, fondé en 2010, un véritable vignoble-boutique. Il abrite une superbe salle de dégustation et le patio de son bistro Crush Pad – qui sert des mets faits d'ingrédients frais du terroir – vous permet de contempler des vues panoramiques du cap Blomidon et du bassin Minas.



Repas au bistro  
Crush Pad.

Source : Luckett Vineyards

Coucher de soleil derrière le patio  
du vignoble Dunham's Run.



Source : Dunham's Run

Vue aérienne du Vignoble Ste-Pétronille.



Source : Vignoble Ste-Pétronille

Ses propriétaires Pete et Sue Luckett ont récemment acheté 27 acres de terrain supplémentaire. Pour fabriquer leurs 12 crus, ils se procurent également du raisin auprès de producteurs locaux. Ils produisent aussi plusieurs variétés de vins de fruit. Une cabine téléphonique britannique rouge vif en plein milieu d'une des vignes (Pete vient du Royaume-Uni) donne le ton aux vins de l'établissement, qui portent des noms comme Phone Box Fizz, Black Cab Red et Phone Box White.

Si vous êtes amateur d'inattendu, ce vignoble vous comblera. Durant l'été, vous pouvez faire des séances de yoga entre les pieds de vigne, écouter des concerts de musique contemporaine, vous régaler de repas gastronomiques accompagnés de millésimes spéciaux ou danser sur les airs d'un groupe de musique swing.

## Dunham's Run, Kingston (N.-B.)

Tirant son nom d'un des chemins qui le borde et mène à son entrée – et du chien de la propriétaire, qui courait librement sur la propriété – les 20 acres du vignoble Dunham's Run offre des vues pittoresques du fleuve Saint-Jean et une sélection de 14 boissons alcooliques différentes.

En activité depuis cinq ans, le vignoble produit huit vins traditionnels faits de raisins, dont des vins de méthode champenoise (un brut et un rosé), ainsi qu'un cidre primé, un hydromel fait de miel local et un *hydrocidre* (hybride combinant l'hydromel et le cidre).

Les visiteurs peuvent participer à des séances de dégustation les samedi et dimanche après-midi, en tout temps par rendez-vous ou prendre la chance de se présenter. Selon le nombre de participants, ces dégustations peuvent avoir lieu, dans la salle des fûts, au fouloir, dans l'établissement ou même dans les tentes montées près des vignes. Tous les deux mardis, le vignoble ouvre pour une nuit sous les étoiles, permettant de se promener dans le domaine verre en main, d'assister à une comédie et de se délecter d'une poutine gastronomique servie par un camion-restaurant.

Si vous souhaitez un repas à d'autres moments, le personnel du vignoble sera heureux de vous préparer un pique-nique si vous le commandez d'avance. Si vous aimez peindre (en fait, encore mieux si vous n'en êtes pas amateur), vous pouvez assister à des ateliers du nom de Paint and Pour (ou « Peindre verre en main »). Qui sait, un petit verre pourrait vous inspirer? Après tout, cela marchait pour Picasso.

## Vignoble Ste-Pétronille, île d'Orléans (Québec)

À 15 minutes du centre-ville de Québec, le Vignoble Ste-Pétronille de l'île d'Orléans surplombe le Saint-Laurent. En 2014, ce vignoble de 18,5 acres a produit 39 000 bouteilles de vin, des blancs pour la plupart, à part des cépages Acadie, Chardonnay, Frontenac blanc, Pinot gris, Riesling, Vandal-Cliché et Vidal.

Vous pouvez déambuler librement dans le vignoble ou participer à une visite guidée d'une heure, qui vous fera découvrir le processus de la fabrication du vin, le vieillissement en fûts de chêne et les particularités de chaque vin. Votre visite se terminera à la salle de dégustation – une magnifique salle aux poutres de chêne élégantes dotée d'un long bar, parfaite pour aligner verre sur verre de quelques-uns (ou de tous!) des neuf vins produits sur place.

Le gourmet gourmand ne sera pas déçu. La roulotte Le Panache mobile, rejeton de la célèbre auberge Saint-Antoine de Québec, prépare de la « malbouffe » gastronomique, comme de la poutine au confit de canard, des rouleaux de homard et d'avocat, des frites servies avec de la mayonnaise à la truffe et un hamburger de gourmet. Accompagnez le tout d'une bouteille du vignoble et les échos déjà lointains de la ville se tairont complètement. ■



source : The Grange

## QUI EST QUI À L'ASSOCIATION NATIONALE DES RETRAITÉS FÉDÉRAUX

613-745-2559 (Numéro sans frais : 1-855-304-4700)

### Bureau du directeur général

#### Simon Coakeley

Directeur général  
scoakeley@retraitesfederaux.ca

#### Lionel Raymond

Adjoint de direction  
lraymond@retraitesfederaux.ca

### Finances et administration

#### Debbie Bernhardt

Directrice des finances  
et de l'administration  
dbernhardt@retraitesfederaux.ca

#### Paula Gilmore

Agente financière  
pgilmore@retraitesfederaux.ca

#### Stephen Grant

Spécialiste en technologie  
de l'informations, Entreprises  
sgrant@retraitesfederaux.ca

#### Melanie Hudson

Agente plan. d'événements  
et gestion des installations  
mhudson@retraitesfederaux.ca

#### Joe Denofrio

Réceptionniste  
jdenofrio@retraitesfederaux.ca

### Marketing et communications

#### Andrew McGillivray

Directeur des communications  
et du marketing  
amcgillivray@retraitesfederaux.ca

#### Angela Johnston

Coordinatrice des communications  
ajohnston@retraitesfederaux.ca

#### Greg Lister

Coordonnateur du Web et  
des médias sociaux  
glistner@retraitesfederaux.ca

#### Karen Ruttan

Gestionnaire des projets  
de communications  
kruttan@retraitesfederaux.ca

### Défense des intérêts

#### Sayward Montague

Directrice de la défense des intérêts  
smontague@retraitesfederaux.ca

#### Patrick Imbeau

Agent des politiques et de la  
défense des intérêts – pensions  
pimbeau@retraitesfederaux.ca

#### Louise Bergeron

Agente des politiques et de la  
défense des intérêts – santé  
lbergeron@retraitesfederaux.ca

#### Helen Cheng

Adjointe de recherche  
hcheng@retraitesfederaux.ca

### Ressources humaines et bénévoles

#### Donna Hansen

Gestionnaire des ressources  
humaines et des bénévoles  
dhansen@retraitesfederaux.ca

#### Gail Curran

Agente de l'engagement  
des bénévoles  
gcurran@retraitesfederaux.ca

#### Ysabel Anderson

Adjointe administrative, ressources  
humaines et bénévoles  
yanderson@retraitesfederaux.ca

### Gouvernance

#### Deborah Krause

Gestionnaire de la gouvernance  
dkrause@retraitesfederaux.ca

### Adhésions

#### Peter Atkinson

Directeur des adhésions  
patkinson@retraitesfederaux.ca

#### Kevin Armstrong

Agent, adhésions et gestion  
de la base de données  
karmstrong@retraitesfederaux.ca

#### Cynthia Ouellet

Superviseure des services à la clientèle  
couellet@retraitesfederaux.ca

#### Dorianne Proulx

Commis à la saisie de données,  
Comptes des membres  
dproulx@retraitesfederaux.ca

#### Patrick Bennard

Analyste des données propres  
aux adhésions  
pbennard@retraitesfederaux.ca

#### Alex Charette

Associé, service à la clientèle et  
soutien TI Poste partagé avec la  
gestion de la base de données  
acharette@retraitesfederaux.ca

#### Melanie Forget

Associée, service à la clientèle  
mforget@retraitesfederaux.ca

#### Valerie Campbell

Associée, service à la clientèle  
vcampbell@retraitesfederaux.ca

# Monde branché rime AVEC POSSIBILITÉS

Les nouvelles technologies changent la nature du vieillissement.

**CHRISTOPHER FRANK, DM**

Comme médecin de famille depuis près de 25 ans, j'ai été témoin de bon nombre de changements dans les soins et les traitements, et encore plus de changements chez les personnes que je traite et sur la société dans laquelle elles vivent. La seule fois où le *Globe and Mail* (à la plus grande joie de ma belle-mère) m'a cité, c'était parce que je disais que l'ère du patient âgé non impliqué arrivait à sa fin. Comparativement aux patients de plus de 65 ans qui consultaient il y a 25 ans, les patients âgés d'aujourd'hui ne veulent pas se faire dire quoi faire par leur médecin et ne s'éloignent pas de leurs centres d'intérêt et de leurs relations.

Ce sont là de *bonnes* nouvelles.

Comme pour toute nouvelle compétence, l'apprentissage des nouvelles technologies exige plus de temps lorsque nous vieillissons. Mais dans le métier, certains éprouvent toujours de la surprise lorsqu'un patient de l'unité de réadaptation gériatrique veut connaître le mot de passe pour la connexion sans fil ou mentionne qu'il skype ses petits-enfants en Nouvelle-Zélande pour leur donner des nouvelles.

Les aînés sont aux prises avec l'isolement et l'apathie. Mais la génération actuelle riposte, à l'aide de la technologie. Avec les médias sociaux, ils gardent le contact avec leurs amis, leurs familles et leurs intérêts. Un grand nombre d'entreprises de la Silicon Valley consacrent des ressources à la conception d'applications de médias sociaux pour les aînés. Il faut donc espérer qu'ils consultent les aînés pour déterminer ce qui leur convient.

Étant père de deux ados, je constate les avantages des médias sociaux et certains de leurs désavantages. Même si la cyberintimidation est d'une probabilité moindre pour les aînés, il me déplairait beaucoup qu'une personne tourne le dos aux médias sociaux en raison d'une mauvaise expérience. Il me déplairait beaucoup aussi de voir des aînés se perdre dans l'univers en ligne, au détriment des contacts avec de vraies personnes. Une application pour téléphone mobile ne peut remplacer une rencontre avec des amis pour un bon café ou les services d'appui fournis par un centre de personnes âgées. Nous ne pouvons vivre sans contact personnel.

Comme vous l'avez lu dans les autres articles de ce numéro de *Sage*, les technologies en ligne ont le potentiel de permettre les personnes invalides ou atteintes de démence de rester à la maison et de maintenir leur indépendance le plus longtemps possible. Ce qui n'est pas rien dans un pays aussi vaste que le Canada, où des enfants et des petits-enfants peuvent vivre à des milliers de kilomètres de distance. Nous en sommes encore très loin des robots infirmiers, mais on réalise de grands progrès dans d'autres domaines. Le suivi à distance de problèmes médicaux, dont les relevés de signes vitaux et de glycémie, peuvent contribuer à éviter l'hospitalisation et permettre un congé plus rapide. La vidéoconférence peut éliminer les déplacements sur de longues distances pour des rendez-vous médicaux, ce qui est particulièrement utile dans des régions isolées où il est difficile de consulter le personnel médical. Un jour, nous vivrons dans des maisons « intelligentes », dotées de capteurs intégrés et d'intelligence artificielle, capables de suivre les mouvements de leurs résidents âgés et d'assurer leur sécurité ou de leur rappeler de prendre leurs médicaments.

La plupart des personnes atteintes de démence devront cesser de conduire à un moment donné. Cette perte d'indépendance peut contribuer à des sentiments aigus d'isolement social et de dépression. Les voitures autonomes ou « sans chauffeur », comme celles en cours d'essai par de grandes entreprises comme Google, pourraient transformer leur vie. Comme cette technologie n'est pas encore au point, nous ne savons pas encore si les personnes atteintes de démence pourront les utiliser ou à quel point elle pourrait réduire les risques de la conduite automobile. Mais c'est là une technologie qu'il vaut la peine de surveiller.

Parallèlement au vieillissement de notre population, le secteur privé se rend compte des possibilités considérables que lui offre le marché des personnes de 65 ans et plus. Et les aînés acquièrent de plus en plus d'aisance avec l'utilisation des technologies d'information. Les cliniciens comme moi doivent apprendre comment aider les patients vulnérables à utiliser ces outils. Au cours des dernières 20 années, la technologie a transformé les soins de santé de manière inimaginable. Et cela ne fera que continuer. ■

Le Dr Chris Frank est médecin spécialiste de gériatrie à Kingston, en Ontario, et ancien président de la Société canadienne de gériatrie.

## AVIS D'EXPERTS – PHARMACIE

# BIEN PRENDRE VOS MÉDICAMENTS

On vous prescrit un nouveau médicament. Vous vous rendez à la pharmacie pour l'acheter, votre pharmacien vous dit comment le prendre correctement – et vous donne toute autre information nécessaire – et vous repartez, médicament en main.



Simple comme bonjour, n'est-ce pas? Eh bien, vous pourriez être étonné de savoir combien de patients ne prennent pas leurs médicaments correctement, voire pas du tout.

Des études montrent qu'il s'agit là d'un problème courant : 50 % des Canadiens affectés de maladies chroniques ne

prennent pas leurs médicaments selon la manière prescrite. Une récente étude canadienne révèle qu'une ordonnance sur trois n'est pas remplie.

Étant donné les exigences du quotidien, il n'est pas surprenant que plusieurs d'entre nous oublient de prendre une pilule ou remettent le renouvellement d'une ordonnance d'une semaine ou deux. Plusieurs personnes cessent de prendre un médicament parce qu'elles pensent qu'il a fait effet ou qu'elles ressentent des effets secondaires désagréables. Mais souvent, elles ne se rendent pas compte à quel point ces décisions peuvent causer de graves complications. Leur maladie peut s'aggraver et entraîner une hospitalisation. Il ne s'agit pas d'une tactique pour faire peur, mais bien d'une réalité.

Il est extrêmement important de comprendre comment et quand prendre vos médicaments. Et votre pharmacien peut vous aider à ce sujet. Remplir les ordonnances n'est pas la seule tâche des pharmaciens. Nous pouvons vous aider à déterminer si votre médicament est efficace. Si vous ressentez des effets secondaires désagréables, nous pouvons – en consultant votre médecin – recommander une modification à votre traitement.

Voici d'autres services offerts par les pharmaciens pour aider les patients à prendre leurs médicaments correctement :

**Examens de médicaments** : Ces examens sont une consultation individuelle pour

veiller à ce que tous vos médicaments, y compris ceux qui sont en vente libre, soient pris en toute sécurité et avec efficacité.

**Suivis téléphoniques** : Ces appels comprennent des suivis sur les nouvelles ordonnances : lorsqu'un patient se voit prescrire un nouveau médicament, le pharmacien l'appelle par la suite pour vérifier que le médicament agit bien et pour répondre aux questions. Les pharmaciens peuvent aussi appeler pour signaler que le moment est venu de renouveler une ordonnance. Pour les médicaments pour maladies chroniques, que vous prenez pendant de plus longues périodes, nous pouvons vous appeler à la maison pour vous rappeler de renouveler votre ordonnance avant qu'elle ne s'épuise. Ainsi, votre traitement est ininterrompu.

**Emballages favorisant l'observance** : Au besoin, nous pouvons emballer vos médicaments de la semaine dans des emballages alvéolés. Cela est particulièrement utile pour les personnes qui suivent plusieurs traitements à la fois, pour veiller à prendre les bons médicaments au bon moment.

Si vous pensez que vous ne prenez peut-être pas vos médicaments correctement, adressez-vous à votre pharmacien local. Votre pharmacien peut en faire beaucoup pour vous aider à rester en santé. ■

*Cet article vous est présenté par*  
**Shoppers Drug Mart**

# AVIS D'EXPERTS SANTÉ



**QUESTION :** Que sont les applications mobiles médicales et à quoi servent-elles?

**RÉPONSE :** Les applications mobiles sont des logiciels qui fonctionnent sur des téléphones intelligents et d'autres appareils mobiles. Existant aussi sous forme d'accessoires (technologie portable), elles se fixent alors à un téléphone intelligent, un autre appareil mobile ou une combinaison d'accessoires et de logiciels. Les consommateurs et les prestataires de soins de santé peuvent utiliser des applications médicales pour répondre à divers besoins de santé. De plus, les données produites par ces applications peuvent inciter les utilisateurs à faire des choix plus sains.

Selon les estimations de l'industrie, 500 millions d'utilisateurs de téléphones intelligents dans le monde – professionnels de la santé, consommateurs et patients –, ont utilisé une application médicale en 2015. On estime qu'en 2018, la moitié des quelque 3,4 milliards d'utilisateurs de téléphones intelligents et de tablettes auront téléchargé une d'application médicale.

Deux marques mobiles très populaires, Apple et Samsung, ont créé des applications préinstallées sur la plupart de leurs appareils. Apple Santé (Apple) et S Santé (Samsung) permettent aux utilisateurs de suivre leur alimentation, leur cycle de sommeil, leur rythme cardiaque et leur niveau d'activité (habituellement en comptant les pas), avec ou sans moniteur de suivi comme une montre Apple ou Samsung Gear.

D'autres entreprises présentent des services qui font concurrence ou, dans certains cas, s'intègrent à Santé Apple, S Santé et à d'autres applications. Ils comprennent des sites en ligne populaires comme MyFitnessPal (ou MFP) où les utilisateurs peuvent suivre leur taux d'activité ainsi que leur alimentation et leur consommation d'eau. Les utilisateurs de MFP accèdent au service sur le site Web ou à l'aide d'une application mobile. Demandez aux inconditionnels de la santé de vous parler de MFP et vous recevrez certainement un cours accéléré sur la facilité d'atteindre vos objectifs de santé en surveillant votre alimentation avec votre téléphone.

Les technologies portables offrent une vaste gamme de moniteurs de forme physique, dont quelques versions avancées pour les athlètes amateurs. En plus des montres Apple et Samsung Gear, Fitbit et Garmin sont également des produits très populaires. Certains de ces appareils s'intègrent même à votre téléphone pour émettre des alertes quand vous recevez un message texte.

Et les dispositifs médicaux commencent à s'implanter dans le marché de la mise en forme. Il existe maintenant des systèmes de surveillance de la glycémie, des tensiomètres, des moniteurs cardiaques, des pèse-personnes et des thermomètres sans fil qui fonctionnent avec votre appareil mobile. Bon nombre d'entre eux présentent une vaste quantité de renseignements aux utilisateurs.

Il existe même un marché de technologies portables de santé pour les *animaux de compagnie*.

La technologie médicale peut être utile dans la poursuite des objectifs de mise en forme, mais il faut se rappeler qu'il reste des questions sans réponse sur la façon dont cette technologie sera réglementée pour garantir la confidentialité, l'efficacité et les pratiques exemplaires et pour veiller à ne pas causer de tort.

L'exactitude de certains moniteurs portables a été remise en question. Des études récentes font état d'une grande disparité dans le suivi des données de certains appareils, sur le rythme cardiaque, par exemple. On soulève aussi la question de la sécurité de ces dispositifs. Les renseignements recueillis, dont les renseignements personnels, peuvent-ils être accessibles et modifiables par des gens malhonnêtes?

Les normes et la qualité importent aussi. Il existe des milliers d'applications mobiles en santé en ligne à l'heure actuelle, mais aucune norme de réglementation, de certification ou d'agrément.

Il reste aussi la question de savoir ce que nous devons *faire* de toutes ces données que nous générons à notre sujet. Certaines études ont montré que la plupart des gens qui achètent ces moniteurs arrêtent de les utiliser après seulement quelques mois, ce qui ne suffit pas pour promouvoir des habitudes saines chez eux.

Le University Health Centre for Global eHealth Innovation à Toronto a effectué des recherches et élaboré des outils mobiles de gestion de la vie réelle conçus pour différents groupes de patients, comme des personnes devant vivre avec une maladie chronique comme le diabète ou, encore, le cancer ou l'asthme.

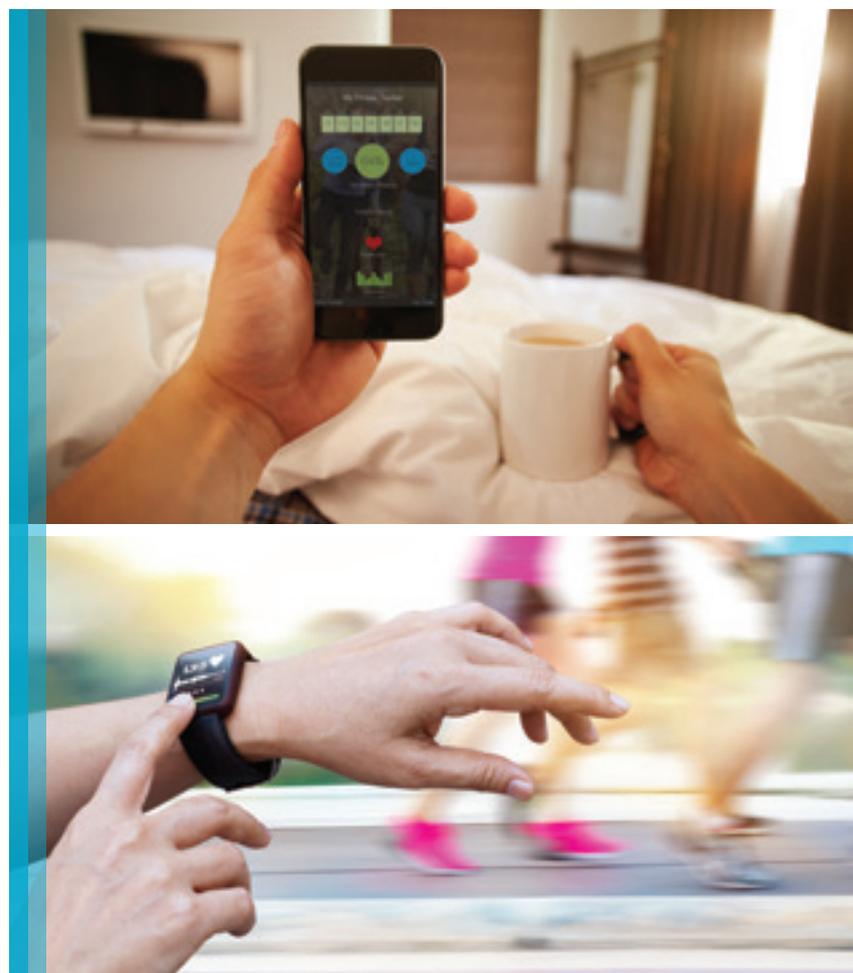
Leurs recherches ont montré que certaines applications mobiles médicales permettent aux patients de gérer leur problème et de prendre leur santé en main. Les jeunes vivant avec des maladies chroniques semblent en bénéficier le plus. L'ajout de jeux et de prix à ces applications motive les patients plus jeunes à respecter la prise de médicaments et les lignes directrices de leur traitement. Les tableaux, les journaux et les autres renseignements importants peuvent également être partagés avec les prestataires de soins de santé et utilisés pour évaluer l'efficacité des traitements.

Le Centre for e-Health Innovation soumet chaque application mobile en santé à un essai aléatoire contrôlé (EAC), du même type que ceux qui servent à assurer la sécurité et l'efficacité des nouveaux médicaments. La vérification des bienfaits des applications mobiles médicales garantie aux prestataires de soins de santé et aux patients que ces applications fonctionnent, reposent sur des preuves et ne posent pas de danger pour les patients.

Si vous souhaitez en savoir plus sur les applications en santé et la technologie portable, consultez notre site Web en ouvrant une session dans le portail réservé aux membres à l'adresse : [www.retraitesfederaux.ca](http://www.retraitesfederaux.ca).

Pour de plus amples renseignements sur les projets en élaboration au Centre for Global eHealth Innovation, consultez : [ehealthinnovation.org](http://ehealthinnovation.org) (en anglais seulement). Pour un exemple d'application mobile médicale élaborée par le Centre pour des patients souffrant d'asthme, consultez : <http://ehealthinnovation.org/what-we-do/projects/breathe-a-mobile-asthma-self-management-application-for-consumers/> (en anglais seulement).

Medpage Today est une source en ligne fiable d'examen d'applications médicales : [www.imedicalapps.com](http://www.imedicalapps.com) (en anglais seulement).



.....

Selon les estimations de l'industrie, 500 millions d'utilisateurs de téléphones intelligents dans le monde – professionnels de la santé, consommateurs et patients – ont utilisé une application médicale en 2015.

.....

Le site Wareable suit de près les dernières évolutions de la technologie mobile médicale : [www.wareable.com](http://www.wareable.com) (en anglais seulement). On y présente une liste des 25 applications « essentielles » en santé qui fonctionnent avec Santé Apple : <http://www.wareable.com/apps/apps-that-work-with-apple-health-kit-compatible> (en anglais seulement).

L'Université de Montréal propose un inventaire de diverses applications mobiles médicales, classées par discipline, à : <http://guides.bib.umontreal.ca/disciplines/369-Applications-mobiles-en-sante?tab=1667>. ■

# AVIS D'EXPERTS PENSIONS

**QUESTION :** J'ai entendu dire que le gouvernement fédéral prévoit élargir le RPC. Qu'est-ce que cela signifie?

**RÉPONSE :** Commençons à la base. Le Régime de pensions du Canada (RPC) a été lancé au milieu des années 60 pour compléter la Sécurité de la vieillesse (SV). Il s'agit d'une pension de retraite liée au salaire obligatoire. Vous et votre employeur versez une portion de votre salaire à un régime qui a été conçu pour remplacer 25 % du salaire moyen par activité économique (s'ils y participent, les travailleurs autonomes doivent verser les parts de l'employé et de l'employeur). À l'origine, le RPC visait à suppléer les épargnes individuelles, la SV et les régimes de pension en milieu de travail. Tout changement au RPC doit être appuyé par sept provinces, ce qui représente les deux tiers de la population.

Au cours des dernières années, il est devenu évident que les Canadiens n'épargnent pas assez pour leur retraite. À la fin des années 70, 54 % des hommes étaient couverts par un régime de pension agréé; en 2011, cette donnée avait chuté à 37 %. La couverture des femmes a augmenté proportionnellement à leur entrée sur le marché du travail, mais le nombre de femmes couvertes par des

.....

Selon Statistique Canada, les Canadiens disposent de près d'un milliard de dollars de droits de cotisation à des REER inutilisés.

.....

régimes agréés stagne à 40 % depuis le début des années 90 et a diminué régulièrement depuis 2008.

Tout particulièrement, les employés du secteur privé ont connu une baisse importante de couverture des régimes de retraite à prestations déterminées, qui est passée de 87 % en 1993 à 37 % en 2011. On constate une évolution importante en direction des régimes à cotisations déterminées, mais un grand nombre d'employeurs se sont simplement débarrassés de leurs régimes de retraite.

Coincés entre des coûts de logement croissants et des salaires stagnants, les Canadiens ne mettent de côté que 4 % de leur revenu disponible, une baisse par rapport au sommet de 20 % en 1982, et ce, même après le lancement des comptes d'épargne libres d'impôt. Selon une récente étude de BMO, 24 % des répondants ont affirmé n'avoir pratiquement pas d'épargnes et 56 % ont déclaré avoir moins de 10 000 \$ en fonds d'urgence disponibles.

Selon Statistique Canada, les Canadiens disposent de près d'un milliard de dollars de droits de cotisation à des REER inutilisés. La cotisation moyenne ne s'élève qu'à 3 000 \$ par an, ce qui beaucoup moins que ce dont la plupart des gens ont besoin à la retraite. De plus, les REER n'obtiennent pas le même rendement que d'autres régimes de pension. Les Canadiens constatent que les rendements du RPC sont supérieurs de 47 % à ceux des épargnes individuelles.

Les ministres fédéral et provinciaux des Finances se sont rencontrés en juin et ont négocié une entente apportant deux changements importants au RPC :

Tout d'abord, le taux de remplacement visé est passé, essentiellement, de 25 % à 33 %.

Le deuxième grand changement est une augmentation du maximum des gains annuels ouvrant droit à pension (MGAP), jusqu'à concurrence de 82 700 \$. Ces changements seront financés en augmentant progressivement le taux de cotisation actuel au RPC de 4,95 % à 5,95 % de 2019 à 2025. Ensemble, ces changements signifient que le maximum qu'une personne pourrait recevoir s'élèverait à environ 19 900 \$ (comparativement au maximum actuel de 13 110 \$).

Il faudra des dizaines d'années de cotisations avant qu'une personne récolte tous les avantages du RPC élargi. Les retraités actuels ne verront aucun changement à leur pension du RPC.

Pour les personnes qui ne sont pas encore retraitées, il s'agit d'une augmentation importante. Même si cela ne résout pas le problème du manque d'épargne, c'est un pas dans la bonne direction.

Au moment de l'impression de ce numéro de Sage, des questions restaient sans réponse. De nombreuses personnes espèrent que la législation tiendra compte des effets d'une augmentation du RPC sur les personnes à faible revenu, particulièrement celles qui reçoivent le Supplément de revenu garanti (SRG). Sans changements législatifs, certaines personnes pourraient être forcées de verser des cotisations supérieures, constater une baisse de leur SRG et ne rien obtenir, voire très peu, au bout du compte.

Le gouvernement fédéral présentera probablement la législation enchâssant les changements au RPC à l'automne 2016. Consultez souvent notre site Web pour des mises à jour. ■

# AVIS D'EXPERTS VÉTÉRANS

**QUESTION :** J'ai entendu dire qu'Anciens Combattants Canada offre un service en ligne qui ressemble beaucoup à celui de Mon dossier de l'Agence du revenu du Canada. Pouvez-vous m'en dire plus? Quels sont les services offerts?

**RÉPONSE :** Vous avez raison. Le service *Mon dossier ACC* d'Anciens Combattants Canada est offert en ligne depuis plusieurs années. Il s'agit d'un service en ligne sécuritaire et d'utilisation simple, à la disposition de tout ancien

combattant et de tout membre des Forces armées canadiennes ou de la GRC. Il vous permet non seulement de communiquer avec le personnel d'Anciens Combattants Canada (ACC), mais aussi de voir votre profil et de recevoir des mises à jours sur les nouveaux programmes et services.

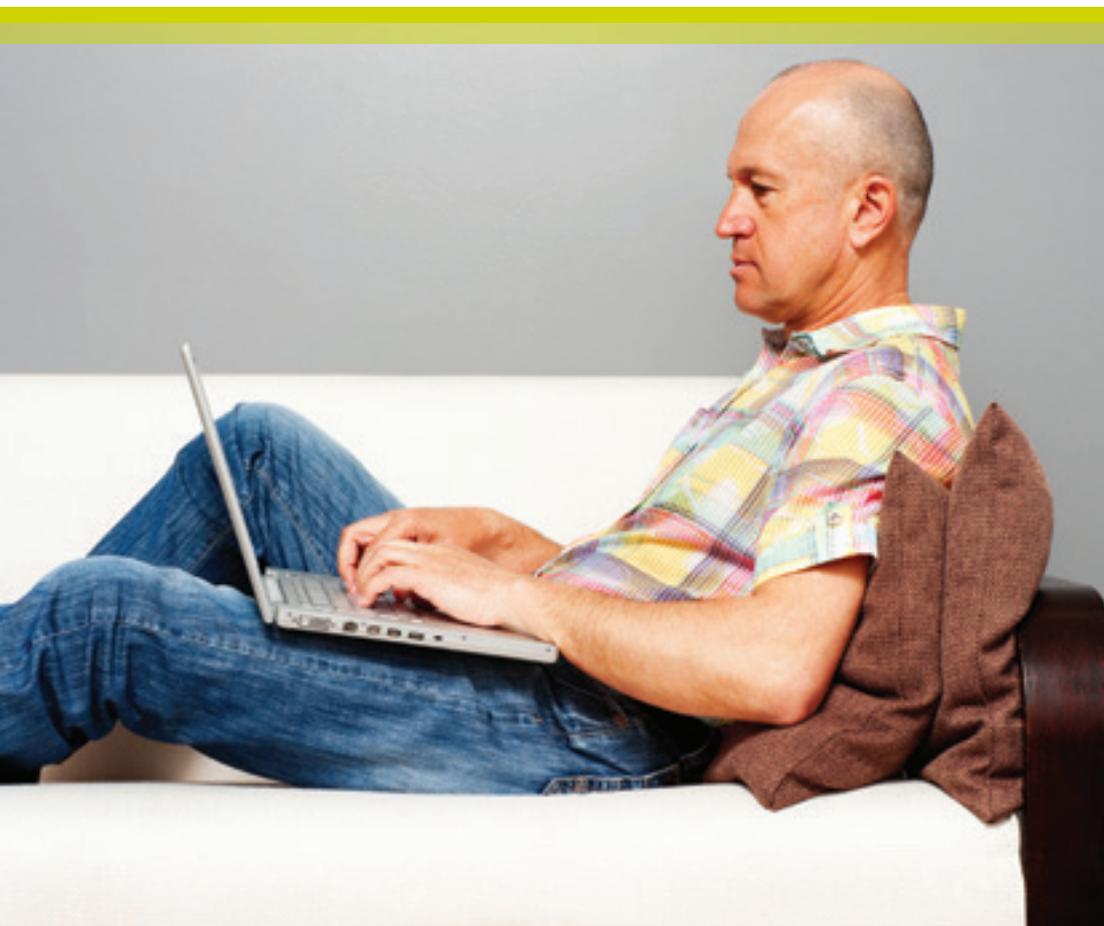
Grâce à ce service en ligne, vous pouvez :

- utiliser le Navigateur des avantages pour vous aider à en apprendre davantage sur les avantages et les services d'ACC;
- voir la liste des prestations que vous recevez en ce moment, ainsi que l'historique de tous les paiements

qui vous ont été versés au cours de 24 derniers mois;

- remplir et télécharger des demandes et des documents à l'appui de votre demande, pour les envoyer par voie électronique à ACC ou au Bureau de services juridiques des pensions (BSJP);
- faire le suivi de vos demandes de prestations d'invalidité, de réadaptation, de services de transition de carrière, d'allocation pour perte de revenus, au Programme pour l'autonomie des anciens combattants (PAAC) et au Régime des soins de santé de la fonction publique;
- demander un remboursement de frais de déplacement pour raisons médicales;
- voir un résumé de vos prestations dans le cadre du PAAC;
- vous enregistrer pour le dépôt direct ou changer votre information bancaire;
- mettre à jour vos coordonnées;
- communiquer avec ACC ou le BSJP par messagerie sécurisée et recevoir une réponse à votre demande (certains employés d'ACC peuvent aussi vous envoyer des messages sécurisés directement);
- recevoir des messages d'ACC au sujet de nouvelles fonctions offertes à *Mon dossier ACC*, de nouveaux services ou de nouvelles allocations.

Ce service pratique et sécuritaire est offert 24 heures sur 24, 7 jours sur 7. Pour savoir comment créer votre propre compte *Mon dossier ACC*, visitez [veterans.gc.ca](http://veterans.gc.ca), cliquez sur Français et, ensuite, cliquez sur le bouton vert *Mon dossier ACC* au coin supérieur droit de l'écran. ■





# Personnalisez la planification de votre voyage AVEC PINTEREST

Vous rappelez-vous la planification de voyage avant Internet? Elle se résumait souvent à un simple guide de voyage de poche en noir et blanc sans photos. Aujourd'hui, la planification de voyage est personnalisée, en particulier avec Pinterest, qui vous permet d'imaginer, planifier et partager votre prochain voyage en un seul endroit.

Pinterest vous fait profiter des expériences de la vie réelle des autres voyageurs, par exemple trouver des endroits hors des sentiers battus et savoir que votre restaurant a plus d'une table avec vue sur l'océan avant d'y arriver. Vous pouvez partager aussi vos propres expériences. Ainsi, votre prochain voyage pourrait être la source d'inspiration d'un voyage inoubliable pour l'un de vos lecteurs.

Comme il y a des millions (oui, des millions) d'épingles sur le thème du voyage (Dennis Schall, Skift), Pinterest est l'un des meilleurs endroits où obtenir des idées sur les destinations, les activités, l'hébergement et les restaurants qui vous conviennent le mieux. Attendez-vous à de l'inspiration sans fin.

## Imaginez

Si vous avez un compte Pinterest, utilisez le moteur de recherche pour trouver des idées et des photos de voyage. Soyez aussi précis que vous le souhaitez, mais, si vous êtes à la recherche d'idées en général,

saisissez une expression générale comme « meilleurs endroits pour voyager ». Pinterest vous donnera des mots-clés de recherche supplémentaires, par exemple, meilleurs endroits pour voyager avec des enfants, meilleurs endroits pour voyager seul et meilleurs endroits pour voyager en Californie. Vous pouvez également commencer par une activité. Si vous saisissez « surf », vous obtiendrez une longue liste de lieux que vous pouvez envisager pour vos prochaines vacances de surf. Pinterest est un coffre au trésor d'idées inspirantes.

## Planifiez

La beauté d'un site de partage social comme Pinterest, c'est que vous obtenez de nombreuses opinions d'un grand nombre d'« épingleurs ». Il y a forcément quelque chose d'affiché sur votre destination de vacances, votre passe-temps ou vos aliments favoris. Vous pouvez utiliser l'outil de recherche et vérifier les babillards créés par centre de villégiature, hôtel, compagnie aérienne et magazine de voyage.

En plus d'idées de destination de voyage, Pinterest est bourré de conseils pratiques : bagages efficaces, meilleurs bagages, mode de vacances, meilleures applications de voyage, guides de voyage, gadgets de voyage. Ils sont tous là pour vous.

Configurez vos propres babillards (publics ou privés) pour « épingler » vos résultats, pour pouvoir les retrouver plus tard. Il n'y a pas de limite au nombre de babillards, rendez donc les vôtres plus précis en les divisant par destination ou style de vacances (par exemple, idées de vacances – Espagne, ou idées de vacances – aventure). Lorsque vous avez choisi votre destination, il est bon de créer des babillards pour les repas, l'hébergement, le transport, les endroits à voir, etc. Si vous planifiez bien vos babillards, vous pouvez les utiliser comme guides de vacances en voyage.

## Partagez

Existe-t-il une meilleure façon de partager votre album de vacances que sur Pinterest? Vos amis peuvent y jeter un coup d'œil et vos images pourraient être la source d'inspiration pour les vacances de rêve d'un autre utilisateur de Pinterest. ■

*Cet article est une gracieuseté de Johnson Inc., un fournisseur d'assurance qui se spécialise dans le domaine des assurances habitation, automobile et voyage, ainsi que dans le domaine des assurances collectives. Pour vous renseigner davantage, visitez [www.johnson.ca](http://www.johnson.ca).*

# MERCI À NOS BÉNÉVOLES!

Les bénévoles sont la ressource essentielle de l'Association nationale des retraités fédéraux. Plus de 1 000 personnes travaillent dans leur section, leur région et au niveau national, assumant des postes de direction, assurant la prestation des services aux membres et faisant des démarches de défense des intérêts au nom de l'Association.

Lors de la cérémonie de remise des prix du bénévolat 2016 de l'Association à Ottawa en juin dernier, nos bénévoles ont occupé le devant de la scène. Cette occasion spéciale réunissait les bénévoles de l'Association, leurs conjoints et conjointes, leurs camarades et le personnel, pour rendre hommage à certains d'entre eux et honorer le travail réalisé par nos sections au nom de l'Association et de nos membres.

La soirée a illustré la conviction et le dévouement profonds du corps de bénévoles de l'Association, et ce, d'un océan à l'autre, avec des lauréats de la vallée de l'Okanagan de la Colombie-Britannique à Moncton, au Nouveau-Brunswick.

## Prix individuels

Cette année, les femmes ont raflé les prix individuels, en remportant le Prix du leadership Claude-Edwards, le Prix de la collaboration et le Prix du bénévolat.

Pour son leadership exceptionnel lors d'initiatives locales et nationales, la présidente de la section de Saskatoon, Anne Ashcroft, a reçu le prestigieux Prix du leadership Claude-Edwards.

Mme Ashcroft a guidé sa section pendant la transition complexe de section incorporée au statut de section dotée d'un acte constitutif (non incorporée) avec un minimum de



Jean-Guy Soulière, président de l'Association, remettant le Prix du leadership Claude-Edwards à Anne Ashcroft, présidente de la section de Saskatoon.

Source : Stephen Grant/Retraités fédéraux

perturbations. Parallèlement à cela, elle a mis sur pied un comité de recrutement des membres, pour que son équipe se consacre aux objectifs de croissance de la section. Elle a aussi grandement contribué à la défense des intérêts de l'Association, en organisant et en tenant un débat des candidats locaux lors de l'élection fédérale de l'année dernière. Enfin, au niveau national, elle a siégé au Comité des candidatures du Conseil d'administration.

Françoise Dompierre, de la section de l'Outaouais, a remporté le Prix de la collaboration. Convaincue qu'une relation étroite entre sa section et une maison de retraités locaux pourrait comporter des avantages importants pour les membres de sa section, Mme Dompierre a collaboré de près avec Allegro (une entreprise achetée par Chartwell) et ses dirigeants, pour négocier une première entente. Pour les membres, celle-ci s'est traduite par des rabais appréciables sur le loyer et les services.

Patricia Goobie, de la section Sud-Est du Nouveau-Brunswick, a obtenu le Prix du bénévolat. Parmi les nombreuses réalisations de ce bourreau de bénévolat dans sa communauté, soulignons celles

d'avoir été la première vice-présidente de l'Hôpital auxiliaire de Moncton et membre du conseil d'administration de l'Armée du Salut. Membre fondatrice de la Coalition des aînés et des droits des résidents de foyers du Nouveau-Brunswick, elle fait aussi du bénévolat pour de nombreux organismes sans but lucratif, comme le Club Rotary et la cuisine communautaire.

## Prix décernés aux sections

La majorité des bénévoles de l'Association travaillent localement, au sein des 82

## Vous songez à faire du bénévolat pour l'Association?

Communiquez avec Gail Curran, agente de l'engagement des bénévoles au Bureau national, à 613-745-2559, poste 235, ou au bureau de votre section locale.

sections, à des activités qui soutiennent directement les membres dans leurs communautés locales, partout au Canada. Cette année, quatre sections ont été reconnues pour leur travail exceptionnel au nom de l'Association.

La section de Saskatoon et région a remporté le Prix du recrutement et de la mobilisation des membres. Elle avait défini une nouvelle stratégie de recrutement comprenant plusieurs initiatives, dont un programme « Inviter un ami à dîner », des séminaires, des annonces dans les journaux locaux et des tirages promotionnels.

Le Prix de l'innovation a été remis à la section du Centre de l'Okanagan, pour sa série de conférences améliorant la valeur d'une adhésion. Présentées par des professionnels dans leur domaine, elles traitaient de sujets intéressants les retraités : ordinateurs et technologies de l'information, voyages, assurances, testaments et successions, santé et mieux-être, options de soins à domicile. Ces conférences ont beaucoup stimulé la participation des membres et ont attiré un nombre record de présences.

La section de Calgary et district a remporté le Prix Soutien et perfectionnement des bénévoles. Son programme de création d'une « culture de gratitude » décuple la reconnaissance des bénévoles. Un comité de remise des prix évalue les contributions des bénévoles, qui sont dûment reconnues ensuite lors de l'assemblée annuelle des membres de la section.

La section d'Ottawa a obtenu le Prix de la défense des intérêts pour sa campagne de sensibilisation publique sur la réforme des pensions, mise sur pied en réaction aux changements visant le régime de pension de retraite de la fonction publique. Graduelle et flexible, cette stratégie a soutenu et renforcé les initiatives nationales de l'Association sur la défense des intérêts.

### Frank Bayne, déjà 35 ans

Pour bon nombre de nos bénévoles, travailler au nom de l'Association représente une deuxième carrière, bien que non rémunérée. Dans certains cas, cette « deuxième carrière » s'étend sur plusieurs décennies. C'est le cas de Frank Bayne (section Kitchener-Waterloo),



Françoise Dompierre (section Outaouais), recevant le Prix de la collaboration des mains de Jean-Guy Soulière.



Frank Bayne et son épouse, Lynn Bothwick.



Michael Curtis Hanna et Deborah Davis, du groupe Segue to Jazz.



Joe Sanderson, président du Comité de reconnaissance des bénévoles.



Jean-Guy Soulière (3<sup>e</sup> à partir de la g.) posant avec les lauréats (de g. à dr.) Anne Ashcroft (Saskatoon), Marlene Lamontagne (Calgary), Larry Crabb (Centre de l'Okanagan), Dyane Dufresne (Ottawa) et Stephen Troy (Ottawa).

notre plus ancien bénévole! Lors du banquet de remise des prix, il a été honoré pour ses 35 années de dévouement envers l'Association.

Félicitations à tous les candidats et lauréats des prix de bénévolat de 2016. Merci pour tout le travail que vous réalisez pour vos collègues bénévoles, nos sections, notre Association, nos communautés et nos membres!

Au nom de nos bénévoles, nous exprimons notre reconnaissance à l'un de nos plus distingués partenaires privilégiés, le fournisseur d'assurance Johnson Inc. Une

soirée aussi spéciale n'aurait pas été possible sans le généreux parrainage et la participation de l'équipe de Johnson. Nous aimerions aussi remercier Deborah Davis et Segue to Jazz, pour son concert durant la soirée.

Pour en savoir plus sur le Programme de reconnaissance des bénévoles et obtenir les lignes directrices sur la candidature d'un bénévole méritant, visitez <https://federalretirees.ca/fr-CA/At-a-Glance/Volunteer>. Les précisions sur le programme de 2017 figureront dans le numéro d'hiver de Sage. ■

## DÉFENSE DES INTÉRÊTS EN ACTION

# Ce que vous devez savoir sur LE RÉGIME DE SOINS DE SANTÉ DE LA FONCTION PUBLIQUE ET NOTRE POURSUITE JUDICIAIRE

Dans le passé, le gouvernement limitait ses initiatives de contrôle des coûts de la rémunération et des avantages sociaux de la fonction publique aux employés en poste ou récemment embauchés, comme les réformes de pensions introduites en 2012 pour les nouveaux employés et les propositions de refonte des congés de maladie et d'élimination de l'accumulation de l'indemnité de départ.

En 2013, cela a changé. Dans son budget de 2013, le gouvernement indiquait son intention de cibler les prestations des retraités pour veiller à ce que « la fonction publique soit abordable, moderne et performante ». Plus tard la même année et sans consultation, le président du Conseil du Trésor de l'époque, Tony Clement, s'est attaqué directement aux retraités fédéraux en apportant des changements au Régime de soins de santé de la fonction publique (RSSFP).

Le Comité des partenaires du RSSFP avait attendu plus d'un an que M. Clement approuve un accord conclu par principe sur des changements mineurs à la couverture du régime. Mais des articles publiés dans les médias en juillet avaient informé l'Association nationale des retraités fédéraux que le Conseil du Trésor s'appropriait à changer les principes du RSSFP pour doubler la part des cotisations versées par les retraités,

faisant passer le partage des coûts de 25 à 50 %, sans aborder le sujet à la table des négociations. Et, en réalité, le Conseil du Trésor n'était pas disposé à négocier.

Passant immédiatement à l'action, l'Association a lancé notre première campagne Respectez votre promesse, une initiative incitant chaque bénévole et chaque membre à s'opposer à une mesure que nous croyons être illégale, et qui l'est.

Ensemble, nos membres ont envoyé des milliers de lettres à leurs députés durant l'automne 2013. Dans ces lettres, nos membres faisaient état de leurs inquiétudes au sujet de l'augmentation et plusieurs ont décrit les graves conséquences qu'elle aurait sur leur budget. Comme les retraités fédéraux vivent dans presque toutes les circonscriptions fédérales du Canada, nous estimons avoir rejoint pratiquement tous les députés élus.

Des centaines de membres se sont rassemblés à notre section de l'Outaouais, pour discuter de la question avec les députés locaux. Des dizaines de milliers de membres et de sympathisants ont signé des pétitions, dont l'une a été déposée à la Chambre des communes par le chef de l'opposition officielle du moment, Tom Mulcair. La pétition demandait au gouvernement du Canada de respecter la promesse faite aux retraités fédéraux et de mettre immédiatement fin aux plans préjudiciables à la sécurité de la retraite et des soins de santé de tous les Canadiens.

« L'enjeu ne se résume pas à équilibrer des budgets et à s'assurer que la fonction publique soit abordable pour les Canadiens », avait déclaré Gary Oberg, alors président de

l'Association. « C'est une question d'honneur, à savoir si le gouvernement du Canada honorera ses obligations morales ou non – et respectera ses promesses – à l'égard de ses employés à la retraite et de ses anciens combattants au sujet de leur rémunération. »

En 2014, le Comité des partenaires du RSSFP discutait toujours de la « proposition » mais, dans le budget fédéral de 2014, les retraités du secteur public fédéral représentaient la source la plus importante d'économies réalisées. Le gouvernement s'était engagé à adopter progressivement le partage des coûts à parts égales et à augmenter le nombre minimal d'années de service requis pour être admissible au RSSFP à six ans. Il estimait faire des économies budgétaires d'environ 7,4 milliards de dollars sur six ans, des estimations sans fondement et que la plupart des experts trouvaient irréalisables.

L'Association avait obtenu des mesures atténuantes, notamment une transition de quatre ans vers le partage des coûts à parts égales, des allègements pour les retraités à faible revenu et des améliorations au régime. Le gouvernement fédéral les a qualifiées d'entente équitablement négociée. Mais en ce qui concerne notre Association, le gouvernement n'a pas honoré l'esprit et les principes de la négociation. Les pensionnés et les représentants des employés ont reçu un ultimatum de la part du Conseil du Trésor : accepter les exigences du gouvernement ou subir des changements législatifs créant davantage de difficultés pour les retraités de la fonction publique et les anciens combattants les plus vulnérables.

L'Association n'est pas restée les bras croisés. À l'automne 2014, le Conseil d'administration

de l'Association a décidé à l'unanimité d'autoriser le cabinet juridique Gowling à commencer une poursuite judiciaire. La décision a été prise conformément au mandat fondamental de l'Association – s'opposer aux mesures défavorables à nos membres et aux membres potentiels – et pour appuyer les membres qui lui avaient demandé de prendre des mesures pour défendre leurs prestations de retraite.

En février 2015, Gowling a déposé un avis de requête auprès de la Cour fédérale du Canada au nom de l'Association nationale des retraités fédéraux et de certains de ses membres. L'avis de requête visait à obtenir que la Cour fédérale déclare que les agissements du gouvernement du Canada au sujet du RSSFP sont contraires à la loi. Le premier avis de requête faisait valoir que le gouvernement ne peut changer les droits acquis des bénéficiaires du régime, qu'il est illégal de le faire et que le gouvernement devait reconnaître le droit de l'Association de négocier et de représenter les retraités au sujet de l'exploitation et de l'administration du régime. Après tout, dans

le passé, le gouvernement fédéral a reconnu l'Association comme représentant tous les retraités fédéraux.

La poursuite judiciaire fait aussi état de manquements à la *Charte canadienne des droits et libertés*, particulièrement en matière de liberté d'association et du droit à la vie, à la liberté et à la sécurité.

De son côté, le gouvernement a déposé plus tard en 2015 des documents arguant que les changements étaient nécessaires pour que les prestations du RSSFP concordent avec ceux des régimes du secteur privé et que les retraités sont bien placés pour assumer les coûts supplémentaires.

Dans cette poursuite, notre principal argument est que le gouvernement a modifié le régime illégalement. Même si le RSSFP verse des prestations plus élevées que celles des régimes du secteur privé, les changements à lui apporter devraient se limiter à rendre les prestations des retraités comparables à ceux des fonctionnaires actuels. Ils devraient aussi être dûment négociés et de bonne foi.

Remporter la poursuite judiciaire n'obligera pas le gouvernement à annuler les changements qu'il a apportés à l'exploitation et à l'administration du RSSFP. Par contre, l'Association peut alors en faire la demande. Plus important encore, le gouvernement ne pourra plus faire de changements unilatéraux par la suite au RSSFP, au Régime de services dentaires pour les pensionnés (RSDP) ou à l'un des régimes de retraite.

La couverture du RSSFP lors de la retraite fait partie de la rémunération promise aux retraités fédéraux pour leurs années de service au Canada. Annuler une partie de cette rémunération présentement consiste à revenir sur une promesse, en ne versant pas la rémunération différée après les services rendus. Cela est injuste et nous continuons cette poursuite judiciaire pour défendre les retraités fédéraux.

Au moment de mettre sous presse, nous attendons avec impatience que la Cour fédérale fixe une date d'audience. Nous espérons connaître cette date à la fin de 2016 et faire entendre notre cause au printemps 2017. ■



# CHINE

## 2 pour 1



**Les charmes de la Chine - 10 jours**

Pékin • Suzhou • Hangzhou • Wuxi • Shanghai

Dates de départ en 2017 : 4, 15 mars ; 8, 19, 29 avril ; 9, 20, 30 mai ; 17, 27 juin ; 8, 18 juill. ; 12, 22 août ; 16, 26 sept. ; 14, 24 oct. ; 11, 21 nov.

forfait tout compris à partir de **2399\$** + 480 \$ taxes p.p

**Épopée de la Chine et Croisière sur le fleuve Yangtze - 15 jours**

Shanghai • Suzhou • Wuxi • Hangzhou • Yichang • Fleuve Yangtze • Chongqing • Pékin

Départs offerts deux fois par mois en 2017 : de mars à mai, de sept. à nov.

forfait tout compris à partir de **3099\$** + 580 \$ taxes p.p

Pour en savoir plus, appelez : 1-866-553-8989 Toronto  
1-888-285-5088 Vancouver  
[www.nexusholidays.ca](http://www.nexusholidays.ca)

\*Billets aller-retour Toronto/Vancouver-Chine, hôtels de luxe, cabine à balcon 5 étoiles pour la croisière, guide francophone (seulement pour Les charmes de la Chine), vols en Chine, navette en autobus climatisés, repas quotidiens, admission aux attractions compris dans ces forfaits. Nexus Holiday est un voyageur de gros et de détail inscrit à TICO et au BPCPA.

\*Vous devez assumer les taxes aéroportuaires.



Association nationale des retraités fédéraux

PARTENAIRE PRIVILÉGIÉ





Association nationale  
des retraités fédéraux

National Association  
of Federal Retirees

# NOUVELLES DE RETRAITÉS FÉDÉRAUX

## Nous avons un nouveau président

Lorsque Jean-Guy Soulière a été élu président lors de l'assemblée annuelle des membres (AAM) de juin, le Bureau national de l'Association a souhaité la bienvenue à un ami de longue date.

Après une carrière de 30 ans au gouvernement fédéral, Jean-Guy Soulière s'est joint à l'Association en 1994 et a occupé le poste de directeur général pendant 13 ans. Membre à vie, il a assumé un rôle important au sein de nombreuses coalitions de groupes d'ainés et a représenté les intérêts des pensionnés à plusieurs conseils et comités. En tant que représentant de l'Association, il a négocié le Régime de soins de santé de la fonction publique et il demeure le représentant des pensionnés au Comité consultatif des pensions de la fonction publique.



Le président de l'Association nationale des retraités fédéraux, Jean-Guy Soulière.

## L'AAM approuve le barème de cotisations pour 2017-2019

En 2017, le barème de cotisations des membres changera. Par conséquent, les cotisations annuelles individuelles s'élèveront à 47,76 \$ en 2017, à 48,96 \$ en 2018, et à 50,28 \$ en 2019. Quant aux cotisations familiales, elles correspondront à 62,04 \$ en 2017, à 63,60 \$ en 2018 et à 65,16 \$ en 2019. Cette restructuration augmente la part revenant aux sections locales, qui passe à 9,00 \$ pour les adhésions individuelles et à 12,88 \$ pour les adhésions familiales.

Le nouveau barème s'applique à tous les membres qui renouvellent leur adhésion en 2017. Il s'appliquera aux nouveaux membres à compter du 1<sup>er</sup> décembre 2016, puisque leur adhésion sera valide du 1<sup>er</sup> janvier au 31 décembre 2017. Les membres qui paient leur cotisation au moyen de retenues à la source des pensions qui leur sont versées verront les nouveaux montants mensuels paraître sur leur chèque ou leur dépôt direct dès janvier chaque année.

La décision de changer le barème de cotisations a été prise lors de l'AAM de juin. Les nouvelles cotisations serviront en partie à financer nos initiatives permanentes visant à protéger vos pensions et vos prestations. Tout particulièrement, l'Association poursuit le gouvernement fédéral en justice pour contester le changement unilatéral de partage des primes versées par les retraités au Régime de soins de santé de la fonction publique. Le nouveau barème de cotisations aidera aussi l'Association à mettre en œuvre un nouveau plan stratégique qui comprend d'importants objectifs pour faire avancer notre mandat et définir une stratégie nationale pour les aînés. Enfin, il permettra à l'Association de

mieux soutenir nos nombreuses initiatives de défense des intérêts et d'attirer de nouveaux partenaires privilégiés.

Les membres ont déjà commencé à constater des améliorations appréciables de la valeur de leur adhésion, grâce à un nouveau site Web conçu pour leur donner des renseignements plus utiles et plus pertinents, ainsi que leur présenter des économies importantes et des occasions de tirer le meilleur parti de tous les avantages d'une adhésion. Le magazine Sage donne aussi un exemple de la façon dont nous nous adaptons pour mieux répondre aux préférences et aux besoins indiqués par nos membres.

## Nouveau barème de cotisations

	ANNUELLE	
	Individuelle	Familiale
2017	47,76 \$	62,04 \$
2018	48,96 \$	63,60 \$
2019	50,28 \$	65,16 \$

	MENSUELLE	
	Individuelle	Familiale
2017	3,98 \$	5,17 \$
2018	4,08 \$	5,30 \$
2019	4,19 \$	5,43 \$

## Retraités fédéraux à la rescousse

Cet été, nos membres ont à nouveau prouvé qu'ils sont *toujours influents!*

À la mi-juin, l'honorable Judy Foote, ministre des Services publics et de l'Approvisionnement (SPA), a annoncé la création d'un centre de services de paye pour résoudre un retard considérable du système Phoenix qui touche négativement les fonctionnaires. Pour aider à augmenter le personnel du centre de service de paye situé à Miramichi au Nouveau-Brunswick, SPA a fait appel à Retraités fédéraux, pour recruter des employés temporaires ayant de l'expérience dans le domaine de la paye.



Judy Foote, ministre des Services publics et de l'Approvisionnement, s'adressant aux médias à Miramichi (Nouveau-Brunswick), le mercredi 27 juillet 2016.

Et nos membres ont répondu à l'appel! À l'heure actuelle, plusieurs retraités fédéraux travaillent avec des employés de SPA pour traiter les demandes de paye en attente et les candidatures de nos membres continuent d'affluer.

Pour en savoir plus sur programme, veuillez communiquer avec Mary Eng, à [mary.eng@tpsgc-pwgsc.gc.ca](mailto:mary.eng@tpsgc-pwgsc.gc.ca)

## Sondage des membres imminent

L'Association a mené son dernier sondage complet des membres il y a plus de cinq ans. Bien des choses ont changé depuis. Le paysage politique du Canada a créé de nouveaux défis et de nouvelles possibilités; l'Association a accueilli la première vague de bébés-boumeurs à la retraite au sein de son effectif grandissant.

Pour veiller à ce que l'Association demeure au fait des besoins et intérêts divers et en évolution de tous nos membres, nous retiendrons les services de professionnels de sondage, pour élaborer et réaliser un sondage exhaustif des membres.

Au cours des prochains mois, une version en ligne du sondage sera envoyée à tous les membres pour lesquels nous avons une adresse de courriel valide. Pour mettre à jour votre adresse de courriel ou l'ajouter à nos dossiers, et vous assurer ainsi de recevoir votre lien au sondage, veuillez communiquer avec [service@retraitesfederaux.ca](mailto:service@retraitesfederaux.ca). Pour

demander une version imprimée du sondage, veuillez composer pour le numéro sans frais 1-855-304-4700, pour être ajouté à la liste d'envoi du sondage.

## Postes au Conseil d'administration de l'Association nationale des retraités fédéraux

Le Conseil d'administration de l'Association nationale des retraités fédéraux est composé de dirigeants qui se consacrent à la mission de l'organisation : améliorer considérablement la qualité et la sécurité de la retraite de nos membres et de tous les Canadiens, au moyen de la défense des intérêts et de la prestation de services.

Comme l'Association est la porte-parole des retraités fédéraux et des anciens combattants, le calibre de nos administrateurs est essentiel pour maintenir la crédibilité et la voix de nos membres. Pour une personne qui a la passion de diriger une organisation forte de près de 185 000 membres et dotée de 82 sections d'un océan à l'autre, un poste au sein du Conseil d'administration de l'Association constitue une possibilité extraordinaire.

Notre Conseil se fait champion de l'importance de la sécurité de la retraite et s'engage à travailler en tant qu'équipe cohésive dotée d'une voix forte. En plus des rôles et responsabilités habituels d'un administrateur, les membres du Conseil de l'Association sont des défenseurs et des ambassadeurs actifs de l'organisation et participent pleinement à sa mission.

## Domaines d'expertise

Nous sommes à la recherche d'administrateurs disposés à contribuer à une équipe dynamique qui travaille en tant qu'organe de direction unifié. Il est nécessaire de posséder des compétences de travail d'équipe efficace et de pensée stratégique.

Pour appuyer le travail de l'Association, des compétences et des connaissances particulières sont également recherchées dans les domaines du droit des affaires, de l'analyse de contexte et de la gestion de l'information.

## Responsabilités des membres du Conseil d'administration

On s'attend de chaque membre du Conseil à ce qu'il sache ce qu'est la gouvernance et qu'il la mette en pratique dans ses fonctions.

On s'attend à ce que les membres du Conseil connaissent les enjeux actuellement défendus par l'Association et qu'ils se tiennent au courant des développements qui touchent l'Association et ses activités de défense des intérêts.

On s'attend à ce qu'ils lisent et comprennent les états financiers de l'Association et qu'ils aident le Conseil à s'acquitter de ses responsabilités fiduciaires.

On s'attend à ce qu'ils assistent en personne à cinq réunions du Conseil par an, ainsi qu'aux téléconférences et aux réunions sur le web supplémentaires qui sont nécessaires. On s'attend à ce qu'ils lisent la documentation avant les réunions et soient prêts à poser des questions et à participer aux discussions de manière positive.

On s'attend à ce qu'ils siègent à un ou plusieurs comités du Conseil et qu'ils participent activement aux travaux de ces comités.

On s'attend à ce qu'ils représentent l'Association de manière responsable au besoin et qu'ils appuient ses positions en matière de défense des intérêts et de politiques.

## Présentation d'une candidature

Il y aura cinq postes d'un mandat de trois ans à pourvoir par élection lors de l'assemblée annuelle des membres de juin 2017 : administrateurs pour les districts de la C.-B. et du Yukon; des Prairies et des TNO, du Québec, d'Ottawa et de l'Atlantique. L'appel de candidatures pour ces postes prendra fin le 17 mars 2017.

Si vous souhaitez faire partie du Conseil d'administration de l'Association nationale des retraités fédéraux et prêter votre concours pour défendre la sécurité de la retraite de nos membres et de tous les Canadiens, ou si vous souhaitez plus de renseignements, veuillez communiquer avec le Comité des candidatures, par courriel à [elections@retraitesfederaux.ca](mailto:elections@retraitesfederaux.ca). ■

# ANNONCES DE SECTIONS

## COLOMBIE-BRITANNIQUE

### BC03 DUNCAN ET DISTRICT

18 oct., 13 h 30 à 16 h : Assemblée de l'après-midi au Ramada Inn de Duncan. Coût : 5 \$ par personne pour le café, le thé et les biscuits. La caporale Cari Lougheed, de la GRC, parlera de la police communautaire dans la région. Les invitations suivront, par courriel ou téléphone. Vous trouverez de plus amples renseignements à [www.fsnacoastal.com](http://www.fsnacoastal.com).

Nous sommes à la recherche d'un bénévole pour gérer le site Web. Des connaissances en informatique sont requises et de la formation sera offerte. Renseignements : Frank Statham au 250-743-3665 ou George Cossey au 250-324-3211.

### BC04 OUEST DE LA VALLÉE DU FRASER

19 oct. à 12 h 30 : Patricia Lapena, représentante régionale de la

C.-B. pour LegalShield, discutera de l'accès à des services juridiques abordables à la bibliothèque Cloverdale, salle au deuxième étage (accès par escalier et ascenseur), au 5642 Rue 176A Surrey. La conférence commence à 13 h. L'espace est limité. Réservations : Sharon à [sriches@me.com](mailto:sriches@me.com) ou au 604-946-2434 d'ici le 12 oct.

11 nov. : Si vous aimeriez représenter notre section en déposant une couronne au cénotaphe de la Légion durant la cérémonie du jour du Souvenir, appelez Ian au 604-589-1545. La Légion doit être à Surrey, Langley, Maple Ridge, White Rock ou North Delta.

8 déc. à 11 h : Assemblée des membres et dîner de Noël au Newlands Golf & Country Club à Langley, au 21025, 48<sup>e</sup> Av., Langley. Accueil à 11 h. Assemblée à 11 h 30. Coût : 20 \$ par personne, payable à l'entrée. Réservation : Charles Louth à [cherbert42@hotmail.com](mailto:cherbert42@hotmail.com) ou au 778-292-1867 avant le 30 nov.

Le premier jeudi de chaque mois, à 14 h. Rencontres d'échange au restaurant Ricky's Country Inn, boul. King George près de la 22<sup>e</sup> Av., South Surrey.

Un court sondage vous sera envoyé bientôt pour connaître comment notre section peut mieux répondre à vos préférences et intérêts.

Vous n'avez pas entendu parler de nous dernièrement? Veuillez communiquer tout changement de courriel à Steve à [s.sawchuk@shaw.ca](mailto:s.sawchuk@shaw.ca)

Consultez [www.nafrfraservalleywest.ca](http://www.nafrfraservalleywest.ca) pour les dernières nouvelles, les événements et les coordonnées de la section.

### BC05 NANAIMO

22 sept. à 9 h 15 : Assemblée des membres de septembre et dîner au Coast Bastion à Nanaimo. Café à 9 h 15. Assemblée à 10 h. La conférencière sera Isobel Mackenzie, protectrice des aînées pour la province de la C.-B. Elle commencera sa présentation à 11 h. Le dîner est servi à 12 h. Coût : à confirmer, mais ce sera autour de 22 \$. Renseignements : [www.federalretirees-nanaimo.ca](http://www.federalretirees-nanaimo.ca).

24 nov. : Assemblée des membres et dîner de Noël au Centre de villégiature et de congrès Tigh-Na-Mara Seaside, 1155, chemin Resort, Parksville. Renseignements : Ken Jones à [Kenjonesbc@shaw.ca](mailto:Kenjonesbc@shaw.ca).

Nous sommes continuellement à la recherche de bénévoles pour répondre au téléphone et pour siéger au conseil d'administration.

### BC07 CENTRE DE L'OKANAGAN

17 oct., 13 h : Conférence Learning Experience no 6, au Théâtre Mary Irwin Theatre, Centre Rotary des arts, Kelowna. Les conférenciers seront Shawn MacCord (MEDOC) et Cynthia Keating (Service Canada). Courez la chance de gagner un voyage aller-retour Kamloops-Jasper avec VIA Rail et beaucoup d'autres prix. Coût : 5 \$ par personne, rafraîchissements compris.

22 oct., 13 h 30 : Assemblée générale à l'église presbytérienne St David's, 271 rue Snowsell, Kelowna. Le centre Kelowna Community Resources fera une présentation sur les services pour les aînés.

Renseignements : visitez notre page Facebook (nom anglais de Central Okanagan Federal

Retirees); pour d'autres mises à jour, cliquez sur « J'aime ». Ou communiquez avec Christine Juba, à [cjuba@shaw.ca](mailto:cjuba@shaw.ca)

### BC08 VANCOUVER

8 déc. à 11 h 30. Dîner de buffet de dinde de Noël à l'église Broadway, 2700, Broadway E, Vancouver. Coût : 10 \$ par personne, payable à l'entrée. Inscription : 604-681-4742 ou [fsnavan@shaw.ca](mailto:fsnavan@shaw.ca) d'ici le 1<sup>er</sup> décembre. Limité aux 150 premières personnes.

Nous avons besoin de bénévoles venant au bureau une ou deux journées par mois de 10 h à 14 h pour offrir notre service d'information et de référence. Renseignements : Bob Anderson, au 604-681-4742 ou à [fsnavan@shaw.ca](mailto:fsnavan@shaw.ca)

### BC09 VICTORIA/FRED WHITEHOUSE

Les assemblées de la section ont lieu à la filiale Trafalgar/Pro Patria (no 293) de la Légion royale canadienne, au 411, chemin Gorge Vale E., à partir de 10 h.

11 oct. à 10 h : Conférencier à confirmer. Consultez [www.federalretireesvictoria.ca](http://www.federalretireesvictoria.ca) pour des détails plus près de l'événement.

13 déc. à 10 h : Dîner de Noël, sans frais. La conférencière sera Kim Manton, coordinatrice de la main-d'œuvre, Centraide de la grande région de Victoria.

Si vous aimeriez que votre section communique pleinement avec vous, nous avons besoin de votre courriel. Sans cela, nous sommes incapables de vous envoyer nos bulletins électroniques mensuels, des notifications spéciales et nos rappels d'assemblées de la section. Juste en passant!

### BC10 SUD DE L'OKANAGAN

29 sept. à 10 h 15 : Intéressé par vos racines? Ne manquez pas la prochaine présentation d'un membre de la Société de généalogie du sud de l'Okanagan à l'auditorium du musée/la bibliothèque de Penticton, 785, rue Main, Penticton.

Café servi à 10 h 15. Présentation de 10 h 30 à 11 h 30.

1<sup>er</sup> déc. : Dîner de Noël au Days Inn sur le chemin Riverside à Penttinton. Plus d'information à venir. Réservez la date!

Nous avons continuellement besoin de bénévoles pour faire l'accueil lors des événements, vendre des billets, aider à aménager des salles. Même si vous n'êtes pas disponible chaque fois, nous sommes reconnaissants de votre temps. Consultez notre site Web à : <https://www.federalretirees.ca/fr-CA/Branches/British-Columbia/South-Okanagan>, communiquez avec nous au 250-493-6799 ou à [FedRetirees@telus.net](mailto:FedRetirees@telus.net).

### BC11 NORD DE L'OKANAGAN

10 nov. à 10 h : Assemblée ordinaire au Elk's Hall. Les billets seront en vente pour la fête de Noël. Les dates seront annoncées dans nos procès-verbaux qui sont envoyés à nos membres, et affichés sur notre site Web.

### BC12 KAMLOOPS

11 nov. à 11 h : Services du jour du Souvenir. Les membres de notre section déposeront des couronnes au cénotaphe du parc Riverside à Kamloops, à l'église St-Joseph sur la réserve indienne Tk'emlups et à la salle communautaire de Chase. Joignez-vous à nous et honorez nos militaires.

16 nov. à 11 h : Dîner et assemblée des membres au Centre communautaire North Shore, au 730 avenue Cottonwood, Kamloops. Le café sera servi à 11 h. Coût : 10 \$. L'ordre du jour comprendra le budget proposé pour 2016-2017 et les détails sur la fête de Noël. Les billets seront également en vente. Tout conférencier sera annoncé plus tard. Inscription : [kamloopsoffice@gmail.com](mailto:kamloopsoffice@gmail.com) ou 250-571-5007 d'ici le 10 nov.

7 déc. à 11 h 30 : Fête de Noël au Centre communautaire North Shore, 730 avenue Cottonwood, Kamloops. Accueil à 11 h 30. Un repas complet, accompagné de vin, sera servi à 12 h. Confirmation de présence et achat de billets à 25 \$ par chèque à l'ANRF, C. P. 1397, Kamloops (C.-B.) V2C 6L7 au

plus tard le 1<sup>er</sup> décembre. Les membres de votre famille et vos amis sont également les bienvenus. Laissez un message au 250-571-5007 et nous vous rappellerons dans les 24 heures.

### BC14 SIDNEY ET DISTRICT

19 nov., de 9 h 30 à 12 h : Assemblée trimestrielle de la section, à l'église Ste-Elizabeth, 3<sup>e</sup> Rue, Sidney. La conférencière sera Emily Pridham, directrice des services régionaux de l'île de Vancouver, Société Alzheimer de la C.-B.

La section est à la recherche d'une vice-présidence. Le conseil d'administration est également à la recherche d'une personne avec des connaissances informatiques pour s'occuper du site Web de la section. Renseignements : David Stinson au 250-654-0244.

## ALBERTA

### AB16 CALGARY ET DISTRICT

18 nov. à 10 h 30 : Assemblée des membres à Fort Calgary, au 750 de la 9<sup>e</sup> av. S.-E., Calgary. Conférencier à confirmer. Notre dîner trimestriel d'automne suivra à 12 h, avec des scones au babeurre, de la soupe forestière aux champignons, des côtes de bœuf braisé, des pommes de terre, des légumes, des tartes et des carrés maison. Coût : 25 \$ par membre et invité. Inscription : 403-265-0773 ou [fsnalg@telus.net](mailto:fsnalg@telus.net) d'ici le 11 nov. Restez en contact en consultant notre site Web : [www.fsnaab.ca/about-calgary-branch/](http://www.fsnaab.ca/about-calgary-branch/).

Pauses-café à Okotoks/Foothills : Renseignements : Michelle Lucia au 403-938-7397/[gmluchia@shaw.ca](mailto:gmluchia@shaw.ca), ou Doug Raynor au 403-995-1786/[draynor@shaw.ca](mailto:draynor@shaw.ca).

Pauses-café à Canmore : Renseignements : Jette Finsborg au 403-609-0598 ou à [jfinsborg@gmail.com](mailto:jfinsborg@gmail.com).

Nous sommes à la recherche de bénévoles pour travailler au bureau, qui est ouvert du lundi au vendredi, de 10 h à 12 h. Les tâches comprennent le traitement de reçus pour le paiement des frais d'adhésion, fournir les renseignements sur les pensions et les

prestations, effectuer le renvoi à l'APS et faire le suivi sur les demandes d'adhésion générale. Renseignements : 403-265-0773 ou [fsnalg@telus.net](mailto:fsnalg@telus.net).

### AB17 EDMONTON

7 déc. à 10 h 30 : Assemblée annuelle des membres à la filiale Kingsway de la Légion royale canadienne, 14339 50<sup>e</sup> Rue, Edmonton. Dîner à la dinde servi à 12 h. Coût : 25 \$. Accueil à 10 h 30 pour socialiser. Pour les personnes qui ne viennent pas au repas, l'assemblée commence à 13 h. Cette assemblée comprendra une reconnaissance de nos bénévoles. Des services CART seront offerts aux participants sourds et malentendants.

D'autres renseignements seront annoncés sur notre site Web à [www.fsnadm.ca](http://www.fsnadm.ca), sur la page Facebook de l'ANRF Edmonton et sur la page de la section d'Edmonton sur le site Web national à [www.retraitesfederaux.ca](http://www.retraitesfederaux.ca).

Les membres qui n'ont pas accès à Internet et qui apparaissent sur notre liste téléphonique recevront un appel dans les cinq à quinze jours avant l'événement. Renseignements : 780-413-4687 ou 1-855-376-2336 après le 23 nov.

Inscription pour cette assemblée : [nafsocial@yahoo.ca](mailto:nafsocial@yahoo.ca), Heather au 780-942-2664 ou Lillian au 780-476-9803.

### AB18 SUD DE L'ALBERTA

14 oct., 11 h 30 : Dîner et assemblée générale, au restaurant Country Kitchen, ch. 1715 Mayor Magrath, Lethbridge Sud. Le conférencier sera Bryan Smith, lauréat du prix Will Rogers de l'AWA, célébrant le meilleur poète cow-boy de l'année. Au menu : soupe du chef, porc effiloché, fèves au lard, pommes de terre rôties, salade de chou et croustillant aux pommes. Coût : 16 \$, pourboire et TPS compris. Tenue western décontractée suggérée. Inscription au bureau de l'ANRC, au 403-328-0801 ou à [nafr18@shaw.ca](mailto:nafr18@shaw.ca). Billets vendus à l'entrée à compter de 11 h 30.

**AB19 RED DEER**

18 et 19 oct. : Conférence régionale de l'ANRF de l'Alberta et formation CRM au Baymont Inn & Suites, 4311 49<sup>e</sup> Avenue, Red Deer. Inscription : 403-346-8841. Mentionnez l'ANRF pour un rabais. Renseignements : Riley Workman, président, au 403-343-6273.

7 déc. à 12 h : Assemblée des membres au Baymont Inn & Suite, 4311 49<sup>e</sup> Avenue, Red Deer. Coût : 20 \$ par personne.

**AB20 MEDICINE HAT**

13 oct. à 12 h : Assemblée des membres et dîner de l'automne au club de golf de Medicine Hat. Le prix sera semblable au dîner et à l'assemblée annuelle 2015 et le dîner sera subventionné. Conférencier à confirmer.

Nous communiquerons avec vous par courriel ou téléphone. Renseignements : fsna.ab20@gmail.com ou Paul Mast, président, au 403-526-4408. Le numéro au bureau est le 403-502-8713. À inscrire au calendrier.

Si vous avez changé d'adresse ou de courriel, communiquez avec Lionel Provost au 403-527-8672 ou Thelma Crawford au 403-527-2016.

**AB92 LAKELAND**

12 oct. à 11 h : Assemblée annuelle des membres, dans les locaux de l'escadre 784 de l'Aviation royale canadienne, au 5319 48<sup>e</sup> Av. S., Cold Lake. Coût : 10 \$ par membre. Inscription : Ethel au 780-594-3961 ou ethellou@telus.net d'ici le 7 oct.

18 et 19 oct. : Conférence des présidents provinciaux de l'Alerba à Red Deer.

Nous sommes à la recherche d'un bénévole pour occuper le poste de vice-présidence. Renseignements : Lou au 780-594-3961 ou à louethel@telusplanet.net

Nous sommes également à la recherche de bénévoles pour notre comité téléphonique. Renseignements : Ethel au 780-594-3961 ou à ethellou@telus.net

**SASKATCHEWAN****SK25 SASKATOON ET RÉGION**

14 sept. à 12 h : Épluchette de blé d'Inde annuelle (notez le changement de date) au Centre communautaire Floral. Utilisez la route Floral (à l'angle d'Agars) près de l'autoroute 16. C'est plus court vers le Centre communautaire sur la route de gravier si elle est mouillée. Vous pouvez également accéder au Centre communautaire par l'autoroute 11 Sud jusqu'à la route Floral (est) au Esso sur Grasswood. Gratuit pour les membres et 5 \$ par invité. Questions ou réservations : Leslie John au 306-373-5812 ou Loretta Reiter au 306-374-5450.

19 oct. à 18 h : Souper annuel de l'automne au Smiley's sur le chemin Circle à Saskatoon. Coût : 10 \$ par membre, 20 \$ par invité. Conférencier ou divertissement à confirmer. Questions ou réservations : Leslie John au 306-373-5812 ou Loretta Reiter au 306-374-5450.

**SK29 SWIFT CURRENT**

28 sept. à 10 h 30 : Assemblée des membres au Pharmasave, salle de réunion publique, 390, avenue Central Nord, Swift Current.

23 et 24 oct. : Conférence régionale de la Saskatchewan au Days Inn, 905, route de service Nord, Swift Current.

Consultez le site Web de l'Association nationale des retraités fédéraux, sous événements de sections, pour des mises à jour et des renseignements sur les inscriptions. Renseignements : Albert Kildaw à SK29.Pres@outlook.com ou au 306-784-3475.

**MANITOBA****MB30 MANITOBA**

11 oct. à 11 h 30 : Dîner-rencontre à la Seniors Coop, Brandon. Si vous avez besoin de transport, appelez Al Robertson (204-728-4192) ou Jac Hiebert (204-728-2438) à Brandon ou Barrett Nelson (204-867-3296) à Minnedosa. Dîner servi après l'assemblée.

**MB31 WINNIPEG**

20 sept. : Assemblée des membres avec une présentation de Gerry Jennings, vérificateur judiciaire de la GRC à la retraite, sur la sécurité des personnes âgées. Inscription préalable d'ici le 12 sept.

15 nov. : Assemblée des membres avec présentation à confirmer. Inscription préalable d'ici le 7 nov.

Ces deux assemblées se déroulent à la section 283 de l'AMFA, 3584, avenue Portage. Inscription préalable nécessaire au 204-989-2061 ou à nafrwpg@mymts.net.

28 sept. : Présentation de Snowbirds Canada sur résider à l'extérieur du Canada, les règlements sur le passage aux frontières et d'autres questions d'intérêt pour les personnes prenant des vacances prolongées aux États-Unis. Nous aurons également une présentation sur la protection contre les incendies la même journée. Un repas léger sera offert entre les présentations. Cet événement se tient au Eastern Star Chalet, au 525, rue Cathcart.

4 oct. : Assemblée de sensibilisation à Gimli. L'Assemblée comprendra une présentation sur les enjeux financiers reliés aux CELI, RÉER, etc.

Une inscription préalable est nécessaire à ces événements au 204-989-2061 ou à nafrwpg@mymts.net. Un courriel avec les détails confirmés et les dates limites d'inscription sera envoyé plus près de ces événements.

Jim Jarret est à la recherche de bénévoles pour s'occuper d'un kiosque lors d'événements s'adressant aux aînés cet automne. Si vous avez du temps à donner, communiquez au 204-832-8642.

Barb Smith-Molloy, l'agente des prestations de santé de la section, est prête à servir de mentor à un membre intéressé. Renseignements : 204-255-1959 ou bmolloy@mymts.net.

**MB48 LAKEHEAD**

25 oct. à 11 h : Dîner de l'automne au Victoria Inn, au 555, rue Arthur O., Thunder Bay. Accueil à 11 h. Dîner servi à 12 h. Nous encourageons

les membres à participer pour réseauter avec d'anciens amis et collègues de travail. Coût : seulement 7,50 \$ par membre, 15 \$ par non-membre. La conférencière sera Tracey Livitski de l'Association canadienne du diabète. Joe Sanderson, directeur régional, présentera une mise à jour de ce qui se passe au niveau national. Nous vous y attendons!

## ONTARIO

### ON34 PEEL HALTON ET RÉGION

Le 5 mai 2016, la section a tenu son assemblée annuelle des membres et a élu un nouveau conseil d'administration.

Voici les membres du conseil d'administration pour 2016-2017 : président : Wayne Blackburn, vice-président : Roy Prince, secrétaire : Fiona Price, administratrice des prestations de santé : Dianne Prentice, administrateur des adhésions : Robert Lane, télécommunications : Carlos Gomes, coordinateur d'événements : Ken Dean, programmes sociaux : Saleem Azeem, administrateurs : John Prentice, Ken Yetman, Jim Lahay et Shiv Bajwa, webmestre de la section et éditeur : Gary Mohr. La section retiendra les services de Renee Labbad-Thibault à titre consultatif.

Le poste à la trésorerie n'a pas été pourvu. Nous sommes à la recherche d'un bénévole qui pourrait travailler avec les membres actuels du conseil d'administration pour occuper ce poste. Veuillez communiquer avec le président du conseil ([president@federalretireesph.com](mailto:president@federalretireesph.com)) si vous êtes intéressé.

6 oct. : Assemblée des membres de l'automne à la salle de banquet de Mississauga. Le(s) conférencier(s) et les sujets de discussion restent à confirmer. Nous étudions également d'autres activités qui pourraient intéresser nos membres. Consultez notre site Web à [www.federalretireesph.com](http://www.federalretireesph.com) pour des mises à jour ou nous fournir votre adresse courriel (si ce n'est déjà fait) pour que nous puissions vous envoyer les renseignements quand ils seront finalisés.

11 mai 2017 : Assemblée annuelle des membres qui comprendra les élections aux postes de notre conseil d'administration.

### ON35 HURONIE

5 oct. à 10 h 30 : Assemblée annuelle des membres. Café à 10 h 30. Assemblée à 11 h, au Centre Sheba Shrine, 142, rue John, Barrie. Dîner à 13 h au coût de 7 \$. Conférencier à confirmer. Renseignements sur le site Web de l'Association nationale des retraités fédéraux [www.federalretirees.ca/fr-CA](http://www.federalretirees.ca/fr-CA) sous les sections.

La section de la Huronie tiendra des élections pour les postes de trésorerie et de quatre administrateurs lors de l'assemblée annuelle des membres le 5 oct. Renseignements : Lynne Ellis au 705-792-0110 ou à [fsnahuronia@rogers.com](mailto:fsnahuronia@rogers.com). Il y a environ entre quatre et six réunions par année.

### ON37 HAMILTON ET RÉGION

Avis de correction – nouvelle date : Assemblée de la section au Centre de conférences et d'activités Michelangelo, le 12 sept. à 11 h, 1555, rue Upper Ottawa, Hamilton. Accueil entre 11 h et 12 h. Dîner servi à 12 h 15 tapant, Coût : 20 \$ par membre, 25 \$ par non-membre. Si vous ne recevez pas d'appel ou de courriel, veuillez envoyer un courriel à Gloria Reid à [gloriareid900@gmail.com](mailto:gloriareid900@gmail.com), ou téléphonez à Cathy Tarves au 905-531-7287. Notre conférencier sera du Programme d'assistance pour le cancer d'Hamilton.

5 déc. à 11 h : Assemblée de la section au Centre de conférences et d'activités Michelangelo, 1555, rue Upper Ottawa, Hamilton. Accueil entre 11 h et 12 h. Dîner servi à 12 h 15 tapant, Coût : 20 \$ par membre, 25 \$ par invité. Si vous ne recevez pas d'appel ou de courriel, veuillez envoyer un courriel à Gloria Reid à [gloriareid900@gmail.com](mailto:gloriareid900@gmail.com), ou téléphonez à Cathy Tarves au 905-531-7287. Un divertissement sera offert.

Les statuts et règlements de la section ont été adoptés lors de l'AAM le 25 avril. Une version électronique est affichée sur notre site Web au [www.fсна-hamilton-on37.com](http://www.fсна-hamilton-on37.com).

### ON38 KINGSTON ET DISTRICT

18 oct. à 11 h 30. Dîner-rencontre à Westport au The Cove Country Inn, 2, rue Bedford, Westport. Réservez et envoyez votre paiement d'ici le 5 oct. Coût : 10 \$ par personne.

6 déc. à 11 h 30. Dîner-rencontre des fêtes à l'édifice de l'Association de l'ARC (aile 416),

porte 200 Hampton Gray (aéroport Norma Rogers), Kingston. Réservez et envoyez votre paiement d'ici le 25 nov. Coût : 15 \$ par personne. Renseignements : [www.retraitesfederaux.ca](http://www.retraitesfederaux.ca) et sélectionnez « Section » pour trouver la section de Kingston et district ou appelez au 613-542-9832 ou au 1-866-729-3762.

Nous sommes à la recherche de bénévoles pour répondre au téléphone. Nous vous demandons seulement quelques heures de votre temps et vous pouvez travailler de la maison. Renseignement : Marilyn Quick au 613-634-1652.

### ON39 KITCHENER-WATERLOO ET DISTRICT

18 oct. à 10 h : Assemblée semestrielle à la place Conestoga, 110 ch. Manitou, Kitchener. Inscription à 10 h. Coût du dîner : 8 \$ par membre, 10 \$ par non-membre. Inscription : 519-742-9031 ou [fsna39@gmail.com](mailto:fsna39@gmail.com) d'ici le 13 oct.

6 déc. à 11 h 30. Activité sociale de Noël à la place Conestoga, 110 ch. Manitou, Kitchener. Inscription à 11 h 30 et dîner de Noël à 12 h 15. Coût : 10 \$ par membre, 20 \$ par non-membre. Inscription : 519-742-9031 ou [fsna39@gmail.com](mailto:fsna39@gmail.com) d'ici le 1<sup>er</sup> décembre.

Nous avons besoin de nouvelles personnes au CA avec de nouvelles idées, surtout celles avec une certaine connaissance informatique. Cela nécessite seulement quelques heures tous les mois pour participer aux réunions du CA.

Heures de bureau : Mardi : de 10 h à 12 h, Jeudi : de 13 h à 15 h. Téléphone au bureau : 519-742-9031

### ON40 LONDON

6 oct. à 13 h : Assemblée des membres à la Légion Victory, 311, avenue Oakland, London. Café à 13 h. Assemblée à 13 h 30. Conférencier à confirmer. Suivie d'un léger goûter.

3 nov. à 13 h : Assemblée des membres à la Légion Victory, 311, avenue Oakland, London. Café à 13 h. Assemblée à 13 h 30. Conférencier à confirmer. Suivie d'un léger goûter.

6 déc. : Dîner annuel de Noël à la salle de bal Crystal du Best Western Lamplighter Inn, 591, route Wellington S., London. Coût : 15 \$

par membre, 20 \$ par invité. Divertissement musical durant le dîner. Date limite pour acheter des billets : 28 nov. à 17 h.

#### ON42 OSHAWA ET DISTRICT

18 oct. à 11 h 30 : Dîner suivi de l'assemblée des membres à 13 h, au Moose Lodge, 731, rue Wilson S., Oshawa.

14 déc. à 11 h 30 : Dîner de Noël. Coût à confirmer. Église unie Westminster, 1850, route Rossland E., Whitby.

#### ON43 OTTAWA

25 oct. à 8 h 30 : Assemblée générale d'automne des membres au Centre hellénique, 1315, promenade Prince of Wales, de 8 h 30 à 12 h 30.

#### ON44 PETERBOROUGH ET RÉGION

19 oct. à 11 h. Assemblée des membres de l'automne à la filiale 52 de la Légion royale canadienne, 1550, rue Lansdowne O., Peterborough. Accueil à 11 h pour temps social. Dîner à 12 h. Pour le dîner, nous devons connaître le nombre de personnes envisageant participer. Communiquez avec Lorna Arnold, secrétaire de la section, à [gl.arnold@yahoo.ca](mailto:gl.arnold@yahoo.ca). Gratuit pour les membres et coût minime pour les invités.

23 nov. à 11 h : Accueil avant le dîner de Noël à la filiale 52 de la Légion royale canadienne, 1550, rue Lansdowne O., Peterborough. Accueil à 11 h. Pour le dîner, nous devons connaître le nombre de personnes envisageant participer. Communiquez avec Lorna Arnold, secrétaire de la section, à [gl.arnold@yahoo.ca](mailto:gl.arnold@yahoo.ca) ou Lois Gehan, administratrice, au 905-372-6449 ou à [lgehan@cogeco.ca](mailto:lgehan@cogeco.ca).

Notre section est continuellement à la recherche de bénévoles. Nous avons quatre réunions ordinaires du conseil d'administration et deux assemblées des membres par année. Renseignements : Geoff Arnold à [gl.arnold@yahoo.ca](mailto:gl.arnold@yahoo.ca) ou Richard Poersch au 705-324-7185 ou à [rpoersch@bell.net](mailto:rpoersch@bell.net)

#### ON45 QUINTE

15 sept. : Visite de vignobles, comté de Prince Édouard. Coût : 35 \$, comprend l'autobus, visite de vignobles sélectionnés, dégustations de vins, déjeuner pique-nique et visite d'une usine de fromage. Nous quittons Belleville à 10 h 30 pour revenir vers environ 16 h. Inscription : 613-968-7212 ou [fsonaon45@gmail.com](mailto:fsonaon45@gmail.com) d'ici le 15 août. Paiement requis d'ici le 30 août.

29 nov. : Dîner de dinde de Noël annuel, au Hall grec, 6550 ch. Harder, Belleville. Des renseignements supplémentaires seront diffusés, par téléphone et par courriel.

#### ON46 QUINTRENT

18 oct. à 13 h : Assemblée d'automne des membres à Légion royale canadienne de Trenton. Du café et des Timbits seront offerts avant l'assemblée.

2 déc. à 12 h : Dîner de Noël à la filiale 110 de la Légion royale canadienne de Trenton. Accueil à 12 h. Dîner à 13 h. Le poulet est au menu cette année. Coût : 15 \$ par membre, 20 \$ par invité. La date limite pour acheter les billets est le 24 nov.

La section Quintret tiendra des élections lors de l'assemblée des membres de l'automne le 18 oct. Toute personne intéressée à se présenter est la bienvenue.

#### ON49 WINDSOR

19 oct. à 12 h 30 : Assemblée des membres de l'automne à la filiale 143 de la Légion royale canadienne, 1570, avenue Marentette, Windsor. Inscription : Sharon McGovern, au 519-978-1808 ou à [mcgovernsharon@rocketmail.com](mailto:mcgovernsharon@rocketmail.com)

4 déc. à 12 h 30 : Dîner de Noël à la filiale 143 de la Légion royale canadienne, 1570, avenue Marentette, Windsor.

#### ON50 MOYEN-NORD

5 oct. à 12 h : Joignez-vous à nous pour notre dîner-rencontre bisannuel au Best Western, 700, chemin Lakeshore, North Bay. Coût : 12 \$ par membre, 15 \$ par invité. Les conférenciers discuteront de planification successorale et funéraire. Questions ou réservations : Jackie Craft au 705-497-0204 d'ici le 30 sept.

#### ON52 ALGOMA

13 oct. à 12 h : Dîner-rencontre des membres de l'automne au Centre de jour pour personnes âgées, 619, rue Bay, Sault Ste. Marie. Coût : 10 \$ par membre ou invité. Conférencier à confirmer. Questions ou réservations : Chuck David au 705-946-0002 d'ici le 7 oct.

#### ON54 CORNWALL

Une assemblée extraordinaire des membres à la section de Cornwall se tiendra le 21 sept. à la Légion de Cornwall à 10 h. L'assemblée est nécessaire parce qu'il n'y a pas assez de bénévoles pour former un conseil d'administration pour la section. Vous devrez voter sur la dissolution de la section de Cornwall ou faire rapporter la section au Bureau national en attendant d'autres directives du conseil d'administration de l'association. Vous devez participer à l'assemblée pour pouvoir voter.

#### ON55 YORK

18 oct. à 10 h 30 : Assemblée des membres de l'automne, de 10 h 30 à 12 h 30 au Centre communautaire Richvale, 160, route Avenue, Richmond Hill. Suivie d'un dîner. Inscription : Sharon Paris à [sherwu2day@hotmail.com](mailto:sherwu2day@hotmail.com) ou au 905-836-1065.

#### ON56 HURON NORD

5 oct. à 13 h 15 : Assemblée des membres à la filiale 76 de la Légion royale canadienne, 1533, rue Weller, Sudbury. Les conférenciers seront les Sudbury Raising Stars, commandités par le Service de santé publique de Sudbury, qui présenteront des sketches comme *Restez sur vos pieds* et d'autres enjeux reliés à la santé. Questions : Jeannine Blais au 705-698-5895. Les membres et leurs invités sont les bienvenus. Café, thé et léger goûter gratuits.

Si vous n'avez pas déjà partagé ou mis à jour votre courriel avec la section, veuillez nous l'envoyer à [huronnorth56@gmail.com](mailto:huronnorth56@gmail.com).

Les personnes suivantes ont été élues au conseil d'administration à l'assemblée annuelle des membres en avril 2016 : présidente : Jeannine Blais, vice-présidente : Marielle Beauvais, trésorière : Ann Marie Arrowsmith, secrétaire et adhésions : Sylvia

Grant, et administrateurs Bob Boudreau, Conrad Lazure, Jeanne Matthews, Geoffrey Knight, Ray Racine, Maurice Rancourt, Betty Vezina et George Young.

Pour les coordonnées, veuillez envoyer un courriel à [huronnorth56@gmail.com](mailto:huronnorth56@gmail.com) ou appelez la présidente de la section au 705-698-5895 et laissez un message.

## QUÉBEC

### QC57 QUÉBEC

14 oct. à 10 h : Assemblée annuelle des membres au Patro Roc-Amadour, 2301, 1<sup>re</sup> Av., Québec. L'ordre du jour est disponible sur notre site Web à [www.anrf-sq.org](http://www.anrf-sq.org).

14 oct. à 13 h 30 : Conférence sur l'aide médicale à mourir au Patro-Roc-Amadour. Les conférenciers Jean-Pierre Ménard, avocat spécialisé en droit médical, et Yvon Bureau, sociologue, aborderont les aspects médicaux et juridiques à la lumière des récents changements législatifs. Inscription : [anrf@bellnet.ca](mailto:anrf@bellnet.ca), 418-661-4896 ou 1-866-661-4896 d'ici le 7 oct.

Déjeuners mensuels : à 9 h 30, le premier mercredi du mois, à partir du 7 sept. au restaurant Pacini au 245, rue Soumande, Québec (Halles Fleur de Lys) – 418-527-8623.

Quilles : La saison 2016-2017 recommence le 6 sept. à 13 h au Centre Mgr Marcoux, 1886, route Canardière, Québec. Vous pouvez joindre une équipe en communiquant avec Martine Laberge au 418-666-2980 ou Jacqueline LeBlanc au 418-871-8555.

### SOUS-SECTION DU SAGUENAY/ LAC-SAINT-JEAN

Petits-déjeuners–La Baie : Premier mardi de chaque mois au restaurant Chez Mike, 285, boul. de la Grande Baie N., à 9 h le 6 sept., 4 oct., 1<sup>er</sup> nov. et 6 déc.

Petits-déjeuners – Alma : Dernier mercredi du mois à l'Hôtel-Motel Les Cascades, 140, avenue du Pont N., Alma, à 9 h le 28 sept., 26 oct. et 30 nov.

### SOUS-SECTION DU BAS-SAINT-LAURENT/ GASPÉSIE

Michel Rancourt est le nouveau directeur de la sous-section du Bas-Saint-Laurent/Gaspésie.

Petits-déjeuners – Rivière-du-Loup : Deuxième mercredi du mois à 9 h 30. Veuillez noter que le petit-déjeuner du 14 sept. se tiendra au club de golf à Rivière-du-Loup. Les autres se dérouleront au restaurant O'Farfadet, 298, boul. Armand-Thériault, Rivière-du-Loup au centre commercial, le 12 oct., 9 nov. et 14 déc.

### QC58 MONTRÉAL

7 déc. : Notre souper de Noël se tiendra au Le Rizz, 6630, rue Jarry, Est, Saint-Léonard. Le bon de participation est disponible sur le site Web de la section – [www.anrfmontreal.ca](http://www.anrfmontreal.ca). Le bon doit être envoyé au secrétariat de la section au plus tard le 11 nov. Renseignements : 514-381-8824. Nous espérons vous y voir.

13 sept. : Une conférence intitulée Démystifier la vie en résidence sera présentée gratuitement aux membres de 13 h à 16 h à l'hôtel Universel, 5000, rue Sherbrooke E., Montréal. Les détails se trouvent sur notre site Web. Inscription : 514-381-8824 ou [info@anrfmontreal.ca](mailto:info@anrfmontreal.ca) avant le 2 sept.

### QC61 MAURICIE

12 oct. à 9 h : Déjeuner mensuel au restaurant Le Brunch (anciennement Chez Théo), 4485, boul. Gene-H.-Kruger, Trois-Rivières (Québec). Conférencier : Représentant de Centraide Mauricie.

9 nov. à 9 h : Déjeuner mensuel au restaurant Chez Auger, 493 5<sup>e</sup> Rue De La Pointe, Shawinigan. Conférencier : Jonathan Lapointe, Croix-Rouge.

## NOUVEAU-BRUNSWICK

### NB62 FREDERICTON ET DISTRICT

25 oct., 17 h : Souper de l'automne et assemblée générale de la section (au besoin), à la salle paroissiale St. Francis of Assisi, 2130 ch. de la route 102, Lincoln. Le conférencier sera Jean-Guy Soulière, président de l'ANRF. Pour vous inscrire ou avoir plus de renseignements, consultez le rapport de la section inséré dans ce numéro de Sage, composez le 506-451-2111 ou envoyez un courriel à [fsna2.fred@nb.aibn.com](mailto:fsna2.fred@nb.aibn.com).

La date et le thème de la séance d'information automnale n'ont pas encore été déterminés. Pour rester au fait de tous les événements

de la section, visitez le site Web de la section ([www.retraitesfederaux.ca](http://www.retraitesfederaux.ca), cliquez sur l'onglet Sections, puis sur Nouveau-Brunswick, puis Section de Fredericton et district).

### NB64 SUD-EST DU NOUVEAU-BRUNSWICK

30 sept. à 10 h : Événement à la filiale 6 de la Légion royale canadienne, avenue des anciens combattants, Moncton. La conférencière sera Tessa Wheaton du Centre des pensions de la fonction publique. Les billets pour les dîners du 25 novembre et du 27 janvier (coût de 5 \$) seront disponibles.

17 oct. à 10 h : Assemblée des membres de la section à la Légion de Sackville. Cette assemblée est ouverte aux membres qui vivent dans la région générale de Sackville/Dorchester. La conférencière sera Linda Shannon, directrice générale de la Drew Nursing Home.

Inscription : 506-855-8349 ou [fsnasenb64@gmail.com](mailto:fsnasenb64@gmail.com).

25 nov. à 10 h : Événement à la filiale 6 de la Légion royale canadienne, avenue des anciens combattants, Moncton. Le conférencier sera le juge Irwin Lampert. L'élection des administrateurs pour 2017 aura lieu. Veuillez faire savoir au président du comité des candidatures, Paul Cassidy, si vous êtes intéressé à l'un des postes : 506-855-8349 ou [fsnasenb64@gmail.com](mailto:fsnasenb64@gmail.com). Un dîner suivra l'assemblée.

27 janv. à 10 h : Événement à la filiale 6 de la Légion royale canadienne, avenue des anciens combattants, Moncton. L'assemblée annuelle des membres aura lieu en même temps que l'assemblée des membres de janvier. Un dîner suivra l'assemblée.

### NB65 SAINT JOHN

13 oct. à 17 h : Souper de côte de bœuf de l'automne à l'église St. Marks, 171, route Pettingill, Quispamsis. Coût du souper : 20 \$ par personne. Libellez les chèques au nom de l'Association nationale des retraités fédéraux, C.P. 935, Saint John's, N.-B., E2L 4E3, au plus tard le 5 oct. Nous aurons le souper en premier, suivi de l'assemblée, car nous sommes souvent bousculés pour terminer la portion d'affaires à temps. Conférencier à confirmer. Renseignements : Marta Peters au

648-9535 ou Lorraine Scott au 849-2430  
ou à fsna65@gmail.com

### NB66 SUD-OUEST DU NOUVEAU-BRUNSWICK

20 oct. à 10 h 30 : Assemblée spéciale à la Légion de St. Stephen, rue Queen, St. Stephen. Le but de cette assemblée est d'élire un les membres au conseil d'administration. Les postes de président, trésorier et secrétaire sont ouverts.

Si aucune personne ne se présente à ces postes, un vote aura lieu pour déposer une demande de dissolution de la section du sud-ouest du Nouveau-Brunswick no 66 au conseil d'administration national de l'ANRF.

## NOUVELLE-ÉCOSSE

### NS71 SECTION DE LA RIVE-SUD

La section de la Rive-Sud a été créée en 1986. Vous êtes invité à vous joindre à notre dîner de célébration soulignant les 30 ans de la section (poitrines de poulet farcies) à l'hôtel Best Western à Bridgewater le 20 oct. à 12 h. Coût : 15 \$ par membre. Libellez votre chèque au nom de l'ANRF, 450, rue LaHave, Unité 17, bureau 214, Bridgewater, N.-É., B4V 4A3 d'ici le 7 oct. Renseignements : Gaynell Broughm au 902-530-2260 ou Joanne Meisner au 902-530-2483.

La section de la Rive-Sud est à la recherche de bénévoles pour répondre au téléphone. Renseignements : Gaynell au 902-530-2260 ou à gbroughm@yahoo.ca.

### NS73 CENTRE DE LA NOUVELLE-ÉCOSSE

25 oct. à 11 h 30 : Dîner de l'automne et activité sociale au Best Western Plus, 15, chemin Spectacle (Burnside), Dartmouth. Accueil à 11 h 30. Dîner à 12 h 30. Les billets sont au prix de 15 \$ et peuvent être achetés au bureau 503, 73, chemin Tacoma au plus tard le 19 oct. George Robertson, président de la section, présentera une mise à jour aux participants. Le numéro de téléphone du bureau est le 902-463-1431.

Nous sommes continuellement à la recherche de bénévoles prêts à devenir membres du conseil d'administration ou à participer à d'autres types d'activités, comme le travail de bureau ou la participation aux événements.

Renseignements : George Robertson au 902-463-1431 ou à nscentral@ns.aliantzinc.ca

Afin de garantir la réception des communications par courriel de la section ou du Bureau national, nous vous encourageons à vérifier que vos coordonnées reflètent votre courriel.

### NS77 CAP BRETON

21 oct., 14 h 30 : Réunion d'octobre, à la salle Steelworkers' and Pensioners, à l'angle des rues Prince et Inglis, Sydney. Coût : 12 \$ (pour repas chaud à la dinde). Les repas doivent être commandés et payés d'avance. Aucun billet ne sera vendu à la porte. Veuillez envoyer un chèque d'ici le 10 oct., à la section du Cap Breton, C.P. 785, Sydney, NS, B1P 6J1, ou composer le 902-539-4465.

La section est en train de monter une base de données de courriels, pour contacter les membres. Veuillez envoyer votre adresse de courriel à fsnacb@eastlink.ca.

### NS78 CUMBERLAND

21 oct. à 12 h : Assemblée des membres et dîner à la salle de la Légion royale canadienne de Parrsboro. Coût : 10 \$ par personne, payable à l'entrée. Inscription : Vera (667-3255), Gloria (667-1524) ou Carol Ann (661-0596) d'ici le 7 oct.

Accès : venant de l'ouest sur l'autoroute 104 de Truro, empruntez la sortie 12 (Masstown, dernière sortie avant le péage) sur l'autoroute 2 Nord vers Parrsboro. Rendue à Parrsboro, l'autoroute 2 Nord vire à droite à l'hôtel de ville (en face du Tim Hortons) et continue vers Amherst. Vous devez tourner au Tim Hortons et revenir deux rues en arrière vers la rue Moore. Tournez à la gauche. La salle de la Légion est à la gauche, 56 rue Moore. Nous nous rencontrons au deuxième étage.

Venant de l'est sur l'autoroute 4, empruntez la sortie 4 (Amherst) sur l'autoroute 2 Sud vers Parrsboro. À la lumière clignotante (environ un kilomètre), tournez à droite sur l'autoroute 302 Sud. L'autoroute 2 traverse Springhill pour se rendre à Parrsboro. L'autoroute 302 est un raccourci direct vers Parrsboro. Rejoignez l'autoroute 2 Sud à Southampton et continuez vers Parrsboro. Rendue à Parrsboro, l'autoroute 2 Sud vire à gauche à l'hôtel de ville (en face d'Irving

et du Tim Hortons) et continue vers Truro. Deux rues après le Tim Hortons, tournez à la droite sur la rue Moore. La salle de la Légion est à la gauche, 56 rue Moore. Nous nous rencontrons au deuxième étage.

### NS79 REX GUY-ORCHARD VALLEY

26 oct. à 12 h : Notre dîner de l'automne se tiendra au Club Lions de Coldbrook & District, 1416, rue Bishop Sud, Coldbrook. Un repas complet à la dinde est servi au coût de 8,50 \$ par personne ou de 15 \$ par couple. Inscription d'ici 15 h le vendredi 21 oct. pour nous aider à organiser et garantir le nombre suffisant de repas à préparer.

Questions ou réservations : Alicia Aymar-Ayres au 902-365-2453 ou à AA@bellaliant.net.

La section de Rex Guy-Orchard Valley est continuellement à la recherche de nouveaux bénévoles et de nouvelles candidatures pour faire partie de notre conseil d'administration. Renseignements : Vivian Willmets au 902-678-6373 ou à vivsteve@eastlink.ca. Avec six réunions ou moins par année, l'engagement de temps est minime. Une certaine connaissance informatique serait utile.

### NS80 NOVA-NORD

18 oct. à 14 h : Assemblée des membres à la Légion de New Glasgow. Nous réviserons et adopterons les statuts et règlements. Il est essentiel d'avoir le quorum des membres pour cet événement important. Un dîner chaud suivra l'assemblée. Renseignements : Margaret Thompson, première vice-présidente, au 902-485-5119 ou John Peitzsche, président, au 902-387-2800.

Nous sommes à la recherche de bénévoles intéressés et prêts à s'impliquer. Nous sommes à la recherche de courriels que pourrait utiliser le président des adhésions. Envoyez les adresses au président de la section à peitzschejohn@gmail.com.

## TERRE-NEUVE-ET-LABRADOR

### NL87 AVALON BURIN

12 oct. à 11 h : Assemblée des membres dans la région de Carbonear, endroit à confirmer. Se déroule entre 11 h et 14 h.

Les membres sont encouragés à apporter un don pour la banque alimentaire. Renseignements : Walter Combden au 709-834-3648/wcombden@nl.rogers.com ou Joyce Owers au 709-596-4600/joyceowers@nf.sympatico.ca.

16 nov. à 14 h : Assemblée des membres à la Légion royale canadienne, ch. Blackmarsh, St. John's, de 14 h à 16 h. Les membres sont encouragés à apporter un don pour la banque alimentaire. Renseignements : Walter Combden au 709-834-3648 ou à wcombden@nl.rogers.com.

25 nov. à 19 h : Souper et danse de Noël à la Légion royale canadienne, ch. Blackmarsh,

St. John's. Renseignements : Walter Combden au 709-834-3648 ou à wcombden@nl.rogers.com ou Kevin Stacey au 709-753-1557 ou à kevinstacey@hotmail.com.

## ÎLE-DU-PRINCE-ÉDOUARD

### PE82 CHARLOTTETOWN

18 oct. à 14 h : Assemblée des membres d'octobre au Farm Centre, 420, avenue University, Charlottetown. Le conférencier sera de l'Association d'arthrite. Questions : Doug Shackell.

19 nov. à 18 h : Souper de gala annuel de la section à la salle Jack Blanchard,

105, rue Pond, Charlottetown. Accueil à 18 h. Souper servi à 19 h. Coût : 15 \$ et les billets seront disponibles à l'assemblée des membres d'octobre. Le divertissement sera offert par Bruce Rainee et Kevin (Boomer) Gallant. Renseignements : Brenda Powell à brenda.suny1@gmail.com

### PE83 SUMMERSIDE

3 oct. à 14 h : Assemblée des membres de la section à la Légion royale canadienne, 340, rue Notre Dame, Summerside.

Nous sommes à la recherche d'une vice-présidence. Renseignements : Cliff Poirier au 902-724-2302.

## AVIS DE DÉCÈS

L'Association et ses 82 sections offrent leurs plus sincères condoléances à la famille, aux amis et aux autres proches des membres qui sont décédés récemment.

### BC08 Vancouver

Thomas Abbott  
Eileen Bonson  
Lillias Brown  
Ernest de Beaupre  
Albert Dixon  
Carol Ewing  
William Ford  
Douglas Frame  
Ross Grenier  
Masao Hatanaka  
Jack Ickringill  
Gerd-Elise Johnson  
Lyle MacEachern  
Linda Manning  
Dennis McLennan  
George Meikle  
Charles Northup  
Harley Rea  
Jean Skrukwa  
Christine Stoffer  
Donalyn Tubman  
Jennifer Watson

### BC09 Victoria-Fred Whitehouse

John D. Adams  
Joy Alicia Aubin

Clyde A. Bates  
Phillis Beasall  
Raye M.L. Bell  
Doris E. Bennalack  
R. W. Bewdley  
Leonard N. Bjola  
Neil Roland Boivin  
George H. Bosdet  
Margaret Martha Brooke  
Millicent Buckley  
William F. Bull  
Ronald Elliot Caplan  
Alphonsine Carnes  
William G. Carnes  
Walter F. Christie  
Ken Dicks  
Joseph L. Dorscher  
William N. English  
Robert Alexander Flett  
Donnelly Frank  
Catherine Ann Fulton  
Stephen Graham  
Claire Mae Gunderson  
Edward J. Halsall  
Robert D. Holliday  
Peter J. Jackson  
Derek John Kidd  
Augusta Hazel Lewis  
Angus A. MacDonald  
Duncan A. MacDonald  
Donald T. MacLean  
Margaret Ruth Mannix  
Grant R. McKinstry  
Sharon Rose Merrill  
Marjorie L. Moeskau  
Alden Nickerson  
Harvey W. Pearson

Sheila Perkins  
Barry Phillips  
Ruth Kathline Pimlott  
Andrew William Pitchford  
Kenneth Porter  
Karen Anne Smart  
Joseph F. Reilly  
Tryfosa W. Spanier  
Marilyn Trupp  
Helen Marjorie Turner  
R. Watson  
Earle A. Wareham  
William Wigmore  
Betty E. Wilson  
Norma Wood

### BC14 Sidney et district

Margaret Angus  
Maartje (Marge) Baart  
G.E. (Ted) Bagshaw  
Basil Beach  
Ken Bowness  
Eric Cargill  
Marjorie Coulter  
Vera Cummings  
Robert Dobbs  
Mervyn Meadows  
Anne Morrison  
Mary Doreen Resch  
Doreen Roth  
Robert Sheppard  
Rita Thorsteinson  
SK25 Saskatoon et région  
Helen Lagimodiere  
Peter (Olie) Oleksyn  
Elsa Ziegler

### MB30 Ouest du Manitoba

Ernest Dooley  
MB31 Winnipeg  
Patricia Aris  
Jean-Paul Berard  
Donalda Brekelmans  
Douglas Britton  
Mary Campbell  
Elaine Chapman  
Howard Elliott  
Phyllis Gaundroue  
William Giesbrecht  
Robert Gottfried  
Elizabeth Guenther  
Willow Helgason  
Roland Hill  
Vincent Hoard  
Peter Janzen  
C. Juskow  
M. Kemp  
Donald Lawson  
Thomas Linklater  
M. Luke  
Anthony Marcoff  
Virginia Mariash  
A. Marlow  
Marshall McCarthy  
William Mehmel  
B. Mellish  
Leo Menard  
Lara Morris  
Len Oneschuk  
I. Pylypuik  
D. Rew  
Douglas Rixen  
Betty Seccombe  
Olga Shechosky

A. Shozda  
Elizabeth Speers  
A. Stephens  
James Still  
Donald Thomsen  
Mary Timoney  
Irene Wakeman  
J. Ziolkoski

### ON42 Oshawa et district

Doug Broome

### ON43 Ottawa

Edward George  
Francis (retired LCol)  
Marcel J. Routhier

### ON46 Quintrent

Doris Bamber  
Lynn Boudreau  
Bernard Bellefontaine  
Raymond MacLellan  
Ralph Patrick  
Ronald Pennington  
Ruby Pinkney  
William Potter  
Cecelia Powers  
Robert St. George  
Andrew Tucker

### QC57 Québec

Marie-Rose Bouchard Blais  
Léon G. Girard  
McKenzie J.E. Haince  
Gilles Lamontagne  
Lucille Malenfant  
Micheline Masson  
Gilles Morin  
Harry Ratté  
Susan Vien

### QC61 Mauricie

Yolande Poitras  
NB64 Sud-est du Nouveau-Brunswick  
Jeanne Daigle  
Norman W. Mulock  
Murray Rogers  
Weldon Eugene Snow  
Joseph C. G. Vienneau

### NB65 Saint John

Laurence Abrams  
Patricia Beamish  
Lee Beyea  
Arthur Bogle  
Louise Briggs  
David Brown  
Everlyn Christian  
Lena Churley  
Robert (Brian) Clark  
Rose Colwell  
Mary Cooke  
Henry Crockett  
Marjorie Diggle  
Docile Duguay  
Jean Dunlap  
Marion Eastwood  
Michael Fitzpatrick  
Ralph Fudge  
Lloyd Garland  
Gerald Garnet  
Elizabeth Graham  
Iris Jones  
Esther Lackie  
Maynard Lamb  
John MacDonald  
Joseph Austin  
MacDonald

Bobbie McAllister  
Melville McCluskey  
Eileen McFarlane  
Ruth McIntyre  
Ann Melvin  
Barbara C. Morrison  
L. A. Paradis  
Alex Penman  
Richard Pitman  
Prudence Preeper  
Matt Ridgeway  
Roberta Roberts  
George Severin  
Ruth Shannon  
W. J. Siegner  
Clayton Simonds  
Donald Tamlyn  
Gilbert Thige  
Lorna Watkins  
Faye Williston

### NS71 Rive-Sud

Clive Cosham  
Gerald McKiel

### NS79 Rex Guy-Orchard Valley

Eugene H. Norman  
Frank MacNeil  
Sophia P. Nichols  
William J. (Bill) Sullivan

### PE82 Charlottetown

Nalda Wheeler

### PE83 Summerside

Reginald Laughlin  
Joyce Williams

# C'est important que mes résidents se sentent valorisés. Je prends mon travail à coeur.

**MANON, RESPONSABLE DE L'ANIMATION ET DES LOISIRS CHEZ CHARTWELL DEPUIS 2013.**

Chez Chartwell, nos employés vont au-delà des services offerts. Ils développent un rapport de bienveillance et d'empathie qui fait la différence pour nos résidents.

CHARTWELL.COM | 1-844-727-8679



Laissez-nous faire partie  
de votre histoire

**Obtenez 50 %  
de rabais sur  
le 1<sup>er</sup> mois  
de loyer\***

\*Des conditions peuvent s'appliquer.  
Cette offre est valide pour tout nouveau  
bail signé par un membre de l'ANRF.



Assurance voyage MEDOC<sup>MD</sup>

## Ouvrez la voie à un monde de possibilités!

**Profitez de la liberté** de voyager sans soucis avec les garanties étendues de l'Assurance Voyage MEDOC<sup>MD</sup> offerte par l'entremise de Johnson Insurance. Plus de 70 000 membres de l'Association bénéficient déjà des avantages suivants :

- > Garanties allant jusqu'à 12 000 \$ pour l'annulation, l'interruption et le retard de voyage
- > Protection offerte peu importe l'âge, l'état de santé ou les affections médicales antérieures\*
- > Un seul achat annuel suffit pour couvrir un nombre illimité de voyages assurés par année d'assurance, d'une durée maximale de 40 jours chacun
- > Options de protection prolongée pour les voyages plus longs

Prenez soin de toujours voyager avec l'Assurance Voyage MEDOC<sup>MD</sup>.

**TARIFS EXCLUSIFS**  
POUR LES MEMBRES  
D'UNE ASSOCIATION  
PROFESSIONNELLE



Association nationale  
des retraités fédéraux  
**PARTENAIRE  
PRIVILÉGIÉ**

**JOHNSON** 

ASSURANCES HABITATION+  
AUTOMOBILE+VOYAGE

Pour obtenir des renseignements supplémentaires ou une soumission sans frais et sans obligation de votre part, rendez-vous au [www.johnson.ca/retraitesfederaux](http://www.johnson.ca/retraitesfederaux) ou

composez le  
**1-855-733-6815**

Johnson Inc. (« Johnson ») est un intermédiaire d'assurance agréé. MEDOC<sup>MD</sup> est une marque de commerce déposée de Johnson. L'assurance MEDOC<sup>MD</sup> est souscrite principalement auprès de la Royal & Sun Alliance du Canada (« RSA ») et est administrée par Johnson. Propriété commune des sociétés Johnson et RSA. \*Dans le cadre de l'option Santé Standard du Régime complémentaire, une clause de stabilité médicale de 90 jours s'applique aux affections médicales antérieures. D'autres restrictions peuvent s'appliquer. Les dispositions, les conditions, les restrictions et les exclusions qui s'appliquent aux garanties décrites sont précisées dans le libellé du contrat d'assurance, lequel prévaudra. 0128bF\_16