

## Rapport de la Section de Montréal

L'Association nationale des retraités fédéraux, Section Montréal, est un organisme à but non lucratif, fondé en 1966.

### Conseil d'administration

Président  
Raynald Turgeon

1<sup>ère</sup> vice-présidente  
Christiane Beaupré

2<sup>e</sup> vice-président  
Gaston Plourde

Secrétaire du Conseil  
Jocelyne Wiseman

Trésorier  
J.P. Olivier Fougères

Administrateurs  
Camille de Varennes  
Claude Falardeau  
Pauline Joannis  
Jacques Lambert  
Gaétan Laporte  
Pierre Leclerc  
Renée Royer

### Rédaction

Louise Laferrière  
Paul H. Vanasse

Le bureau est ouvert du lundi  
au vendredi de 10 h à 14 h.

1940, boul. Henri-Bourassa Est,  
bureau 300, Montréal H2B 1S1  
Tél.: (514) 381-8824

Adresse courriel et Web:  
[anrf-fsna@cadre.qc.ca](mailto:anrf-fsna@cadre.qc.ca)  
[www.anrf-fsna.qc.ca](http://www.anrf-fsna.qc.ca)

### RECRUTEMENT

#### POSTE D'AGENT DE LIAISON PROVINCIALE (BÉNEVOLE)

L'ANRF de la région du Québec est à la recherche d'un(e) titulaire pour exercer les responsabilités d'Agent de liaison provincial (ALP). L'ALP est chargé d'établir et de maintenir, au nom de l'ANRF, des relations d'affaires efficaces et non-partisanes avec les responsables pertinents du Gouvernement du Québec ainsi qu'auprès de diverses organisations dont les objectifs sont similaires à ceux de l'ANRF. Il/elle doit également veiller à promouvoir l'amélioration des services de santé et des services sociaux au nom des membres de l'ANRF et des aînés de la région du Québec.

#### Les qualités requises sont les suivantes :

Bonne connaissance et bonne compréhension du système provincial de santé et une connaissance générale du système de santé fédéral,

Capacités de communications orales et écrites efficaces, et habileté à créer et maintenir des réseaux de communication,

Capacité d'établir et de maintenir des communications avec des représentants gouvernementaux de façon non-partisane et sans confrontation,

Être membre en règle de l'ANRF,

Faire preuve d'une disponibilité raisonnable (4 à 6 jours/mois)

Capacité d'établir et de maintenir des communications efficaces avec des membres du gouvernement provincial ainsi qu'avec des représentants de divers organismes aux objectifs similaires,

Résider dans la région ou à proximité de la capitale du Québec serait un atout,

Bien que 90% des responsabilités s'exercent en français, une habileté minimale en langue anglaise est nécessaire lors de communications avec des homologues des autres provinces et des organismes canadiens.

Si vous êtes intéressé(e) par les défis de ce poste ou si vous désirez des informations supplémentaires, n'hésitez pas à envoyer un courriel au directeur national pour le Québec, Hélian Lizotte, à l'adresse [helian52@hotmail.com](mailto:helian52@hotmail.com) ou à lui téléphoner au (514)233-7045, avant le 9 octobre 2009.

## LE MOT DU PRÉSIDENT

Bonjour à toutes et à tous!

Vous me voyez ravi de m'adresser à vous quelques mois après mon élection au poste de président par les membres du conseil d'administration de la Section. Il me semble que le temps passe trop rapidement pour les retraités en général parce que nous sommes toujours très pris, soit par la famille ou par notre bénévolat auprès des organismes sociaux, communautaires ou culturels. Il semble que ce n'est pas assez pour tout résoudre dans notre société. C'est pour cela que mon propos sera consacré à une campagne de charité que vous connaissez bien, car vous êtes toujours de plus en plus généreux. En effet, le temps est revenu de penser encore une fois à ceux et celles qui sont malades ou démunis et

### **Soyez l'étoile dans une vie!**

C'est là le magnifique slogan de la Campagne de charité en milieu de travail du gouvernement du Canada (CCMTGC) qui, depuis bientôt 35 ans, occupe une place unique au sein du gouvernement fédéral. La collaboration exceptionnelle des employés et des retraités fédéraux du Grand Montréal a déjà permis d'amasser plus de 33 millions de dollars, remis aux principaux bénéficiaires que sont **Centraide, Partenaire santé et d'autres organismes de bienfaisance enregistrés**.

Vous vous souviendrez que, dans le précédent «Rapport de Section», nous avons créé une nouvelle rubrique sur la philanthropie. Elle était alors consacrée à Partenaire santé et à ses organismes membres qui oeuvrent à prévenir, soutenir, informer et guérir les maladies que sont l'alzheimer, l'arthrite, le cancer, le cœur, le diabète, la dystrophie musculaire, la fibrose kystique, le foie, l'hémophilie, Huntington, les maladies inflammatoires de l'intestin, le parkinson, le poumon, le rein, la sclérose en plaques et la sclérose latérale amyotrophique (Case B du formulaire de dons).

Cette fois-ci, nous consacrons la rubrique à un des nombreux organismes soutenus par Centraide (Case A du formulaire de dons) Lisez-la attentivement! Je suis persuadé que vous serez fiers de voir ce à quoi servent vos contributions.

Souvenez-vous que des problèmes de santé peuvent facilement générer une situation de pauvreté et l'inverse est tout aussi vrai. Peu importe que vous optiez pour l'une ou l'autre mission, l'important c'est que vous puissiez exercer votre choix en toute connaissance de cause et que vous posiez le geste de donner.

Impossible de le nier : les conditions économiques actuelles font en sorte que les besoins sont en 2009 plus pressants que jamais. En contribuant à la CCMTGC, vous apporterez un peu de lumière, **vous serez l'étoile dans une vie**.

**Merci infiniment pour votre grande générosité habituelle!**

*Raynald Turgeon*

Automne 2009

## Parce qu'au-delà de la crise, il y a des gens

### Des gens comme Claude

Claude Loiselle, 71 ans, fréquente **Projet Changement**, un centre communautaire pour aînés dans le quartier Plateau Mont-Royal. Il a beaucoup d'amis et offre du temps comme bénévole depuis 10 ans à l'organisme. Sa gentillesse et sa courtoisie font de sa présence quotidienne au Café des aînés un don précieux chaque jour renouvelé. Le Café des aînés sert quelque 16 000 repas par année.

### Des gens comme vous

Grâce à **votre soutien constant et généreux**, Centraide du Grand Montréal investit dans **360 organismes communautaires** sur l'île de Montréal, à Laval et sur la Rive-Sud. Ces organismes aident **500 000 personnes** de tous âges à mieux prendre leur vie en main pour se sortir de la pauvreté et de l'exclusion. Au bout du compte, c'est toute la société qui en profite.

Plus que jamais, **on a besoin** de Centraide.  
Plus que jamais, Centraide a besoin de **vous**.

---

### *Pour en savoir plus sur Projet Changement*



**Projet Changement** est un centre communautaire qui offre quelque 40 activités différentes à 1 800 aînés du Plateau Mont-Royal.

- Le service d'information, d'orientation et de références permet aux aînés de trouver réponse à toute sorte de questions.
- Les bénévoles du Bonjour quotidien assurent une présence sécuritaire auprès de la trentaine d'aînés inscrits.
- Les cliniques de santé aident plus de 100 aînés qui reçoivent des conseils et des soins appropriés à leur condition physique.
- Les rencontres et les groupes de discussion brisent l'isolement des aînés et contribuent à tisser des liens entre eux.
- La popote roulante de Projet Changement existe depuis 18 ans. Plus de 70 personnes profitent de ce service en fonction 365 jours par année.
- Le travail de milieu rejoint les aînés là où ils se trouvent : dans des HLM, dans les parcs ou dans les restaurants. Aider une nonagénaire à faire toutes les démarches pour déménager, accompagner une personne au CLSC, informer une aînée isolée sur les activités de l'organisme, animer la salle communautaire d'un HLM pour que les résidents se rencontrent... voilà autant d'actions aussi diversifiées qu'importantes en travail de milieu.

*Centraide du Grand Montréal soutient Projet Changement depuis 1980.  
Un investissement de 176 231 \$ en 2009-2010.*

## DÎNER DE NOËL

**Un dîner de Noël!** Une fête qui permet à tous les membres de célébrer ensemble la fête de Noël, la fin de l'année et le début de la nouvelle année 2010.

Vous êtes conviés à **un dîner festif qui se tiendra le 9 décembre 2009**, à midi. Nous vous suggérons d'arriver vers 11h30 de façon à ce que le tout commence à midi. Le dîner aura lieu à la magnifique salle de réception Le Rizz, 6630 rue Jarry Est, St-Léonard, [www.lerizz.com](http://www.lerizz.com) métro Langelier, autobus 33 direction Nord, descendre à Jarry. Un grand stationnement est disponible à l'arrière.

**Le prix est de 30\$ par personne, membres et les conjoints membres. Non-membre 58\$ (le prix du repas).**

Cette année si vous voulez vous joindre à d'anciens collègues et amis, **vous pourrez réserver une table de 8 pour 225\$.** Vous devrez à ce moment-là, nous indiquer le nom des personnes à votre table ainsi que leur numéro de membre. Une confirmation vous sera envoyée afin de vous indiquer votre numéro de table.

Voici le menu : **Cocktail** – Canapés chauds – vin rouge & vin blanc, vin rosé

**Entrée** Soupe                      **Pâtes** au choix                      **Salade** Mixte printanière

**Assiette de résistance**      Rôti de côte de bœuf au jus avec bouquet de légumes

**Dessert** Bûche de Noël coulis au chocolat      Café, thé, eau et liqueurs douces

Deux bouteilles de vin rouge par table de 8 personnes. Si vous préférez du vin blanc, vous devez l'indiquer au serveur. **Vous pouvez obtenir un menu végétarien en complétant le coupon-réponse ci-dessous.**

**Nous aurons comme à l'habitude des prix de présence ou des cadeaux de Noël.**

Comme nous aurons un menu exclusif pour l'ANRF, il nous faut informer le restaurateur dès le premier décembre du nombre de personnes présentes pour la quantité de plats qu'il devra préparer et payer en conséquence. Si cette rencontre vous intéresse, nous vous demandons de vous inscrire au **Dîner de Noël immédiatement.**

**Utilisez le coupon ci-dessous et faites-le parvenir le plus tôt possible avec votre contribution avant le 1<sup>er</sup> décembre 2009.**

---

### Coupon-réponse pour le Dîner de Noël

Nom du membre : \_\_\_\_\_ Numéro de membre : \_\_\_\_\_

Nom du conjoint membre : \_\_\_\_\_ Numéro de membre : \_\_\_\_\_

Ci-inclus : 30\$ \_\_\_\_\_ ou 60\$ \_\_\_\_\_ Repas végétarien : 1, \_\_\_\_\_ ou 2, \_\_\_\_\_

---

**Je désire réserver une table pour 8 personnes. Ci-inclus 225\$** \_\_\_\_\_

**Responsable** \_\_\_\_\_ **Téléphone** \_\_\_\_\_ **Courriel** \_\_\_\_\_

Nom du membre	Numéro de membre	Repas végétarien
1. _____	_____	_____
2. _____	_____	_____
3. _____	_____	_____
4. _____	_____	_____
5. _____	_____	_____
6. _____	_____	_____
7. _____	_____	_____
8. _____	_____	_____

Prière d'indiquer les personnes désirant un repas végétarien. Un coupon vous sera transmis et vous devrez le présenter à la table.

Faites parvenir votre **coupon-réponse** et **vos chèques** au plus tard le 1<sup>er</sup> décembre 2009 avec **la mention Dîner de Noël** à cette adresse : ANRF, 1940 Henri-Bourassa Est, bureau 300, Montréal, Qc H2B 1S1 (Info sup : 514-381-8824.)

## **Demande d'emploi pour un(e) agent(e) de probation au Centre Waseskun**

Cet organisme nous demande notre collaboration afin de faciliter leur processus de recrutement pour un poste d'agent(e) de probation au Centre Waseskun. **Voici les renseignements fournis à ce sujet :**

Le Centre de Guérison Waseskun situé à St-Alphonse-Rodriguez dans la région de Lanaudière recherche un(e) agent(e) de probation SCC avec expérience, ou à la retraite, qui serait intéressé à travailler 1 ou 2 jours (et plus si désiré) par semaine ou aux 2 semaines pour faire des rapports de gestion de cas et des suivis. Le salaire sera négocié avec les candidats et selon leur flexibilité avec notre horaire, l'hébergement ainsi que les repas peuvent être fournis si requis. Nous sommes un centre de guérison Section 81 qui a le même statut qu'une institution fédérale avec sécurité minimale. Veuillez envoyer votre candidature à Lynn Manuel ([lynn@waseskun.net](mailto:lynn@waseskun.net)) ou Jocelyne Vallée ([jocelyne@waseskun.net](mailto:jocelyne@waseskun.net)), par télécopieur au (450)-883-3631 ou par courrier au 501, rue Marguerite d'Youville, St-Alphonse-Rodriguez, QC, JOK 1W0. Pour de plus amples détails, consulter notre site Web : [www.waseskun.net](http://www.waseskun.net).

---

### **L'internet et les aînés!**

En règle générale, la population croit que les aînés, y compris les boomers, sont à peu près absents sur le web sinon pas très actifs. Marie-Josée Lacroix, dans un court article dans [LeBelÂge.ca](http://LeBelÂge.ca), résume les résultats surprenants d'une étude sur les habitudes des aînés sur Internet. En effet, elle cite quelques constatations faites par Najoua Kooli, directrice de projets au Centre francophone d'informatisation des organismes (CEFRIO), lors d'une récente conférence sur les aînés et l'Internet.

Il faut savoir que, depuis 10 ans, le CEFRIO, une organisation bien connue, en particulier au Québec, mène une vaste enquête sur l'utilisation d'Internet par les différentes tranches de la population. En 2007, ce fut au tour du groupe des 55-64 ans, aussi appelé les baby-boomers, et de celui des 65 ans et plus d'être sondés par téléphone (300 aînés) par les chercheurs du Centre.

Les résultats? Laissons plutôt parler la conférencière : «Les résultats de cette enquête nous ont surpris, admet Najoua Kooli. Nous avons découvert que, contrairement à la croyance populaire, les aînés, surtout les baby-boomers, utilisent beaucoup Internet et le maîtrisent bien : 54% de la population totale des aînés, soit 92 000, sont des internautes. Les 65 ans et plus l'utilisent moins, mais régulièrement. Ce groupe d'âge est d'ailleurs celui qui augmente le plus rapidement sur le Web. (Marie-Josée Lacroix, [LeBelÂge.ca](http://LeBelÂge.ca))

Pour ceux qui voudraient en savoir plus sur le sujet, il faut aller sur le site [www.lebelage.ca](http://www.lebelage.ca) Vous y trouvez une mine de renseignements et plusieurs liens avec d'autres sites à travers le monde qui traitent des aînés et le web. Bonne navigation!

---

### **Pour votre information**


**Où nous joindre** – ANRF Section de Montréal, 1940, Boul. Henri-Bourassa Est, bureau 300, Montréal (Québec) H2B 1S1 Téléphone : 514-381-8824 Courriel : [anf-fsna@cadre.qc.ca](mailto:anf-fsna@cadre.qc.ca) du lundi au vendredi de 10 h à 14 h.


Il est peut être tôt pour le dire mais étant donné que c'est notre bulletin d'automne, nous voulons vous informer que pendant la période des fêtes, **notre bureau sera fermé du 18 décembre 2009 au 3 janvier 2010.** Nous serons donc de retour au bureau le 4 janvier 2010. Nos bons vœux seront au bulletin d'hiver 2009.

## **PARTENAIRES DE VOTRE BONNE FORME! YOUR FITNESS PARTNERS!**

**Les membres de l'Association nationale des retraités fédéraux (section Montréal) bénéficient d'un rabais de 15% sur le prix régulier de tous les forfaits d'abonnements et renouvellements.\***

***Members of the Federal Superannuates National Association (Montreal section) are entitled to a 15% discount off the regular price of all annual memberships and renewal packages.\****

-  **L'abonnement annuel Optimum de base comprend / The basic annual Optimum membership includes**
- Élaboration d'un programme d'exercices personnalisé / *Development of a customized exercise program*
  - Une séance d'initiation à l'entraînement supervisée par un entraîneur / *A training session supervised by a trainer*
  - Accès à tous les appareils d'entraînement / *Access to all training equipment*
  - Accès aux cours en groupe (salle privée) / *Access to group classes (private room)*
  - Accès à tous les centres du réseau / *Access to all centres in the network*

-  **Ajout de services pour personnaliser votre abonnement / Add-on services to customize your membership**
- Forfaits de séances d'entraînement privé (avec entraîneur personnel) / *Private training session packages (with personal trainer)*
  - Évaluation et réévaluation de la condition physique Fit Test / *Fit Test evaluation and re-evaluation*
  - Évaluation ÉquiliForme (Bilan musculaire) / *ÉquiliForme evaluation (muscular fitness assessment)*
  - Programme Kilo Cardio Silhouette (Perte de poids) / *Kilo Cardio Silhouette program (weight loss)*

### COMMENT S'ABONNER? How can I Join?

Remplissez et détachez la carte « Avantage corporatif » ci-dessous et présentez-la dans le centre Énergie Cardio de votre choix.  
*Complete and detach the "Corporate Advantage" card below and present it to the Énergie Cardio centre of your choice.*

[www.energiecardio.com](http://www.energiecardio.com) / 1 877 ÉNERGIE

*\*Rabais applicable avant taxes. Tarif mensuel aussi valable pour le conjoint. / Discount applicable before taxes. Corporate rate also available to spouse.*

## **CARTE «AVANTAGE CORPORATIF» "CORPORATE ADVANTAGE" CARD**



**Votre organisme a conclu une entente avec Énergie Cardio.  
Your organization has made an agreement with Énergie Cardio.**

Nom de l'organisme : ANRF / FSNA (Montréal)  
*Organization's name*

Nom du membre : \_\_\_\_\_  
*Member's name*

Centre : \_\_\_\_\_

Date : \_\_\_\_\_

*La présentation de la carte de membre est également obligatoire pour obtenir la réduction*

*You must also present your membership card to obtain your discount!*

## Activités 2009-2010

Depuis le printemps dernier, le conseil d'administration s'est penché sur les activités et sur les services qui pourraient intéresser davantage nos membres. Plusieurs idées et projets intéressants sont ressortis des discussions. Pensons à des communications plus fréquentes, ou encore, à des activités de retrouvailles, pour ne mentionner que ces points. Avant d'aller plus loin dans ce type d'initiatives, nous avons conclu nos discussions à l'effet qu'il serait nécessaire de connaître davantage l'opinion de nos membres. En ce sens, nous aurions besoin que vous nous fournissiez dès que possible,  **votre nom, numéro de membre et votre adresse courriel**  en nous écrivant à l'adresse suivante - [anrf.president@cadre.qc.ca](mailto:anrf.president@cadre.qc.ca) Cette information nous permettra de vous contacter par voie électronique au cours de l'automne afin d'obtenir votre opinion. Les autres membres seront contactés par la poste.

### Rapport de la Section de Montréal

Vous recevez sur une base régulière le Rapport de la section de Montréal. Selon les commentaires obtenus, ce bulletin est lu avec intérêt. Par ailleurs, nous avons reçu plusieurs commentaires à l'effet qu'il serait temps de rafraîchir et de moderniser la présentation de notre bulletin. Étant à votre écoute, le bulletin prévu pour le printemps 2010 vous sera livré avec un style plus dynamique.

### RETENUE DES COTISATIONS À LA SOURCE

**Si votre cotisation est déjà retenue à la source, carte de membre 31 mars 2010, ne tenez pas compte de ce message.**

Nous demandons aux membres qui paient leur cotisation annuellement en espèces ou au moyen d'un chèque, **de considérer la possibilité d'adopter le mode de paiement** de la Retenue des cotisations à la source (RCS).

Chaque année, la section doit expédier plusieurs lettres de rappel, ce qui coûte temps et argent pour papier, enveloppes, timbres, etc...

Pour le membre, la retenue à la source est avantageuse; vous n'avez plus à expédier un chèque. Fini l'oubli, l'achat de timbres et d'enveloppes pour les renouvellements.

Un montant de 2,85\$ (adhésion individuelle) ou de 3,70\$ (adhésion familiale) sera déduit mensuellement de votre chèque de pension.

Si vous acceptez cette demande, remplir le formulaire au verso en y inscrivant votre numéro de pension (que vous pouvez obtenir au Centre des pensions de la fonction publique, 1-800-561-7930, et expédiez-le à l'adresse indiquée sur le formulaire.

**Merci de votre coopération.**

# Retenue des cotisations à la source



Section : Montréal

Monsieur, Madame,

Merci d'avoir choisi de faire retenir vos cotisations à la source.

Veillez faire parvenir ce formulaire directement au Bureau national :  
**ANRF, 1052, boul. St Laurent, Ottawa (Ontario) K1K 3B4**

## Autorisation visant la retenue des cotisations à la source (RCS)

Vous devez remplir la présente partie **UNIQUEMENT** si vous souhaitez que vos cotisations soient retenues tous les mois directement sur votre pension. Les déductions à la source pour les membres qui ont payé leurs cotisations de 2009 commenceront au début de la prochaine année d'adhésion (janvier 2010). **Les membres qui ont déjà autorisé la retenue à la source n'ont pas à le faire tous les ans.**

**J'autorise Travaux publics et Services gouvernementaux Canada à retenir mes cotisations à l'ANRF sur ma pension, et à remettre ces cotisations à l'ANRF. Il est entendu que je peux annuler cette autorisation à n'importe quel moment, en avisant l'ANRF de ma décision.**

Signature : \_\_\_\_\_ Date : \_\_\_\_\_

N° de pension : \_\_\_\_\_ N° de membre de l'ANRF : \_\_\_\_\_

(NUMÉRO ATTRIBUÉ PAR LE RÉGIME COCHÉ CI-DESSOUS)

**Source :** (NE COCHEZ QU'UN SEUL RÉGIME)(LA RETENUE À LA SOURCE NE S'APPLIQUE PAS AU RÉGIME DES JUGES)

Forces canadiennes       Fonction publique       GRC

Et je reçois cette pension à titre :       de retraité       de survivant

**Catégorie d'adhésion de l'ANRF :**

Adhésion individuelle (2,85 \$ par mois)       Adhésion familiale (3,70 \$ par mois)

Nom : \_\_\_\_\_ Prénom : \_\_\_\_\_

(EN LETTRES MOULÉES, EXACTEMENT TEL QU'IL FIGURE SUR LE RELEVÉ DE VOTRE PENSION)

Nom du conjoint : \_\_\_\_\_ Prénom du conjoint : \_\_\_\_\_

Adresse : \_\_\_\_\_

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

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

Vous n'êtes pas tenu de fournir les renseignements sur la pension qui sont demandés dans la présente partie. Vous pouvez, sans préjudice, refuser de les donner. L'information recueillie est cependant nécessaire pour que soient retenues sur votre pension vos cotisations à l'ANRF\*.

Cette information sera divulguée exclusivement à Travaux publics et Services gouvernementaux Canada.

\*LA RCS NE S'APPLIQUE PAS AUX PENSIONS DE SURVIVANTS DE LA GRC, AUX RÉGIMES DES JUGES, NI AUX COTISATIONS DES MEMBRES ASSOCIÉS