



« Le TEMPS est comme une rivière. Vous ne pouvez pas toucher deux fois la même eau parce que l'eau est passée et ne repassera plus. Profitez de chaque moment de cette vie, trouvez le temps de vivre».

Un touareg du désert

Après une première année du triennat 2017-2020, le conseil régional peut être fier des réalisations du Plan d'action régional. Je remercie les membres du conseil régional pour leur engagement. 2018-2019 nous réserve aussi de belles surprises. Soyez aux aguets.

Mon association est importante et j'y tiens ! De quelles façons ?

- Je **m'informe** par le Quoi de Neuf, l'Estrien, le bulletin sectoriel, l'infolettre, le site Web, les assemblées générales : sectorielles, régionales, Assureq, FLG...
- J'**interroge** les personnes élues, les divers comités.
- Je **propose** des idées nouvelles et constructives.
- Je **m'engage** dans les conseils sectoriels et les différents comités.
- Je **participe** aux activités régionales et sectorielles : non-rentree, formation, assemblées générales.

Contenu	
Billet de la présidente	1
Comité des Hommes	2
Retraite	3
CAFE	4 et 12
FLG	5
Tarifs & Souvenirs AGR	6
Prix Hommage TRCAE	7
Sociopolitique	8 et 12
TACAE	9
Assurances	10
Comité des Femmes	11

Cordiale bienvenue aux personnes nouvellement retraitées.

Nos sincères condoléances à Jacques Thibault, responsable régional du comité des hommes, pour le décès de son père Andéol Thibault, le 10 juin 2018.

Bonne année aréquiennaise à tous les membres !

Lucie Gagné, présidente régionale

RÉALITÉ DES HOMMES VIEILLISSANTS (qui avancent en âge)

Il est nécessaire, de prime abord, de faire état qu'un mode de socialisation masculine a des traits distincts de la socialisation féminine. Les aînés forment un groupe plutôt hétérogène. Il y a les aînés du troisième âge (65-74 ans) et ceux du quatrième âge (75 ans et plus). Donc... degré de participation sociale qui n'est pas la même.

On constate trois crises vécues chez nos aînés : crise d'identité, d'autonomie et d'appartenance. «La fonction principale de l'identité personnelle est d'assurer un sentiment de continuité de vous-même»... écrit Jacques Roy, sociologue et chercheur. La crise d'autonomie (diminution ou perte de l'autonomie personnelle) est la manifestation la plus fréquente d'une détérioration de l'identité personnelle. Finalement, crise d'appartenance selon Maslow, le sentiment d'appartenance sociale est considéré comme un besoin fondamental de la personne. Devant cette crise, «il importe de favoriser le fait que les aînés restent actifs le plus longtemps possible... secret d'un développement harmonieux» toujours selon Jacques Roy.

Autres réalités : contrôle et consultation. C'est connu, dans le secteur de la santé et des services sociaux, les femmes consultent une fois et demie à deux fois plus que les hommes. Pourquoi? Un sondage réalisé auprès de 2 084 hommes au Québec (Tremblay et al. 2015) révèle :

- plus de neuf répondants sur dix (91,4 %) disent ne pas aimer se sentir contrôlés par les autres.
- lorsqu'il se présente un problème, plus de huit répondants sur 10 (84,69 %) tentent de le résoudre seul.
- plus des deux tiers (67,8 %) préfèrent garder pour eux leur problème et près de six sur dix (57,8 %) hésitent à recourir à l'aide même si cela résoudrait leurs problèmes plus facilement.

Alors, messieurs, vous reconnaissez-vous ?

Roland Beaudoin, répondant politique comité des hommes

Notre régime de retraite du secteur public

Si votre rente de retraite est déposée régulièrement dans votre compte et que sa pérennité est quasi assurée, c'est parce que des contributions enrichissent régulièrement le fonds et que l'administration de ce pécule a pour objectif d'en garantir la sécurité et la croissance. L'administrateur (vous le savez déjà) est la CDPQ (Caisse de Dépôt et de Placement du Québec) ; mais que sait-on de son fonctionnement ? Voici un petit portrait de l'organisme dont les décisions et les placements ont des répercussions importantes sur notre rente de retraite.

Retraite Québec (anciennement la CARRA), c'est l'administrateur de

- RRQ (Régime de rente du Québec)
- RREGOP (Régime de retraite des employés du gouvernement et des organismes publics)
- RRPE (Régime de retraite du personnel d'encadrement)

Comité de retraite du RREGOP composé de :

- 1 président
- 12 membres des services gouvernementaux
- 10 membres des milieux syndicaux, dont 2 de la CSQ (Mario Labbé et Martin Belhumeur)
- 2 personnes pensionnées (Lise Lapointe (AREQ) et Donald Tremblay (AQRP))

Comité de placement du RREGOP

- 10 à 12 réunions par an
- Coordonnées par RQ
- 4 membres dont 2 gouvernementaux et 2 syndicaux
- Mandat : recommander au Comité de retraite une répartition des actifs

CDPQ

- Conseil d'administration de 15 personnes au maximum
- Mandat maximal de 10 ans
- 2/3 indépendants
- 3/4 résidents au Québec
- Aucune représentation syndicale

CDPQ – Mission → (suite dossier Retraite)

" La Caisse a pour mission de recevoir des sommes en dépôt conformément à la loi et de les gérer en recherchant le rendement optimal du capital des déposants dans le respect de leur politique de placement tout en contribuant au développement économique du Québec "

" Le conseil d'administration doit par résolution adopter une politique d'investissement responsable "

Gilles Lemieux, responsable régional du dossier retraite



Article de mandataire de l'AREQ-Estrie (CAFE)

Savez-vous que ...? Un article **différencié** sur les réalités des femmes estriennes :

1-Savez-vous qu'il y a des femmes itinérantes en Estrie (61 femmes reconnues à Sherbrooke) et que leur situation de vulnérabilité est très fragilisée par leur genre? Elles sont trop souvent victimes de violence lorsqu'elles se cherchent un gîte ou même de la nourriture pour survivre. L'exploitation sexuelle devient trop souvent le tribut à payer. ConcertAction Femmes Estrie (**CAFE**) participe, en collaboration avec les organismes membres de la Table itinérance de Sherbrooke, au **Programme « VIGIE ESTRIE Femmes à l'abri de la violence »** C'est avec fierté que nous vous annonçons enfin l'ouverture d'une maison d'hébergement pour femmes en Estrie, régie par un organisme communautaire dont la mission est de guider les femmes vers une réintégration sociale selon un cadre d'encadrement et d'accompagnement. Pour en savoir plus et soutenir : **Maison Marie-Jeanne** (le Partage Saint-François).

2-Savez-vous que ConcertAction femmes Estrie a accepté l'invitation du COMITÉ DE DÉVELOPPEMENT SOCIAL ET COMMUNAUTAIRE DE LA VILLE DE SHERBROOKE d'occuper le **nouveau siège « femmes »**; qui est un gain sur la représentation des femmes en Estrie? **Les élections provinciales** approchent; il faut tout de suite questionner les candidats sur les réalités des femmes afin de les sensibiliser... ils sont à la « phase » ouverture et promesses...Meilleur temps pour les sensibiliser...Pour en savoir plus et soutenir : Sachez qu'un débat sur les enjeux sociaux aura lieu le **19 septembre 2018 de 19h00 à 21h00 à la salle Le Parvis de Sherbrooke** avec des candidatEs de chaque parti politique! Cet événement est organisé par Solidarité Populaire Estrie.

3-Savez-vous qu'à chaque année, des mobilisations pour dénoncer la violence faite aux femmes sont organisées en Estrie? *Vous pouvez consulter des Outils de sensibilisation pour la Journée d'action contre la violence sexuelle faite aux femmes : partagez, sensibilisez, intervenez* Le 21 septembre prochain, les CALACS souligneront la Journée d'action contre la violence sexuelle faite aux femmes. Pour en savoir plus et soutenir : *profitez de cette occasion pour sensibiliser votre milieu à la problématique des agressions à caractère sexuel! Vous pouvez commander les outils de sensibilisation.*

(suite page 12)

Estrien page 4



FONDATION LAURE-GAUDREULT

UN DON EN LIGNE POUR LA FLG POURQUOI PAS !

Après avoir distribué au printemps dernier, la somme de 22 019 \$ à cinquante organismes de la région estrienne, la Fondation Laure-Gaudreault a entrepris depuis le mois de mai sa campagne de sollicitation 2018.



Sur la photo, nous retrouvons les personnes responsables ou répondants politiques sectorielles de la FLG, les membres de l'exécutif régional FLG ainsi que le représentant de JEVI. De gauche à droite :
Marianne Poulin-Grondin, Denise Gagnon, Louise Robitaille-Noël, Pauline Viens-Arnold, Jacqueline Paquette, Claude Smith, Pierrette Beloin, M. Clément Vallières, Jacinthe Audet-Bolduc, Pauline Dubois-Landry, Jean-Pierre Côté et la présidente régionale AREQ, Lucie Gagné.

Or, c'est à une firme sherbrookoise que la Fondation a fait appel pour refaire son site internet de façon à vous permettre d'effectuer un don en ligne d'une façon simple et sécuritaire et la possibilité d'imprimer immédiatement votre reçu d'impôt. Ce mode de sollicitation s'adresse d'une façon particulière à tous ceux et celles qui reçoivent leur journal sectoriel par internet.

Évidemment, il est toujours possible de recourir au formulaire papier qui, dans la plupart des secteurs, sera inséré avec une enveloppe de retour dans votre présent journal sectoriel. Si ce n'est pas le cas, vous pouvez vous le procurer auprès de la personne responsable de la FLG dans votre secteur.

En vous remerciant de tout cœur de votre appui à notre Fondation.

Claude Smith, président régional de la FLG
Estrien page 5

NOUVEAUX TARIFS POUR LES ACTIVITÉS RÉGIONALES

Considérant que, pour les réunions régionales, les frais vont toujours en augmentant, nous nous voyons dans l'obligation de majorer nos tarifs. Pour toute activité régionale organisée par le CR ou les comités, les frais seront les mêmes : 18 \$ pour les membres et conjoints (tes), 20 \$ pour les personnes amies des membres et 5 \$ supplémentaire pour les personnes qui s'inscrivent après la date limite d'inscription. Merci de votre compréhension.

Lucie Gagné, présidente régionale
pour les membres du conseil régional

Souvenirs de l'assemblée générale régionale (AGR)



De gauche à droite, membres du CR et invité:

Jean-Claude Lavoie, 1^{er} vp; Christiane Potvin Lapalme, CE national; Lucie Gagné, prés. régionale; David Goudreault, invité à l'AGR; Pauline Dubois-Landry, conseillère; Louise Dubreuil-Marion, conseillère; Claire Gagnon, 2^e vp.



Un petit souvenir à notre marraine du national, Christiane Potvin-Lapalme.

Nous voyons également la présidente régionale, Lucie Gagné ainsi que la secrétaire du CR et présidente sectorielle de Magog, Brigitte Roy.

Gemma Gauthier de l'AREQ - région Estrie, lauréate 2018



Madame Gemma Gauthier de la MRC Memphrémagog est la lauréate du prix *Hommage 2018 de la Table régionale* (TRCAE). Cette femme engagée épouse plusieurs causes dont la protection de l'environnement, la condition des femmes et le mieux-être des aînés.

Après avoir siégé comme responsable de Magog à l'AREQ Estrie (Association des retraités de l'éducation et des autres services publics du Québec) pendant un an, elle a décidé de fonder l'AREQ Magog et elle en a assumé la présidence pendant neuf ans.

Ce poste de présidente a sans aucun doute ouvert une porte l'invitant à participer à divers comités comme : la Table de concertation des aînés Memphrémagog, le Comité de la condition des femmes, le Comité pour lutter contre la violence faite aux aînés, la Table régionale, etc.

Parmi ses nombreuses réalisations à l'AREQ, Madame Gauthier a participé à la création du bulletin *Au pied d'Orford*, elle a organisé des voyages, des visites de membres malades et des ateliers sur le suicide, elle a participé à l'écriture d'une pièce de théâtre pour le centenaire de Ste-Catherine-de-Hatley et elle a siégé au Comité de la condition des femmes. Madame Gauthier a également occupé des fonctions régionales à l'AREQ où elle a été trésorière pendant près de dix ans. Elle a, entre autres, participé à l'organisation du congrès national qui s'est tenu à Sherbrooke en 2001.

Comme Madame Gauthier a été proche aidante auprès de son père puis auprès de son frère, elle connaît bien les défis que vivent les proches aidants et les malades. Madame Gauthier s'est impliquée au comité des résidents du CHSLD Memphrémagog et au niveau provincial, elle a été membre du Conseil pour la protection des malades.

Madame Gauthier est également connue dans son milieu pour sa grande implication de plus d'une vingtaine d'années comme militante politique.

Membre active de nombreuses organisations, tant locales que régionales et nationales, cette femme de parole est un modèle d'engagement.

Le monde en action, notre monde en action (Sociopolitique)

Qu'en est-il de notre monde, ici, au Québec? De notre association et de nos intérêts collectifs? Votre comité sociopolitique régional se veut axer vers l'intérêt de ses membres pour la santé ainsi que vers ses droits en tant que membre de la société.

Nous souhaitons, en 2018-2019, nous orienter vers le développement du sociopolitique dans chacun des secteurs et conserver l'axe social pour mieux faire connaître le CASP et stimuler la participation des membres sur, notamment, le dossier de la santé.

Qu'est-ce que le sociopolitique sinon s'occuper de nos affaires. Nous faisons le lien avec les politiques gouvernementales comme le « Vieillir et vivre ensemble» du gouvernement actuel qui, dans sa deuxième mouture, est devenu «Un Québec pour tous les âges» avec des budgets s'y rattachant. L'AREQ, avec quatre autres associations, a produit un document « Pour un Québec digne de ses aînés» demandant des actions concrètes au futur gouvernement dans cinq sphères pour 16 revendications soit les soins à domicile et en CHSLD, (1 à 5), les proches aidants (6 à 8), la prévention (9 à 12), les revenus à la retraite (13 et 14), l'habitation (15 et 16). À ce sujet, vous consulterez votre QDNF d'été 2018. Alors vous comprendrez que nous nous attarderons sur certains de ces aspects dans nos secteurs. Ainsi les élections prochaines devraient nous interpeller!

Je sais pertinemment que l'action sociopolitique, c'est plus que la santé. C'est l'éveil à la politique en général et l'influence de celle-ci sur nos vies et nos sociétés. Lorsqu'on observe le monde, on y voit des dirigeants élus pour les mauvaises raisons (pas si loin de nous), le totalitarisme dans plusieurs pays, la concentration des richesses et les paradis fiscaux, la mondialisation à outrance par le nivellement de nos différences ainsi que l'égoïsme des sociétés et même des individus. Localement, je pense, entre autres, à la rémunération des médecins, la refonte des normes du travail, au dernier budget Leitaio et le saupoudrage de largesses électoralistes après tant de coupures, les guichets électroniques qu'on ferme et même plus mondialement, le dérapage de Facebook.

Nous sommes sollicités à réagir par l'action citoyenne pour nous positionner et contrer ce qui se passe dans notre environnement. Alors, je vous invite et incite à agir dans la **mesure de vos moyens**, la plus petite action pouvant créer comme «le bruissement d'une aile de papillon», un mouvement plus global.

(suite page 12)

Estrien page 8



TACAE

Table d'action contre l'appauvrissement de l'Estrie (TACAE)

Lutte à la pauvreté ou incitation au travail?

Notre gouvernement provincial a enfin déposé son 3^e plan de lutte à la pauvreté en le «prostituant» d'un nouveau vocable : «plan d'action gouvernemental pour l'inclusion économique et la participation sociale 2017-2023».

À première vue, 3G \$ pour 6 ans comme investissement total, sortir plus de 100000 personnes de la pauvreté, augmenter les revenus des personnes en situation de pauvreté, 43 mesures, améliorer le logement social, introduire un revenu de base (+876 \$/année dès 2018) pour des personnes ayant des contraintes sévères à l'emploi, augmenter l'aide financière de dernier recours, et j'en passe... somme toute, voilà de gros titres ronflants pré-électoraux!

Dans les faits, quand le Collectif pour un Québec sans pauvreté prend le temps de lire entre les lignes et d'analyser en profondeur les 43 mesures, une critique bien fondée tombe à bras raccourcis : selon Mme Virginie Larivière, porte-parole du Collectif, « le plan d'action...contient plusieurs problèmes et non-sens. Entre autres, les personnes inaptes au travail doivent bénéficier de l'aide sociale durant 66 mois avant de pouvoir avoir de l'argent supplémentaire sur leur chèque».

En ce 19 avril 2018, elle poursuivait ainsi : «D'emblée, les personnes assistées sociales devraient avoir droit à la couverture des besoins de base. On salue l'avancée, mais on questionne le délai de carence qui est exigé. En matière de pauvreté, le diable est dans les détails».

En terminant, un prochain article s'imposera de soi sur le sujet et je ferai miens certains propos pertinents entendus.

Guy Forget, mandataire de l'AREQ-Estrie à la TACAE

Mise en page : Fernand Grenier

Correction : Pauline Picard et Lucie Gagné

Tombée des textes pour le prochain Estrien : 22 octobre 2018

DOSSIER ASSURANCES

« Frais pour soins à domicile »

→Pouvons-nous bénéficier de ces frais avec notre assurance?

Oui, suite à une hospitalisation ou à une chirurgie dite d'un jour et pendant laquelle la personne assurée est incapable d'exercer ses activités quotidiennes de base. Selon notre brochure SSQ à la section 2.2.7, nous devons respecter certaines définitions de manière spécifique aux soins à domicile :

- a) Activité quotidienne de base;
- b) Fournisseur de services d'aide à domicile.

Certains frais sont admissibles :

SSQ paie, selon les modalités décrites à la présente garantie, les frais engagés par la personne assurée pour des soins prescrits et justifiés par la ou le médecin traitant. Les frais doivent être engagés au cours d'une période de convalescence rendue nécessaire.

Les frais couverts sont les suivants : (Voir les détails dans la brochure)

- a) Soins infirmiers ;
- b) Services d'aide à domicile;
- c) Frais de transport.

Limitation

Seuls les frais engagés pour des soins reçus dans les 30 jours suivant immédiatement l'hospitalisation ou la chirurgie d'un jour sont couverts en vertu de la présente garantie.

Un formulaire d'autorisation pour ces soins doit être complété par le médecin avant de quitter l'hôpital. Vous avez ce formulaire sur le site SSQ ou en communiquant avec SSQ ou avec votre personne responsable sectorielle ou régionale du dossier.

→Nouveaux taux de la RAMQ depuis le 1^{er} juillet 2018 :

Cotisation payée à Revenu Québec dans votre déclaration de revenus : **De 0 \$ à 616 \$** par personne, selon votre revenu familial net (était 0 \$ à 667 \$). **Franchise** : Montant fixe payé lors de vos 1^{ers} achats du mois sera de **19,90 \$** (était 19,45 \$).

Coassurance : Pourcentage du coût des médicaments couverts que vous payez, une fois la franchise soustraite 34,9 % (était 34,8 %). **Contribution maximale** : Montant maximal à payer pour les médicaments couverts - Par mois : **90,58 \$** (était 88,83 \$) - Par année : **1 087 \$** (était 1 066 \$). Exception pour les personnes de 65 ans ou plus qui reçoivent un supplément de revenu garanti au taux de 1 % à 93 % : Par mois : **53,16 \$** (était 52,65 \$) **et par année : 638 \$** (était 632 \$).

→À suivre dans le Quoi de Neuf du National à l'automne.

Fernand Grenier, responsable régional en assurances
819 769-1884 ou cell. : 819 829-4539

Comité des Femmes (CF)

Histoire de femmes...

Marche mondiale des Femmes est une initiative féministe lancée en 1995, par la Fédération des femmes du Québec, alors présidée par Françoise David.

Une marche des femmes contre la pauvreté et la violence faite aux femmes.

Faits saillants :

850 marcheuses, la très grande majorité inscrite pour 2 à 4 jours de marche, des centaines de femmes et d'hommes, pour une journée ou pour quelques kilomètres.

200 km à parcourir en 10 jours, selon 3 itinéraires, en empruntant 11 routes, pour traverser 57 localités.

Une logistique réalisée grâce à près de 1 500 militantes, dont 51 responsables de comités régionaux.

Dix équipes de médias ont accompagné les marcheuses, pour des durées de 1 à 10 jours.

Un volet international, grâce à la participation de femmes de 14 pays d'Afrique, d'Asie et d'Amérique latine, sous la coordination de plusieurs organismes de coopération internationale. Le 4 juin, les marcheuses des 3 contingents se sont réunies devant le Parlement de Québec, afin d'inviter la population à se joindre à elles pour se mettre en route vers l'Assemblée nationale, 15 000 personnes les y attendaient. Après les discours livrés par des personnalités publiques, le premier ministre Jacques Parizeau leur donnait les réponses du gouvernement.

Celle-ci a reçu l'adhésion et la participation de 6 000 groupes de 161 pays différents.

La **marche mondiale des femmes** s'est également transformée en une plateforme d'associations qui rédigent des propositions, formulent des revendications. Des porte-paroles de la *marche mondiale* participent à différents forums sociaux ou à d'autres initiatives du mouvement altermondialiste. Tiré de : L'histoire et les femmes de pouvoir, Table de concertation des femmes Centre-du-Québec.

Voir : <http://www.ffq.qc.ca/Marche+mondiale+des+femmes>

Lise Beaudoin, coresponsable régionale du CF

→(suite organisme CAFE)

4-Savez-vous qu'en Estrie nous pouvons avoir accès à **différentes recherches sur les réalités** des femmes dans notre région et que nous sommes trop souvent étonnées des **nombreuses difficultés que vivent les femmes** autour de nous? *Pour en savoir plus, voici une lecture pour l'été*: **Qui a détourné notre système de santé?** Depuis une trentaine d'années, le système de santé et de services sociaux du Québec est soumis à des réformes qui minent sa capacité à bien servir la population. Pour en savoir plus : www.IRIS-recherche.qc.ca/sante avec une petite vidéo (moins de 3 min.) Vous croyez que les aînéEs coûtent cher au système de santé? Erreur... allez lire!



Bon été, «*Féministe engagée pour l'égalité*»

Jocelyne Sauvé, mandataire de l'AREQ-Estrie au CAFE

→(suite du Sociopolitique)

Je finirai par une citation de Charles Taylor, philosophe. « Chez un grand nombre d'individus, la démocratie repose sur le sentiment de ce que j'appelle *l'efficacité citoyenne*, le sentiment d'avoir une direction à prendre, de disposer de leviers d'action, de pouvoir voter. Cela ravive la démocratie.»

Jeanne Chantal Bélanger, responsable régionale du comité sociopolitique