

DANS CE NUMÉRO

Mot de la présidence APRQ

ENTREVUE AVEC JACQUES PELCHAT
UN PRÉSIDENT INVESTI ET DÉVOUÉ

Rendez-vous national sur le
maintien à domicile

Michel Rabagliati, illustre
bédéiste québécois

Et bien d'autres sujets

SOMMAIRE

NDLR : En cliquant sur le titre d'un article, vous atteindrez la page dans lequel il se trouve.

04	Mot de la présidence APRQ Vers un été bien mérité	14	Activités
05	Région de Québec Mot de la présidence	15	Chronique En discussion avec l'IA Droits et liberté
06	Région de Montréal Mot de la présidence	16	Chronique littéraire Michel Rabagliati, illustre bédéiste québécois
07	DOSSIER MAINTIEN À DOMICILE Rendez-vous national sur le maintien à domicile - Partie 1 : Coalition pour la dignité des aînés	18	Un dîner mémorable
08	Rendez-vous national sur le maintien à domicile - Partie 2 : Recommandations déposées	19	Chronique voyage Invitation à s'inscrire Au coeur d'un empire
10	Babillard	20	Chronique voyage Voyager et faire oeuvre utile
11	Chronique APRQ en mouvement Automne 2024	22	Répartition des membres
12	Entrevue avec Jacques Pelchat Un président investi et dévoué	23	Liens utiles
		25	Mots croisés

INFORMATIONS

SUR LA PUBLICATION

Par l'Équipe de rédaction

NOUVEAUTÉ : PROJET PILOTE D'INTÉGRATION AUDIO

Depuis le numéro de juin 2022, nous offrons une version dite « accessible » destinée aux personnes dont l'acuité visuelle est altérée. Il s'agit d'une version sans image et sans trame de couleurs pour faciliter sa lecture à l'écran ou avec un lecteur d'écran. Vous pouvez télécharger cette version alternative grâce à une icône représentant un œil. (dans l'encadré au bas de la page)

Dans ce numéro, nous voulons faire un pas de plus. Car, malgré tout, il a été porté à notre attention que certains de nos membres continuent d'éprouver des difficultés à lire les articles de notre bulletin *Le ProActif*.

Pour remédier à cette situation, nous avons testé une application appelée Revoicer, qui permet de convertir le texte en fichiers audios.

À la suite de ces tests, nous avons décidé de lancer un projet pilote visant à intégrer des fichiers audios pour accompagner certains articles. L'objectif principal de cette initiative est de faciliter l'accès à nos contenus pour les personnes malvoyantes. Dans un premier temps, les fichiers audios redirigeront les auditeurs à l'extérieur du bulletin. Cependant, nous envisageons à terme de proposer ces fichiers intégrés directement au sein du bulletin. Les articles dotés de cette fonctionnalité seront identifiés par l'icône à droite, donnant accès au fichier audio, garantissant ainsi une expérience de lecture plus inclusive pour tous nos lecteurs.

Nous comptons sur votre collaboration pour nous faire part de votre appréciation de cette nouvelle fonctionnalité. Vous pouvez transmettre vos commentaires à coordcontenu.leproactif@aprq.ca.



Pour mieux naviguer dans *Le ProActif*



Augmentez ou diminuez le zoom



Lecture automatique



Visualisez pages



Partagez



Téléchargez



Volume



Basculez en plein écran



Basculez 1 ou 2 pages

En cliquant sur le lien présent dans le courriel vous ouvrez le fichier dans votre navigateur Web. L'interface de la page Web vous offre une barre inférieure pour la navigation dans le document. Ci-dessus, une explication des icônes.

Vous pouvez augmenter le Zoom sur la page puis revenir à l'affichage pleine page.

Vous pouvez télécharger le document PDF pour configurer l'affichage sur le lecteur gratuit [Acrobat Reader DC](#).

Le ProActif en version accessible.

Nous offrons également un format d'édition alternatif préparé spécialement pour les personnes dont l'acuité visuelle est altérée. Cette version est libérée des images et des trames de couleur pour faciliter la lecture sur un écran. De plus, le document est optimisé pour faciliter la lecture par un lecteur d'écran.

Téléchargez cette version du bulletin en cliquant sur l'icône à droite.

Pour en savoir plus sur les lecteurs d'écran consultez le lien ci-dessous

« [Lecteurs d'écrans : tout sur ces outils de travail pour malvoyants](#) »



MOT DE LA PRÉSIDENTENCE

VERS UN ÉTÉ BIEN MÉRITÉ

PAR JACQUES PELCHAT

Président de l'APRQ

presidence@aprq.ca

Au moment de lire ces lignes, nous venons tout juste de terminer notre deuxième tournée générale des membres de l'Association. Cette année, nous avons privilégié une tournée en visioconférence afin de permettre aux membres de toutes provenances d'y participer. Bien que la participation des membres n'a pas été selon nos espérances, les participants ont clairement exprimé leur désir de tisser des liens avec leurs anciens collègues de travail. Il incombera au conseil d'administration de l'Association ainsi qu'au réseau régional des membres de leur en donner les moyens.

Cette fin de semaine (1^{er} juin 2024) se tenait, à Québec, l'Assemblée des déléguées et délégués (ADS) du SPGQ. J'y ai assisté accompagné de quelques membres de l'Association. Notre présence à chacune des ADS du printemps et de l'automne nous permet d'assurer une présence réelle auprès de nos futurs membres, de prendre contact avec les membres du comité exécutif du SPGQ et du personnel de ce dernier, ainsi que de connaître les dossiers majeurs traités au SPGQ.

Nous avons indiqué au responsable des assurances du SPGQ notre intérêt à initier une réflexion sur le contenu du régime d'assurance collectif qui est actuellement géré par le SPGQ. Il nous a démontré une ouverture à cet égard et il nous incombe maintenant de faire des propositions en vue de bonifier notre régime dès 2025 ou au plus tard en 2026.

Je profite de l'occasion pour vous indiquer que les 4 entreprises partenaires du SPGQ maintiennent leurs offres de services à tous les retraités de l'APRQ. Il suffit de les contacter pour obtenir les avantages liés à ce partenariat. Je vous invite donc à consulter le [babillard](#) inclus dans ce numéro du bulletin.

Le 8 mai dernier, quelques membres de l'APRQ ont participé, en présentiel ou en visioconférence, à la rencontre nationale tenue à Québec par la Coalition pour la dignité des aînés. Le thème de cette rencontre portait sur le « maintien à domicile » pour les



aînés du Québec. C'est aussi le thème principal que nous avons retenu dans le cadre des travaux du comité de défense des droits de nos membres ainsi que celui partagé par la plupart des Tables régionales de concertation des personnes aînées auxquelles nous participons.

Sur le plan financier, l'APRQ aura besoin de ses membres afin de réaliser ses objectifs. Certes le SPGQ nous octroie, depuis plus de 30 ans, une subvention de 10 000 \$, mais celle-ci n'est pas garantie à long terme et nous devons soumettre notre demande annuellement. Aussi, cet automne, nous solliciterons votre contribution afin de nous donner les moyens d'améliorer nos services et de rendre pertinent notre slogan POUR VOUS ET AVEC VOUS.

Notez que le fonctionnement de l'APRQ est assuré uniquement par des bénévoles contrairement à d'autres associations de retraités. Les modalités de cette campagne ne seront établies qu'à la rencontre des administrateurs, prévue le 10 septembre prochain.

Comme à l'habitude, nous prendrons un repos mérité cet été, afin de mieux vous revenir dès septembre avec des propositions concrètes pour revitaliser et organiser notre présence dans toutes les régions du Québec.

Je vous souhaite donc un bon été en famille et avec vos amis.

Le ProActif



INNOVATION ET ENGAGEMENT

PAR PIERRE EUBANKS

Président du Conseil régional de Québec (CRQ)

Assisté par Chat GPT Genie

presidence.quebec@aprq.ca



Dans un contexte où l'engagement communautaire et l'innovation dans la communication deviennent de plus en plus cruciaux, le Conseil régional de Québec se distingue par son dynamisme et son approche proactive envers ses membres. Ces derniers mois ont été marqués par une série d'initiatives visant à enrichir l'expérience des membres, tout en mettant l'accent sur des sujets d'importance tel que le maintien à domicile.

L'une des activités récentes ayant suscité un enthousiasme particulier au sein de nos membres a été l'événement organisé à l'école hôtelière de la Capitale. Cette activité, conçue pour allier plaisir et apprentissage, s'est avérée être un franc succès, témoignant de l'intérêt et de la participation active de nos membres dans les événements que nous proposons. Ces moments de partage et de découverte sont essentiels pour tisser des liens forts au sein de notre association régionale et pour continuer à offrir des activités qui répondent à leurs attentes et à leurs passions.

Par ailleurs, conscient des enjeux liés au vieillissement de la population et à l'importance du maintien à domicile, le Conseil régional intensifie ses efforts pour s'informer et agir dans ce domaine crucial. Cette orientation s'est notamment concrétisée lors de notre récente tournée virtuelle, où le président du Conseil régional de Québec a joué un rôle d'importance en offrant un soutien marqué au président national sur cette thématique. Cette implication démontre notre volonté de placer les besoins et le bien-être de nos membres au cœur de nos actions.

Dans le même esprit d'innovation et de modernisation, le Conseil régional travaille actuellement à la refonte de notre infolettre « En Action ». En adoptant le format HTML, nous ambitionnons de rendre

notre communication plus visuelle et donc plus attrayante pour nos membres. Cette évolution reflète notre engagement à utiliser les meilleures pratiques et technologies pour garder notre communauté informée et engagée.

Enfin, nous sommes conscients que la force de notre Conseil régional réside dans l'implication de ses membres. C'est pourquoi nous lançons un appel à tous ceux qui souhaitent contribuer à nos projets et activités. Que ce soit à travers le partage de vos compétences, de votre temps ou de vos idées, chaque contribution est précieuse et contribue à enrichir notre association. Ensemble, nous pouvons continuer à réaliser des projets significatifs et à faire une différence dans la vie de nos membres.

En conclusion, le Conseil régional de Québec continue de se réinventer et d'innover pour répondre aux attentes de ses membres. Que ce soit par l'organisation d'activités enrichissantes, par l'engagement dans des dossiers importants tel que le maintien à domicile, ou par la modernisation de notre communication, notre mission reste la même : servir au mieux les intérêts de nos membres et contribuer à leur épanouissement. Nous vous invitons à vous joindre à nous dans cette aventure enrichissante, pour, ensemble, continuer à bâtir une association forte et dynamique.



MOT DE LA PRÉSIDENTENCE

PAR DENISE BOUTIN

Présidente du Conseil régional de Montréal (CRM)

presidence.montreal@aprq.ca



Bonjour chers membres.

J'espère que vous vous portez bien, à la fois physiquement et mentalement. Le présent message sera court puisque le CA a tenu une seule réunion. La prochaine aura lieu le 25 mai prochain.

ÉCHO DU CA

Au moment d'écrire ces lignes, le CA a tenu une seule rencontre.

Cette rencontre a été fort intéressante puisqu'il a été question du rôle du CRM au sein de l'APRQ. La gestion de la participation des membres est primordiale afin de prendre en compte l'expertise et la valeur des deux Conseils régionaux.

Les membres du CA souhaitent qu'à la prochaine AGA soit réservé un temps de réflexion sur la contribution des membres avec une personne-ressource qui a réfléchi sur le rôle de l'APRQ, comme association de personnes retraitées.

Louise Gagné sera la représentante du CRM et de la région de l'Estrie au Réseau des retraitées et retraités.

Il a également été proposé d'augmenter le nombre de membres du CA de 7 à 9. Une modification aux Règlements généraux devra être faite afin de permettre au CA d'augmenter ce nombre le plus rapidement possible.

LES DIRIGEANTES ET LES DIRIGEANTS – CA DU CRM

- Denise Boutin, présidente
- Marie-Lyse Julien-Lesco, vice-présidente et responsable des activités
- Secrétariat : à tour de rôle
- Joscelyne Charbonneau-Banerjee, coordonnatrice des TRCA
- Sylvain Bordeleau, trésorier
- Mireille Beaulac, administratrice
- Louise Gagné, administratrice
- Jean-Pierre Malouin, administrateur et webmestre

La saison estivale se pointe le nez dehors (naturellement avec crème solaire). Temps de se ressourcer et de prendre du bon temps. Bon été à toutes et à tous.



RENDEZ-VOUS NATIONAL SUR LE MAINTIEN À DOMICILE – PARTIE 1

COALITION POUR LA DIGNITÉ DES AÎNÉS (CDA)

PAR JACQUES PELCHAT

Président de l'APRQ

presidence@aprq.ca

Le 8 mai dernier, à Québec, une centaine d'organisations se sont unies pour entendre des présentations et discuter des recommandations qui seraient déposées au gouvernement de la CAQ pour concrétiser un véritable virage vers des services à domicile efficace pour les aînés de partout au Québec.

C'est plus de 160 personnes représentant plus de 100 organisations engagées de près ou de loin autour de ce thème qui se sont rencontrées afin d'élaborer 4 recommandations. L'APRQ était représentée par :

- Jacques Pelchat, le président de l'Association
- Mireille Beaulac, membre du conseil d'administration de l'APRQ, représentante de l'Association à l'AAR et présidente de cet organisme,
- Huguette Gendreau, représentante de l'APRQ de la région de Québec à la Table de concertation des personnes aînées de la Capitale nationale.

Le Rendez-vous national a été organisé par la Coalition pour la dignité des aînés (CDA) qui représente 150 000 aînés au Québec :

- L'AAR (Alliance des associations de retraités) dont nous sommes membres
- L'AQRP (Association québécoise des retraité(e)s des secteurs public et parapublic)
- L'AREQ (Association des retraitées et retraités de l'Éducation et des autres services publics du Québec)
- Le RIIRS (Regroupement interprofessionnel des intervenantes retraitées des services de la santé)
- L'AQDR (Association québécoise de défense des retraités et préretraités)
- L'AQDER (Association des directeurs et directrices d'établissement d'enseignement retraités)



Rendez-vous national sur le maintien à domicile

Ce rendez-vous a été rendu possible grâce à la fondation Mirella et Lino Saputo ainsi que la fondation Laure-Gaudreault.

Nous vous invitons à consulter la page Web, sur notre site Internet, qui est dédiée à cet événement en cliquant sur l'icône à droite.



Vous pourrez connaître les différents invités et panélistes qui ont participé à ce rendez-vous national et accéder aux enregistrements de leur présentation et aux discussions et délibérations qui ont suivi.



Le ProActif



RENDEZ-VOUS NATIONAL SUR LE MAINTIEN À DOMICILE – PARTIE 2

RECOMMANDATIONS DÉPOSÉES

PAR JACQUES PELCHAT

Président de l'APRQ

presidence@aprq.ca

LES CONFÉRENCES

En tant que représentant de l'Association, j'ai assisté à une journée de conférences et de débats fort intéressante. Dans un premier temps, la ministre, madame Sonia Bélanger, ministre déléguée à la Santé, est venue nous annoncer quelques bonnes nouvelles :

- Près de 1 000 000 de citoyens de 65 ans ou plus au Québec, dont 3500 centenaires.
- Les cibles du gouvernement en soutien à domicile avaient été atteintes pour 2024.
- Les CLSC deviendraient la porte d'entrée pour tous les services aux aînés.
- Il y a 37 000 000 d'heures de services offerts via les CLSC
- La politique VVE ([Vivre et Vieillir Ensemble](#)) pour 2024-2029 serait bientôt annoncée.
- Le gouvernement investissait 1 100 000 000 en financement divers.

En deuxième partie, Monsieur Georges-Charles Thiebaut, commissaire adjoint au bureau de la commissaire à la santé et au bien-être nous a présenté l'état des lieux en matière de maintien à domicile au Québec. Vous pourrez lire le [PowerPoint](#) de présentation et écouter [l'enregistrement de sa conférence](#), en utilisant les liens incorporés dans ce texte.

Essentiellement, les constats suivants ont été émis par le bureau de la commissaire (le texte qui suit est tiré du document présenté) :

Si rien ne change, la réponse aux besoins de services à domicile sera un défi impossible à relever, car notre système est :

- construit sur des assises fragiles,
- est complexe et peu performant,
- offre des mesures et des programmes aux conditions d'éligibilité variables qui répondent imparfaitement aux besoins,
- la part de dépenses en soutien à domicile demeure modeste,
- ne répond pas aux attentes de la population,
- est concentré sur l'hébergement.

Le bureau de la commissaire à la santé et au bien-être a déposé quatre recommandations à la ministre déléguée à la Santé madame Sonia Bélanger.

RECOMMANDATION 1 :

Il faut que le gouvernement s'engage vers le développement d'une société favorisant l'autonomie des aînés.

RECOMMANDATION 2 :

Il faut solidifier les assises du système de soutien à domicile.

RECOMMANDATION 3 :

Il faut développer des mesures pour améliorer le soutien à la population.

RECOMMANDATION 4 :

Il faut soutenir l'innovation pour générer de la valeur.



RENDEZ-VOUS NATIONAL SUR LE MAINTIEN À DOMICILE – PARTIE 2

RECOMMANDATIONS DÉPOSÉES

PAR JACQUES PELCHAT

Président de l'APRQ

presidence@aprq.ca

(SUITE)

Par la suite, nous avons tenu trois panels d'invités avec interaction des participants présents et en visioconférence. Ceux-ci ont abordé différents sujets :

- Collaboration entre les réseaux de la santé et communautaire.
- Réalités rurales et urbaines.
- Réussites d'ici et d'ailleurs.

Finalement, nous avons délibéré toute l'après-midi pour enfin nous entendre sur les quatre recommandations suivantes, déposées à la ministre responsable des aînés Madame Sonia Bélanger, députée de la circonscription de Prévost.

RECOMMANDATION 1 : METTRE EN PLACE UN CADRE LÉGAL RENFORCÉ

Adopter une loi-cadre intersectorielle sur le maintien de l'autonomie, inspirée de l'approche française, faisant de l'accès aux soins à domicile un droit et visant à réduire les barrières liées à celui-ci, et énonçant le droit à un logement abordable et adapté ainsi que des options de mobilités accessibles comme étant indissociables de ce dernier.

RECOMMANDATION 2 : FAIRE DES CLSC LA PORTE D'ENTRÉE PRINCIPALE POUR LES PERSONNES EN BESOIN DE SOINS ET SERVICES À DOMICILE

Pour mieux soutenir l'aidé comme l'aidant, les CLSC doivent favoriser une compréhension commune de la proche aidance et développer des pratiques innovantes d'intervention et de soutien auprès des personnes proches aidantes. Au-delà des ressources informationnelles qu'il doit fournir sur les différents

programmes et services disponibles, le CLSC, pourvu de ressources spécialisées adéquates et ouvert 24 heures sur 24, 7 jours sur 7, doit être en mesure d'évaluer les besoins, d'offrir les soins ou de référer la personne au bon professionnel ou au bon prestataire de soins et services à domicile, que celui-ci soit issu du réseau public de santé et de services sociaux, d'entreprises d'économie sociale d'aide à domicile, d'organismes communautaires ou d'entreprises privées.

RECOMMANDATION 3 : ASSURER UNE MEILLEURE COORDINATION TERRITORIALE AU BÉNÉFICE DES PERSONNES AÎNÉES ET DE LEURS PROCHES

Accorder aux tables régionales de concertation des aînés un mandat élargi, accompagné des outils et du financement adéquat pour assurer une communication fluide et une coordination accrue entre les différents acteurs de l'écosystème du maintien à domicile, conforme à une volonté de décentralisation.

RECOMMANDATION 4 : RENFORCER LA PLACE DES SOINS ET SERVICES À DOMICILE DANS L'ORGANISATION DU RÉSEAU PUBLIC DE SANTÉ ET DE SERVICES SOCIAUX

Que la nouvelle agence Santé Québec ait une obligation de consultation et soit chargée d'opérer les mesures de court comme de long terme identifiées de concert avec le milieu pour atteindre les cibles gouvernementales en matière de soins et services à domicile, notamment en vertu des recommandations de la Commissaire à la santé et au bien-être.

Vous pouvez transmettre vos commentaires par courriel à l'adresse suivante : info@aprq.ca



BABILLARD

APPEL À TOUS PLACE AUX LECTEURS

PAR L'ÉQUIPE DE RÉDACTION

PLACE AUX INFORMATIONS RÉGIONALES

L'APRQ a mis en place deux réseaux :

- le réseau de Tables régionales de concertation des aînés;
- le réseau régional des membres.

Ainsi, *Le ProActif* vous invite à nous proposer des articles à ce sujet afin de faire une plus grande place aux informations en provenance de toutes les régions du Québec. Vous pouvez donc, à titre de membres, vous exprimer, proposer des actions ou présenter des activités réalisées ou à venir.

DOSSIER DU MAINTIEN À DOMICILE

De plus, comme la principale priorité de l'APRQ en matière de défense des droits de nos membres est le « maintien à domicile », nous aimerions vous lire sur ce sujet et sur vos droits en général.

POUR NOUS PROPOSER VOS TEXTES

- Consultez la politique éditoriale du bulletin *Le ProActif* en cliquant sur l'icône à droite
- Faites-nous parvenir vos textes à coordcontenu.leproactif@aprq.ca, d'ici le 1^{er} août prochain pour la parution de septembre.

Au plaisir de vous lire et de vous publier!

SONDAGE SUR LE PROACTIF

Le sondage pour connaître votre degré de satisfaction et recueillir vos commentaires est toujours disponible. Nous vous réitérons l'invitation à le remplir pour chaque numéro. Cliquez sur l'icône à droite pour y accéder.

Vous pouvez également nous soumettre des articles, des sujets ou des questions en communiquant avec nous à l'adresse suivante : coordcontenu.leproactif@aprq.ca.

AVANTAGES DE L'APRQ PARTENAIRES DU SPGQ

Les avantages que le SPGQ a négociés avec ses partenaires sont aussi accessibles aux membres de l'APRQ. Il vous suffit de les contacter et de vous identifier comme ancien membres du SPGQ et retraité.

Si vous avez besoin d'un numéro de membre pour bénéficier des rabais, celui-ci est disponible en appelant au SPGQ, 418 692-0022 ou sans frais au 1 800 463 5079 et demandez votre numéro d'ancien membre du SPGQ.

Vous pouvez aussi profiter de l'occasion pour mettre à jour votre adresse résidentielle, car c'est le SPGQ qui gère notre fichier.

Pour en savoir plus, consultez ces liens en cliquant sur les logos ci-dessous.


laPersonnelle
Assureur de groupe auto, habitation
et entreprise
Tarifs de groupe. Service unique.


Desjardins
Caisse de l'Administration
et des Services publics

beneva



Brunet & Associés
AVOCATS • NOTAIRES



CHRONIQUE : APRQ EN MOUVEMENT

AUTOMNE 2024

PAR JACQUES PELCHAT

Président de l'APRQ

presidence@aprq.ca

En mars dernier, je faisais état des différents chantiers en cours à l'APRQ. Le printemps nous a permis de faire avancer certains d'entre eux, voici donc notre programme pour les prochains mois.

TOURNÉE DES MEMBRES

Dans le cadre de la deuxième tournée des membres, nous avons pu discuter avec ceux-ci sur la base d'une rencontre en visioconférence en fonction de leur lieu de résidence. Ils nous ont exprimé différents besoins, dont la possibilité de communiquer entre eux par le biais d'un carrefour d'échange ou par tout autre moyen qui leur permettrait d'échanger. Il serait aussi grandement apprécié de faire une plus grande place à ceux-ci dans nos médias.

Dans certaines régions, il semblerait possible d'organiser des activités qui leur soient propres, ce qu'il nous faut ce sont des personnes prêtes à les organiser. En septembre, un bilan complet sera présenté et des recommandations seront déposées, par le réseau régional des membres, auprès des administrateurs de l'Association.

COMITÉ DE DÉFENSE DES DROITS

Le comité de défense des droits ayant fait adopter la recommandation de faire du « maintien à domicile » notre principale priorité, le comité travaillera de concert avec le réseau des Tables régionales de concertation, ainsi qu'avec notre représentante à la Coalition pour la dignité des aînés, afin de nous doter d'une véritable plateforme en matière de maintien à domicile. Par ailleurs, le comité travaillera sur deux autres priorités : la transmission d'infor-

mations aux membres via, entre autres, notre site Internet ainsi que l'accessibilité pour nos membres à une vaste documentation relativement à nos droits et intérêts en tant que personnes âgées.

COMITÉS SUR L'ASSURANCE COLLECTIVE ET SUR NOS RÉGIMES DE RETRAITE

Comme je le mentionnais dans le « Mot de la présidence », le dossier de l'assurance collective accessible à nos membres sera présent dans nos travaux des prochains mois. Il en va de même pour le comité sur les régimes de retraite qui suit activement le dossier de l'indexation partielle de nos rentes qui est prévue pour le 1^{er} août prochain. Certaines informations devraient vous parvenir sous peu.

COMITÉ DES COMMUNICATIONS

En plus de la publication du bulletin *Le ProActif*, l'équipe de rédaction travaille à la révision de la politique éditoriale, à la revalorisation des infolettres et à la révision du dépliant servant au recrutement et à la présentation de l'APRQ. Sous réserve des fonds disponibles, le comité travaillera éventuellement à la révision du site Internet.

LES RÉSEAUX

Le réseau de Tables régionales de concertation des aînés et le réseau régional des membres continuent leur recrutement respectif afin d'être présents partout au Québec.



UN PRÉSIDENT INVESTI ET DÉVOUÉ

PAR JOHANNE ROY
Membre de l'APRQ



Article rédigé à la suite d'une entrevue exclusive avec M. Jacques Pelchat, président de l'APRQ

Dernièrement, le conseil d'administration de l'APRQ a remis le Prix distinction « Membre honoraire » à M. Jacques Pelchat, président de l'APRQ. Ce prix souligne sa contribution à la bonne marche et au développement de l'APRQ. M. Pelchat s'est impliqué activement au Conseil régional de Québec et au conseil d'administration. Il a siégé à plusieurs comités, entre autres, sur les régimes de retraite, l'assurance collective, la défense des droits des membres et le développement en région. Il s'est également investi dans plusieurs groupes de travail mis sur pied pour le fonctionnement de l'Association. Depuis 2015, il agit comme président.

Dès son arrivée à la présidence, M. Pelchat avait à cœur d'augmenter le nombre de membres. Neuf ans plus tard, c'est avec fierté qu'il peut dire mission accomplie. De 900 membres au départ, l'Association a maintenant franchi le cap des 5000.

« Depuis quelques années, nous invitons par courriel les professionnels à joindre l'APRQ au moment où ils prennent leur retraite. Des rencontres mensuelles ont lieu avec les nouveaux membres afin de leur présenter l'Association. Aujourd'hui, je peux dire que nos actions ont porté fruit », précise M. Pelchat.

La pandémie a amené l'Association à revoir certaines façons de faire en ayant recours aux moyens technologiques. « Grâce à des plateformes de visioconférence comme Zoom, les membres des régions ont pu assister aux conférences de l'APRQ et contribuer à dynamiser la vie associative. Les bénévoles œuvrant à Québec et à Montréal ont aussi saisi cette opportunité pour apprendre à travailler ensemble au bénéfice de tous. »

À L'ÉCOUTE DES MEMBRES

En 2023, M. Pelchat est allé à la rencontre des membres lors d'une tournée en présentiel. Une première depuis 30 ans! Une tournée positive puisqu'en général, les membres ont démontré leur appréciation du travail des bénévoles que ce soit par le bulletin

Le ProActif ou autrement. Dans un sondage mené auprès de ses lecteurs, plus de la moitié ont qualifié le bulletin de haute qualité et 21,5 % de très haute qualité.

La tournée a permis de répondre aux questions des membres, notamment sur les assurances et le calcul de l'indexation du régime de retraite afin de mieux en comprendre le fonctionnement. « Comme l'APRQ ne peut pas négocier avec le Conseil du trésor sur la retraite, nous ne sommes pas en mesure de bonifier les rentes », précise M. Pelchat.

Au moment d'écrire ces lignes, une deuxième tournée des membres en visioconférence cette fois-ci, se déroulait jusqu'au 29 mai. Un des objectifs est de mieux connaître les besoins des retraités en région. L'APRQ tente de revoir sa structure bicéphale centrée sur Québec et Montréal. « On aimerait créer un réseau régional de membres et instaurer des outils pour qu'ils puissent communiquer entre eux et prendre leur place au sein de l'Association », explique le président.

Bien que le taux de participation demeure faible, cette tournée virtuelle permet d'échanger avec des retraités qui n'ont pas participé à la première tournée en présentiel. « C'est intéressant de recueillir leurs préoccupations. On a recruté des personnes intéressées à travailler avec nous. On aimerait qu'ils s'impliquent dans leur région. Il faudra développer un outil pour leur permettre de communiquer entre eux », ajoute M. Pelchat.



UN PRÉSIDENT INVESTI ET DÉVOUÉ

(SUITE)

DES PARTENARIATS NÉCESSAIRES

Au cours des années, l'APRQ a développé des partenariats avec d'autres regroupements de retraités comme l'Alliance des associations de retraités (AAR). Des représentants de l'APRQ sont également présents à plusieurs Tables régionales de concertation des aînés qui ont une certaine influence auprès de la ministre responsable des Aînés.

Le 8 mai dernier, l'APRQ a participé au Rendez-vous national sur le maintien à domicile organisé par la Coalition pour la dignité des aînés (CDA). Avec ses 150 000 membres, la CDA s'avère une interlocutrice privilégiée auprès du gouvernement pour les dossiers qui rejoignent les préoccupations des aînés, notamment en matière de défense des droits, de soutien à domicile et de sécurité financière.

« Compte tenu de sa taille et de ses ressources limitées, l'APRQ a intérêt à s'allier avec les partenaires du milieu pour assurer la défense des droits de ses membres, échanger et se faire entendre », souligne M. Pelchat.

INFORMER, UNE PRIORITÉ

Informar demeure certainement le principal défi de l'APRQ. Lors des tournées, les membres ont d'ailleurs exprimé leur besoin d'être informés. « C'est incroyable de voir qu'ils ne savent pas où s'adresser pour avoir des réponses à leurs questions sur une foule de sujets tels que la santé, les assurances, leur régime de retraite, etc. De nouveaux outils de communication devront être mis en place. Le site Web est aussi à revoir. Étant donné que ce

sont des bénévoles qui y travaillent, il faut avoir les moyens de nos ambitions et y aller par étape ».

Pour faire plus, nous avons besoin de moyens financiers et davantage de membres intéressés à s'impliquer. Nous sommes toujours à la recherche de bénévoles, rappelle M. Pelchat. L'APRQ compte actuellement 30 bénévoles et le président souhaiterait doubler ce nombre.

LA RELÈVE

Le mandat à la présidence de M. Pelchat se termine le 10 décembre prochain. Il se dit prêt à poursuivre comme président pour réaliser des mandats qui lui tiennent à cœur. « Toutefois, il faudra penser à la relève et j'ai avisé mes collègues qu'à partir de 2025, je comptais à modifier mon implication à l'APRQ. »

SOLUTION AUX MOTS CROISÉS (PAGE 25)

M	E	T	A	M	O	R	P	H	O	S	A	I	S		F	I	A	S	C	O	
A	I	E		A	E	O	L								S	U		C			
R	I	E	N	T		T	R	I	Q	U	A	I	S		C	O	G	N	A	C	
I	R	E	T		N	D	O		A	T		N									
A	L	C	O	O	L	A	T		S	A	I	N	T	B	E	R	N	A	R	D	
I	E	R	C						I					A	O				E		
				L	O	C	H	E		I	N	T	E	R	C	E	P	T	I	O	N
S	O	L	E		H	E	R		A	E		N	T								
C	A	R	G	O		M	O	U	F	T	A	I	S			I	S	B	A		
H	D	G	E		M	E		G		I	D		T		L						
E	M	O	T	I	O	N	N	E		R	E	I	N	T	E	G	R	A	I		
M	N	E		T		C	E	R		A	C		U		S						
A	U	N	E			S	T	A	N	D	A	R	D		A	L	I	S	E		
T	A	O		A		A	D		I	E		L		S							
I	D	I	O	P	A	T	H	I	Q	U	E		S	Q	U	A	T				
S		E		H				R				U	M		A		L				
A	P	P	A	R	T	E	N	A	N	C	E		H	A	C	I	E	N	D	A	
T	L	E		E		V		I		G		T		N		E		P			
I	N	A	P	T	E		L	I	V	R	E	R	A	I		A	D	R	E	T	
O	I	T				S		A		I		O		G		I		O			
N	A	T	T	E	R		B	O	U	I	L	L	O	N	N	E	M	E	N	T	

ProActif



CONSEIL RÉGIONAL DE QUÉBEC (CRQ) ET DE MONTRÉAL (CRM)



ACTIVITÉS

Toutes les visioconférences Zoom sont
offertes à tous les membres de l'APRQ
et à leurs invités


PAR LE COMITÉ RESPONSABLE DES CONFÉRENCES DE L'APRQ
ET LES CONSEILS RÉGIONAUX
Jacques Pelchat, Huguette Gendreau et Marie-Lyse Julien-Lesco
activites.quebec@aprq.ca et activites.montreal@aprq.ca

NOTE : Cliquez sur l'icône à droite pour
avoir plus d'information
ou pour vous inscrire.

ACTIVITÉS PASSÉES (MARS, AVRIL ET MAI 2024)

- | | | |
|--------------------|--|---|
| 23 avril au 28 mai | Deuxième tournée régionale des membres de l'Association (en visioconférence)
Cette tournée s'est tenue distinctement dans 14 régions administratives, ainsi qu'une rencontre générale le 28 mai. | |
| 18 mars | Rencontre mensuelle des nouveaux retraités du SPGQ et des nouveaux membres (en visioconférence) | |
| 20 mars | Faciliter le travail de liquidateur de succession (en visioconférence)
Formation donnée par Bernard Frigon de l'APRQ de la région de Chaudière – Appalaches. | |
| 28 mars | Cabane à sucre Fernando Laporte (en personne) à Saint-Ambroise-de-Kildare dans la région de Lanaudière) | |
| 17 avril | Dans le cadre de la semaine de l'action bénévole (en visioconférence)
Conférence de M ^{me} Judith Racine sous le thème : Les aînés aussi bénévoles | |
| 19 avril | Rencontre mensuelle des nouveaux retraités du SPGQ et des nouveaux membres (en visioconférence) | |
| 23 avril | Conférence Vieillir en santé (en visioconférence)
Centre d'excellence sur le vieillissement de Québec | |
| 25 avril | Y-a-pas d'âge pour être actif ! (en présence à Québec)
Forum générations actives avec la participation de Marcel Bouchard et Samuel Labbé | |
| 22 au 26 avril | Retraités à temps plein, travailleurs à temps partiel (en présence)
Organisé par GIT Services-conseils en emploi de la région administrative de Québec | |
| 2 mai | Conférence sur le projet de voyage solidaire au Pérou en novembre 2024 (en visioconférence)
Michel Lavergne, Jacques Pelchat et ARO Voyages
Cette conférence est accessible en rediffusion |  |
| 8 mai | Rendez-vous national sur le maintien à domicile (en personne et en visioconférence)
Par la Coalition pour la dignité des aînés
Cette activité est accessible en rediffusion sur la page Facebook de la CDA |  |
| 14 mai | Dîner annuel à l'école hôtelière de la Capitale (en présence à Québec) | |

ACTIVITÉS À VENIR (JUIN, JUILLET ET AOÛT 2024)

- | | | |
|---|--|--|
|  | 6 juillet : Sortie théâtrale au Nouveau théâtre de l'Île d'Orléans (en présence à Saint-Pierre-de-l'Île-d'Orléans)
<i>L'intrus</i> , une comédie de Yves Amyot avec : Catherine Simard, Frédérique Bradet, Alex Desmarais et Éric Leblanc | |
|---|--|--|

Réservations :



- | | | |
|----------------------|---------------------------------|--|
| 7 juillet au 31 août | Relâche. De retour en septembre | |
|----------------------|---------------------------------|--|



CHRONIQUE EN DISCUSSION AVEC L'INTELLIGENCE ARTIFICIELLE

DROITS ET LIBERTÉS

PAR PIERRE EUBANKS

Membre de l'équipe de rédaction

Assisté par Chat GPT Genie

Article rédigé à partir de la réponse à une question posée par Pierre Eubanks à l'intelligence artificielle ChatGPT Genie.

L'APRQ vise avant tout à promouvoir et défendre les droits et intérêts de ses membres. Ne serait-il pas judicieux d'établir une liste numérotée des droits fondamentaux et des intérêts vitaux de la population, en soulignant particulièrement ceux qui touchent les personnes âgées, pour mieux comprendre et servir leurs besoins spécifiques?

Oui, établir une liste numérotée des droits fondamentaux et des intérêts vitaux, en mettant un accent sur ceux qui concernent spécifiquement les personnes âgées, peut être un excellent moyen pour l'APRQ (ou toute organisation similaire) de clarifier ses objectifs et de mieux cibler ses actions. Voici une ébauche de liste qui pourrait servir de point de départ.

1. **DROIT À LA DIGNITÉ** : Assurer le respect et la dignité des personnes âgées en toutes circonstances.
2. **DROIT À L'AUTONOMIE** : Soutenir l'indépendance des personnes âgées dans leurs décisions quotidiennes et à long terme.
3. **DROIT À LA SÉCURITÉ FINANCIÈRE** : Garantir des ressources suffisantes pour vivre décemment, notamment par des pensions adéquates et des aides ciblées.
4. **ACCÈS AUX SOINS DE SANTÉ** : Assurer un accès universel à des services de santé adaptés aux besoins spécifiques des personnes âgées, incluant la prévention, le traitement et les soins palliatifs.
5. **PROTECTION CONTRE LA MALTRAITANCE ET LA NÉGLIGENCE** : Mettre en place des mesures efficaces contre l'abus, la négligence et l'exploitation.
6. **DROIT AU LOGEMENT** : Fournir des options de logement sûres, confortables et adaptées à leur état de santé et à leurs besoins.
7. **ACCÈS À L'INFORMATION ET À L'ÉDUCATION** : Offrir des opportunités d'apprentissage et d'accès à l'information pertinentes pour leur bien-être et leur participation active à la société.
8. **PARTICIPATION SOCIALE ET LUTTE CONTRE L'ISOLEMENT** : Encourager et faciliter l'engagement dans des activités communautaires, culturelles et de loisirs.
9. **ACCÈS AUX TRANSPORTS** : Fournir des moyens de transport accessibles et sûrs pour favoriser leur mobilité et leur indépendance.
10. **RESPECT DES VOLONTÉS EN FIN DE VIE** : Assurer le respect des décisions des personnes âgées concernant leurs soins en fin de vie, y compris les directives anticipées.

Cette liste peut servir de base à l'élaboration de politiques, de programmes et d'initiatives visant à améliorer la qualité de vie des personnes âgées, tout en promouvant leurs droits et intérêts.

Ces droits et intérêts sont fondamentaux pour le bien-être de la population dans son ensemble et revêtent une importance particulière pour les personnes âgées, qui méritent attention et soutien spécifiques pour faire face aux défis uniques liés à l'âge.



ILLUSTRE BÉDÉISTE QUÉBÉCOIS

PAR JOHANNE ROY

Membre de l'APRQ

Michel Rabagliati a d'abord gagné sa vie comme graphiste et illustrateur publicitaire. Mais l'envie de faire de la bande dessinée (BD) était en lui depuis l'enfance. Dès l'âge de 10 ans, il copiait ses auteurs préférés.

Publié en 1999 aux éditions de La Pastèque, *Paul à la campagne* est le premier album de la série Paul. L'auteur l'a réalisé en quatre mois. « J'en fis photocopier douze exemplaires, que j'offris à ma famille à Noël. C'était censé s'arrêter là » raconte-t-il.

La critique a été unanime et neuf autres albums de Paul, son alter ego, ont été publiés et traduits en plusieurs langues. *Paul à Québec* a reçu le Prix du public lors du Festival international de la bande dessinée à Angoulême de 2010. Cet album a été adapté au cinéma en 2015 par François Bouvier.

« Paul, c'est Michel Rabagliati à 95 %. Je me laisse 5 % pour "mentir" et m'amuser avec la réalité. J'exagère ou amplifie des situations réelles qui me sont arrivées pour créer un effet dramatique ou comique » dit-il.

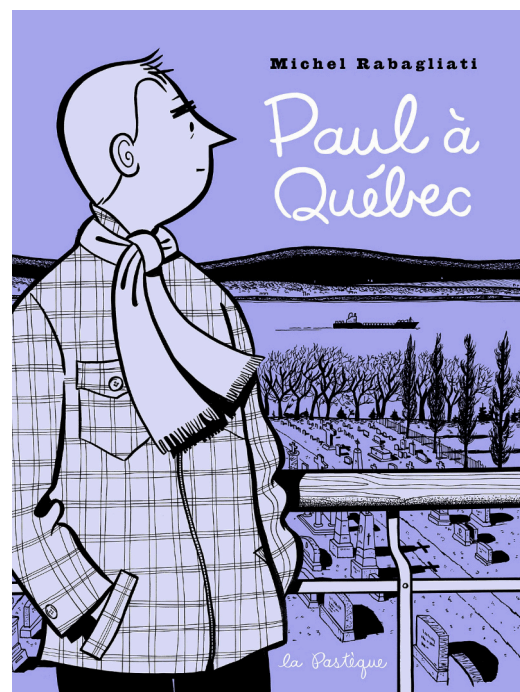
Ce bédéiste a l'art de raconter le quotidien avec humour, franchise et sensibilité.

Les lecteurs se reconnaissent dans ses personnages et ses histoires résonnent en eux.

« C'est une chose formidable de constater qu'on peut, assis à une petite table à dessin, muni d'un simple crayon et de papier, toucher des gens qui habitent à des centaines de kilomètres de chez soi, de les faire rire et parfois même de les faire pleurer » explique-t-il.



Photo : Bernard Brault, Archives La Presse



ProActif



ILLUSTRE BÉDÉISTE QUÉBÉCOIS

(SUITE)

ROSE À L'ÎLE

Après 22 ans, il délaisse la BD et publie *Rose à l'île*, son premier roman illustré. Pour la première fois, le nom de Paul ne se retrouve pas dans le titre, bien que le personnage soit présent dans l'histoire.

Paul quitte Montréal avec sa fille Rose pour quelques jours de vacances sur une île avec une vue sur le majestueux fleuve Saint-Laurent. Le chalet loué n'a pas de réseau ni de wifi. Il n'y a pas d'hôtel si ce n'est une petite auberge communautaire, pas de restaurant, pas d'épicerie, ni de station-service. Que l'air pur de la campagne! Qu'à cela ne tienne, Paul et Rose prendront plaisir à parcourir ce site enchanteur à pied et en vélo.

L'auteur demeure fidèle à lui-même en nous racontant les choses simples de la vie d'une façon tendre, vraie et touchante. Encore une fois, la magie opère et les lecteurs sont au rendez-vous. *Rose à l'île* est un roman rempli de tendresse et de nostalgie. Rabagliati charme par son propos, mais aussi par ses magnifiques dessins en noir et blanc.

Cette lecture est toute désignée pour se mettre en mode en vacances. Et pour qui veut découvrir la BD, plongez dans la série des albums Paul de ce bédéiste fabuleux.

Bonne lecture!

Michel Rabagliati

Rose à l'île



la Pastèque



UN DÎNER MÉMORABLE

PAR LE CONSEIL RÉGIONAL DE QUÉBEC

Chaque année, le Conseil régional de Québec organise un repas au restaurant du Domaine Cataract à Québec. Ce restaurant est tenu par l'École hôtelière de la Capitale du Centre de services scolaire de la Capitale et permet à ses élèves de faire des stages et d'être évalués par leurs professeurs et la clientèle. Cette année, le repas a eu lieu le 14 mai dernier.

Comme il y avait des travaux majeurs à l'immeuble patrimonial qui héberge le restaurant ainsi que des salles de réunion, c'est le restaurant Jacques-Boisdon, situé dans les locaux de l'école qui nous a accueillis pour l'occasion. La salle à manger de ce dernier le permettant, nous avons réservé les 60 places disponibles, c'est un record pour cette activité régionale. Malheureusement, nous avons dû refuser 60 autres demandes.

Comme c'est une école, chaque table de 4 ou 6 convives devait partager les 4 choix au menu, nous nous sommes fait un devoir de vivre l'expérience culinaire qui nous a été présentée. Certains étudiants ont été évalués, puisque nous en étions à la fin de leur année scolaire.

L'école est située au 7, rue Robert Rumilly (Québec) et vous pouvez mieux la connaître en cliquant sur les liens suivants :

- L'école hôtelière



- Le domaine Cataract



Tous les 5 ans, le conseil d'administration de l'APRQ décerne le prix Distinction « Membre honoraire » pour souligner la contribution d'un membre à la bonne marche et au développement de l'APRQ, à l'échelle du Québec. En 2018, à l'occasion du 25^e anniversaire de fondation de l'APRQ, le prix avait été décerné à M^{me} Mireille Beaulac et à M. André Thériault. Pour le 30^e anniversaire, la distinction a été remise à Jacques Pelchat qui est le président en exercice pour l'Association. La remise officielle a donc eu lieu lors de l'activité régionale du 14 mai dernier.



CHRONIQUE VOYAGE : INVITATION À S'INSCRIRE

AU COEUR D'UN EMPIRE

PAR MICHEL LAVERGNE

Membre de l'équipe de rédaction

Encore cette année, nous avons comme projet un voyage solidaire au Pérou. Nous serons principalement dans la région de Limatambo dans la province de Cusco. On arrive d'abord à Lima, la capitale péruvienne. Il faut explorer son centre historique et ses marchés colorés.

CUSCO

Cusco, l'ancienne capitale Inca, vous dévoile ses secrets. Visitez le Machu Picchu, site mythique classé au patrimoine mondial de l'UNESCO, et parcourez la Vallée sacrée.

Vous ferez des découvertes d'endroits centenaires de l'ancienne Amérique. C'est les plus beaux du monde.

Le lieu où nous serons est unique et nous permettra de connaître ce lieu légendaire.

En effet, le lieu central de l'empire Inca est Cusco et la Vallée sacrée. Région riche en culture et création exceptionnelle du plus grand empire des Amériques sinon du monde antique.

Puis, plongez au cœur d'une communauté pour plusieurs jours. Partagez le quotidien des habitants : participez à des ateliers, à des activités utiles et à la fabrication de repas typique dans la communauté, faites des activités récréatives avec les enfants et tissez des liens uniques! Ce séjour combine découverte du Pérou authentique ainsi

qu'une implication dans la vie locale. Ce lieu possède des paysages andins à couper le souffle.

Oui l'essence même du projet est une rencontre chaleureuse avec les habitants et le partage de leur quotidien. Vous participerez à des ateliers et des activités vivifiantes.

L'hébergement se fait en petites auberges et en petites maisonnettes en face de l'orphelinat.

LIMA

Lima vous offre une dernière escapade avant votre retour. Profitez de ses quartiers charmants et découvrez ses spécialités culinaires. Vivez une aventure humaine hors du commun!

Nous vous invitons à voir la rediffusion WEB de la conférence en cliquant sur l'icône à droite:

Voyage solidaire sur le Pérou
sur le site Web de l'APRQ
(disponible du 4 mai au 4 juillet 2024).



POUR VOUS INSCRIRE AU VOYAGE

Pour les personnes intéressées au voyage qui se déroulera du **8 au 23 novembre 2024**,

- contactez-nous info@aprq.ca
- ou contactez Aro Voyages pour obtenir des renseignements ou pour réserver info@arovoyages.com

Photos : Michel Lavergne



CHRONIQUE VOYAGE

VOYAGER ET FAIRE OEUVRE UTILE

PAR MICHELINE ST-ARNEAULT

Membre APRQ en Montérégie

Depuis quelques années, je voyage avec des organismes québécois qui proposent des séjours valorisant la connaissance du milieu, les interactions constructives avec les communautés locales et une aide-bénévole selon les besoins ciblés, comprenant ou non une compensation financière en regard des frais encourus pour le gîte, le couvert et les déplacements.

Par exemple, en 2019 j'étais du groupe de membres APRQ qui s'est rendu au Costa Rica avec l'agence [Aro International](#). Que de beaux souvenirs!



© Michel Lavergne

Comme membre de l'OSBL [Service Amitié](#) j'ai aussi eu l'opportunité d'aider les sœurs de monastères en France à Montfavet (2015), à Voreppe (2017), à Mur-de-Barrez (1998) ainsi qu'au Québec à Lennoxville (2019).



Cette année, je serai à Mont-Saint-Hilaire et retournerai en France en 2025. Rendre service, vivre des expériences enrichissantes, rencontrer d'agréables personnes de la place ou de passage, visiter les alentours dans un rayon

d'une centaine de kilomètres, voilà des bienfaits que j'en retire.



VOYAGER ET FAIRE OEUVRE UTILE

(SUITE)

Comme bénévoles, nous mettons nos habiletés au service des besoins des communautés religieuses ou laïques dans leurs tâches d'entretien de leurs lieux et d'accueil des gens de passage. L'accomplissement de ces travaux leur est rendu de plus en plus difficile, soit par le vieillissement de plusieurs de leurs membres ou encore par le manque de ressources financières et bénévoles pour les accomplir, et elles nous en sont des plus reconnaissantes.

La majorité des communautés soutenues sont dispersées en France et les autres le sont au Québec. Au début de la présente année financière, nous étions 863 membres et comptons 34 communautés actives — [voir la carte des communautés partenaires](#).

Les séjours en Israël sont suspendus pour le moment et d'autres se développeront au Québec et à l'extérieur du pays.

Ces communautés procurent des services caritatifs et religieux de diverses natures dans leur environnement local, auprès d'individus ou de groupes, sans distinction de statut, de race, de religion, de

spiritualité ou d'âge. Nulle obligation pour nous de partager leurs croyances et de participer aux offices. On est simplement là avec elles, en tout respect et amitié, pour leur donner un coup de main pour des travaux non dévolus à des corps de métiers spécialisés.

Les séjours sont de deux semaines par monastère au Québec et d'un mois par monastère en France. On s'engage à « bénévoler » durant 25 heures par semaine, habituellement réparties sur cinq jours. On utilise les autres heures à notre guise. Le gîte et le couvert nous sont offerts gratuitement. De plus, les communautés québécoises nous remettent un reçu pour don de bienfaisance correspondant à nos frais de déplacement.

Nous choisissons nos assignations selon nos disponibilités et habiletés, conjuguées aux besoins identifiés par les communautés tels : accueil, coupe du gazon, jardinage, cueillette, cuisine, menuiserie, maçonnerie, tirage de joints, couture, ménage, lavage, repassage, entrée de données informatiques, enseignement du français, accompagnement, transport automobile.

Bienvenue aux femmes et aux hommes qui sont disponibles, capables d'adaptation, d'entraide, de respect, pouvant accomplir les tâches requises et ayant le goût de vivre ce genre d'expériences.

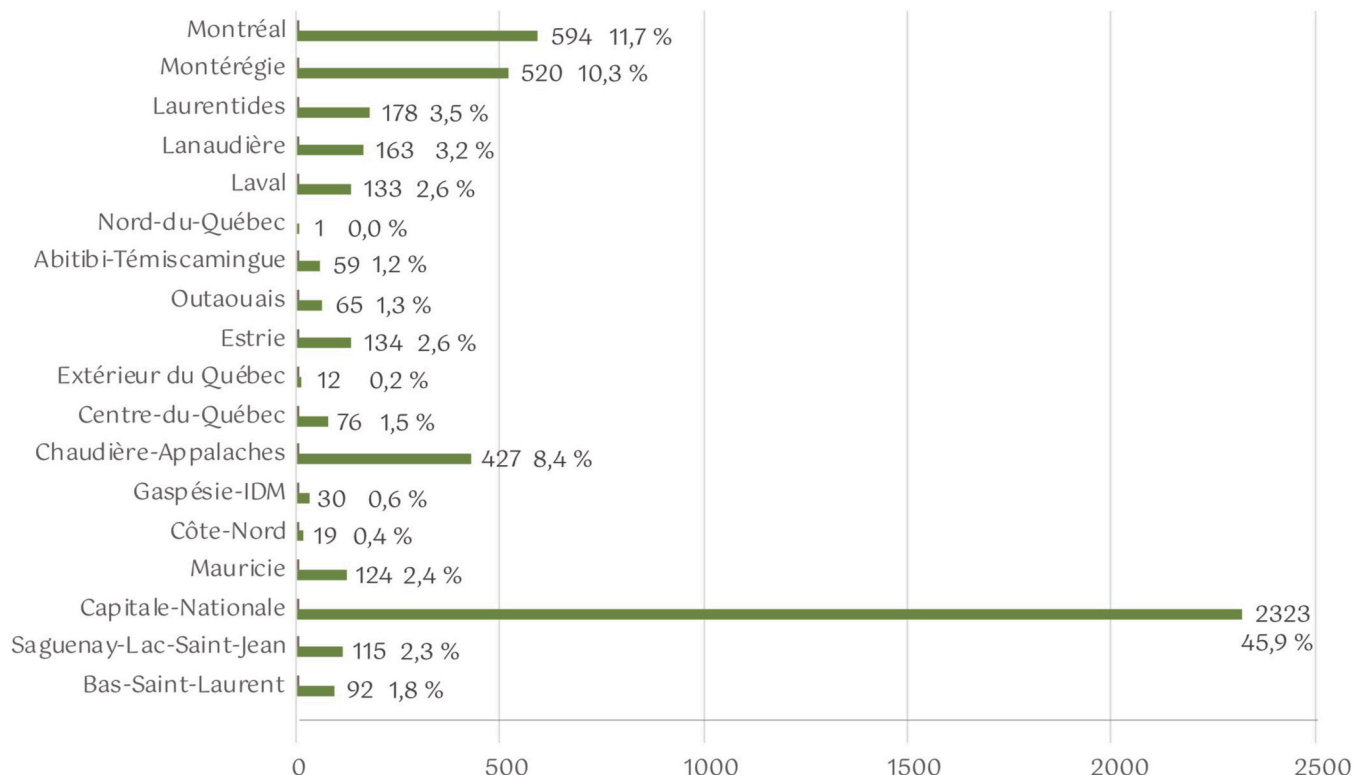
Pour plus d'informations, allez sur le site Web de Service Amitié en cliquant sur l'icône à droite ou [contactez-moi](#) par courriel.



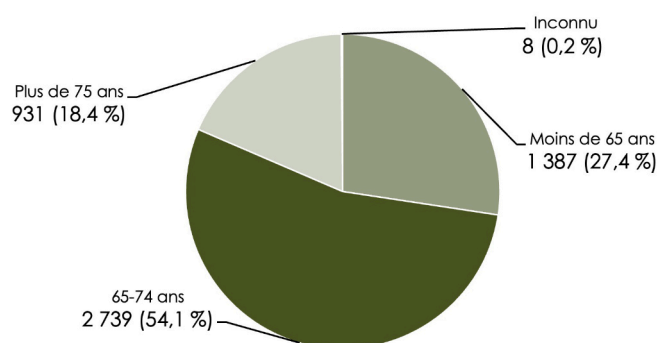
RÉPARTITION DES MEMBRES

Mise à jour du 3 avril 2024

Répartition par région



Répartition selon l'âge



Âge moyen

Âge moyen des hommes	71
Âge moyen des femmes	67,8
Âge moyen des membres	69,4

Répartition selon le sexe

Hommes	2582	51 %
Femmes	2483	49 %
TOTAL	5065	



LIENS UTILES

PAR JEAN-PIERRE BEAUMONT
Membre de l'équipe de rédaction

NOTE IMPORTANTE :
cliquez sur l'icône à droite du
cadre pour accéder au site Web.

Voici quelques hyperliens qui me semblent intéressant à conserver et à relire.

HÉBERGEMENT DES AÎNÉS

RÉSIDENCES POUR AÎNÉS. UN MODÈLE « INSOUTENABLE », CONCLUT UNE ÉTUDE

Le modèle québécois des résidences pour aînés (RPA) est « insoutenable » dans sa forme actuelle, estime une nouvelle étude réalisée par un groupe de chercheurs pour le compte du Centre interuniversitaire de recherche en analyse des organisations (CIRANO), et que La Presse a obtenue.

La Presse, Katia Gagnon, mis à jour le 27 mai 2024

DESJARDINS CONSTRUIRA LA PREMIÈRE MAISON DES AÎNÉS PRIVÉE AU QUÉBEC

Le Centre d'accueil Saint-Joseph de Lévis, un CHSLD privé conventionné appartenant au Mouvement Desjardins, sera remplacé au cours des prochaines années par une maison des aînés. Le nouveau bâtiment, qui pourra accueillir 180 personnes, sera construit par Desjardins. Il s'agit du premier projet de maison des aînés pris en charge par le privé au Québec.

Radio-Canada, Ici Québec, Louis Gagné,
publié le 15 mars 2024.

SANTÉ DES AÎNÉS

SOINS AUX AÎNÉS. QUATRE FOIS PLUS DE SERVICES POUR LA MÊME FACTURE

Les aînés le répètent : ils préfèrent vieillir à domicile et y recevoir leurs soins. L'expansion de ces soins à domicile vient toutefois avec une imposante facture pour l'État. Que faire ?

La Presse, Francis Vailles, mis à jour le 2 mai 2024



SANTÉ DES AÎNÉS

DE BONNES HABITUDES PEUVENT PROLONGER L'ESPÉRANCE DE VIE DE CINQ ANS

On dit souvent qu'avoir de bonnes habitudes fait vivre plus longtemps. Une étude britannique vient de confirmer cette intuition, en déterminant que de bonnes habitudes peuvent prolonger l'espérance de vie de cinq ans par rapport à de mauvaises.

La Presse, Mathieu Perreault, publié le 3 mai 2024

QUATRE ANS PLUS TARD. LA VIE DEPUIS LE VIRUS

Il y a quatre ans cette semaine, l'Organisation mondiale de la santé (OMS) déclarait que le monde entrait dans une pandémie de COVID-19. Plusieurs vagues d'infections et de doses de vaccins plus tard, quel est le portrait de la situation ?

La Presse, Judith Lachapelle,
publié le 12 mars 2024

SOCIÉTÉ

PORTRAIT DES QUÉBÉCOISES

L'édition 2023 – Pouvoir et influence s'attarde à la présence des femmes dans des lieux ou des fonctions de pouvoir ou d'influence. Elle rassemble divers indicateurs relatifs au pouvoir politique, à la participation à des conseils d'administration et à l'occupation de postes à responsabilité.

Portrait statistique – Conseil du statut de la femme (2023), 34 p., document PDF

L'HÉRITAGE DES CANADIENS. QU'ADVIENDRA-T-IL DES MILLIONS DES BABY-BOOMER ?

À l'heure où les baby-boomers entrent graduellement dans le grand âge, le patrimoine qui sera légué à la génération suivante sera sans précédent.

La Presse, Louise Leduc, dossier de 4 articles,
publié le 12 mai 2024



LIENS UTILES

(SUITE)

SOCIÉTÉ

AUTANT DE MORTS QUE DE NAISSANCES EN 2023 AU QUÉBEC

Au moment où tous les yeux sont rivés sur la hausse de l'immigration, la croissance naturelle de la population stagne. Pour la première fois de son histoire, le Québec a compté en 2023 à peu de choses près autant de naissances que de décès.

La Presse, Nicolas Bérubé, publié le 18 mars 2024



INFORMATIQUE

LA SOBRIÉTÉ NUMÉRIQUE : LES PETITS GESTES FONT-ILS VRAIMENT LA DIFFÉRENCE?

Envoyer des courriels, faire des requêtes à un robot conversationnel, regarder une série télé diffusée en continu... Ce sont toutes des actions que l'on pose parfois quotidiennement, non sans effets sur l'environnement. Et si on faisait le ménage dans nos habitudes?

Radio-Canada, Stéphanie Dupuis, publié le 16 mars 2024



ALIMENTATION

RARE INCURSION DANS L'USINE QUÉBÉCOISE DE KRAFT HEINZ

Discrète malgré son immense superficie et son emplacement en plein cœur de l'île de Montréal, l'usine de Kraft Heinz cuisine des aliments que presque tous les Québécois achètent. Son premier président québécois en 40 ans l'a fait visiter à notre chroniqueuse Marie-Eve Fournier. Au menu de leur conversation : le ketchup japonais, les hamburgers à l'ananas en Australie et les grilled-cheese au micro-ondes.

La Presse, Marie-Eve Fournier, publié le 18 mai 2024



ENQUÊTE SUR LA RÉDUFLATION

La réduflation commence à passer moins inaperçue qu'avant. Après un an de recherche, nous avons pu identifier près de 300 produits qui ont subi une ou plusieurs réductions de format.

Radio-Canada, Daniel Blanchette Pelletier, publié le 25 mars 2024



CULTURE

« JE NE T'OUBLIERAI JAMAIS » : LA CONJOINTE DE JEAN-PIERRE FERLAND LUI REND HOMMAGE

Moins d'une semaine après le décès à 89 ans de Jean-Pierre Ferland, sa conjointe des 16 dernières années, Julie Anne Saumur, lui a rendu un hommage empreint de tendresse sur Facebook, partageant quelques photos de leurs souvenirs communs.

Radio-Canada, Charles Rioux, publié le 3 mai 2024



LES FLEURS DE MACADAM SE SONT FANÉES DANS TOUTE LA FRANCOPHONIE.

L'auteur-compositeur-interprète Jean-Pierre Ferland est décédé à l'âge de 89 ans, laissant derrière lui un vaste héritage musical et des centaines de chansons à fredonner.

Radio-Canada, publié le 28 avril 2024



CENTENAIRE DE LUDMILLA CHIRIAEFF. L'HISTOIRE DE LA GRANDE DAME DE LA DANSE CANADIENNE

L'année 2024 marque le 100^e anniversaire de naissance de Ludmilla Chiriaeff, fondatrice des Grands Ballets Canadiens et de l'École supérieure. Après avoir vécu une vie digne d'un roman, la grande dame de la danse a laissé à la société québécoise un héritage incontournable.

La Presse, Marie Tison, dossier de 2 articles, publié le 12 mars 2024



L'ÉCRIVAIN CANADIENNE ALICE MUNRO, LAURÉATE DU PRIX NOBEL, EST DÉCÉDÉE

Figure majeure de la littérature au Canada, Alice Munro est décédée lundi soir à l'âge de 92 ans dans sa maison à Port Hope, en Ontario. Un porte-parole de sa maison d'édition, Penguin Random House Canada, a confirmé la nouvelle mardi.

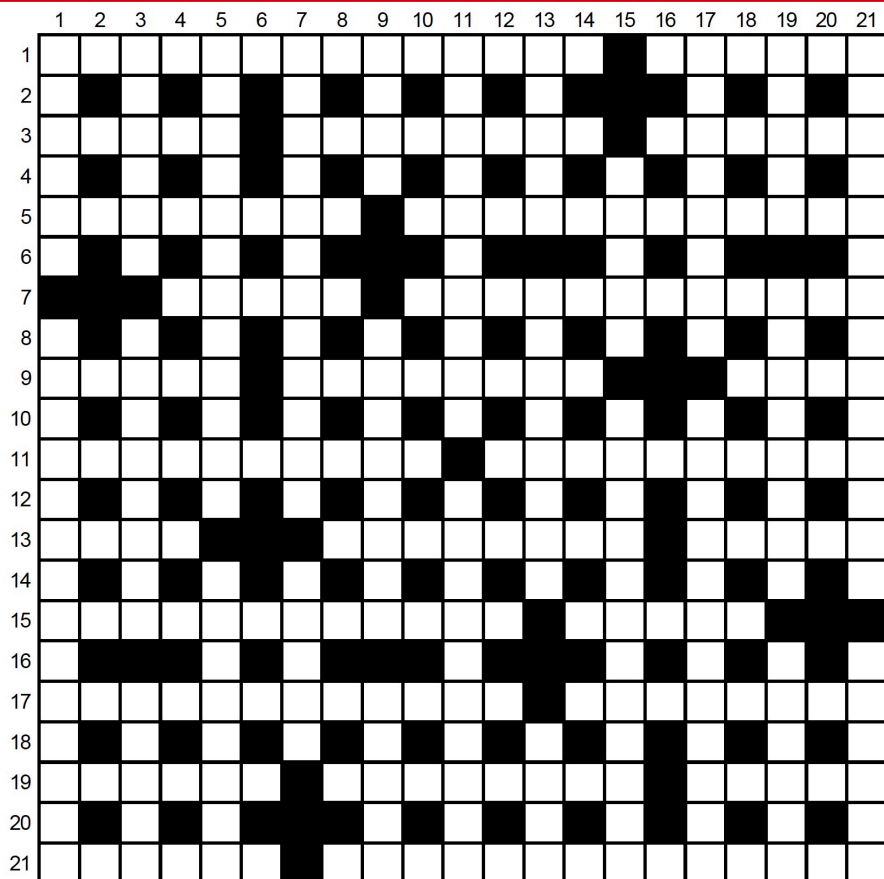
Elle est la seule Canadienne à avoir obtenu le prix Nobel de littérature. C'était en 2013 et l'académie suédoise la décrivait alors comme la souveraine de l'art de la nouvelle contemporaine.

Radio-Canada, publié le 14 mai 2024



MOTS CROISÉS

PAR PIERRE EUBANKS
Membre de l'équipe
de rédaction (APRQ)



HORIZONTALEMENT

1. Faisais subir un changement radical. Échec retentissant.
3. Manifestent leur gaité. Matraquais. Eau-de-vie.
5. Préparation obtenue par distillation de l'alcool sur une substance aromatique. Chien de montagne.
7. Queue d'anguille. Saisie délibérée de données.
9. Navire marchand. Rouscaillais. Petite maison faite de rondins de bois de sapin.
11. Émue. Repris possession d'un lieu.
13. Arbre des terrains humides. Normes pour la fabrication d'un produit. Fruit de la viorne cassinoïde.
15. Maladie dont la cause n'est pas connue. Habitation qu'occupe un squatteur.
17. Propriété d'un élément qui fait partie d'un ensemble. Grande propriété d'Amérique du Sud.
19. Qui n'est pas apte. Mettre à la disposition de. Versant d'une vallée exposé au soleil.
21. Étendre une natte. État d'effervescence.

VERTICALEMENT

1. Unirai. Action de schématiser.
3. Intervalle de trois degrés. Imposai avec autorité. Est agréable.
5. Étude scientifique de l'interaction des phénomènes atmosphériques. Œuvre théâtrale mise en musique.
7. Action d'attacher de nouveau. Qui ne croit pas en l'existence de Dieu.
9. Interjection. Rendis humide. Petit navire de guerre.
11. Caractère soudain de quelque chose. Rendrai résistant.
13. Partie supérieure de l'os iliaque. Construirai. Dans une salle de spectacle, structure à clairevoie suspendue au-dessus de la scène.
15. Bananier des Philippines. Caractère de ce qui est inadéquat.
17. Dont les propriétés physiques sont les mêmes dans toutes les directions. Action d'enlever la calamine déposée sur les parois métalliques.
19. Orthodoxie musulmane. Transmets des connaissances à. Acte stupide.
21. Donnée un caractère occidental à. Piroguier (vx).

Solution en page [13](#)



Le *ProActif*

Éditeur

Association de professionnelles et professionnels retraités du Québec (APRQ)

Publication électronique

Quatre fois par année :
mars, juin, septembre, décembre

Équipe de rédaction

L'équipe de rédaction vise à favoriser un continuum d'information entre le site Web, le bulletin et les infolettres de l'APRQ.

Ses membres sont : Jean-Pierre Beaumont, Pierre Eubanks, Lucile Giguère, Michel Lavergne et Marlène Tremblay.

Coordination au contenu

Jean-Pierre Beaumont

Collaborations

Jean-Pierre Beaumont	Marie-Lyse Julien-Lesco
Denise Boutin	Jacques Pelchat
Pierre Eubanks	Johanne Roy
Huguette Gendreau	Micheline St-Arneault
Lucile Giguère	Marlène Tremblay
Michel Lavergne	

Conception graphique

Marlène Tremblay

Révision linguistique

Jean-Pierre Beaumont

Espace OneDrive

Jean-Pierre Beaumont, Pierre Eubanks, Marlène Tremblay

Diffusion

Jean-Pierre Beaumont

Site Web

Pierre Eubanks

Image de la page couverture

Freepik

Association de professionnelles et professionnels retraités du Québec (APRQ)
7, rue Vallière, Québec (Québec) G1K 6S9

Téléphone : 418 780-5079 ou
1 800 463-5079 (sans frais)
poste 5079

Le ProActif : coordcontenu.leproactif@aprq.ca

Site Web : www.aprq.ca

Courriel : info@aprq.ca

Facebook 

APRQ

Association de professionnelles
et professionnels retraités du Québec