



Association nationale
des retraités fédéraux
National Association
of Federal Retirees

HIVER 2025
PRIX : 4,95 \$

LA VOIX DE RETRAITÉS FÉDÉRAUX

Sage

Petits cadeaux, grandes émotions

Les meilleurs présents sont parfois
les plus inattendus.

PAGE 8

Le Canada importe du plasma : Pourquoi et comment

PAGE 12

Voyager au Canada : Des incontournables dignes d'un détour

PAGE 20

Postes Canada : Retournez les copies non livrées à
Retraités fédéraux, 865 ch. Shefford, Ottawa ON K1J 1H9



Une couverture additionnelle est toujours un atout.

Avec l'avenant Privilège Groupe gratuit, les membres de l'Association nationale des retraités fédéraux ont un accès exclusif à des couvertures d'assurance habitation améliorées et des options supplémentaires.

belairdirect.
assurances auto et habitation

Certaines conditions, exigences d'admissibilité, restrictions et exclusions s'appliquent à toutes les offres. Visitez belairdirect.com pour plus de détails. Les offres peuvent être modifiées sans préavis. Nous offrons les assurances habitation et automobile en Alberta, en Ontario, au Québec, au Nouveau-Brunswick, en Nouvelle-Écosse, à Terre-Neuve-et-Labrador et à l'Île-du-Prince-Édouard, et l'assurance habitation seulement en Colombie-Britannique. © Compagnie d'assurance Belair inc. Tous droits réservés. 2025

ÉDITEUR
Andrew McGillivray

RÉDACTRICE EN CHEF
Jennifer Campbell

GESTIONNAIRE DES PUBLICATIONS
Karen Ruttan

**COORDONNATEUR À LA RÉDACTION ET
À L'ÉDITION**
Alex Charette

COLLABORATEURS
Olga Bindutiye, Charles Enman, Ashley Fraser,
Mick Gzowski, Patrick Imbeau, Adrian Lam,
Jackie Larkin, Jessica Searson, Peter Simpson,
Samuel Tessier, Peter Zimonjic

SERVICES DE TRADUCTION
Annie Bourret, Odette Leclerc,
Sandra Pronovost, Lionel Raymond

INFOGRAPHIE
The Blondes – Branding & Design

IMPRESSION
Dollco Printing

Pour écrire à la rédactrice en chef ou
pour communiquer avec l'Association nationale
des retraités fédéraux :
865, chemin Shefford, Ottawa ON K1J 1H9
sage@retraitesfederaux.ca

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

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

Pour les abonnements ou toute information
à des fins publicitaires dans Sage, composez
le 613-745-2559, poste 300.

Prix au numéro : 4,95 \$
L'abonnement annuel pour les membres est
de 5,40 \$ et est inclus dans l'adhésion à
l'association. L'abonnement annuel pour les
non-membres est de 14,80 \$. Les non-membres
peuvent communiquer avec l'Association
nationale des retraités fédéraux pour s'abonner.

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



REPORTAGES

- 8 Petits cadeaux**
Quatre membres de Retraités fédéraux parlent des petits cadeaux les plus précieux qu'ils ont reçus, et des émotions et souvenirs que ces présents ravivent. **PETER SIMPSON**
- 12 Produits sanguins transfrontaliers**
En plus de certains biens, le Canada dépend également de son voisin américain pour une partie de son approvisionnement en sang, particulièrement le plasma.
MICK GZOWSKI
- 16 « Un rôle d'agente de liaison »**
Stephanie McLean, secrétaire d'État pour les Aînés, fait la liaison avec tous les ministères qui ont une incidence sur les aînés pour représenter leurs intérêts.
JENNIFER CAMPBELL
- 20 Sites emblématiques à ne pas manquer**
Nous visitons chaque province et territoire pour vous présenter un lieu essentiellement canadien et qui mérite de figurer dans vos projets de voyage. **PETER ZIMONJIC**
- 24 Honneur aux vétérans**
Retraités fédéraux a tenu une réception en l'honneur des vétérans, après un atelier consacré à trouver des pistes pour faire avancer les recommandations d'un rapport parlementaire.

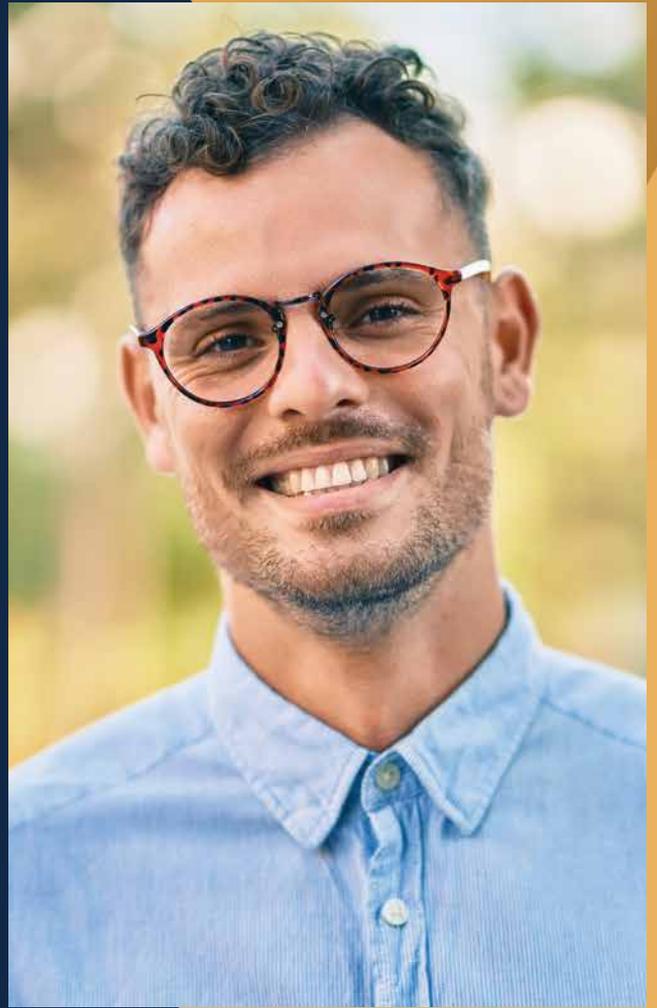
DANS CHAQUE NUMÉRO

- 5 Message de la présidente intérimaire**
- 6 Cher Sage**
- 7 Mise à jour du DG**
- 27 Partenaires privilégiés, assurance**
- 28 Partenaires privilégiés, voyage**
- 30 Défense des intérêts en action**
- 32 Infopensions**
- 33 Bilan santé**
- 34 Le coin des vétérans**
- 35 Profil d'une membre**
- 36 Profil d'une bénévole**
- 37 Possibilités de bénévolat**
- 38 Nouvelles de l'association**
- 40 Tour d'horizon pancanadien**
- 41 Votre section en bref**
- 45 Avis de décès**
- 46 Recrutement et services aux membres**

IRIS

voyez ce que
vous aimez, aimez
ce que vous voyez

Chez IRIS, nous savons que vos yeux sont uniques, et nous nous engageons à vous fournir des soins personnalisés adaptés à vos besoins. En plus d'avoir les lentilles appropriées à votre prescription et à votre style de vie, vous pourrez choisir votre monture parmi une vaste sélection des plus grandes marques et des plus grands créateurs internationaux. Besoin de lunettes de soleil? Nous avons une sélection élégante alliant protection des yeux et style!



LES MEMBRES DE L'ASSOCIATION NATIONALE DES RETRAITÉS FÉDÉRAUX
PROFITENT DE RABAIS DE 150 \$ sur les lunettes
et les lunettes de soleil avec prescription chez IRIS.



Association nationale
des retraités fédéraux
**PARTENAIRE
PRIVILÉGIÉ**



Inscrivez-vous en ligne sur **iris.ca/avantages**
avec le **code d'accès FEDRETIREES** ou
visitez n'importe quelle boutique IRIS avec
votre carte de membre de Retraités fédéraux.

Pour plus d'informations sur IRIS, nos
établissements ou vos avantages IRIS,
visitez **iris.ca** ou contactez-nous à
l'adresse **avantages@iris.ca**



Balayez le code
QR pour plus
d'informations



Notre association est forte

Alors que nous élisons une nouvelle personne à la présidence du conseil d'administration, l'avenir à long terme de l'association s'annonce prometteur pour la défense des intérêts, la gouvernance et le recrutement. **PAR HÉLÈNE NADEAU**

Lorsque vous lirez ces lignes, il s'agira du message de l'ancienne présidente intérimaire de l'Association nationale des retraités fédéraux. En effet, nous avons repris notre assemblée annuelle des membres le 19 novembre, près de deux semaines après l'envoi de ce magazine à l'imprimeur. L'objectif principal de cette réunion était d'élire une nouvelle personne à la présidence du conseil d'administration. J'ai occupé le poste de présidente intérimaire pendant six mois, et j'ai hâte de reprendre mes fonctions de vice-présidente et de travailler aux côtés du nouveau président.

Même si je suis membre de cette association depuis neuf ans, administratrice depuis sept ans, dont trois en tant que vice-présidente, je peux dire honnêtement que, après six mois à titre de présidente intérimaire, j'ai une meilleure appréciation du travail accompli par notre personnel, nos bénévoles et, bien sûr, nos membres, pour soutenir notre travail en tant que conseil d'administration et en tant qu'association qui s'efforce de protéger les pensions et les prestations durement acquises de ses membres, et de promouvoir des politiques favorables au bien-être financier et au vieillissement en santé de nos membres et des retraités canadiens.

Le travail de défense des intérêts que nous réalisons est essentiel. Cet été, nous avons préparé

notre mémoire au gouvernement fédéral en vue du budget fédéral de l'automne 2025. Conformément à nos quatre priorités, nous avons formulé des recommandations pour protéger et améliorer les pensions, promouvoir des résultats équitables pour les vétérans, pallier les lacunes qui touchent les retraités fédéraux et favoriser un vieillissement positif et en santé. Nous poursuivons notre travail sur le Régime de soins de santé de la fonction publique et sur le Régime de services dentaires pour les pensionnés. Nous faisons aussi du lobbying auprès du gouvernement lors de rencontres individuelles. Le directeur général Anthony Pizzino et moi-même avons récemment eu le plaisir de rencontrer Stephanie McLean, la secrétaire d'État aux Aînés, qui a accordé une entrevue à notre rédaction pour ce numéro de Sage. Nous avons discuté avec elle de notre programme d'automne et ultérieur.

À titre informatif pour les membres, sachez que l'examen de notre structure de gouvernance se poursuit. Cette structure a été modifiée en 2014 et doit être modernisée pour permettre à l'association de continuer à croître dans les années à venir. Nous avons amorcé les consultations à l'échelle des districts et je suis convaincue que nous sommes bien préparés pour relever ce défi. En plus de consulter les bénévoles, nous consultons également les membres dans le cadre de cet exercice important.

Après tout, c'est votre association, et il est essentiel que nous soyons organisés de manière optimale pour soutenir nos membres et représenter tous les retraités fédéraux et les Canadiens âgés.

Je dirais aussi que, bien que l'année écoulée ait comporté son lot de défis, elle a aussi été marquée par de nombreuses réussites. Prenons, par exemple, notre travail de recrutement. Au cours des trois dernières années, nous avons réussi à recruter 35 000 nouveaux membres, un succès largement attribuable à nos membres actuels qui réfèrent notre association à leurs amis et anciens collègues, et qui veillent à ce que les recrues potentielles prennent le temps de découvrir les nombreux avantages de l'adhésion.

Nous sommes tous dans le même bateau! Plus nous serons nombreux à nous faire entendre, mieux nous pourrons servir nos membres et défendre leurs intérêts.

Au cours de la prochaine année, je vous invite à vous impliquer dans votre association. Recrutez de nouveaux membres, participez à l'une de nos campagnes de défense des intérêts ou faites du bénévolat pour votre section locale. J'ai hâte de travailler avec plusieurs d'entre vous. ■

Hélène Nadeau a été présidente intérimaire de Retraités fédéraux jusqu'à l'élection du nouveau président le 19 novembre.

Cher Sage

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

Cher Sage,
Dans l'édition de l'automne 2025, Patrick Imbeau défend le Régime de pensions du Canada (RPC) et son absence d'investissement dans les actifs canadiens. Il omet toutefois de discuter d'un enjeu qui figure en tête des préoccupations de tous les scientifiques et organismes environnementaux que je connais : ses investissements dans l'industrie des combustibles fossiles.

Cette industrie est responsable de l'échec croissant du Canada à respecter ses engagements en matière de transition rapide vers l'énergie propre. Elle reçoit d'importantes subventions du gouvernement fédéral, qui fermerait les yeux sur les dommages qu'elle cause.

Nos émissions augmentent au Canada, en grande partie à cause de l'extraction, du transport et de la combustion des

combustibles fossiles. Beaucoup d'entre nous estiment que le RPC ne devrait pas soutenir cette croissance en investissant dans l'industrie pétrolière et gazière.

B. Gail Riddell, Ph. D.

Merci de votre lettre, Gail. Bien que l'article ne mentionne pas directement les investissements pétrogaziers, il aborde et encourage les initiatives en matière d'énergie durable et propre

Cher Sage,
Merci pour l'article « La recherche sur les AVC » du numéro de l'automne 2025. J'ai eu la chance de travailler avec Cathy Allard à Justice Canada, je crois que c'était à l'approche de la création du Nunavut en 1999. Elle faisait bien son travail et il était agréable de collaborer avec elle. Je me souviens avoir été impressionné par son courage et son réalisme au sujet des séquelles de son AVC, et de l'épée de Damoclès génétique qui pesait sur elle.

Cathy, c'est formidable de savoir que tu es toujours là, et j'adore ton livre!

Andy Watt

Cher Sage,
Lors d'une de nos nombreuses retrouvailles, ma vieille amie Lili Heinrich a évoqué et commenté hier l'article de l'automne 2025 intitulé « La force de l'amitié », qui mettait en vedette Carol Grieco et sa meilleure amie, Kathy Manzo, amies depuis 1973.

Lili a suggéré de soumettre notre propre histoire, puisque nous sommes un groupe de 11 amies proches depuis plus de 45 ans. Je suis probablement l'une des « plus récentes », les ayant rencontrées en janvier 1980.

Comme dans l'histoire de Carol et Kathy, nous avons traversé ensemble la naissance de nos enfants, les divorces, les décès de parents, le décès de deux conjoints, entre autres. Et, tout récemment, notre petit monde a été bouleversé par le décès de l'une des nôtres, Rita Crompton, emportée par un cancer du poumon de stade 4. Nous nous sommes toutes mobilisées pour lui apporter tout le soutien possible, et elle nous manquera énormément.

Nous pensions simplement que notre groupe était plutôt unique, en comptant autant de femmes entretenant des liens d'amitié étroits remontant à 52 ans dans certains cas; survivant aux départs vers d'autres ministères fédéraux (nous nous sommes toutes rencontrées au Centre canadien des eaux intérieures); aux congés parentaux; à la retraite anticipée forcée en raison de la sclérose en plaques; à la retraite tout court, et même à l'émigration de l'une d'entre nous aux États-Unis au milieu des années 1980. Toutefois, elle revient passer chacun de ses anniversaires de naissance ici avec nous.

Et maintenant, nous pleurons l'une des nôtres — une toute nouvelle bataille qui commence. C'est pourquoi nous avons décidé de vous envoyer notre petite histoire et une photo.

Diana Fox



À partir de la gauche : Sue Greenhalgh, Lili Heinrich, Rita Crompton, Janice Field, Robin Young, Joan Leatherdale, Nancy Dale-Campbell, Anne White, la rédactrice de la lettre Diana Fox et Marlene Ross. Absente : Julie Jagoe. (M^{me} Greenhalgh est la sœur de Mme Crompton, en visite depuis l'Angleterre). À l'avant, Caryl Fawcett, le jour de son 80^e anniversaire.



Continuez à nous envoyer des lettres et des courriels.

Adresse postale : Association nationale des retraités fédéraux, 865, chemin Shefford, Ottawa (Ontario) K1J 1H9

Adresse électronique : sage@retraitesfederaux.ca



Une année déterminante

L'année a été marquée par une élection fédérale, deux élections provinciales et de nombreux travaux importants réalisés par notre personnel, nos bénévoles et nos membres. **PAR ANTHONY PIZZINO**

Chers membres de la communauté de Retraités fédéraux, l'année a été déterminante pour notre association, et pour les aînés de tout le Canada. Les tensions et divisions politiques, la hausse du coût de la vie et les difficultés croissantes d'accès à des soins de santé de qualité exercent des pressions sans précédent sur la santé et la sécurité de la retraite de nos membres et des aînés partout au pays.

Jamais la mission de l'Association nationale des retraités fédéraux n'a été aussi claire : la défense des intérêts est au cœur de tout ce que nous faisons. Nous sommes un porte-parole national, résolu à soutenir la qualité de vie de nos membres et à veiller à ce que tous les Canadiens puissent vieillir dans la dignité, la sécurité et avec des choix.

Notre vision est ambitieuse : un avenir plus juste et plus prometteur pour la retraite au Canada. Pour y parvenir, nous concentrons nos efforts sur cinq priorités : la sécurité du revenu de retraite; le vieillissement positif et en santé; des soins de santé fiables; le bien-être des vétérans; et l'équité pour les retraités fédéraux. Nous atteindrons ces objectifs grâce à la mise en œuvre de notre plan stratégique 2025-2028.

Nous avons réalisé de véritables progrès cette année. Lors de campagnes nationales et provinciales, y compris lors des élections fédérale, et provinciales en Ontario et à Terre-Neuve-et-Labrador, nous avons demandé que les gouvernements défendent les droits de nos membres et des aînés canadiens. Nous avons présenté un mémoire prébudgétaire fédéral avec

des recommandations tournées vers l'avenir et mené une campagne estivale demandant au nouveau gouvernement fédéral de ne pas laisser les aînés canadiens de côté.

Mais la défense des intérêts ne se limite pas aux campagnes; il faut y travailler et s'y investir tous les jours. En établissant des relations avec les députés et les décideurs, une conversation à la fois, nos priorités de défense des intérêts avancent. C'est pourquoi j'ai privilégié les rencontres avec des députés clés. À l'occasion de la Journée nationale des aînés, la présidente intérimaire du conseil d'administration national, Hélène Nadeau, et moi-même avons rencontré la secrétaire d'État aux Aînés, Stephanie McLean. Nous avons discuté de l'importance de renforcer la sécurité du revenu de retraite, d'améliorer les soins de longue durée et de mettre en place les conditions financières permettant aux Canadiens de vieillir en toute sécurité et avec sérénité dans les communautés qu'ils considèrent comme leur chez-soi.

Nous renforçons également notre influence, à l'aide de recherches et de données probantes. Des études novatrices comme *Le pouvoir des pensions* et *l'Étude canadienne sur le bien-être des retraités solos* nous fournissent les données et les perspectives nécessaires pour mener des discussions nationales sur la sécurité de la retraite et le bien-être.

À l'interne, l'association prend des mesures importantes pour assurer son avenir. L'examen complet et continu de

notre structure de gouvernance et de son efficacité contribuera à garantir que l'association répond aux besoins de tous ses membres et demeure forte, résiliente et durable pour les décennies à venir. Notre évolution vise à mieux répondre aux besoins de tous les membres et notre nouveau site Web modernisé, dont le lancement est prévu en 2026, l'illustrera.

L'association continue de gagner en visibilité et en crédibilité, rayonnant avec des initiatives comme l'événement « Les vétérans passent à l'action » en octobre, notre présence à des événements de la fonction publique, comme le Sommet sur le leadership de l'APEX, ainsi qu'une couverture médiatique dans le *National Post*, le *Toronto Star*, *National Newswatch* et sur les ondes de CTV et de Radio-Canada.

Nous sommes également fiers d'avoir soutenu nos membres durant la transition de l'assurance voyage MEDOC de Johnson vers belairdirect.

En tournant notre regard vers l'avenir et en repensant à l'année écoulée, ma conviction demeure : notre force réside dans l'unité. Chaque membre, chaque bénévole et chaque contribution de notre personnel compte. Ensemble, nous faisons entendre haut et fort notre engagement pour une retraite digne, sereine et épanouissante.

Merci d'être à nos côtés, de croire en notre mission et de contribuer à la force vive de notre association. ■

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



Trésors intemporels

Des membres de Retraités fédéraux se remémorent des petits cadeaux les plus touchants qu'ils ont reçus et des souvenirs qu'ils ravivent. **PAR PETER SIMPSON**

Margaret Dickenson, autrice de livres de cuisine et animatrice télé, est assise à côté de la petite pierre qu'elle a ramassée à Juno Beach, sur la côte ouest de la France, en 2017. Cette pierre l'aide à se souvenir des nombreux Canadiens qui ont combattu pour la paix, surtout aujourd'hui, alors que celle-ci semble s'effriter. Photo : Ashley Fraser

Les « petits cadeaux » abondent dans la culture populaire, du dramatique (comme « Bouton de rose », nom du traîneau d'enfance lancé à son dernier souffle par le personnage principal du film *Citoyen Kane*) au touchant (le nouveau journal intime que M. Darcy offre à la fin du film *Le Journal de Bridget Jones*).

Nous avons demandé à des membres de Retraités fédéraux de nous faire part de leurs propres « petits cadeaux » qu'ils ont reçus et qui, avec le temps, ont eu un effet démesuré se manifestant par du bonheur, de la joie, de l'amour, de la sagesse, de la gratitude ou un autre sentiment. Au final, nous avons retenu de petits objets physiques faisant office de talismans pour leurs destinataires. Voici quatre histoires, où les bénéficiaires s'expriment dans leurs propres mots, revues pour la longueur et la clarté.

La précieuse pierre de Margaret Dickenson

Margaret Dickenson a accompagné son mari lors de ses huit affectations d'une carrière diplomatique de 28 ans. Elle vit à Ottawa.

« C'était en 2017, environ six mois avant que [mon mari] Larry ne décède. Nous avons planifié ce voyage pour notre 50^e anniversaire de mariage, sans imaginer que Larry allait nous quitter.

« Nous avons organisé un voyage dans les capitales du nord de l'Europe, ainsi qu'une tournée des cimetières militaires et des monuments de la Belgique et de la France. Ce fut une visite très émotive et profondément appréciée, la meilleure partie du voyage pour l'aspect humain. Avec une histoire dont il faut se souvenir.

« Nous avons commencé à Ypres, en Belgique, à la Porte de Menin, où sont gravés les 55 000 noms de soldats britanniques [et du Commonwealth] tués ou portés disparus pendant la [Première Guerre mondiale]. C'était le soir, lors de la Sonnerie aux morts, une cérémonie si longue que, en fait, on a apporté une chaise pour que Larry puisse s'asseoir. Il était très émouvant d'entendre parler de tant de soldats du Commonwealth morts.



Margaret Dickenson tient une photo d'elle et de son mari, Larry, ainsi que la pierre qu'il lui avait suggéré de ramasser à Juno Beach. Photo : Jackie Larkin

« Le lendemain, nous sommes allés à Essex Farm, où un centre médical temporaire avait été aménagé. C'est là que John McCrae a écrit son célèbre poème *Au champ d'honneur*. L'émotion ne cessait de monter. Nous sommes allés visiter la crête de Vimy, un monument au courage des troupes canadiennes, puis à Passchendaele et à Dieppe [où 3367 soldats alliés furent blessés et 916 Canadiens périrent.]

« Notre dernière étape fut Juno Beach, et c'est là que mon histoire prend tout son sens. Le 6 juin 1944 — le jour J —, c'était l'une des cinq plages du débarquement des Alliés venus libérer la France des Allemands. Nos guides ont décrit combien de soldats ont été abattus dans l'eau, c'était déchirant.

« Nous faisons partie d'un groupe, et beaucoup ne voulaient pas descendre sur la plage, car il pleuvait et faisait mauvais temps. Larry et moi y sommes allés, avec quelques autres personnes. On nous a vite appelés, car l'autobus allait partir, alors nous avons remonté la berge en vitesse et Larry a dit : « Je dois retourner chercher un caillou. Tellement de Canadiens sont passés par ici, ils

se sont battus pour nous. » J'ai couru, j'ai ramassé cette petite pierre et je l'ai glissée dans ma poche.

« À notre retour, je l'ai posée sur la table de la salle à manger. Elle ressemble à un canard. Elle n'a jamais bougé du centre de la table, mais personne ne la remarque à moins que je ne raconte l'histoire.

« Chaque fois que je la regarde, elle me rend heureuse de savoir que le monde s'est battu si fort pour la paix. C'est particulièrement émouvant aujourd'hui, car nous luttons encore pour la paix. C'est un symbole de notre combat pour la paix. »

La boîte d'amour d'Anne Bisson

Anne Bisson est retraitée de Service correctionnel Canada et vit à Kingston, en Ontario.

« J'ai trois enfants. Mon aîné m'a offert cette petite boîte quand il était en maternelle. Elle est scellée et on peut y lire ceci dessus :

C'est un cadeau très spécial que tu ne peux jamais voir.

La raison pour laquelle il est si spécial, c'est qu'il vient de moi. Si jamais tu te sens triste, il te suffit de tenir ce cadeau et de savoir que je pense à toi.

Tu ne peux jamais le déballer. Laisse le ruban attaché.

Tiens simplement la boîte contre ton cœur. Elle est remplie d'amour.

« Quelques années plus tard, mon plus jeune était triste de ne rien avoir à m'offrir pour Noël, alors il a fabriqué une autre boîte. Il me l'a apportée tout heureux en disant : "Tiens, maman, c'est pour toi." Je l'ai ouverte, et elle était vide. J'ai dit : "Oh, c'est charmant, dis-moi tout." Il a répondu : "C'est une boîte pleine d'amour, maman." »



« Bien des années plus tard, mon petit-fils m'a offert une autre boîte pleine d'amour et, chaque année, [mon fils et mon petit-fils] viennent y mettre leurs visages et y verser plein d'amour pour qu'elle reste remplie.

« C'est merveilleux. Que peut-on demander de mieux que de l'amour pour Noël? »

La merveilleuse montre de Dorma Grant

Dorma Grant est retraitée de Service correctionnel Canada et vit à Fredericton.

« Je me souviens de mes 12 ans, quand je voulais une montre pour Noël. Maman n'a rien promis. Elle a emballé un petit cadeau et l'a posé sur le rebord de la fenêtre près du sapin, en disant que c'était pour moi. Étant impulsive, je l'ai soigneusement déballé et j'ai trouvé un médaillon, qui était en fait pour ma sœur. J'étais horrifiée. Je ne voulais pas de médaillon. Je voulais une montre. Bien sûr, je ne pouvais rien dire, alors j'ai passé le reste de l'avant-Noël dans une profonde déception.

« Le matin de Noël, j'ai reçu une magnifique montre du magasin qu'on appelle aujourd'hui Peoples Jewellers.

Les fils aîné et cadet d'Anne Bisson lui ont tous deux offert des boîtes « vides » à Noël. Ces boîtes contiennent leur amour et ils les remplissent chaque année. Aujourd'hui, un petit-fils fait de même. Photo : Jackie Larkin

C'était une montre d'adulte, dorée avec un bracelet extensible étroit. Un petit autocollant au dos indiquait 19,95 \$. C'était beaucoup d'argent en 1961, et ma mère pensait que j'étais assez grande pour prendre soin de la montre.

« Je l'ai portée tout le temps jusqu'à mon entrée à l'école de soins infirmiers, où j'avais besoin d'une montre avec une trotteuse. Je l'ai gardée pour les grandes occasions. Je l'ai eue jusqu'à mes 30 ans environ.

Un jour, en faisant la lessive, elle est apparue dans la laveuse. Mon fils l'avait prise après avoir cassé sa propre montre. Ce fut la fin de ma belle montre.

« Je n'ai jamais oublié la fierté que j'ai ressentie, alors que j'étais en sixième année, et la confiance que ma mère m'avait accordée pour en prendre soin. »

Les tartelettes au beurre de Lucy Van Oldenbarneveld

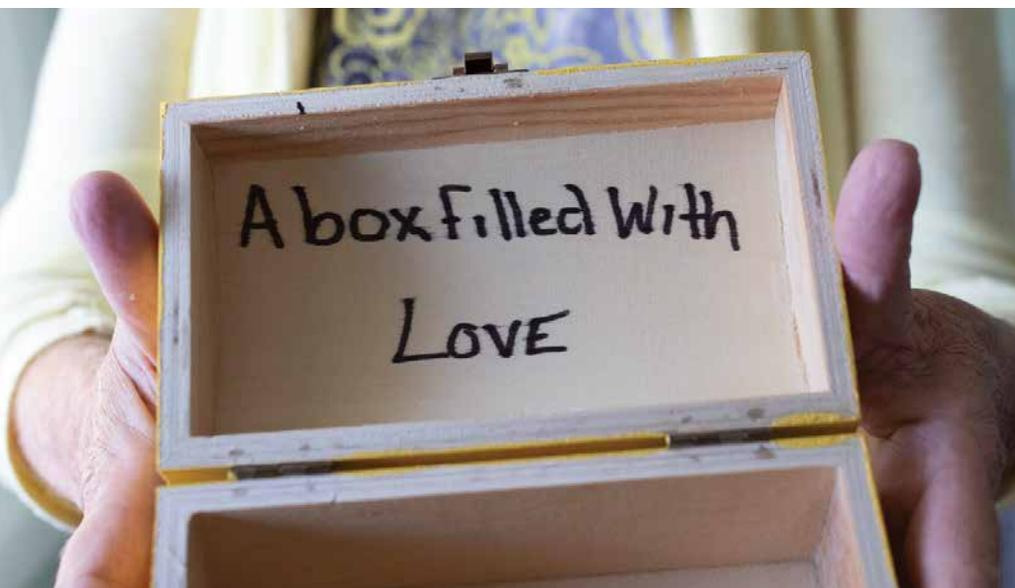
Lucy Van Oldenbarneveld est retraitée de CBC et consultante en communications à Ottawa.

« L'un de mes grands amis à l'école secondaire était David Smith. Nous sommes allés ensemble au bal de fin d'année et nous sommes restés en contact de temps à autre pendant les 20 ou 30 années suivantes, mais sans lien très étroit.

« J'adorais aller chez David après l'école, car sa mère préparait les meilleures tartelettes au beurre que j'aie jamais goûtées. J'en raffolais. Il savait que c'était mon péché mignon. Mais au fil des années, évidemment, nous ne parlions plus vraiment de tartelettes au beurre.

« Quand j'ai suivi une chimiothérapie il y a dix ans, David a demandé la recette à sa mère et a appris à les faire. C'était la première fois qu'il les préparait lui-même. Il a trouvé un ami qui faisait le trajet de Toronto à Ottawa et les lui a confiées pour qu'il les dépose sur mon perron. Penser à ces douze tartelettes au beurre m'émeut encore profondément. » ■

Établi à Ottawa, **Peter Simpson** est originaire de l'Île-du-Prince-Édouard, qui est un petit cadeau pour le Canada.



Programme privilège de Rogers
pour les membres de Retraités fédéraux



Association nationale
des retraités fédéraux
**PARTENAIRE
PRIVILÉGIÉ**

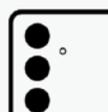
Abonnez-vous ou passez à un téléphone 5G



Obtenez le Samsung Galaxy A15 5G



Écran
6,5 po



Appareil photo
de 50 Mpx



Recharge
ultra rapide

5G

Couverture
de 5G

avec **les appels et textos illimités partout au Canada**

pour seulement

31,25 \$/mois

20 \$/mois

OU

avec **les appels et textos illimités partout au Canada et 50 Go de données**

pour seulement

60,00 \$/mois

40 \$/mois

(après le crédit sur facture, taxes en sus) pendant 24 mois avec des paiements automatiques et rabais du programme lors du financement d'un appareil. Plein prix de l'appareil : 316 \$. Des frais de configuration s'appliquent à toutes les mises à niveau.

Gardez le contact, grâce aux forfaits sans-fil 5G+ exclusifs de Rogers

Parlez à votre **gestionnaire de compte dédié** de Red Wireless, et profitez d'un service sans-fil **simple** et **abordable**, sans frais d'activation et avec une **garantie de satisfaction de 30 jours**.



1-888-271-6793



redwireless.ca/retraites-federaux

red wireless

Ce programme est offert par Red Wireless, votre concessionnaire Rogers exclusif. L'offre peut être modifiée sans préavis. L'offre s'adresse uniquement aux nouveaux clients du service mobile de Rogers. Taxes en sus. Programme privilège de Rogers. Les offres ne sont pas disponibles en magasin. Une vérification de l'adhésion est nécessaire. Rogers se réserve en tout temps le droit d'exiger une preuve d'adhésion de chaque membre. Pour les forfaits et offres admissibles aux clients actuels de Rogers, des frais uniques pour l'inscription au Programme privilège de Rogers peuvent s'appliquer. Les clients actuels qui ont un forfait courant de Rogers pour compte Grand public dont l'abonnement à durée déterminée arrive à échéance dans 6 mois ou moins et qui passent au forfait ci-dessus ne sont pas admissibles au rabais. Cette offre ne peut être jumelée à d'autres rabais et/ou offres promotionnelles à l'intention du grand public offerts par Rogers. Le forfait et l'appareil figureront séparément sur votre facture. © 2025 Rogers Communications.

ROGERS Concessionnaire autorisé

Le commerce transfrontalier des produits sanguins

En plus de dépendre du marché américain pour ses biens, le Canada dépend également de son voisin du Sud pour son approvisionnement en sang. **PAR MICK GZOWSKI**

Le président des É.-U. Donald Trump peut-il menacer notre approvisionnement en sang? La réponse courte à cette question sensationnelle est oui, mais ne vous inquiétez pas.

Alors que le Canada assure lui-même ses besoins en sang total et en plaquettes grâce aux dons volontaires de la population canadienne, les produits sanguins fabriqués à partir de plasma sont, pour leur part, produits et achetés aux États-Unis. Le gouvernement canadien n'imposerait jamais de tarifs sur ce produit vital américain, et les

États-Unis n'ont aucun intérêt à nuire à leur propre industrie en limitant une exportation qui sauve des vies. Le Canada ne vend rien aux Américains; il se contente d'acheter ces produits.

Deux organismes assurent la gestion de l'approvisionnement en sang du Canada : Héma-Québec, qui opère seulement dans cette province, et la Société canadienne du sang, qui dessert le reste du pays. Ces deux organismes fournissent aux hôpitaux des produits sanguins, le sang total, le plasma et les plaquettes, qu'ils recueillent auprès de volontaires non rémunérés. Le sang

total et les plaquettes, une fois testés et typés, peuvent être directement transfusés à d'autres Canadiens dans le besoin. Le plasma, ce liquide de couleur ambrée pâle qui constitue environ 55 % du volume sanguin, est transformé en produits comme les immunoglobulines, l'albumine et les facteurs de coagulation. Ces produits sauvent la vie de personnes atteintes d'une immunodéficience, d'hémophilie, de polyradiculonévrite chronique (PC), du syndrome de Guillain-Barré, d'un déficit en alpha-1 antitrypsine, ainsi que de celles dont le système immunitaire est affaibli par une



Les Canadiens donnent du plasma, mais cela ne suffit pas à répondre aux besoins du pays. Cela oblige le Canada à importer des produits plasmatiques des États-Unis, où les donateurs sont rémunérés.

maladie, un traitement contre le cancer ou d'autres interventions médicales, sans oublier les grands brûlés et bien d'autres personnes.

« Assurer l'approvisionnement du Canada en plasma pour la production d'immunoglobulines est une priorité importante du système sanguin depuis plusieurs années, » déclare Graham D. Sher, chef de la direction de la Société canadienne du sang. « À l'échelle mondiale, de nombreux pays augmentent leurs niveaux d'autosuffisance en réponse à des contraintes d'approvisionnement alarmantes. Au Canada, les gouvernements fédéral, provinciaux et territoriaux soutiennent la Société canadienne du sang dans son objectif d'atteindre un niveau d'autosuffisance nationale en immunoglobulines d'environ 25 % [en construisant] un total de 11 centres de dons de plasma spécialisés au cours des prochaines années. Même si nous progressons dans la bonne direction, un écart important demeure pour atteindre le seuil minimal de 50 % d'autosuffisance nationale nécessaire afin de garantir l'approvisionnement pour les patients dont la vie dépend des immunoglobulines. »

Santé Canada établit les règles de l'industrie et confie à Grifols, le chef de file mondial des immunoglobulines, le mandat de recueillir du plasma au Canada et de fournir au système les immunoglobulines prêtes à l'emploi. Grifols exploite 16 centres de collecte au Canada et est autorisé à rémunérer ses donneurs, mais on ne peut utiliser le plasma recueilli ici que pour des produits sanguins destinés aux Canadiens. Pour répondre au reste des besoins du Canada en immunoglobulines, Grifols utilise du plasma qui provient des États-Unis. Le Canada expédie aux usines Grifols américaines les matières premières nécessaires à la fabrication, puis Grifols revend au Canada les immunoglobulines produites. Les États-Unis sont le seul pays qui peut vendre du plasma, principalement en raison d'une longue tradition de dons rémunérés.



Pierre Beaudry a fait sept dons de plasma depuis juillet 2025. En raison d'une maladie cardiaque, il ne peut pas donner de sang, mais peut donner du plasma. Photo : Samuel Tessier

Rencontrez nos super donneurs

Les retraités fédéraux sont d'excellents donneurs de sang. Nous en avons rencontré trois, ainsi que le plus grand donneur en Amérique du Nord, qui est aussi Canadien.

Pour paraphraser John F. Kennedy : ne demandez pas ce que votre système de santé peut faire pour vous, demandez-vous plutôt ce que vous pouvez faire pour votre système de santé. La réponse : donnez du sang et profitez d'une collation ou d'un jus gratuit tout en sauvant des vies. Pour vous donner l'exemple, Sage a interviewé quatre généreux Canadiens qui le font régulièrement.

La Société canadienne du sang (SCS) gère 36 centres de collecte permanents et plus de 14 000 collectes de sang chaque année à l'extérieur du Québec. Héma-Québec compte 12 centres de collecte permanents et organise des milliers de collectes dans les centres commerciaux et les lieux publics. Les sites Web de ces deux organismes répertorient les emplacements où les Canadiens peuvent donner du sang total, des plaquettes ou du plasma.

Diane Boudreault, membre de Retraités fédéraux et administratrice au conseil d'administration de la Section Outaouais, a commencé à donner du sang lors de collectes mobiles organisées sur son lieu de travail.

« Cela me faisait du bien de savoir que quelqu'un, et peut-être moi ou mes proches un jour, puisse bénéficier de ce don de vie, » a-t-elle écrit à Sage. « D'autant plus que cette action était pour moi sans douleur et n'avait aucune répercussion sur ma santé. »

Depuis qu'elle est à la retraite, M^{me} Boudreault est devenue une donneuse régulière et en est maintenant à 41 dons. Ce qui la ramène? Le personnel des centres, qu'elle décrit comme génial, accueillant, bienveillant et reconnaissant.

Pierre Beaudry dit avoir fait sept dons de plasma depuis juillet dernier.



De gauche à droite, Diane Boudreault, Ona West et Jean Bernier donnent tous leur sang pour sauver la vie de Canadiens. Photos fournies à titre gracieux

« Plus jeune, j'étais un donneur de sang régulier, » écrit M. Beaudry qui est membre de la Section de Québec. « Puis, un diagnostic de maladie cardiaque m'a forcé à interrompre ce geste qui me tenait à cœur. Je pensais que ce chapitre était clos... jusqu'au jour où j'ai découvert que je pouvais encore donner du plasma. Cette nouvelle a ravivé mon désir de contribuer. »

M. Beaudry explique qu'il est sur le point de devenir grand-père pour la cinquième fois et que, chaque fois qu'il retrouve sa manche, il pense à ses petits-enfants. Il est également très fier d'avoir contribué à la conclusion d'une entente entre la Section de Québec et Héma-Québec.

Membre de l'association et résidente d'Halifax, Ona West estime avoir fait

82 dons et vise le cap des 100 si elle le peut. C'est à l'âge de 12 ans qu'un certificat de don de sang accroché au mur de la chambre de son cousin plus âgé l'a inspirée. Elle a commencé à donner dans les années 1970 et n'a cessé que lorsque sa propre santé ne le lui permettait plus, mais elle a recommencé à le faire. Il fut un temps où la SCS exigeait une rémission de cinq ans après un cancer pour accepter à nouveau un don. Elle a ainsi perdu cinq années.

« Les règles ont encore changé et, maintenant, c'est un an après le traitement. J'aurais donc pu donner pendant quatre autres années. »

Jean Bernier, 72 ans, est peut-être le plus grand donneur de sang de tous les temps — du moins en Amérique du Nord. Il a fait 1 706 dons. Ancien

professeur de lutte contre les incendies au cégep et aujourd'hui pompier volontaire, il a été honoré par sa ville, Shannon, au Québec, en octobre 2025. Il a commencé à donner du sang peu après la crise d'Octobre de 1970 au Québec, dès qu'il a eu 18 ans. Au fil des ans, son rôle de pompier l'a souvent mis en contact avec de nombreuses personnes qui avaient désespérément besoin de sang.

« Apparemment, quand on donne du sang, on peut sauver jusqu'à trois ou quatre personnes », dit M. Bernier. « Je n'ai pas fait le calcul, mais j'ai songé au principe. Wow! »

« Mon seul conseil, c'est de commencer par un bon repas », ajoute M. Bernier. « Il faut une certaine quantité de fer. »

— Mick Gzowski

André Gagnon, conseiller en relations avec les médias pour Santé Canada et l'Agence de la santé publique du Canada, a écrit en réponse à une question concernant la sécurité des dons rémunérés que : « Les données actuelles ne montrent aucune différence relativement à la sécurité entre le plasma

recueilli auprès de donneurs rémunérés et celui recueilli auprès de donneurs volontaires. La réglementation relative à la rémunération des donneurs de plasma relève du mandat des provinces et des territoires; il leur revient de décider si, et comment, le plasma est collecté sur leur territoire. »

La Société canadienne du sang compte neuf centres de dons de plasma au pays et Héma-Québec ouvrira son treizième centre en février.

Durant la pandémie, une pénurie mondiale d'immunoglobulines a poussé plusieurs pays à sécuriser leur approvisionnement.

Même si nous progressons dans la bonne direction, un écart important demeure pour atteindre le seuil minimal de 50 % d'autosuffisance nationale nécessaire afin de garantir l'approvisionnement pour les patients dont la vie dépend des immunoglobulines.

« L'utilisation du plasma continue d'augmenter au Canada, car de plus en plus de personnes reçoivent un diagnostic l'exigeant et ont accès aux soins nécessaires pour bien vivre », explique Jennifer van Gennip, directrice générale du Réseau des associations vouées aux troubles sanguins rares, soulignant l'effet positif des nouvelles thérapies dérivées du plasma sur la santé des gens. « Les patients qui dépendent du plasma vivent désormais plus longtemps et en meilleure santé, alors que des communautés entières de patients ne s'attendaient pas, auparavant, à survivre au-delà de l'enfance. »

« Il peut falloir jusqu'à 1200 dons individuels de plasma pour traiter une seule personne atteinte d'hémophilie pendant un an », ajoute-t-elle.

Patrice Lavoie, directeur des relations publiques et du rayonnement chez Héma-Québec, explique que la province atteint actuellement 35 % d'autosuffisance en plasma et vise 42 % d'ici 2027. Il précise que la majorité du plasma québécois est envoyée en Europe pour y être fractionnée.

« À peine 3 % de la population québécoise donne un produit sanguin d'un type ou l'autre », souligne M. Lavoie. « Nous pouvons augmenter ce chiffre, car 3 %, c'est vraiment très, très bas.

Au Québec, un patient hospitalisé a besoin d'une transfusion sanguine toutes les 80 secondes, enchaîne-t-il.

« Toute personne âgée de plus de 18 ans qui est en bonne santé peut être évaluée par une infirmière pour donner du sang. »

La Société canadienne du sang indique que le taux national de don est de 4 %.

Jennifer van Gennip souligne que le Programme fédéral de contributions pour la sûreté du sang, qui soutient ce réseau du sang depuis la publication du rapport de la Commission Krever en 1997 (à la suite du scandale du sang contaminé), doit prendre fin le 31 mars 2026.

« Il existe de vives inquiétudes quant à l'impact que cela pourrait avoir sur la capacité du Canada à maintenir le robuste système de sécurité du sang imaginé par Krever, dit-elle. Des discussions sont en cours avec le gouvernement fédéral afin d'examiner les solutions possibles. » ■

Mick Gzowski est un rédacteur et cinéaste établi à Aylmer, au Québec.

L'avantage du groupe RSG – Immobilier et déménagement

Avec plus de 60 ans d'expérience combinée en immobilier et en coordination de déménagement, notre équipe offre un soutien personnalisé et fiable pour simplifier chaque étape de votre transition. Que vous réduisiez la grandeur de votre logement, vous rapprochiez de votre famille ou aidiez un proche à déménager, le groupe RSG vous assure une expérience organisée, fluide et agréable.

À quoi s'attendre du groupe RSG

1. Services immobiliers : vous aider à trouver un courtier local de confiance

Trouver le bon courtier immobilier, que ce soit pour vendre ou acheter, peut faire la différence. Le service de courtage interne autorisé du groupe RSG vous met en contact avec les meilleurs courtiers pour le quartier recherché au Canada. Chaque courtier est sélectionné en fonction de la satisfaction de la clientèle, de sa connaissance du marché local et de ses résultats. Nous faisons simplement en sorte qu'il vous soit facile de trouver une personne de confiance.

Avantage exclusif : remise en argent pour les biens immobiliers

Lorsque le groupe RSG coordonne votre transaction immobilière, vous êtes admissible à une remise en argent sur une partie de la commission, souvent de plusieurs centaines ou milliers de dollars.

Exemple : la vente d'une maison de 700 000 \$ pourrait vous rapporter jusqu'à 2 170 \$.

2. Services de déménagement : Un déménagement coordonné et sans stress

Le groupe RSG peut coordonner complètement votre déménagement, du premier devis à la destination finale. Vous bénéficiez d'un seul point de contact pour tous les aspects de votre déménagement, comme pour des services complets de relocalisation d'entreprise.

Nous gérons tous les détails afin que vous puissiez vivre votre transition en toute confiance. Vos avantages :

- Prix garantis (10 % et moins, lorsque possible)
- Une qualité de service optimale à un prix compétitif
- Meilleurs chauffeurs (taux de satisfaction de 4,7 +)
- Représentant dédié à la résolution de réclamations pour protéger vos intérêts
- Vérification complète après le déménagement, avant le paiement final pour assurer l'exactitude de la facture.

Le groupe RSG offre un soutien personnalisé et professionnel, du début à la fin.

Bénéficiez de vos avantages aujourd'hui, sans frais ni obligation.

1-866-865-5504

info@relocationservicesgroup.com

relocationservicesgroup.com/federalreirees



Le groupe de relogement RSG
PROFESSIONNEL. PERSONNEL. IMMOBILIER ET DÉMÉNAGEMENT.



Association nationale
des retraités fédéraux
**PARTENAIRE
PRIVILÉGIÉ**

« Un rôle d'agente de liaison »

Stephanie McLean, secrétaire d'État pour les Aînés, affirme que son rôle consiste à interagir avec tous les ministères qui ont une incidence sur les aînés, pour veiller à ce que leurs intérêts soient représentés. **PAR JENNIFER CAMPBELL**



La secrétaire d'État aux Aînés, Stephanie McLean, prévoit s'attaquer à la fraude et aux escroqueries contre les aînés. Elle promet également de défendre les régimes de retraite fédéraux à prestations déterminées et de promouvoir des régimes semblables partout au pays. Photo : Adrian Lam

Lorsque Stephanie McLean était députée à l'Assemblée législative de l'Alberta, elle a marqué l'histoire en devenant la première députée de la province à accoucher pendant son mandat. À l'époque, elle occupait le poste de ministre de la Condition féminine, et sa grossesse a

entraîné des changements aux règles de congé de maternité pour les députés provinciaux.

« Cela a [aussi] profondément transformé le fonctionnement de l'Assemblée législative d'alors et [encore] aujourd'hui », mentionne M^{me} McLean, qui siégeait alors au sein du gouvernement

néo-démocrate de Rachel Notley et était âgée de 38 ans.

Le fait d'avoir contribué à ce genre de changement influence la façon dont M^{me} McLean espère aborder son poste actuel de secrétaire d'État aux Aînés du gouvernement fédéral libéral. Elle dit qu'elle doit servir d'agente de liaison,

veillant à ce que les autres décisions et ministères tiennent compte des priorités et des perspectives des aînés.

« Cela nécessite donc beaucoup de conversations avec mes collègues, tant de manière formelle qu'informelle, sur la façon dont certaines décisions peuvent toucher les aînés, mais aussi de défendre ce qu'on me dit être leurs principales préoccupations », explique M^{me} McLean.

En ce qui concerne les régimes de retraite sur lesquels les Canadiens comptent, la ministre affirme croire profondément aux régimes à prestations déterminées.

« Les régimes de retraite à prestations déterminées sont extrêmement importants », déclare M^{me} McLean. « Malheureusement, ils sont de moins en moins accessibles. Le secteur privé s'en est largement éloigné. Les régimes de retraite à prestations déterminées

programmes auxquels ce gouvernement est extrêmement attaché et qu'il souhaite voir prospérer. Ils sont des piliers centraux pour garantir que les Canadiens puissent vieillir dans la dignité. »

Comme si elle citait l'étude du Centre canadien de politiques alternatives, appuyée par Retraités fédéraux, intitulée *Le pouvoir des pensions*, M^{me} McLean rapporte que l'on sait que les fonds de pension réinjectent de l'argent dans l'économie locale, contribuant ainsi à la prospérité financière du pays.

Une voix pour les aînés

Au cours de l'été 2025, M^{me} McLean et son équipe ont visité les deux villes ayant le plus grand nombre d'aînés par habitant au pays : Parksville et Sidney, en Colombie-Britannique. Elles ont rencontré diverses organisations d'aînés

en Alberta, puis entre ses mandats provinciaux et fédéraux. Elle souhaite s'assurer que la situation financière que les aînés ont bâtie tout au long de leur vie demeure protégée.

« Je m'intéresse également à la santé des femmes et des aînées », ajoute-t-elle. « Nous savons que la santé des femmes est un domaine que la communauté médicale commence à peine à explorer. »

Politiques importantes

M^{me} McLean est une nouvelle députée élue en avril 2025, lors de l'élection du premier ministre Mark Carney. Interrogée sur l'absence de mention des aînés dans le discours du Trône du premier ministre Carney, elle a tenu à donner un peu de contexte.

« Dans l'ensemble, les Canadiens sont surtout préoccupés par l'avenir économique du pays et le contexte économique mondial, en particulier en observant ce qui se passe au Sud, aux États-Unis. Je pense que tous les groupes d'âge portent une grande attention à ces enjeux. Il y a aussi une tradition voulant que les discours du Trône reflètent différents intérêts démographiques.

« Le fait d'avoir un bureau dédié aux aînés indique aux Canadiens qu'ils sont bel et bien une priorité pour le gouvernement et qu'ils s'inscrivent dans une vision d'ensemble. C'est malheureux, mais c'est la réalité du monde d'aujourd'hui. »

Concernant l'assurance-médicaments, elle précise que le gouvernement fédéral a « conclu quelques ententes avec des provinces » et qu'il veillera à ce que ces engagements soient respectés.

Elle s'empresse de souligner, cependant, qu'il est évident que certaines provinces souhaitent un plus grand champ de compétence en la matière.

« Nous travaillons donc avec les provinces pour nous assurer que l'assurance-médicaments demeure une priorité pour elles et en ce qui concerne la part du gouvernement fédéral, nous sommes résolus à respecter les ententes conclues. »

Ce sont des programmes auxquels ce gouvernement est extrêmement attaché et qu'il souhaite voir prospérer. Ils sont des piliers centraux pour garantir que les Canadiens puissent vieillir dans la dignité. »

méritent d'être salués et considérés comme la référence absolue, et j'encourage vivement les organisations à trouver des moyens d'en accroître l'accès pour les Canadiens. »

Elle souligne qu'il est essentiel que le gouvernement se concentre sur la stabilité économique future du pays, car les investissements et les rendements des régimes de retraite sont liés au contexte économique mondial. Elle promet de veiller à ce que la Sécurité de la vieillesse (SV) et le Régime de pensions du Canada (RPC) soient maintenus.

« La SV, le RPC et le SRG [Supplément de revenu garanti] constituent des éléments essentiels de l'identité canadienne. De plus, la SV est le plus important programme qui fait office de filet de sécurité sociale au pays. Ce sont des

dans ces deux localités et ont souvent entendu parler du besoin de formation sur les technologies pour ceux-ci.

« Beaucoup de gens à qui j'ai parlé avaient été ciblés dans le cadre d'arnaques visant les grands-parents », raconte-t-elle. « Heureusement, aucun d'entre eux n'en avait été victime, mais plusieurs connaissaient des personnes qui l'ont été. »

Après l'entrevue accordée à Sage, le gouvernement libéral a annoncé son intention de créer une nouvelle stratégie antifraude et une agence des crimes financiers pour enquêter sur des crimes comme la fraude en ligne, les arnaques et le blanchiment d'argent.

M^{me} McLean possède de l'expérience en protection du consommateur. Elle a pratiqué le droit avant d'être élue



La secrétaire d'État aux Aînés, Stephanie McLean (première rangée, deuxième à partir de la droite), a regardé ces femmes danser en ligne à la Sage Seniors Association à Edmonton. Elle les a rencontrées par la suite.

Problèmes fédéraux-provinciaux

Interrogée sur ce qu'elle peut faire face au grand nombre de Canadiens, particulièrement des aînés, qui n'ont pas de médecin de famille, M^{me} McLean a évoqué la question des compétences territoriales.

« Nous effectuons les transferts en matière de santé vers les provinces, et

ce sont ensuite les provinces qui sont responsables de s'assurer que l'argent est utilisé là où il est le plus utile dans chacune d'elles », affirme-t-elle. « Et, comme le Canada est un pays immense, la situation peut varier énormément d'une province à l'autre. Je crois que, sur le plan fédéral, notre marge d'action réside surtout dans la sélection ciblée de l'immigration et dans la capacité à faire du Canada un pays attrayant pour

les médecins [formés à l'étranger], pour qu'ils puissent y exercer et s'y épanouir. »

Elle donne la Colombie-Britannique en exemple, laquelle travaille à simplifier la reconnaissance des titres de compétence étrangers pour les médecins et les infirmières, et qui cible des professionnels américains pour pourvoir les postes. Toutefois, le gouvernement de l'Ontario a récemment annoncé qu'il limiterait les demandes de première ronde aux postes de résidence pour les diplômés en médecine internationaux à ceux qui ont fait au moins deux années d'études secondaires en Ontario avant d'étudier à l'étranger. Les étudiants qui n'ont pas fréquenté une école secondaire de l'Ontario doivent maintenant attendre la deuxième ronde pour postuler à des postes, s'il en reste de disponibles.

M^{me} McLean souligne également que certaines municipalités se mobilisent par rapport à cette question.

« J'ai mes propres opinions en tant que citoyenne, mais les leviers

Profitez de l'avantage offert par HearingLife

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

- **Dépistages auditifs gratuits*** – aucune référence médicale nécessaire.
- **Rabais de 150 \$** sur la trousse d'entretien pour appareils auditifs avec l'achat d'un appareil auditif et de 225 \$ avec l'achat de deux appareils auditifs ou 300 \$ sur une trousse d'entretien rechargeable.
- **10 % de rabais** sur tous les accessoires et réparations.

Pour prendre rendez-vous, appelez au **1-877-879-6647** ou inscrivez-vous à **legroupeforget.com** Mention code: **MAG-BFNT-NAFR**

*Un dépistage est offert gratuitement aux adultes de 18 ans et plus. Les résultats vous seront transmis verbalement. Des frais supplémentaires s'appliquent pour obtenir un examen audiologique complet. L'offre expire le 31/12/2025. Détails disponibles en clinique. Certaines conditions s'appliquent.

HearingLife

Partenaire de confiance de



25 % DE RABAIS sur les piles et 25 % DE RABAIS à l'achat de la carte Privilège Groupe Forget (lors du renouvellement)

Dorlotez vos oreilles

Pour trouver les emplacements de HearingLife en Ontario, y compris Ottawa, consultez HearingLifeAdvantage.ca/NAFR-FR

du gouvernement fédéral sont certainement plus limités que ceux des provinces », mentionne-t-elle. « Les provinces ressentent la pression, et je suis heureuse de constater qu'il y a de l'innovation dans différentes administrations. Le rôle que je peux jouer consiste à encourager cette innovation et à mettre en valeur les réussites. »

Retraités fédéraux réclame depuis longtemps des normes nationales pour les soins de longue durée et, depuis que le gouvernement fédéral a publié des normes en matière de soins de longue durée au début de 2023, nous demandons qu'elles soient rendues obligatoires et applicables, avec des mécanismes de reddition de comptes liés au financement.

« Encore une fois, la mise en œuvre relève de la compétence provinciale », rappelle M^{me} McLean.

Elle ajoute que le ministère fédéral de la Santé collabore avec les provinces pour déterminer comment améliorer les normes en matière de soins de longue durée.

« Nous avons certainement accueilli favorablement les recommandations. Et le financement est le principal élément sur lequel nous pouvons de nouveau avoir une incidence dans le cadre de notre champ de compétence », explique-t-elle. « À ma connaissance, nous investissons près de 200 milliards \$ sur 10 ans, dont 5,4 milliards \$ sont destinés à des ententes bilatérales avec les provinces. »

À propos d'une stratégie nationale pour les proches aidants, elle précise que « le gouvernement du Canada s'engage à aider les Canadiens ainsi que les proches aidants et les fournisseurs de soins qui les soutiennent », tout en ajoutant que, même si bon nombre des programmes relèvent des provinces et des territoires, son gouvernement offre « une gamme de mesures de soutien pour l'économie des soins et pour les proches aidants, notamment le Transfert canadien en matière de santé, les ententes bilatérales sur le vieillissement dans la dignité, l'apprentissage et la garde des jeunes enfants avec les provinces et

les territoires, ainsi que les prestations d'assurance-emploi pour congé parental et de maternité et les crédits pour les aidants naturels. »

La secrétaire d'État n'a pas pris d'engagement quant à l'élaboration d'une stratégie nationale pour les aînés et a indiqué qu'il n'est pas prévu, en ce moment, de modifier le Régime de services dentaires pour les pensionnés. Concernant les progrès du gouvernement pour corriger le système de paye Phénix, qui continue d'affecter des membres de Retraités fédéraux, elle a redirigé les questions vers Services publics et Approvisionnement Canada. Quant à la *Loi sur les soins de longue durée sécuritaires*, qui faisait partie de l'accord de soutien et de confiance des libéraux de Trudeau avec le NPD, elle a renvoyé les questions à Santé Canada. Aucun de ces ministères n'a répondu avant notre date de parution. ■

Née au Nouveau-Brunswick et établie à Ottawa, **Jennifer Campbell** est la rédactrice en chef de Sage.

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

- Auteur inconnu

Joignez-vous à
**NOTRE ÉQUIPE
DE BÉNÉVOLES!**

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



Association nationale des retraités fédéraux National Association of Federal Retirees

Bénévole Volunteer

POSSIBILITÉS

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



1



2



3

Des sites insolites

Nous faisons escale dans chaque province et territoire pour vous proposer une attraction imbattable. **PAR PETER ZIMONJIC**

Quiconque planifie un voyage au Canada, ou même dans une seule province, aura probablement une idée des endroits à visiter. En Ontario, cette liste pourrait inclure des lieux emblématiques, comme la Colline du Parlement à Ottawa, la Tour du CN à Toronto ou les chutes du Niagara. Au Québec, on penserait au Château Frontenac; à Terre-Neuve-et-Labrador, à Signal Hill; et, en Colombie-Britannique, peut-être à Whistler. Mais le pays recèle des trésors moins connus, de véritables bijoux cachés qui, perchés sur leurs collines respectives, incarnent le Canada. Voici un aperçu de quelques arrêts méconnus qui en valent le détour lors de tout périple au Canada.

1. Aux Territoires du Nord-Ouest Le panneau de l'océan Arctique

Peu importe l'âge, voyager aux Territoires du Nord-Ouest (T. N.-O.) représente une aventure. Certains s'y rendent pour escalader des montagnes ou descendre des rapides, mais vous pouvez aussi conduire un véhicule chaud et douillet le long de la route Inuvik-Tuk, la première à atteindre l'océan Arctique en Amérique du Nord. En chemin, vous découvrirez des panoramas spectaculaires de la nature canadienne et là, au zénith du monde, vous pourrez même vous baigner et prendre une photo à côté du panneau de l'océan Arctique à Tuktoyaktuk, aux T. N.-O.

Accessibilité : La route menant au panneau est praticable toute l'année, par tous les temps. Une fois sur place, le terrain est plat.

2. Au Yukon Le Musée Jack London

Même si de nombreux Canadiens n'ont jamais mis les pieds au Yukon, quiconque a lu un roman de Jack London — comme *L'Appel de la forêt* ou *Croc-Blanc* — ne peut s'empêcher de communier avec le cœur vibrant de ce lieu imaginaire. À Dawson, le Musée Jack London et sa cabine permettent aux visiteurs

d'explorer les aventures de l'auteur avant, pendant et après la ruée vers l'or du Klondike. London a vécu sur le bras nord du ruisseau Henderson durant l'hiver 1897, et les vestiges de sa cabane ont servi à construire une réplique de son lieu de vie. Quiconque met le cap sur le Yukon entre inévitablement dans les pages vivantes de Jack London.

Accessibilité : Ouvert de mai à septembre, le musée est accessible en fauteuil roulant.



3. Au Nunavut Iqaluit

Les personnes assez intrépides pour prendre l'avion jusqu'à Iqaluit ne devraient pas se limiter à une seule activité dans cette ville canadienne remarquable. Si vous aimez les sensations fortes, faites une excursion en motoneige, essayez le traîneau à chiens ou tentez de construire un iglou. Pour une expérience plus tranquille, visitez les boutiques locales qui vendent des œuvres d'art et des vêtements autochtones, qui deviendront des souvenirs uniques à rapporter dans le sud.

Accessibilité : En raison du climat glacial, les déplacements en fauteuil roulant peuvent être difficiles dans cette ville, mais un règlement adopté l'an dernier oblige les compagnies de taxi à disposer d'au moins un véhicule conforme aux normes d'accessibilité.

4. À Terre-Neuve-et-Labrador L'Anse aux Meadows et la caravelle de Jean Cabot à Bonavista

Terre-Neuve-et-Labrador se distingue comme un lieu où l'on peut s'immerger dans l'histoire de la découverte européenne de l'Amérique du Nord, depuis l'époque des Vikings jusqu'à l'ère des grandes explorations. À l'extrémité de la péninsule Great Northern se trouvent les vestiges de la première preuve connue d'un établissement viking au Canada : le site de L'Anse aux

Meadows. Ce site du patrimoine mondial de l'UNESCO reconnaît un ancien village vieux de plus de 1000 ans. En explorant les ruines, les visiteurs peuvent écouter des interprètes costumés raconter des récits vikings et examiner des artefacts originaux.

Plus au sud sur la côte ouest se trouve Bonavista où, en 1497, l'explorateur vénitien Giovanni Caboto — alias Jean Cabot — fut le premier Européen de l'ère des grandes découvertes à poser le pied en Amérique du Nord. On attribue à l'expédition de Cabot l'introduction de l'anglais sur le territoire canadien. Les visiteurs peuvent découvrir une réplique grandeur nature de sa caravelle, la *Matthew*, visiter la cale pour comprendre le quotidien des marins et entendre des récits de la vie en mer.

Accessibilité : Le centre d'accueil et les toilettes de L'Anse aux Meadows sont accessibles en fauteuil roulant. Un fauteuil tout-terrain est disponible sur demande. La réplique de la *Matthew* est abritée dans un bâtiment et accessible par un petit escalier.

5. En Nouvelle-Écosse La maison peinte de Maud Lewis

Véritable emblème de sa province qu'elle n'a jamais quittée, l'artiste canadienne Maud Lewis est née, a vécu et est décédée en Nouvelle-Écosse. Elle a commencé sa carrière enfant, en bricolant des cartes de Noël que sa mère vendait.

Plus tard, elle a vécu avec son mari Everett à Marshalltown, dans le comté



de Digby, où elle les faisait vivre en vendant ses tableaux uniques.

Leur maison n'avait ni plomberie ni électricité mais, au fil des années, elle en a peint l'intérieur et l'extérieur, la transformant en une œuvre d'art incontournable pour les gens qui voyagent dans cette province pittoresque. La maison a été entièrement restaurée en 1996 et est exposée en permanence au musée des beaux-arts de la Nouvelle-Écosse, à Halifax.

Accessibilité : Le musée est accessible en fauteuil roulant, avec des ascenseurs dans les deux bâtiments.

6. Au Nouveau-Brunswick Parc provincial des rochers Hopewell

Le Canada fourmille de merveilles naturelles, et les marées gigantesques de la baie de Fundy, qui ont sculpté



le cap Hopewell, sont un spectacle à ne pas manquer pour les voyageurs au Nouveau-Brunswick. Le billet d'entrée est valide pendant deux jours, permettant aux visiteurs d'observer les marées hautes et basses qui font de ce parc un site emblématique du Canada. Si vous pouvez marcher, descendre sur la plage pour explorer le fond marin et sa vingtaine de monolithes dressés dans le sable à marée basse vous vaudra une expérience mémorable. Il y a aussi un escalier de 99 marches menant à une plateforme d'observation, ainsi qu'une rampe qui descend jusqu'au niveau de la mer.

Accessibilité : À la plage nord, une rampe avec des bancs permet aux personnes en fauteuil roulant d'atteindre le niveau de la mer, mais il est déconseillé de rouler sur le sable.

Accessibilité : Le centre est accessible en fauteuil roulant.

8. En Ontario Le Diefenbunker

Pour ceux qui ont ressenti les redoutables craintes qui planaient sur la société canadienne pendant la guerre froide, une visite au Diefenbunker, à Carp, en Ontario, s'impose. En 1959, le premier ministre John Diefenbaker a commandé la construction de ce bunker pour abriter 535 responsables gouvernementaux et militaires pendant 30 jours en cas d'attaque nucléaire. Mis en service en 1962, il a été conçu pour résister à l'impact d'une bombe nucléaire de cinq mégatonnes à une distance de 1,8 kilomètre. Les visiteurs peuvent voir la suite du premier ministre, la salle du cabinet de guerre, le centre médical et le coffre de la Banque du Canada.

Accessibilité : Des améliorations ont été apportées pour rendre le bunker plus accessible, mais des obstacles et les risques de chute peuvent compliquer l'accès à certaines zones.

9. Au Québec Baie-Saint-Paul

À environ une heure à l'ouest de Québec, la région de Charlevoix borde le fleuve Saint-Laurent et abrite Baie-Saint-Paul, qui vaut le détour. Les visiteurs peuvent se promener sur le rivage, faire une



7. À l'Île-du-Prince-Édouard (Î.-P.-É.) Centre Stompin' Tom

Les passionnés de culture canadienne voudront visiter le Centre Stompin' Tom, situé à l'extrémité la plus occidentale du circuit côtier North Cape de l'Î.-P.-É. Tom Connors est né à Saint-Jean, au Nouveau-Brunswick, mais a grandi à Skinner's Pond, à l'Î.-P.-É., après avoir été adopté par une famille de l'île. Chaque jour de 13 h à 14 h, des concerts gratuits sont offerts aux visiteurs venus admirer ses guitares et autres souvenirs.



Photo 8 : Diefenbunker — Musée canadien de la Guerre froide



10

excursion d'observation des baleines ou prendre le traversier vers l'Isle-aux-Coudres. La rue étroite et sinueuse qui traverse la ville, de l'église vers le nord, est flanquée de galeries d'art, de restaurants et de cafés qui permettent aux visiteurs de ressentir la vitalité de ce centre artistique sans trop marcher.

10. Au Manitoba
Le centre du pays

Si vous avez déjà pris un autoportrait au panneau de l'océan Arctique à Tuktoyaktuk, aux T. N.-O., pourquoi ne pas le compléter avec une photo au centre géographique du Canada? Situé dans la municipalité rurale de Taché, à environ 40 kilomètres à l'est de Winnipeg, ce lieu est considéré comme le centre est-ouest du pays, et un panneau l'atteste.

11. En Saskatchewan
Le lac Little Manitou (la mer Morte du Canada)

Parmi les quelque 100000 lacs de la province de la Saskatchewan, le lac Little Manitou, situé à environ 116 kilomètres au sud-est de Saskatoon, se distingue par son eau fortement salée et sa réputation de pouvoir guérir et réenergiser les baigneurs, grâce à ses eaux minérales et sa boue riche qu'on applique sur la peau. La concentration de sel dans le lac est environ cinq fois supérieure à celle de l'océan et environ



11



12

la moitié moindre que celle de la mer Morte, ce qui signifie qu'il abrite très peu de vie aquatique. Une baignade dans ses eaux permet de flotter sans effort sous le vaste ciel de la Saskatchewan.

12. En Alberta
Le champ de glace Columbia

L'Alberta abrite deux des parcs nationaux les plus visités du Canada, le parc national Banff et le parc national Jasper. Pour vivre un peu d'aventure sans avoir à gravir une montagne, la passerelle du champ de glace Columbia, dans le parc national Jasper, pourrait être l'option idéale. Perchée à 300 mètres au-dessus du sol de la vallée suspendue glaciaire Sunwapta, cette passerelle incurvée au plancher de verre offre une vue dégagée sur les montagnes enneigées. Les visiteurs peuvent également s'aventurer sur le glacier à bord d'un Ice Explorer, nom d'un véhicule tout-terrain massif.

Accessibilité : La passerelle de verre convient aux fauteuils roulants. Deux des véhicules Ice Explorer sont également équipés de plateformes élévatrices pour fauteuils roulants, permettant aux visiteurs d'accéder au glacier.



13

13. En Colombie-Britannique
Haida Gwaii

Haida Gwaii est un archipel situé au large de la côte nord du Pacifique, en Colombie-Britannique. On y accède par avion, bateau ou traversier. Cet archipel, riche en faune et en flore uniques, est le territoire du peuple autochtone des Haïdas. Pour découvrir leur culture singulière, il faut visiter le centre patrimonial haïda à Kay 'Llnagaay, qui s'étend sur 24 234 acres. Le centre a été construit pour ressembler au village côtier traditionnel haïda, autrefois établi à cet emplacement. On peut y voir des maisons longues, des canots décorés et des mâts totémiques qui témoignent de l'histoire culturelle de l'archipel.

Accessibilité : Le centre patrimonial haïda est sur un terrain plat et accessible en fauteuil roulant, mais certains emplacements extérieurs comportent un terrain irrégulier. ■

Peter Zimonjic est reporter pour *CBC News*.

Photo 11 : Little Manitou Art Gallery Photo 13 : Sam Beebe

Hommage aux femmes vétéranes

Un atelier, coorganisé par Maya Eichler, Karen Breeck et Retraités fédéraux dans le cadre du projet Plus jamais invisibles, a réuni 30 vétéranes des Forces armées canadiennes (FAC) et anciennes de la Gendarmerie royale canadienne (GRC) de partout au pays. Le but était d'écouter ces femmes, pour déterminer comment mettre en œuvre les 42 recommandations de l'étude du Comité permanent des anciens combattants (ACVA). Par la suite, les sympathisants ont rejoint les vétéranes lors d'une réception parrainée par Retraités fédéraux.



1. De gauche à droite : Jessica Searson, directrice intérimaire de la défense des intérêts de l'Association nationale des retraités fédéraux, en compagnie de Karen Breeck et Maya Eichler, toutes deux chercheuses rattachées au projet officiellement intitulé « Plus jamais invisibles. Les vétéranes canadiennes mettent pleinement en œuvre les recommandations du rapport de l'ACVA ». 2. De gauche à droite : Dan Napier, membre du conseil d'administration de l'Association nationale des retraités fédéraux, Edward Matwawana, directeur général de la Fondation Michaëlle Jean, et l'ancienne gouverneure générale Michaëlle Jean. 3. L'ancienne députée Rachel Blaney, en discussion avec Mario Baril, ombudsman du ministère de la Défense nationale et des FAC. 4. Les vétéranes et leurs sympathisants, dont des sénateurs, des animateurs et des chercheurs, qui ont assisté à la réception après l'atelier. Photos : Dave Chan



5. Anthony Pizzino, DG de Retraités fédéraux, et la ministre des Anciens Combattants, Jill McKnight. 6. Plusieurs rangers ont participé à la réception. De gauche à droite : Therese Dollie Simon, Janet Qirngnuq, Susan Qaunat, l'adjudante Sonia Lizotte et Ella Archie. 7. De gauche à droite, Alex Heber, psychiatre en chef pour Anciens Combattants Canada, Sharon Squire, membre du conseil d'administration de Retraités fédéraux et ancienne ombud adjointe des vétérans, ainsi que Nishika Jardine, ombud des vétérans du Canada. 8. De gauche à droite : Anthony Pizzino, DG de Retraités fédéraux, avec les sénatrices Beverley Busson et Rebecca Patterson. 9. Les participantes à l'atelier Gina Bélanger, à gauche, et Ruth Roy, lors de la réception. 10. Des vétéranes et une militaire en service faisant part de leurs expériences pendant la réception. 11. Le député Charles Sousa, président du Comité permanent de la défense nationale, en conversation avec des vétéranes canadiennes. Photos : Dave Chan

Un petit
cadeau avec un
**GRAND
IMPACT.**



Offrez une adhésion et soutenez un avenir plus prometteur pour le vieillissement au Canada.

Vous pouvez désormais offrir une adhésion annuelle de Retraités fédéraux en cadeau à vos connaissances et à vos proches admissibles* (même s'ils ne sont pas à la retraite).

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

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

* Qui doivent recevoir ou cotiser à une pension fédérale.



Association nationale
des retraités fédéraux

National Association
of Federal Retirees

L'assurance voyage est indispensable!

Voyager coûte cher. C'est pourquoi le léger supplément que représente l'assurance voyage est judicieux pour protéger votre investissement initial.

Il y a peu de choses plus excitantes que de planifier un voyage. Que ce soit choisir la destination, réserver l'hébergement et établir l'itinéraire définitif des endroits à visiter absolument. L'aventure vous attend au détour, mais les imprévus aussi. Découvrez pourquoi l'assurance voyage est l'une des décisions les plus judicieuses que vous puissiez prendre avant de partir, pour votre protection financière et votre tranquillité d'esprit!

- **Protégez l'argent investi dans votre voyage** : Les voyages peuvent être coûteux et les annulations de dernière minute dues à des imprévus comme la maladie, le mauvais temps ou une catastrophe naturelle dans votre pays de destination peuvent vous laisser sans le sou. Comme une assurance voyage peut vous aider à couvrir les frais non remboursables, vous n'avez donc pas ainsi à vous inquiéter de perdre de l'argent en cas de changement de plans.
- **Couverture en cas d'urgence médicale** : Malheureusement, les accidents et les maladies ne prennent pas de vacances et peuvent survenir au moment où l'on s'y attend le moins. Si vous avez besoin de soins médicaux pendant votre voyage, les coûts des soins de santé peuvent être exorbitants à l'étranger. L'assurance voyage peut vous aider à obtenir les soins appropriés dont vous avez besoin, sans le fardeau financier que cela peut représenter.
- **Bagages perdus ou retardés** : Même si vous avez passé des heures à perfectionner l'art de faire vos bagages, la perte, le vol ou un retard

de bagages peut survenir et mettre des bâtons dans les roues de votre aventure. L'assurance voyage peut couvrir les frais de remplacement des articles perdus ou volés.

Si vos bagages sont retardés, votre couverture d'assurance voyage peut couvrir l'achat des produits de soins personnels et des vêtements pour pouvoir poursuivre votre voyage sans stress inutile.

- **Annulations et retards de vols** : Le début de votre voyage peut venir avec son lot d'imprévus, comme le mauvais temps, les changements d'horaire et les problèmes mécaniques, qui peuvent entraîner des retards inattendus, voire des annulations. Avec une bonne assurance voyage, vous pouvez vous faire rembourser les frais supplémentaires comme les coûts liés à l'hébergement, aux repas et au transport.
- **Service d'assistance en cas d'urgence** : Où que vous soyez dans le monde, promenez-vous l'esprit tranquille en sachant que vous pouvez obtenir de l'aide en tout temps. C'est pourquoi de nombreuses assurances voyage comprennent des services d'assistance 24 heures sur 24, 7 jours sur 7. Ces services peuvent vous aider à coordonner la facturation directe (lorsque cela est possible), à échanger des messages avec votre famille ou à vous mettre en relation avec un interprète en langue étrangère en cas d'urgence médicale, ou encore à communiquer avec un avocat local ou l'ambassade canadienne la plus proche.

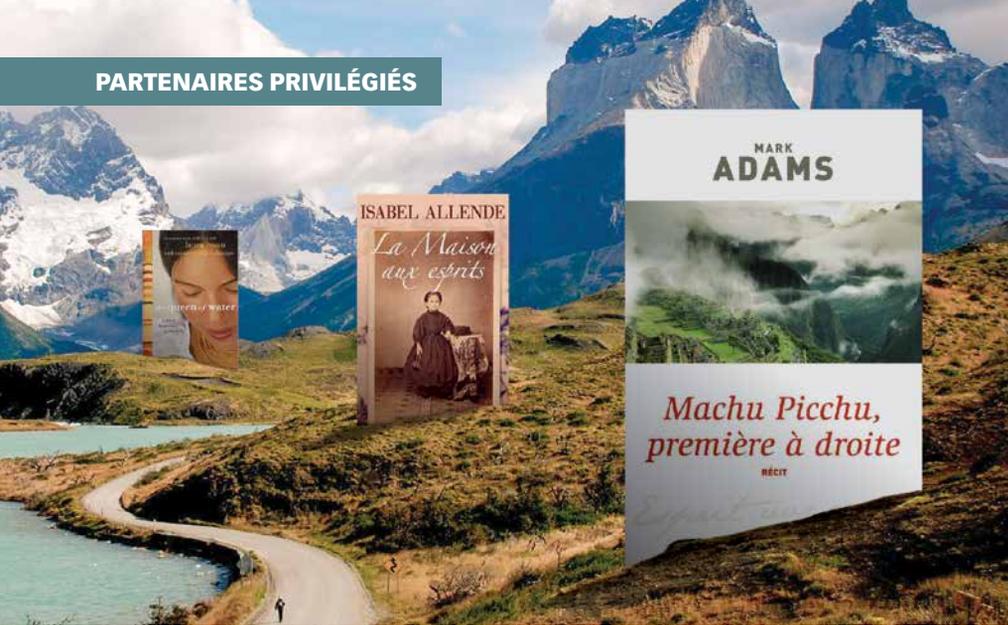
Conseils pour choisir la bonne assurance

Comme toute police d'assurance, l'assurance voyage n'est pas une solution unique pour tous. Que vous voyagiez seul, en famille ou avec des amis, une protection adéquate est essentielle.

Voici quatre conseils pour vous aider à déterminer ce dont vous avez besoin pour que vous puissiez vous replonger dans l'effervescence des préparatifs de votre voyage.

1. **Prenez en considération votre itinéraire de voyage** — Tenez compte de la destination et de la durée de votre voyage. Par exemple, une protection complémentaire peut être nécessaire pour un séjour plus long à l'étranger.
2. **Passez en revue votre couverture médicale** — Assurez-vous toujours que votre police d'assurance comprend une couverture adéquate des frais médicaux pour vos besoins et de ceux des membres de votre famille. C'est tout particulièrement important pour les voyages à l'étranger.
3. **Examinez les protections supplémentaires** — Assurez-vous que votre police d'assurance vous protège contre les annulations et les interruptions de voyage, ainsi que les retards.
Comme nous l'avons déjà mentionné, vous ne voulez pas vous retrouver sans le sou simplement parce que vous n'avez pas pris le temps d'effectuer vos recherches avant de partir.
4. **Lisez les petits caractères** — Assurez-vous de bien comprendre les exclusions et les limitations de votre police d'assurance voyage, afin d'éviter les surprises lorsque vous soumettez votre réclamation.

La Compagnie d'assurance Belair inc. et l'Agence belairdirect inc. sont des sociétés de propriété commune. © Compagnie d'assurance Belair inc., 2025. Tous droits réservés.



Le parc national Torres del Paine, dans la région de la Patagonie au Chili, est connu pour ses montagnes majestueuses. À l'avant-plan figurent les couvertures de certains livres dont la lecture est recommandée dans cet article, avant de partir en Amérique centrale et du Sud.

Passeport littéraire pour l'Amérique centrale et du Sud

Les livres sont une merveilleuse façon de se préparer à un voyage ou de s'immerger dans une culture pendant qu'on la découvre.

Souvent, les voyages les plus mémorables ne se contentent pas de panoramas et de monuments. Ils nous marquent dans les récits qu'on dévore en chemin. Les livres peuvent ouvrir une fenêtre sur l'âme d'un lieu, évoquant des strates d'histoire, de culture et d'imaginaire qu'aucun guide touristique ne saurait capturer. En Amérique centrale et du Sud, la littérature s'est longtemps entrelacée à l'identité, à la politique et au mythe, produisant des œuvres qui incarnent autant leur cadre qu'elles le transcendent. Considérez ce guide soigneusement sélectionné pour découvrir une région à travers ses récits les plus captivants, comme votre passeport littéraire.

Le Pérou, entre ruines et réalités

Le Pérou attire depuis toujours les

voyageurs en quête de vestiges de civilisations anciennes, mais sa littérature révèle des dimensions qui surpassent les ruines de pierre. L'ouvrage *Machu Picchu, première à droite* de Mark Adams aborde le pays avec autant de curiosité que d'humour, portant un regard grandiose et absurde sur ce qu'il fait découvrir. Esquissant un portrait plus sombre, *Lituma dans les Andes* de Mario Vargas Llosa résout une enquête criminelle dans une atmosphère de troubles politiques et de superstition. Faisant appel au suspense et au symbolisme, le roman révèle la tension entre mythe et modernité dans un pays aux montagnes à la fois belles et oppressantes.

Le Chili, un pays en vers et en sagas

La poésie de Pablo Neruda fait palpiter le Chili. Son opus *Vingt poèmes d'amour et*

une chanson désespérée saisit l'intensité de la jeunesse, tandis que ses odes au quotidien transforment les oignons (oui, l'humble légume!), les vagues de la mer et même les chaussettes en reflets de la nation et de la nature. Peu de poètes ont su distiller l'essence d'un pays avec autant de force.

Par ailleurs, *La Maison aux esprits* d'Isabel Allende demeure une pierre angulaire de la fiction latino-américaine contemporaine. Dans une trame narrative multigénérationnelle, le roman combine réalisme magique et histoire politique, incarnant les cycles d'espoir, de transformation et de renouveau du Chili. Ses pages transmettent non seulement une saga familiale, mais également le pouls tumultueux d'une nation.

La Patagonie, aux confins du monde

En raison de son éloignement et de sa beauté sauvage, la Patagonie captive l'imaginaire depuis longtemps. *En Patagonie* de Bruce Chatwin propose une mosaïque de rencontres, de légendes et de paysages qui, ensemble, dressent le portrait d'un lieu aussi insaisissable que vaste. Dans *Patagonie Express*, Paul Theroux présente la région comme l'aboutissement d'un voyage en train débutant haut dans le nord. Conjuguant des observations mordantes et une prose acérée, il décline la Patagonie non seulement comme une géographie, mais aussi une métaphore, en une destination qui incarne l'isolement et la découverte

Satire et survie en Équateur

En Équateur, la fiction bascule entre la satire et le profondément personnel. Dans *Galápagos*, Kurt Vonnegut fait des îles du pays le décor improbable d'une méditation surréaliste sur l'évolution, l'humanité et la folie. D'un humour noir, ce roman dérangeant transforme l'archipel en creuset de réflexion sur la condition humaine.

À l'opposé, *The Queen of Water* [La reine de l'eau] de Laura Resau et María

Virginia Farinango, raconte une histoire profondément ancrée dans le réel. Basé sur des faits vécus, le récit suit une jeune fille autochtone au parcours marqué par l'exploitation, la résilience et la quête de soi dans les Andes. Il offre aux lecteurs une fenêtre sur des réalités rarement visibles de l'extérieur, un témoignage sur l'endurance et l'identité.

Le Costa Rica, des jungles de rêve aux républiques bananières

Les paysages luxuriants du Costa Rica ont inspiré à la fois la fantaisie et la critique. *Jurassic Park* de Michael Crichton est peut-être une œuvre de science-fiction, mais son choix de décor évoque les jungles denses et l'énergie brute des tropiques et rappelle que la nature elle-même peut être aussi imprévisible que n'importe quel dinosaure imaginaire.

Dans *Bananas: How the United Fruit Company Shaped the World* [Bananes : Comment la United Fruit Company a façonné le monde], Peter Chapman

présente un récit bien plus sobre. En retraçant l'ascension d'une entreprise qui a bouleversé les économies et les politiques de l'Amérique centrale, le livre souligne l'empreinte durable de l'industrie et de l'exploitation sur l'histoire de la région.

En Colombie et ailleurs : la séduction du réalisme magique

Aucune exploration de la littérature latino-américaine ne serait complète sans l'auteur colombien lauréat du prix Nobel, Gabriel García Márquez. Son chef-d'œuvre de 1967, *Cent ans de solitude*, plonge les lecteurs dans la ville fictive de Macondo, où les générations naissent et meurent en cycles de mythes et de souvenirs.

Bien plus qu'une simple œuvre de fiction, ce roman condense l'essence du réalisme magique, dans une fusion totale de l'extraordinaire et du quotidien. Ce faisant, García Márquez donne voix à un rythme culturel collectif qui rayonne bien au-delà de la Colombie.

Lire, c'est voyager

Loin d'être de simples compagnons pour les longs vols ou les après-midis tranquilles, les livres prolongent le voyage même. Ils font découvrir les paysages à travers les yeux des habitants, des rebelles, des poètes et des visionnaires. Ils révèlent des histoires gravées non seulement dans les monuments, mais dans la mémoire. Et ils nous rappellent que voyager consiste autant à explorer son monde intérieur qu'à parcourir celui qui nous entoure.

Alors que vous préparez votre prochain départ, pensez aux histoires qui pourraient vous accompagner. La littérature ne se contente pas de révéler une destination, elle l'approfondit. Avec le bon livre, chaque voyage ajoute au déplacement physique une rencontre avec l'âme d'un lieu, ramenée chez soi dans un récit. ■

Article présenté par **Collette**, un partenaire privilégié de l'Association nationale des retraités fédéraux. Les membres de Retraités fédéraux économisent jusqu'à 600 \$ par personne dans le monde entier. Pour en savoir plus, consultez gocollette.com/nafr.



collette
PAR les voyageurs. POUR les voyageurs.™

Voyagez en grand. Voyagez loin. Voyagez avec les experts.

Partez à la découverte de l'Amérique centrale et du Sud avec des circuits soigneusement conçus et menés par des experts.

Des experts locaux vous guident et votre accompagnateur professionnel devient votre boussole culturelle. Il ne vous reste plus qu'à vivre l'aventure!

RETRAITÉS FÉDÉRAUX ÉCONOMISEZ JUSQU'À
\$ 800^{pp}
SUR N'IMPORTE QUEL CIRCUIT

Pour obtenir votre avantage de membre, utilisez le code d'offre **FRSAVE** lorsque vous faites votre réservation.

Pour en savoir plus, visitez le site gocollette.com/nafr ou contactez votre voyageur local.

*Pour obtenir les rabais, utilisez le code FRSAVE. Les économies comprennent l'offre de rabais au détail et le rabais associé à votre numéro de membre. Offre valide pour les nouvelles réservations seulement. Peut prendre fin plus tôt, en raison de la disponibilité des places ou de l'inventaire. Montant épargné du prix de détail variant selon le circuit et la date de départ. Rabais offert seulement pour certains départs. Places obtenues selon le principe du premier arrivé, premier servi. Offres non valides pour les réservations de groupes ou déjà effectuées. Ne peuvent être combinées à d'autres offres. D'autres restrictions peuvent s'appliquer. Appelez ou visitez collette.com/nafr pour obtenir des détails. Travel Industry Council of Ontario, rég. n° 3206405; C.-B., rég. n° 2333.

Regard sur la défense des intérêts

Nos membres font bouger les choses pour les retraités.

Voici comment. **PAR OLGA BINDUTIYE**

La défense des intérêts est un outil puissant. À son meilleur, elle commence par une conversation et prend de l'ampleur non seulement avec des mémoires sur les politiques, mais aussi avec des personnes profondément engagées envers leurs communautés et l'avenir du vieillissement au Canada. D'un océan à l'autre, les membres de Retraités fédéraux prouvent que l'influence ne commence pas toujours au Parlement. Les relations formées lors de rencontres individuelles ou dans les bureaux de circonscription ont aussi un impact.

Chaque discussion avec un député — qu'il s'agisse de proches aidants, d'accès aux soins primaires ou d'abordabilité du logement — s'appuie sur la précédente, cultivant des relations fondées sur le respect mutuel, la persévérance et un objectif commun. Ces types de discussion ne peuvent qu'entraîner des retombées positives.

Les histoires qui suivent sont une variation sur un même thème de fond, incarnant chacune les priorités de Retraités fédéraux : sécurité du revenu de retraite, soins de santé fiables, vieillissement positif et en santé, et bien-être des vétérans. Ensemble, elles illustrent ce que signifie transformer la défense des intérêts d'une action

individuelle en un impact collectif : un réseau de conversations qui déterminent l'avenir du vieillissement au Canada. Avec un engagement local et national soutenu, Retraités fédéraux peut voir les priorités communes se traduire en changements mesurables.

Protéger le revenu de retraite et la sécurité des pensions

La sécurité du revenu de retraite demeure une pierre angulaire de la défense des intérêts de Retraités fédéraux, et les membres de partout au pays veillent à ce qu'elle reste à l'avant-plan des débats politiques.

En raison des milliards d'actifs de retraite en jeu, Jacques Lambert et Pierre Desmarais, respectivement président et membre de la Section de Montréal, ont alerté le député du Bloc québécois Louis-Philippe Sauvé sur la nécessité de protéger la rémunération différée des retraités. En novembre, l'ancienne présidente du Conseil du Trésor Anita Anand a annoncé que le gouvernement fédéral transférerait un surplus non autorisé d'environ 1,9 milliard de dollars de la Caisse de retraite de la fonction publique au Trésor. L'association souhaite participer aux discussions sur les prochaines étapes, notamment sur la réaffectation du surplus, par exemple en réinvestissant dans les prestations pour ceux qui ont généré ce surplus, en commençant par le Régime de soins dentaires des pensionnés (RSDP). En s'appuyant sur des preuves et des expériences vécues, MM. Lambert et Desmarais ont montré que les décisions sur les pensions ne sont pas de simples questions politiques abstraites, mais des enjeux concrets pour les retraités fédéraux.

Ils ont également partagé le rapport *Le pouvoir des pensions*, qui révèle que les régimes de retraite en milieu de travail ont versé 84 milliards \$ aux Canadiens en 2021, soit plus que le Régime des pensions du Canada et le Régime de rentes du Québec, l'assurance-emploi ou les revenus privés

de retraite issus des FERR. Soutenue par Retraités fédéraux, cette étude souligne que les pensions contribuent non seulement à la sécurité financière des retraités, mais aussi à la stabilité économique des communautés au pays.

Soins de santé fiables

Des soins de santé fiables et accessibles sont essentiels au bien-être à tout âge, et les membres continuent de le souligner auprès des élus. Dans un contexte de demande grandissante, Retraités fédéraux met en lumière le fait que les soins de santé, les soins de longue durée et le soutien aux proches aidants ne sont pas des enjeux distincts, mais s'inscrivent dans un continuum du vieillissement en santé.

Dans le comté de Langley, Ian Spence, Robert McDonald, Kamlesh Kumar et Pat Yendrys, respectivement président, vice-président et membres de la Section de l'ouest de la vallée du Fraser, ont rencontré le député Tako Van Popta, de la circonscription de Langley Township-Fraser Heights, pour discuter des normes nationales en matière de soins de longue durée et de l'importance de rendre le crédit d'impôt pour aidants naturels remboursable. La discussion a porté sur les répercussions du choix des politiques sur la vie des aînés.

M. Van Popta s'est engagé à soulever ces enjeux auprès de son caucus, reconnaissant leur impact sur les familles de sa communauté et du pays.

Bien-être des vétérans

Les membres veillent à ce que le bien-être des vétérans reste une priorité. À Port Moody-Coquitlam, Tom Chang, Murray Bryck, Danielle Rehm et Ian Sanderson, respectivement président, vice-président, secrétaire et membre de la Section de Vancouver, ont rencontré virtuellement la députée Zoe Royer, qui s'est engagée à soulever les enjeux liés au bien-être des vétérans, à l'assurance-médicaments et à la sécurité du revenu de retraite dans les discussions de son

caucus. En tant qu'épouse d'un vétéran, M^{me} Royer a enrichi son engagement d'une expérience personnelle, favorisant ainsi une collaboration durable sur les politiques portant sur ceux qui ont servi.

Plus de 60 000 vétérans et leurs familles sont membres de l'association. Les vétérans des Forces armées canadiennes (FAC) et les anciens de la Gendarmerie royale du Canada (GRC) méritent plus que de la gratitude. Ils ont besoin d'un accès rapide aux prestations, de soins de qualité et de systèmes qui reconnaissent les répercussions durables de leur service. Et la conversation avec M^{me} Royer rappelle l'importance de cette défense des intérêts.

Proches aidants et soutiens communautaires

La défense des intérêts dans l'ouest de la vallée du Fraser a aussi montré comment les soins, les liens et la persévérance se traduisent par de l'influence. Au lieu d'une seule rencontre, la sensibilisation a pris la forme de plusieurs conversations

dans différentes circonscriptions. Le responsable de la défense des intérêts de la Section de l'ouest de la vallée du Fraser, Ian Spence et son équipe, savent bien que, pour se faire soutenir, l'association doit être visible.

Lors de sa rencontre avec le député Gurbux Saini (Fleetwood—Port Kells), la discussion a porté sur les pensions, les soins de santé et le rôle des proches aidants. M. Saini souhaite garder le contact et participer aux événements de la section.

Cette discussion s'est démarquée par l'insistance sur une responsabilité partagée envers les proches aidants et les soins de santé.

Changement en plein élan

Ces relations, fondées sur la collectivité et des priorités communes, sont les bases d'une défense des intérêts durable. Ensemble, ces rencontres démontrent le rayonnement et l'impact de la défense des intérêts de Retraités fédéraux. Comme l'a souligné M. Spence

par la suite, « La défense des intérêts ne se définit pas par une seule victoire, mais par un effort constant. » Chaque rencontre ajoute une voix, un allié et un autre rappel que la sécurité du revenu de retraite, le vieillissement en santé, les soins de santé fiables et le bien-être des vétérans comptent partout au Canada. Quand les membres se font entendre, ils ouvrent des portes, inspirent des engagements et créent un élan pour le changement, contribuant à bâtir un Canada où l'on peut vivre et prendre sa retraite dans la dignité, la sécurité et le choix.

Avec la reprise des travaux parlementaires, ces relations et engagements renforceront notre défense des intérêts, transformant le dialogue en action et assurant que les aînés demeurent une priorité dans les politiques et la planification à long terme. ■

Olga Bindutiye est l'agente des campagnes et de l'engagement de Retraités fédéraux.



Association nationale des retraités fédéraux et Arbor Alliance

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

Économisez 10 % sur les plans relatifs aux funérailles et au cimetière faits d'avance **Économies de 10%***

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

PLUS! Registre familial de planification^{MC} de la succession GRATUIT

Pour planifier d'avance vos arrangements relatifs aux funérailles et au cimetière, composez le 1-877-301-8066 ou rendez-vous à ArborAlliance.ca dès aujourd'hui

 **Arbor Alliance**
par Arbor Memorial

 Association nationale des retraités fédéraux
PARTENAIRE PRIVILÉGIÉ

* Rabais de 10 % sur les derniers arrangements planifiés à l'avance, à l'exclusion des cryptes, qui sont assorties d'un rabais de 5 % si elles sont achetées à l'avance.

† Pour les achats effectués en Ontario : rabais de 4 % sur les lotissements funéraires, les niches et les autres droits d'inhumation, à l'exclusion des cryptes hors terre. Rabais de 10 % sur tous les autres produits et services de cimetière.

Arbor Memorial Inc.



L'action de Nvidia Corporation est passée de 5,90 \$ US en janvier 2020 à 182 \$ US en août 2025. Les puces de l'entreprise alimentent l'intelligence artificielle.

Pensions, frénésie des placements et intelligence artificielle

Les régimes de retraite traversent-ils sans encombre ce nouveau champ de mines technologique? **PAR PATRICK IMBEAU**

Les technologies de l'intelligence artificielle (IA) ont envahi la plupart des grandes entreprises et organisations dans une euphorie de dépenses. Des sociétés aussi diverses que Sephora, Coca-Cola et Mercedes-Benz ont intégré l'IA dans leurs opérations d'une manière ou d'une autre pour réduire les coûts ainsi qu'attirer des investissements et des clients. Le secteur des régimes de retraite n'a pas échappé à cette tendance. Bien que ces technologies offrent des possibilités intéressantes, elles comportent également des risques importants.

Les actions liées à ces technologies sont devenues extrêmement populaires. Pour comprendre les montants qui ont été injectés dans le marché de l'IA en très peu de temps, il suffit d'examiner une seule action, celle de Nvidia Corporation. Cette entreprise américaine de technologie, qui était surtout connue

pour la vente de puces d'ordinateur pour jeux vidéo, se négociait en janvier 2020 à 5,90 \$ US. En août 2025, son cours avait atteint un nouveau sommet de 182 \$ US. Elle est devenue la première entreprise à dépasser une capitalisation boursière de 4 000 milliards \$ US, soit 8 % de l'ensemble de l'indice S&P 500. La raison? Les puces qu'elle fabrique (unités centrales graphiques) sont celles qui sont utilisées dans la technologie de l'IA.

Les régimes de retraite investissent massivement, non seulement dans des actions comme celle de Nvidia, mais aussi dans des biens matériels. En juillet 2025, Investissements^{RPC} a annoncé son engagement de 225 millions \$ pour détenir une participation de 50 % dans un prêt à la construction d'un centre de données en Ontario, qui a été loué à l'avance à un important fournisseur de services infonuagiques axés sur l'IA utilisant des unités centrales graphiques.

L'explosion de la bulle Internet au début des années 2000 nous rappelle que ce type d'euphorie comporte des risques. Bien qu'Internet ait eu un effet transformateur, cela ne s'est pas nécessairement traduit par des gains importants et durables pour les investisseurs qui ont misé sur les actions des premières cyberentreprises. Les valorisations et les attentes en matière de rendement et de croissance peuvent ne pas concorder avec les montants investis, ce qui pourrait entraîner des pertes considérables une fois que l'enthousiasme se sera refroidi.

Les administrateurs de régimes de retraite ont commencé à utiliser l'IA pour établir leurs hypothèses actuarielles et la tarification des rentes. Ils ont également créé des outils axés sur les participants, dont des robots conversationnels, afin de réduire le nombre de demandes d'information répétitives, et utilisent l'IA pour la surveillance en temps réel des placements plutôt que les examens plus traditionnels effectués annuellement.

Ces cas d'utilisation comportent également des risques. La législation existante en matière de protection de la vie privée s'applique à la réglementation et à l'utilisation de l'IA. Cela signifie que les administrateurs doivent tenir compte du consentement et de la divulgation d'information, réunir seulement les données nécessaires et prévoir des mesures de protection, etc. Il existe également un risque de manquements à la propriété intellectuelle et d'« hallucinations de l'IA », qui a lieu lorsqu'un grand modèle de langage génère des données inexactes et les présente comme des faits.

Nous n'en sommes encore qu'aux premiers stades de la technologie de l'IA. Il y a autant de raisons de s'en réjouir que de s'en inquiéter, mais pour le meilleur ou pour le pire, nos régimes de retraite sont pleinement engagés dans cette voie. ■

Patrick Imbeau est l'expert-conseil, sécurité du revenu de retraite, de Retraités fédéraux.



Une étude a révélé que la hausse du coût de la vie et la peur de manquer d'argent figuraient parmi les principales préoccupations des répondants âgés de plus de 50 ans.

Vieillir au Canada

Une enquête menée auprès de 6 000 Canadiens de 50 ans et plus révèle les domaines prioritaires des efforts de défense des intérêts.

PAR JESSICA SEARSON

Au cours des trois dernières années, en partenariat avec l'Environics Institute for Survey Research, le National Institute on Ageing (NIA) a effectué une enquête nationale sur les perspectives et les expériences liées au vieillissement au Canada.

La mission du NIA consiste à améliorer la vie des aînés au moyen de la recherche, de la collaboration et de la consultation.

Menée auprès d'un échantillon représentatif de 6 000 Canadiens âgés de 50 ans et plus, l'enquête *Perspectives sur le vieillissement au Canada : Enquête 2024 de l'INV sur le vieillissement au Canada*, publiée au début de 2025, posait des questions portant sur le bien-être social, la sécurité financière ainsi que la santé et l'indépendance des aînés, apportant un éclairage précieux sur les réalités du vieillissement au Canada.

Sécurité financière

Comparativement à 2023, un plus grand nombre de Canadiens de 50 ans et plus ont pu épargner en 2024, mais un sur quatre a déclaré que son revenu était

insuffisant pour répondre à ses besoins actuels ou à long terme. La hausse du coût de la vie (70 %) et la crainte de manquer d'argent (48 %) figuraient parmi les principales préoccupations.

L'indice de défavorisation matérielle (IDM) a révélé que les aînés canadiens vivent d'importantes difficultés financières. L'IDM évalue « la capacité d'un ménage à se procurer onze articles et services essentiels nécessaires à un niveau de vie minimum acceptable ». Les ménages qui ne peuvent pas se permettre d'acheter au moins deux de ces articles sont considérés comme étant en situation de précarité. Selon l'IDM, un Canadien sur cinq âgé de 50 ans et plus est susceptible d'être démuné. Dans le cas des Canadiens de 65 ans et plus, 14 % sont probablement pauvres. Et, en 2022, Statistique Canada a établi que 6 % des Canadiens âgés de 65 ans et plus vivaient dans la pauvreté.

Bien-être social

« De solides réseaux sociaux, des échanges réguliers avec d'autres personnes et un sentiment

d'appartenance à une communauté aident les gens à rester actifs et engagés tout au long de leur vie », selon le rapport. Pourtant, en 2024, 43 % des aînés étaient susceptibles d'être isolés socialement et 59 % avaient connu une certaine solitude. Enfin, 68 % des répondants de 50 ans et plus ont déclaré être victimes d'au moins une forme d'âgisme au quotidien, le plus souvent sous forme de messages indirects.

État de santé

L'accès aux soins de santé demeure un défi, dont les soins à domicile et communautaires. En 2024, 88 % des répondants ont déclaré avoir eu besoin de soins, mais 35 % n'ont pas pu les obtenir en temps voulu, souvent en raison de la disponibilité limitée des rendez-vous. Le coût constituait également un obstacle dans le cas de 19 % des aînés de 50 à 64 ans, comparativement à 3 % des aînés de 80 ans et plus.

Environ 16 % des répondants ont déclaré avoir besoin de soins à domicile ou de services de soutien communautaire, mais moins de la moitié y avaient régulièrement accès. Fait notable, les Canadiens de 80 ans et plus étaient les plus susceptibles de recevoir les soins et les services dont ils ont besoin de manière continue.

Interrogés sur leur expérience du vieillissement, 62 % des Canadiens âgés de 50 ans et plus se disent positifs. Cependant, cet optimisme diminue après 70 ans, en particulier chez les 80 ans et plus. Selon les auteurs, cela représente un indicateur préoccupant des défis auxquels les aînés pourraient faire face.

Ces résultats donnent un aperçu des réalités du vieillissement au Canada et soulignent les priorités à cibler pour permettre à tous de vieillir en santé et avec dignité. C'est aussi l'une de nos priorités. ■

Jessica Searson est la directrice intérimaire de la défense des intérêts de Retraités fédéraux.

Passer des paroles aux actes

Des vétéranes canadiennes se sont réunies lors d'un atelier à Ottawa, pour discuter de la mise en œuvre concrète des recommandations du rapport *Plus jamais invisibles*.

PAR MICK GZOWSKI

L'espoir que la situation des femmes dans l'armée et des vétéranes s'améliorera est apparu l'an dernier avec la publication du rapport *Plus jamais invisibles*. *Les expériences des vétéranes canadiennes*, une étude novatrice du Comité permanent des anciens combattants (ACVA). Ce rapport formule 42 recommandations pour améliorer la qualité de vie des femmes qui ont servi.

Maya Eichler, directrice du Centre de recherche pour l'innovation sociale et l'engagement communautaire dans les affaires militaires à l'Université Mount Saint Vincent, affirme que le rapport devrait « aider les vétéranes à être moins invisibles ». Mais elle souhaite aussi que ces recommandations soient véritablement mises en œuvre. À cette fin, elle a lancé un projet de recherche intitulé « Plus jamais invisibles. Les vétéranes canadiennes mettent pleinement en œuvre les recommandations du rapport de l'ACVA ».

M^{me} Eichler, qui copréside le Réseau de recherche et d'engagement des femmes vétéranes avec Retraités fédéraux et Karen Breeck, et collabore avec cette dernière sur ce projet, explique que, bien que certains représentants des Forces



En octobre, Retraités fédéraux a organisé un atelier avec des vétéranes, pour partager des connaissances, renforcer la défense des intérêts et établir des relations, dans le but de faire progresser les recommandations du rapport *Plus jamais invisibles*. June Smart a participé à l'atelier. Photo : David Chan.

armées canadiennes (FAC) et d'Anciens Combattants Canada (ACC) aient affirmé avoir donné suite aux recommandations, elle veut savoir ce qui, pour les vétéranes, constitue une mise en œuvre concrète.

Dans le cadre de sa recherche, M^{me} Eichler a travaillé avec Retraités fédéraux pour organiser l'atelier « Les vétéranes passent à l'action », qui s'est tenu à Ottawa le 30 octobre. Il a réuni 30 vétéranes des FAC et anciennes de la GRC venant de partout au pays. (Voir le photorama de la réception aux pages 24 et 25.)

Karen Breeck, qui est membre de Retraités fédéraux, dit que les participantes de l'atelier ont appris le fonctionnement des processus parlementaires et exploré les moyens de faire progresser la mise en œuvre des 42 recommandations. Elle attend avec impatience le Forum des femmes vétéranes, généralement organisé en mars, pour partager les leçons tirées de l'atelier.

Les résultats de la recherche seront intégrés à un bulletin d'évaluation destiné à l'ACVA, que les chercheuses espèrent publier pour le deuxième anniversaire de la sortie du rapport *Plus jamais invisibles*.

M^{me} Eichler affirme que ce projet représente une nouvelle façon de mener des recherches au sein de la communauté des vétérans.

« Le but n'est pas d'étudier les vétéranes comme des sujets, mais de les impliquer dans une recherche qui les concerne directement », dit-elle.

« Grâce à cet atelier, les vétéranes ont créé de nouvelles relations entre elles et avec la communauté de recherche et de défense des intérêts. Ces relations seront essentielles à la mise en œuvre concrète des 42 recommandations du rapport de l'ACVA », a déclaré M^{me} Eichler après l'événement.

« Ce n'est pas notre premier rodéo », a ajouté M^{me} Breeck. « Nous savons que bon nombre de ces rapports restent sur les tablettes à ramasser la poussière, à moins qu'il n'y ait des pressions et des soutiens externes pour les maintenir en vie et obliger le gouvernement à les mettre en œuvre. »

Louise Smith, participante à l'atelier et retraitée des FAC, s'est dite encouragée pour l'avenir.

« Nous avons parlé de ce qui est important pour nous, et de ce que nous espérons en retirer », dit-elle, ajoutant qu'elle compte se joindre au groupe de bénévoles pour faire avancer les recommandations.

June Smart, qui portait son écharpe de Métisse, a également exprimé son enthousiasme à propos de l'atelier et de ce qui s'annonce. ■

Rédacteur et cinéaste, Mick Gzowski est établi à Aylmer, au Québec.

Sénatrice retraitée et toujours au travail

Marie-Paule Charette-Poulin a été présidente du Parti libéral du Canada ainsi que sénatrice durant 20 ans. Aujourd'hui âgée de 80 ans, elle travaille encore. **PAR CHARLES ENMAN**

Agée de 80 ans, Marie-Paule Charette-Poulin éblouit encore par son initiative et son énergie, en continuant d'offrir ses services à autrui avec compétence, bonne volonté et élégance.

Sénatrice retraitée et ancienne présidente du Parti libéral du Canada, elle exerce toujours les fonctions de parlementaire en résidence à l'Université Saint-Paul d'Ottawa. Elle poursuit même des études de doctorat en droit canon dans ses temps libres.

De toute évidence, le temps qui passe ne mène aucunement sa vie.

« L'âge m'importe peu », a-t-elle mentionné lors d'une récente entrevue. « Si vous souhaitez avoir le sentiment de mériter votre place dans ce monde, vous devez consacrer une partie de votre vie au service d'autrui. Cette vérité demeure, que vous ayez 6, 15 ou 80 ans. »

Son curriculum vitæ est d'une longueur si colossale qu'on ne peut qu'en parcourir les éléments marquants.

Pendant 20 ans, elle a été cadre supérieure pour Radio-Canada, exécutant une série de mandats concernant divers portefeuilles à la vice-présidence, notamment à titre de secrétaire générale du conseil d'administration. Avant cela, alors qu'elle travaillait comme directrice fondatrice des Services français du Nord de l'Ontario de Radio-Canada, elle a contribué au lancement de la station de radio CBON à Sudbury, un service de radiodiffusion francophone comptant plus de 30 antennes de retransmission dans le Nord de l'Ontario. En 1995, l'ancien premier ministre Jean Chrétien l'a nommée au Sénat, où elle a siégé pendant 20 ans. De son parcours

au Sénat, elle retire la satisfaction particulière d'avoir contribué à établir la Journée nationale des peuples autochtones, le 21 juin, le Jour de la crête de Vimy, le 9 avril, et la Journée internationale dédiée à la mémoire des victimes de l'Holocauste, le 27 janvier.

Elle a quitté le Sénat en 2015, mais se tient occupée depuis lors en siégeant à de nombreux comités et conseils.

Il y a deux ans, elle a été nommée parlementaire en résidence à l'Université Saint-Paul, où elle consacre une bonne partie de son temps à établir des partenariats avec d'autres universités à l'échelle internationale, notamment au Mexique, en France et au Japon. « Cela ne représente qu'une infime partie de mes fonctions, car elles touchent un peu à tout, y compris aux fenêtres », explique M^{me} Charette-Poulin.

M^{me} Charette-Poulin est née à Sudbury en 1945 et ses parents lui ont très rapidement inculqué l'importance de rendre service à autrui. Son père, Alphonse Charette, avait une entreprise de vente de nourriture pour animaux et de semences pour le secteur agricole. Sa mère, Lucille Ménard, était enseignante. Ses deux parents ont siégé à divers comités municipaux, par devoir civique.

M^{me} Charette-Poulin garde bien à l'esprit une volonté manifestée par son père, qui s'est avérée formatrice pour elle. « Il estimait que les francophones devraient pouvoir naître, étudier, travailler et mourir en français. Je pense que, depuis son époque, cela s'est concrétisé en grande partie, mais pas complètement. » Ce flambeau, qu'elle a repris de façon implicite, s'est manifesté incontestablement tout au long de sa



Marie-Paule Charette-Poulin est une sénatrice retraitée et la parlementaire en résidence à l'Université Saint-Paul à Ottawa. Elle poursuit un doctorat pendant ses temps libres.

carrière, surtout dans le cadre de son travail pour mettre en place un service de radio francophone dans le Nord de l'Ontario.

Trop nombreuses pour être toutes énumérées, les distinctions qu'on lui a décernées comprennent le Prix Marcel Blouin pour la meilleure émission de radio du matin au Canada en 1983, un doctorat honorifique en droit de l'Université Laurentienne, l'insigne d'Officière de l'Ordre national de la Légion d'honneur de la France, ainsi qu'une décoration de l'Ordre du soleil levant du gouvernement japonais.

Elle est membre de l'Association nationale des retraités fédéraux depuis 30 ans et fait l'éloge du travail de celle-ci. « Je ne pourrais pas éprouver une plus grande admiration envers une organisation qui préserve les liens entre les gens et qui représente si bien les intérêts des membres auprès des gouvernements. »

Travaillant toujours activement, elle perçoit que de vastes horizons lui sont ouverts.

« Vous savez, terminer ce doctorat pourrait me prendre des années, mais je compte le terminer, même si je n'y arrive qu'à l'âge de 90 ans. »

Il y a fort à parier qu'elle y parviendra. ■

Né en Alberta, le rédacteur **Charles Enman** vit à Ottawa.

« Elles me rendent toutes humble. »

Sharon Ross a reçu d'innombrables distinctions au cours de sa vie, dont, tout récemment, l'Ordre du Canada des mains de la gouverneure générale, Mary Simon. **PAR CHARLES ENMAN**

Si Sharon Diane Brown Ross d'Halifax a été surprise lorsqu'elle a reçu l'Ordre du Canada en avril dernier, ce n'est pas parce qu'elle n'avait jamais été reconnue auparavant. En fait, les marques de reconnaissance ont afflué de toutes parts au fil de ses dizaines d'années de service à la population canadienne.

« J'étais honorée, bien sûr. Cela me fait plaisir de voir mes efforts pour aider être reconnus », a-t-elle confié à *Sage* lors d'une récente entrevue, « mais je ne pourrais pas dire que j'aime une distinction plus qu'une autre. « Elles me rendent toutes humble. »

La citation accompagnant son Ordre du Canada indiquait que « sa carrière et son bénévolat témoignent de son engagement en faveur des causes sociales et de l'inclusion », ainsi que son « rôle clé en aidant les personnes issues de minorités ethniques à obtenir reconnaissance, intégrité et égalité des chances au sein de la société canadienne. »

M^{me} Ross, qui est Afro-Canadienne, est née et a grandi à Halifax, où elle a fréquenté l'Université Mount Saint Vincent, obtenant un baccalauréat en administration des affaires. Sa vie professionnelle s'est ensuite déroulée entre sa province natale et l'Ontario, où elle a travaillé longtemps pour le gouvernement fédéral.

Son curriculum vitæ est si détaillé et long qu'on ne peut que demander à M^{me} Ross de mentionner, selon elle, les moments les plus marquants de sa carrière.

En 1977, elle a été coanimatrice, coordonnatrice et chercheuse pour un

documentaire télévisé intitulé *Black Insights*, qui abordait divers sujets concernant la communauté noire de la Nouvelle-Écosse. « Nous voulions montrer aux gens que la communauté noire possède une histoire riche et méconnue, et je suis heureuse de voir que le documentaire est encore utilisé dans les écoles néo-écossaises. »

Elle est tout aussi fière d'avoir joué un rôle dans le lancement de la conception et de la campagne de financement du Centre culturel noir de la Nouvelle-Écosse d'Halifax, qui a ouvert ses portes en 1983. « J'ai été ravie de m'engager dans ce projet, » dit-elle. « C'était le premier édifice provincial que la communauté noire pouvait désigner en disant : "Ce bâtiment représente l'histoire et les contributions de la communauté noire". »

En tant que membre du conseil des gouverneurs du Musée de la Nouvelle-Écosse, M^{me} Ross a revendiqué la création d'un nouveau musée consacré aux loyalistes noirs, un groupe de personnes noires venues des États-Unis en 1783, à l'époque de la Révolution américaine.

« Tout le monde connaît les loyalistes blancs, mais peu savent que des personnes noires faisaient partie de celles qui sont demeurées loyales à la Couronne britannique », dit-elle. Cette idée a finalement donné naissance au Centre du patrimoine loyaliste noir à Shelburne, en Nouvelle-Écosse, qui a ouvert ses portes en 2015.

M^{me} Ross se souvient avec fierté des trois années qu'elle a passées à aider le Conference Board du Canada à produire un guide en 2005 sur l'inclusion des



Sharon Ross, militante et bénévole passionnée de Halifax, a reçu l'Ordre du Canada pour son travail bénévole. Photo : Fournie à titre gracieux

minorités en milieu de travail. Intitulé *Business Critical: Maximizing the Talents of Visible Minorities, an Employers Guide*, ce livre a encouragé les sociétés à reconnaître les avantages économiques évidents qu'il y a à exploiter pleinement les talents et les compétences des minorités.

Membre enthousiaste de longue date de l'Association nationale des retraités fédéraux, M^{me} Ross a siégé au conseil d'administration de la Section du centre de la Nouvelle-Écosse et a agi comme agente des prestations de santé. Elle a aussi récemment siégé au Comité national de la défense des intérêts.

« L'association est un merveilleux véhicule pour protéger nos prestations et nos pensions. Plus que jamais, nous avons besoin d'une protection accrue », lance-t-elle.

En repensant à sa vie, M^{me} Ross estime que ses efforts et ceux des autres pour améliorer l'inclusion des minorités ont porté fruit, mais seulement jusqu'à un certain point.

« À une époque, des personnes comme moi ne pouvaient pas louer de voiture, entrer dans certains restaurants ou conduire un autobus. Tout cela s'est amélioré, mais le racisme et l'exclusion sont loin d'avoir disparu. Il reste du pain sur la planche. » ■

Né en Alberta, **Charles Enman** est un rédacteur établi à Ottawa.

Nous avons entamé notre recherche annuelle de personnes dynamiques ayant la motivation, les connaissances et la volonté de devenir des leaders bénévoles.

Utilisez votre expérience pour faire une différence dans la vie des 170 000 membres de l'Association partout au pays!

Pour une personne qui a la passion de diriger une organisation, un poste au sein d'une importante organisation dynamique constitue une possibilité extraordinaire.

Le conseil d'administration national est le fer de lance des démarches de défense des intérêts de l'organisation, notamment la sécurité de la retraite, une stratégie nationale pour les aîné-e-s, les enjeux liés aux vétérân-e-s et l'assurance-médicaments.

Les membres du conseil représentent activement l'organisation et participent pleinement à la réalisation de sa mission.

L'Association s'engage à mettre sur pied un conseil d'administration diversifié sur le plan culturel et encourage vivement les femmes, les minorités visibles, les anciens fonctionnaires de tous les niveaux, les Autochtones et les personnes handicapées à présenter leur candidature. Les membres qui sont des conjoint-e-s peuvent également présenter une candidature.

Compétences nécessaires au poste

- Fortes aptitudes au travail en équipe
- Habileté d'apprendre et de s'adapter
- Concepts de planification stratégique
- Principes de gestion financière

Vos tâches

Les membres du conseil doivent mettre en pratique une saine gouvernance et connaître les politiques et les enjeux actuels de l'Association en matière de défense des intérêts. Vos fonctions :

- Assister en personne à cinq réunions du conseil par an, ainsi qu'aux téléconférences et aux réunions Web supplémentaires qui s'avèrent nécessaires
- Vous préparer aux réunions pour participer aux discussions de manière positive
- Siéger à un ou plusieurs comités du conseil et participer activement à ses ou à leurs travaux
- Superviser les finances de l'Association et aider le conseil à s'acquitter de ses responsabilités fiduciaires
- Représenter l'Association au besoin et appuyer ses positions en matière de défense des intérêts et de politiques

Présentation d'une candidature

En 2026, il faudra pourvoir par élection cinq postes d'administrateur-trice-s nationaux d'un mandat de trois ans des districts suivants : Colombie-Britannique/Yukon; Prairies/T. N.-O.; Ottawa/Nunavut; Québec; et Atlantique.

Si vous souhaitez vous joindre au conseil d'administration de l'Association nationale des retraités fédéraux pour défendre la sécurité de la retraite de nos membres et de tous les Canadien-ne-s, ou si vous souhaitez plus de renseignements, veuillez communiquer avec le Comité des candidatures, par courriel à elections@retraitesfederaux.ca.

Le processus de mise en candidature prend fin le 18 mars 2026.



Association nationale
des retraités fédéraux

National Association
of Federal Retirees

Si la sécurité de la retraite, les droits des vétérân-e-s et les politiques en matière de soins de santé pour les aîné-e-s canadiens vous passionnent, contactez-nous.

Pour en savoir plus, communiquez avec elections@retraitesfederaux.ca pour contacter le Comité des candidatures.

Dernières nouvelles



Le Fonds du Souvenir offre jusqu'à 7 376 \$ (taxes en sus) pour couvrir les frais de services funéraires, cercueils et urnes destinés aux vétérans dont la succession ne dispose pas des fonds nécessaires pour leurs obsèques.

Le Fonds du Souvenir

Le Fonds du Souvenir gère gratuitement le Programme de services funéraires et d'inhumation d'Anciens Combattants Canada, qui garantit des obsèques dignes aux vétérans, en reconnaissance de leur service au Canada. Lorsque la succession du vétéran ne dispose pas de fonds suffisants pour couvrir les frais funéraires, en tout ou en partie, il lui offre de l'aide financière. Le montant maximal actuellement versé pour services funéraires, urne ou cercueil compris, est de 7 376 \$, taxes en sus. On fournit aussi une pierre tombale militaire sans frais. Les demandes doivent être soumises dans l'année suivant le décès, en ligne ou au 1-800-465-7113. Pour en savoir plus, consultez www.lastpostfund.ca/fr.

Rencontre avec la secrétaire d'État aux Aînés

Lors de la Journée nationale des aînés, la présidente intérimaire du conseil d'administration, Hélène Nadeau, et le DG de l'association, Anthony Pizzino, ont rencontré Stephanie McLean, la secrétaire d'État aux Aînés, pour discuter des priorités de l'association. M^{me} Nadeau et M. Pizzino ont réaffirmé l'importance de renforcer la sécurité du revenu de retraite et de mettre en place les conditions financières permettant aux Canadiens de vieillir avec confiance et sérénité, ainsi que d'offrir des soins de santé accessibles, de qualité et adaptés aux divers besoins des aînés, y compris les soins de longue durée.

Ils ont également demandé que le gouvernement crée des espaces inclusifs qui combattent l'isolement et favorisent des contacts intergénérationnels enrichissants, et offre des options permettant aux gens de vieillir en toute sécurité dans les communautés qu'ils considèrent comme leur chez-soi.

Finalement, ils ont également informé M^{me} McLean de l'Étude canadienne sur le bien-être des retraités solos, menée par l'Institut de recherche sur la vie de l'Université d'Ottawa. Les données ont été recueillies entre le 1^{er} octobre et le 15 novembre. Les résultats seront publiés plus tard. Selon le recensement de 2021, près de 40 % des aînés de plus de 65 ans sont célibataires, et près de 70 % vivent seuls. Il s'agit d'environ deux millions de personnes et, malgré ce nombre élevé, nous en savons peu sur leur bien-être, leur qualité de vie et leur vécu.

Retrouvez vos manches!



Il est important de rester à jour dans ses vaccins, surtout pour les aînés. Alors que l'hiver bat son plein, il est temps de consulter votre fournisseur de soins de santé pour déterminer si vous avez besoin de vous protéger et de protéger vos êtres chers. Même si les vaccins contre la COVID-19 ont occupé l'avant-scène ces dernières années, il est important de rappeler que les vaccins contre la grippe, le VRS, le zona et le

pneumocoque (entre autres) sont tout aussi essentiels. Pour des renseignements généraux sur les vaccins, vous pouvez consulter le site du gouvernement du Canada, à bit.ly/3JyOzz6.

On embauche pour le recensement de 2026

Vous cherchez un petit boulot ou un peu d'argent de poche? Statistique Canada embauchera environ 32 000 personnes, à temps partiel et à temps plein. Ces emplois exigent que les employés, appelés recenseurs, se rendent de porte en porte pour recueillir les questionnaires remplis. Les recenseurs doivent être disponibles en moyenne au moins 20 heures par semaine, la majorité du travail étant effectuée en soirée et les fins de semaine, de mai 2026 à juillet 2026. Le recrutement anticipé a d'abord lieu dans certaines communautés du Nord. Pour en savoir plus sur ces communautés, consultez recensement.gc.ca/fr/emplois/nord et, pour les emplois au pays, bit.ly/4oASYjU.

Des excuses importantes



Le 30 octobre, Jennie Carignan, générale et chef d'état-major de la Défense, et Bob McCann, adjudant-chef, ont présenté des excuses officielles à tous les membres actuels et anciens des FAC, ainsi qu'à leurs familles, qui ont été victimes de racisme systémique, de discrimination raciale et de harcèlement racial pendant leur service militaire.

« Au nom des Forces armées canadiennes, je tiens à présenter mes excuses les plus sincères », a déclaré la générale Carignan (photo ci-dessus).

« Nous avons manqué à notre devoir envers tous les membres et vétérans qui ont été victimes de racisme, de discrimination et de harcèlement. Nous n'avons pas su respecter nos valeurs ni protéger votre dignité et votre bien-être. »

Être charitable

Chaque année, les retraités fédéraux laissent un héritage durable lors de la Campagne de charité en milieu de travail du gouvernement du Canada (CCMTGC). Les dons ont un impact sur des milliers de vies et soutiennent des communautés entières. Pour plus d'information, consultez bit.ly/4hx8fA7.

Augmentation des cotisations

À compter du 1^{er} janvier 2026, les frais d'adhésion augmenteront de 2,7 %, soit le taux d'indexation entré en vigueur le 1^{er} janvier 2025. Il en coûtera 58,80 \$ pour une adhésion individuelle et 76,44 \$ pour une adhésion double. ■

Avis à tous les membres de Retraités fédéraux

L'Association nationale des Retraités fédéraux a affecté 5,40 \$ de votre cotisation annuelle de 2025 à votre abonnement au magazine *Sage*. Cela équivaut à 1,35 \$ par numéro, frais de poste compris.

En 2026, nous affecterons le même montant de 5,40 \$ de votre cotisation annuelle à votre abonnement au magazine *Sage*.

L'équipe de gestion de *Sage*



Association nationale
des retraités fédéraux

National Association
of Federal Retirees



Tour d'horizon pancanadien

1 La Section de Thunder Bay et région a célébré la Journée nationale des aînés au Centre Thunder Bay 55 Plus. La section avait préparé un gâteau et fourni de l'information aux membres potentiels, dans l'espoir d'en recruter. La photo présente le vice-président de la section, Walter Warywoda (à gauche), et l'un de ses administrateurs, Al Cheetham.



1

2 Les membres de la Section de Thunder Bay et région ont rencontré le député de Thunder Bay–Rainy River, Marcus Powlowski. De gauche à droite : l'une des membres du conseil d'administration de la section, Wanda Young, M. Powlowski, et la présidente de la section, Lisa Lovis.



2

3 La Section du sud-est du Nouveau-Brunswick a organisé une journée d'appréciation et de recrutement des membres. La photo montre des participants à des jeux en plein air, lors d'une journée d'automne.



3

Planification fiscale de fin d'année avec Tradex

Avez-vous, vous et votre famille, demandé tous les crédits d'impôt auxquels vous avez droit cette année ?

Est-ce que vous et votre famille avez réussi à maximiser toutes les subventions gouvernementales disponibles cette année ?

Laissez-vous de l'argent sur la table avec des déductions inutilisées pour votre famille ?

Quelques décisions judicieuses prises avant le 31 décembre pourraient-elles réduire la facture fiscale globale de votre famille ?

Votre famille utilise-t-elle des actions pour maximiser les avantages des dons de bienfaisance ?

Contactez un conseiller Tradex pour connaître les décisions que vous pouvez prendre dès maintenant.



Gestion Tradex Inc.
www.tradex.ca | 1604-340 rue Albert, Ottawa, ON K1R 7Y6
advice@tradex.ca | (613) 233-3394 | 1-800-567-3863



Association nationale
des retraités fédéraux
**PARTENAIRE
PRIVILÉGIÉ**

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

Votre section en bref

Pour connaître les dernières mises à jour, nouvelles et heures d'ouverture, soyez à l'affût des courriels de votre section, consultez son site Web, passez-lui un coup de fil ou consultez le rapport encarté, s'il y a lieu. Pour ajouter votre adresse de courriel à nos listes, visitez retraitesfederaux.ca/capture-courriel ou contactez notre équipe des services aux membres, au 613-745-2559, poste 300 ou, sans frais, au 1-855-304-4700.

Colombie-Britannique

BC01 CENTRE DE LA VALLÉE DU FRASER

C.P. 2202, succ. A
Abbotsford (C.-B.) V2T 3X8
604-312-8598
retraitesfederaux.ca/centralfraservalley
centralfraservalley@federalretirees.ca

BC02 CHILLIWACK

C.P. 463, Chilliwack (C.-B.) V2P 6J7
retraitesfederaux.ca/chilliwack
chilliwack@federalretirees.ca

BC03 DUNCAN ET DISTRICT

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

Réunion de Noël de la section : 4 déc.,
Best Western Cowichan Valley Inn, 6457,
route Norcross, détails à venir — **10 \$**

BC04 OUEST DE LA VALLÉE DU FRASER

C.P. 75022, COP White Rock
Surrey (C.-B.) V4A 0B1
604-753-7845
retraitesfederaux.ca/fraservalleywest
nafbc04@gmail.com

Assemblée générale et buffet de Noël :
8 déc., à 11 h 30, Terrain de golf Morgan
Creek, 3500, chemin Morgan Creek,
Surrey, voir l'infolettre de la section pour
les détails — **35 \$** 🍴 **+1 RSVP**

BC05 CENTRE DE L'ÎLE-CÔTE DU PACIFIQUE

C.P. 485, Lantzville (C.-B.) V0R 2H0
250-754-4031
federalretirees-midisland.ca
midisland@federalretirees.ca

Bénévoles recherchés : événements,
membres de comité, administrateur-trice-s

BC06 ÎLE DU NORD-JOHN FINN

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

BC07 CENTRE DE L'OKANAGAN

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

BC08 VANCOUVER ET YUKON

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

**Dîner des fêtes et événement de
reconnaissance des bénévoles** :
11 déc., à 10 h, Centre culturel italien,
3075, rue Slokan, Vancouver — 🍴 🧑 **RSVP**

AGA : 31 mars 2026, à 10 h, Centre
culturel italien, 3075, rue Slokan,
Vancouver — \$ 🍴 **RSVP**

Bénévoles recherchés : aides de
bureau, webmaître

BC09 VICTORIA-FRED WHITEHOUSE

C.P. 2332
Sidney (C.-B.) V8L 3W6
250-385-3393
victoriafredwhitehouse@federalretirees.ca

Assemblée générale : 9 déc., à 10 h,
Centre communautaire Victoria Scottish,
1803, rte Admirals — 🍴 🧑

Assemblée générale : 13 janv. 2026,
à 10 h, Centre Mary Winspear,
2243, av. Beacon, Sidney — 🧑

AGA : 10 mars 2026, à 10 h, Terrain de
golf Cedar Hill, 1400, rte Derby — 🧑

Bénévoles recherchés : pour le CA

BC10 SUD DE L'OKANAGAN

696, rue Main
Penticton (C.-B.) V2A 5C8
250-493-6799
s.okanagan@federalretirees.ca

BC11 NORD DE L'OKANAGAN

5321, 21^e Rue, Vernon (C.-B.) V1T 9Y6
250-549-4152
federalretirees.ca/northokanagan
okanaganorthbr11@federalretirees.ca

BC12 KAMLOOPS

C.P. 1397, succ. Main
Kamloops (C.-B.) V2C 6L7
250-571-5007
kamloops@federalretirees.ca

BC13 KOOTENAY

3213, 5^e Rue S.
Cranbrook (C.-B.) V1C 6L9
250-420-7856
federalretireeskootenay@gmail.com

BC15 PRINCE GEORGE

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

**Dîner de reconnaissance des
bénévoles et de Noël** : 15 déc., à
13 h, restaurant D'Lanos Family,
1515, rue Victoria, Prince George — **23 \$**
🍴 **RSVP** 10 déc.

Alberta

AB16 CALGARY ET DISTRICT

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

Bénévoles recherchés : webmaître,
comité des appels téléphoniques

LÉGENDE Pour
plus de précisions,
communiquiez avec
votre section.

🍴 – De la nourriture
sera servie.
🧑 – Conférencier

\$ – Il y a des coûts pour les
membres et leurs invités.
Les montants présentés
indiquent le prix.

RSVP – RSVP requis. Date
limite indiquée. Contactez
le numéro de téléphone
ou le courriel indiqué.

+1 – Les invités et les
membres potentiels
sont les bienvenus
à cet événement.

AB17 EDMONTON ET TERRITOIRES DU NORD-OUEST

A/s de 865, ch. Shefford
Ottawa (Ont.) K1J 1H9
780-413-4687
1-855-376-2336
retraitesfederaux.ca/edmonton
edmonton@federalretirees.ca

AB18 SUD DE L'ALBERTA

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

AB19 RED DEER

A/s de 4512, 52^e Av., unité 126
Red Deer (Alb.) T4N 7B9
587-877-1110
retraitesfederaux.ca/reddeer
reddeer@federalretirees.ca

AB20 MEDICINE HAT ET DISTRICT

A/s de 865, ch. Shefford
Ottawa (Ont.) K1J 1H9
1-855-304-4700
medicinehatbranch@federalretirees.ca

AB21 BATTLE RIVER

3620, ch. Erickson
Camrose (Alb.) T4V 3Y7
780-281-0323
battlerriverab21@federalretirees.ca

Saskatchewan

SK22 NORD-OUEST DE LA SASKATCHEWAN

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

SK23 MOOSE JAW

A/s de Jeff Wall
267, ch. Wellington
Moose Jaw (Sask.) S6K 1C5
306-693-3848
mcwall@sasktel.net

SK24 REGINA ET RÉGION

2001, rue Cornwall, unité 112
Regina (Sask.) S4P 3X9
306-359-3762
regina@federaretirees.ca

SK25 SASKATOON ET RÉGION

C.P. 3063, succ. Main
Saskatoon (Sask.) S7K 3S9
306-270-7630
retraitesfederaux.ca/saskatoon
saskatoon@federalretirees.ca

SK26 PRINCE ALBERT ET DISTRICT

C.P. 211, Candle Lake (Sask.) S0J 3E0
306-314-5644
306-921-4449 (RSVP)
gents@sasktel.net

Activité de Noël : 4 déc., à midi, Hôtel
Coronet, 3551, 2^e Av. O. — **10 \$ RSVP**

SK29 SWIFT CURRENT

847, ch. Field
Swift Current (Sask.) S9H 4H8
306-773-5068
leymshon@sasktel.net

Manitoba

MB30 OUEST DU MANITOBA

A/s de 311, av. Park E.
Brandon (Man.) R7A 7A4
1-855-304-4700
retraitesfederaux.ca/western-manitoba
westernmanitoba@federalretirees.ca

MB31 WINNIPEG ET DISTRICT

3336, av. Portage, unité 526
Winnipeg (Man.) R3K 2H9
204-989-2061
winnipeg@federalretirees.ca

Bénévoles recherchés : médias et site
Web, recrutement, marketing, vente
de billets de tirage moitié-moitié (court
terme), photographe d'événements
(court terme)

MB32 CENTRE DU MANITOBA

12, av. Radisson
Portage La Prairie (Man.) R1N 1A9
204-856-0662
r1n1a9gj@gmail.com

MB91 EST DU MANITOBA

C.P. 58, Pinawa (Man.) R0E 1L0
431-276-6222
easternmanitoba@federalretirees.ca

Bénévoles recherchés : membres en
général

Ontario

ON33 VALLÉE DE L'ALGONQUIN

C.P. 1930, Deep River (Ont.) K0J 1P0
613-735-4939 (président)
fsnaalgonquinvalley.com
avb.on33@gmail.com

ON34 PEEL-HALTON ET RÉGION

550, rue Kerr
C.P. 20015
Oakville (Ont.) L6K 3Y7
1-855-304-4700
retraitesfederaux.ca/peel-halton
nafrtreasureron34@gmail.com

ON35 HURONIE

80, rue Bradford
Barrie (Ont.) L4N 6S7
905-806-1954
retraitesfederaux.ca/huronia
huronia@federalretirees.ca

Assemblée générale : 6 mai 2026, à
11 h, à la filiale n° 147 de la Légion royale
canadienne, 410, rue St. Vincent — **10 \$**
🍴 🧑 **RSVP**

Bénévoles recherchés : vice-président-e,
secrétaire, communications, recrutement

ON36 BLUEWATER

A/s de 865, ch. Shefford
Ottawa (Ont.) K1J 1H9
1-855-304-4700
service@retraitesfederaux.ca

ON37 HAMILTON ET RÉGION

10, ch. Ramsgate
Stoney Creek (Ont.) L8G 3V5
905-906-8237
hamiltonarea@federalretirees.ca

ON38 KINGSTON ET DISTRICT

C.P. 1172, Kingston (Ont.) K7L 4Y8
1-855-304-4700
retraitesfederaux.ca/kingston

ON39 KITCHENER-WATERLOO ET DISTRICT

A/s de 865, ch. Shefford
Ottawa (Ont.) K1J 1H9
519-742-9031
retraitesfederaux.ca/kitchenerwaterloo
kitchenerwaterloo@federalretirees.ca

ON40 LONDON

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

LÉGENDE Pour plus de précisions, communiquez avec votre section.



– De la nourriture sera servie.



– Conférencier



– Il y a des coûts pour les membres et leurs invités. Les montants présentés indiquent le prix.

RSVP – RSVP requis. Date limite indiquée. Contactez le numéro de téléphone ou le courriel indiqué.



– Les invités et les membres potentiels sont les bienvenus à cet événement.

ON40 LONDON (SUITE)

Assemblée générale : 11 mars 2026, à la filiale n° 533 de la Légion royale canadienne, 1276, rte Commissioners O., London, détails à venir par courriel

ON41 PÉNINSULE DU NIAGARA

C.P. 235, Succ. Jordan (Ont.) L0R 1S0
289-969-5414
nafsecretaryniabran41@outlook.com

ON43 OTTAWA, NUNAVUT ET INTERNATIONAL

2285, boul. St-Laurent, unité B-2
Ottawa (Ont.) K1G 4Z5
613-737-2199
nafottawa.com
nafottawa.com/our-past-events (webinaires)
facebook.com/nafottawa
info@nafottawa.com

ON44 PETERBOROUGH ET RÉGION

C.P. 2216, succ. Main
Peterborough (Ont.) K9J 7Y4
705-786-0222
jabrown471@outlook.com

ON45 QUINTE

1, rue Forin
Belleville (Ont.) K8N 2H5
613-848-3254
quintebranch@federalretirees.ca

ON46 QUINTRENT

77, rue Campbell
Trenton (Ont.) K8V 3A2
613-394-4633 (boîte vocale)
nafr46@bellnet.ca

ON47 TORONTO ET RÉGION

C.P. 65120, COP Chester
Toronto (Ont.) M4K 3Z2
416-557-3408
br47nafr@gmail.com

ON48 THUNDER BAY ET RÉGION

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

ON49 WINDSOR ET RÉGION

492, av. Gilbert
Lasalle (Ont.) N9J 3M9
519-982-6963
windsorandarebranch@federalretirees.ca
danielhebert63@gmail.com

ON50 MOYEN-NORD

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

ON52 ALGOMA

C.P. 167, Echo Bay (Ont.) P0S 1C0
705-248-3301
lm.macdonald@sympatico.ca

ON53 VALLÉE DE L'OUTAOUAIS

C. P. 20012
Place Carleton (Ont.) K7C 4K3
1-855-304-4700
retraitesfederaux.ca/ottawavalley
ottawavalley@federalretirees.ca

ON54 CORNWALL ET DISTRICT

C.P. 28, Long Sault (Ont.) K0C 1P0
343-983-0505
federalretirees.cornwall@gmail.com

ON55 YORK

10225, rue Yonge, Unité R116
Richmond Hill (Ont.) L4C 3B2
1-855-304-4700
retraitesfederaux.ca/york
federalretirees.york@gmail.com

ON56 HURON-NORD

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

Québec**QC57 QUÉBEC**

660, 57^e Rue O., unité 162
Québec (Qué.) G1H 7L8
1-866-661-4896
418-661-4896 (RSVP, AGA)
418-626-8383 (informations, déjeuners à Québec)
418-833-2221 (informations, déjeuners à Lévis)
anrf-sq.org (infos, AGA)
facebook.com/retraitesfederauxquebec
anrf@bellnet.ca
voiegis28@gmail.com (informations sur les déjeuners à La Baie et à Alma)

Assemblée générale annuelle :

10 avril 2026, à 9 h, au Patro Roc-Amadour, 2301, 1^{er} Av., Québec, plus de détails sur le site Web de la section — **RSVP**

Déjeuners à Québec : 28 janv. 2026, 25 févr. 2026, à 8 h 30, Restaurant Pacini, 2013, boul. Lebourgneuf, Québec — \$ 🍴

Déjeuners à Lévis : 2 déc., 5 févr. 2026, 5 mars 2026, à 10 h, Délice Resto Lounge, 146, Route du Président-Kennedy, Lévis — \$ 🍴

Sous-section du Saguenay-Lac-Saint-Jean

Assemblée générale d'information : Mai 2026, détails à venir

Déjeuners à La Baie : 2 déc., 6 janv. 2026, 3 févr. 2026, 3 mars 2026, à 9 h, Restaurant Lucerne, 1302, rue Bagot, La Baie — \$ 🍴

Déjeuners à Alma : 28 janv. 2026, 25 févr. 2026, à 9 h, Restaurant Pacini, Hôtel Universel, 1000, boul. des Cascades, Alma — \$ 🍴

Sous-section du Bas-St-Laurent-Gaspésie

Assemblée générale d'information à Gaspé : 3 juin 2026, détails à venir

Assemblée générale d'information à Matane : 4 juin 2026, détails à venir

QC58 MONTRÉAL

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

Présentation sur le mandat de liquidation, parties 1 et 2 (Zoom) :

15 janv. 2026, 29 janv. 2026, à 13 h 30

Présentation d'Héma-Québec (Zoom) : 18 févr. 2026, à 10 h 30

Présentation Le droit au logement : détails à venir

Dîner à la cabane à sucre : détails à venir

QC59 CANTONS-DE-L'EST

1871, rue Galt O.
Sherbrooke (Qué.) J1K 1J5
819-829-1403
info@anrf-cantons.ca
anrf-cantons.ca

QC60 OUTAOUAIS

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

LÉGENDE Pour plus de précisions, communiquez avec votre section.



– De la nourriture sera servie.



– Conférencier



– Il y a des coûts pour les membres et leurs invités. Les montants présentés indiquent le prix.



– RSVP requis. Date limite indiquée. Contactez le numéro de téléphone ou le courriel indiqué.



– Les invités et les membres potentiels sont les bienvenus à cet événement.

QC61 MAURICIE

C.P. 1231, Shawinigan (Qué.) G9P 4E8
819-537-9295
873-664-5625

retraitesfederaux.ca/mauricie
anrf.mauricie@gmail.com
anrf-mauricie.adhesion@outlook.fr
activites.anrf.mauricie@gmail.com

Dîner de la Nouvelle Année :

14 janv. 2026, à 11 h 45, restaurant Casa Grecque Place Biermans, 6183, boul. Royal, Shawinigan — 🍴

Déjeuner de la Saint-Valentin :

11 févr. 2026, à 9 h, restaurant Maman Fournier, 3125, boul. des Récollets, Trois-Rivières — 🍴

Déjeuner mensuel : 11 mars 2026,

à 9 h 15, restaurant Chez Auger, 493, 5^e Rue de la Pointe, Shawinigan — 🍴

QC93 HAUTE-YAMASKA

C.P. 25, succ. Bureau-Chef Granby (Qué.) J2G 8E2
450-915-2311
haute-yamaska@retraitesfederaux.ca

Nouveau-Brunswick

NB62 FREDERICTON ET DISTRICT

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

NB63 MIRAMICHI

4470, rue Water Miramichi (N.-B.) E1N 4L8
506-625-9931
smithrd@nb.sympatico.ca

NB64 SUD-EST DU N.-B.

281, rue St. George C.P. 1768, succ. Main Moncton (N.-B.) E1C 9X6
506-855-8349
southeastnb@federalretirees.ca

NB65 BAIE DE FUNDY

C.P. 935, succ. Main Saint John (N.-B.) E2L 4E3
506-529-3164
retraitesfederaux.ca/fundy
fundyshores@federalretirees.ca

NB67 HAUT DE LA VALLÉE

4, allée Demerchant Hillandale (N.-B.) E7H 1X1
506-426-7335
uppervalleynb@gmail.com

NB68 RÉGION DE CHALEUR

6, rue Pine Campbellton (N.-B.) E3N 3C3
506-759-9722
chaleur@retraitesfederaux.ca

Nouvelle-Écosse

NS71 CÔTE SUD

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

NS72 COLCHESTER-EAST HANTS

A/s de 865, ch. Shefford Ottawa (Ont.) K1J 1H9
902-662-4082
902-986-8996
colchester-easthants@federalretirees.ca

NS73 CENTRE DE LA NOUVELLE-ÉCOSSE

238A, av. Brownlow, unité 102 Dartmouth (N.-É.) B3B 1V5
902-463-1431
nafr73@outlook.com

NS75 OUEST DE LA NOUVELLE-ÉCOSSE

C.P. 1131, Middleton (N.-É.) B0S 1P0
902-765-8590
retraitesfederaux.ca/western-nova-scotia
nafr75@gmail.com

NS77 CAP-BRETON

C.P. 785, Sydney (N.-É.) B1P 6J1
902-304-2046
wheelhouse@seaside.ns.ca

NS78 CUMBERLAND

C.P. 303, Parrsboro (N.-É.) B0M 1S0
902-661-0613
snowshoe@ns.sympatico.ca

NS79 ORCHARD VALLEY

C.P. 815, succ. Main Kentville (N.-É.) B4N 4H8
902-385-2729 (secrétaire)
nafrns79@hotmail.com

NS80 NOVA-NORD

C.P. 924, succ. Main New Glasgow (N.-É.) B2H 5K7
902-485-5119
margaret.thompson@bellaliant.net

Île-du-Prince-Édouard

PE82 CHARLOTTETOWN

138, ch. Richard Charlottetown (Î.-P.-É.) C1A 8G7
1-855-304-4700
federalretireescharlottetown@gmail.com

PE83 SUMMERSIDE

102, ruelle Schoolhouse, unité 39 Stanley Bridge (Î.-P.-É.) C0A 1N0
902-214-0475
summersidepe83@gmail.com

Terre-Neuve-et-Labrador

NL85 OUEST DE TERRE-NEUVE-ET-LABRADOR

A/s de Mike Ryan 5, avenue Tamarack Pasadena (Terre-Neuve) A0L 1K0
709-686-5059
manthonyryan45@gmail.com

NL86 CENTRE DE TERRE-NEUVE

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

NL87 AVALON-BURIN

C.P. 21124, COP ch. MacDonald St. John's (T.-N.-L.) A1A 5B2
709-769-6583
avalonburin@federalretirees.ca

Souper et soirée dansante de Noël :

5 déc., à 18 h 30, à la filiale n° 1 de la Légion royale canadienne, 57, route Blackmarsh, St. John's — 🍴

Assemblée générale : 21 janv. 2026,

à 14 h, à la filiale n° 1 de la Légion royale canadienne, 57, route Blackmarsh, St. John's — 🍴

LÉGENDE Pour plus de précisions, communiquez avec votre section.



— De la nourriture sera servie.



— Conférencier



— Il y a des coûts pour les membres et leurs invités. Les montants présentés indiquent le prix.



RSVP – RSVP requis. Date limite indiquée. Contactez le numéro de téléphone ou le courriel indiqué.



+1 – Les invités et les membres potentiels sont les bienvenus à cet événement.

Avis de décès

BC01 CENTRE DE LA VALLÉE DU FRASER

Art Baglot
John Barmby

BC02 CHILLIWACK

Rollie Keith
Barbara Landry
Mary Meline Ryall
Rosalea Warkentin

BC03 DUNCAN ET DISTRICT

Michael Beggs
Keith Doak
Brian Jackson
Marian Pattenden

BC04 OUEST DE LA VALLÉE DU FRASER

Earl Mohns

BC05 CENTRE DE L'ÎLE-CÔTE DU PACIFIQUE

David Blythe
Terrance Bunzenmeyer
Malcolm Cavanagh
Patricia Cavanagh
Herbert Harding
Virginia Marrion
Dorothy McCuish
Michele McNeil
Doris Glory Miller
Cherie Newton
Jack M. Roy
Mike Smith
Alban Turpin
Meryvn A. Montgomery
Peter Ushko

BC06 SECTION NORD DE L'ÎLE – JONH FINN

James Caves
Toni Edwards
Marion Flynn
Shirley Hansen
June Heaton
Alex Ingram
Marilyn Isler
Rodney Ives
Edith Kelly
Glenda Kinney
Gregory MacAulay
Annette Moran
Richard Page
Fred Paradie
Cecila Saele
Bud Wilds

BC07 CENTRE DE L'OKANAGAN

Grant MacDonald
Gordon L. Shufflebotham

BC08 VANCOUVER

Margaret Shiu

BC09 VICTORIA-FRED WHITEHOUSE

Clayton Bullis
Lyle Coulter
Cornelia deBontd
Michael Dyer
Eileen Fell
Peter Ford
Frank Hawboldt
Eha Hinch
Peter Hurley
Carol MacDonald
Donald Miller
Murray Press
Sharon Schaalje
Norman Smith
Susan May Smith
Gail Wheeler

BC11 NORD DE L'OKANAGAN

Elizabeth Chatelain
Thomas Falls
Ann Jubenvill
Doug McGregor
William Pringle
Rhonda Tomkulak
Donald Whitehead

AB16 CALGARY ET DISTRICT

Helen Bishop
Patricia Blake
Calvin MacLean
Lucas Mulder
Harry Sekiya

AB20 MEDICINE HAT ET DISTRICT

Les Payne
Alice Stickle

MB91 EST DU MANITOBA

Sharon Biddiscombe
Colin Brown
Beatrice Jarvis
Cora Ott

SK25 SASKATOON ET RÉGION

Lorne K. Fehr
Garry Joynt
Leni (Magdalena) Wedenig

ON33 VALLÉE DE L'ALGONQUIN

Albert De Bac
G. P. Dionne
W. G. Frank
Mary Louise Greiner
Anne Seddon
Norma Yeatman

ON37 HAMILTON ET RÉGION

Kamlesh Gupta
A. Hendriksen

ON38 KINGSTON ET DISTRICT

Sidney B. Richardson
Gary Ford
Leona M. Proctor
William C. J. Smith
Ronald E. M. Smith
Patricia Muriel Bungay
Rodney M. McKenna

ON 39 KITCHENER-WATERLOO ET DISTRICT

Janice N. Adkins
Sandra Grant
Andrey Tarasiuk

ON43 OTTAWA

David Campbell
Jean Cummings
Jacques LaRose
Grant Macdonald
Patricia Marsden-Dole

ON53 VALLÉE DE L'OUTAOUAIS

Leslie Huskins

ON54 CORNWALL ET DISTRICT

Claude Desormeaux
Francis Rae
LeVoguer

ON55 YORK

Robert Ryan

QC57 QUÉBEC

Yvan Bédard
Jacques Bonin
Jean-Charles H. Bouchard
Jean-Luc Desgranges
Gilles Fournier
Jacques Bernard Giard
Micheline Pitre
Eugène Plante
Thérèse Simard

QC58 MONTRÉAL

Normand Angers
Réal Bossé
Hélène Bourgeois
Serge R. Brault
J. Champagne
Michel David
N. Dodier
Serge Fecteau
Micheline Gagnon
Jean-Jacques Gagnon
Louis-Albert Gauthier
Normand Girouard
Boris O. Gitkow
Arthur J. Hamilton
Michel Hébert
Hélène Labarre
Claude Parent
Suzanne Robillard
Cécile Thibault
Louise Trottier

QC61 MAURICIE

Serge Désaulniers
René Lafrenière

NB64 SUD-EST DU NOUVEAU-BRUNSWICK

Paul C. Blaquièr
Pauline Cormier
Carol Eldridge
James C. Garland
Marilyn Prescott
Jean-Paul Richard
Yvette Richard

NB65 BAIE DE FUNDY

Bonnie Casey
Joe Coughlan
Donald Graeme
Mary de Papp
Dave Stewart

NS72 COLCHESTER-EAST HANTS

Timothy Fulton
Doug Pike

NS73 CENTRE DE LA NOUVELLE-ÉCOSSE

Joseph Murchie

NS75 OUEST DE LA NOUVELLE-ÉCOSSE

Beatrice Cauet
Hulbert Comeau
Robert Dolomont
Eric Frederick
Agnes Grovestine
Wayne Henderson
Judith Isles
Charles Johnston
Emma Kellough
Teresa Lawrence
Vernon Leblanc
Perri Lewis
Earl Morrell
Louisa Robertson
Viateur Saulnier
Winna Smith
Gerard Theriault

NS80 NOVA-NORD

Terri Manning

PE83 SUMMERSIDE

Diana Marie Gaudet

NL87 AVALON-BURIN

Betty Leonard



*Merci d'avoir référé
des nouveaux
membres*

Méga campagne de recrutement

Nous tenons à remercier sincèrement toutes les personnes qui ont référé des nouveaux membres lors de la Méga campagne de recrutement de cette année (MCR), qui a pris fin le 21 novembre 2025. À nouveau, nos membres et nos bénévoles se sont mobilisés pendant cette campagne importante, contribuant à renforcer nos démarches de défense des pensions et des prestations, tout en bâtissant une communauté solidaire de la sécurité de la retraite et du vieillissement en santé pour tous les Canadiens. La Méga campagne de recrutement demeure l'une de nos initiatives les plus percutantes auprès des membres. Elle fait connaître l'association et soutient notre mission commune : protéger les pensions et les prestations, promouvoir le

vieillessement en santé et faire progresser la sécurité de la retraite pour tous les Canadiens.

Un gros merci à nos commanditaires — Collette, belairdirect, IRIS Advantage, HearingLife et Red Wireless — pour leur partenariat continu et leurs généreuses contributions aux prix.

La MCR ne serait pas possible sans l'enthousiasme et l'engagement de nos membres. Chaque référence contribue à l'essor de l'association et renforce le rayonnement de nos démarches de défense des intérêts. Merci de votre participation!

Pour connaître les lauréats des prix de cette année et les détails de la campagne de l'année prochaine, restez à l'affût!

Ensemble, nous faisons progresser notre cause, un membre à la fois.

Faites cadeau d'une adhésion en cette saison des fêtes!

Vous ne savez pas quoi offrir à cette personne qui a déjà tout? Vous cherchez le cadeau de retraite idéal pour un employé fédéral à la retraite ou en poste que vous aimez bien? L'Association des retraités fédéraux est heureuse d'offrir à ses membres la possibilité d'offrir une adhésion en cadeau à des personnes admissibles. (Veuillez noter que les adhésions-cadeaux ne sont disponibles que par téléphone. Les membres actifs et retraités de la fonction publique fédérale, des Forces armées

canadiennes et de la GRC; les juges de nomination fédérale; ainsi que leurs conjoints et survivants, peuvent devenir membres de Retraités fédéraux.) Il suffit de nous appeler sans frais au 1-844-598-9498 et nous nous chargerons du reste pour vous.



Renouvelez votre adhésion

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

Pour payer par carte de crédit :

Connectez-vous à retraitesfederaux.ca

Pour payer par chèque :

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

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

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

Cotisations en 2026

	Année	Mois
Individuelle	58,80 \$	4,90 \$
Double	76,44 \$	6,37 \$

Comment adhérer :

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

Vous déménagez?

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

Nous serons heureux de vous servir.

J'y crois
Je donne
C'est important

I care
I give
It matters



**LE GOÛT DE SERVIR
NE PREND JAMAIS SA RETRAITE**

Chaque année, les employés fédéraux à la retraite continuent de faire une réelle différence grâce à la CCMTGC.

Rien que l'an dernier, des retraités comme vous ont donné plus de 3,9 millions de dollars pour soutenir leurs communautés – en aidant à offrir des soins de santé vitaux, à épauler les proches aidants et à fournir un logement sûr à ceux qui en ont le plus besoin.

En cette période des fêtes, **offrez le cadeau le plus précieux : l'espoir.** Faites un don avant le 31 décembre et recevez un reçu fiscal pour 2025.

Votre générosité ne se limite pas à financer des programmes – elle apporte aussi courage, dignité et compassion à d'innombrables Canadiens.



**DONNEZ
AUJOURD'HUI**



EN LIGNE
uwco.ca/CCMTGC/Retraites



PAR TÉLÉPHONE
1-877-379-6070



**Centraide
United Way**



**PARTENAIRESANTÉ
HEALTHPARTNERS**

Explorez le monde en toute sérénité, toute l'année.



Les membres de Retraités fédéraux pourraient bénéficier de tarifs préférentiels sur l'assurance voyage (anciennement MEDOC^{MD}), avec notre partenaire d'assurance, belairdirect.

Visitez belairdirect.com/fr/federal-retirees
ou appelez **1 833 583.3301** pour une soumission

belairdirect.
assurance voyage