



Infolettre

Septembre 2023



Association nationale
des retraités fédéraux / National Association
of Federal Retirees

L'infolettre de l'Association nationale des
retraités fédéraux - Section Outaouais

Bienvenue à Lynn McCarragher, nouvelle directrice-adjointe à l'ANRF - Outaouais

Nous souhaitons la bienvenue à notre nouvelle directrice-adjointe qui s'est jointe à nous au mois d'août. Le CA et le personnel sont très heureux d'accueillir cette jeune retraitée de la fonction publique fédérale qui est spécialisée dans le domaine des communications, des relations publiques, de la technologie de l'information et des événements.



Lynn McCarragher
Directrice-adjointe, ANRF - Outaouais

Son mandat premier est de mettre en œuvre au cours de l'année 2023-24, notre programme de recrutement et de rétention élaboré par sa prédécesseure. Et c'est avec enthousiasme que nous serons là pour la soutenir dans cet exercice important qui aura des retombées positives pour la section Outaouais.

Au plaisir de travailler ensemble pour le futur de notre association,

Donald Déry, président

Message de l'ANRF sur le passage du RSSFP à Canada Vie

Le passage du Régime de soins de santé de la fonction publique (RSSFP) de Sun Life à la Canada Vie le 1^{er} juillet dernier ne s'est pas fait sans difficulté pour nos membres. Voici la dernière [mise à jour](#) de l'Association des retraités fédéraux sur cette transition.



Prix de reconnaissance du 60^e anniversaire de l'ANRF décerné à Pierre Cousineau

En cette année spéciale marquant le 60^e anniversaire de notre association, il nous fait plaisir de vous annoncer que Pierre Cousineau, un bénévole reconnu et dynamique, autant à l'échelon de sa section ou de sa région, mais aussi à l'échelle de la province du Québec a reçu le Prix de reconnaissance du 60^e anniversaire de l'ANRF lors de la dernière assemblée annuelle des membres.



M. Cousineau a siégé près de 10 ans au conseil d'administration de la section Outaouais, dont les cinq dernières à titre de président. Par la suite, il s'est engagé comme un ardent défenseur et conseiller bénévole sur les enjeux reliés aux aînés, qu'ils soient d'ordre régional ou provincial. Il a aussi présidé la Table de concertation des aînés et retraités de l'Outaouais (TCARO), un forum régional de sensibilisation et d'appui aux enjeux concernant les aînés. Il est également vice-président de la Conférence des Tables régionales de concertation des aînés du Québec. Son travail au niveau provincial a compris des négociations avec le Conseil du Trésor du Québec et le Secrétariat des aînés du Québec.

Pierre a aussi participé de nombreuses causes bénévoles soit auprès des scouts, la société Alzheimer, l'association de copropriété ou le hockey junior. Sa présence et sa persévérance ont permis à notre association de grandir et de prospérer au fil des ans. Nous ne pouvons pas imaginer un meilleur moyen de célébrer notre 60^e anniversaire que de remercier Pierre très chaleureusement pour tout ce qu'il a accompli au cours de ses années de bénévolat.

VISIOCONFÉRENCE de septembre !!

VISIOCONFÉRENCE
pour les membres de l'ANRF

La relation de couple lors de la retraite

MERCREDI 27 SEPTEMBRE 2023
9 H 30 À 10 H 30

A small portrait of Manon Lafrenière, a woman with short grey hair and glasses, smiling. Below her name and title, there is a larger image of an elderly couple embracing outdoors at sunset.

La relation de couple lors de la retraite

Vous êtes invités à vous joindre à la section de l'Outaouais pour une visioconférence par Madame Manon Lafrenière intitulée : « La relation de couple lors de la retraite ! », qui sera présentée le 27 septembre en français de 9h30 à et en anglais de 11h00 à 12h00.

La retraite est un grand changement de vie non seulement au niveau carrière et social, mais aussi au niveau de la vie de couple, qui parfois peut présenter un défi, car c'est d'être ensemble 24/7.

Ne manquez pas cette occasion, car bien s'entendre, ça change tout ! Pour vous inscrire, veuillez cliquer [ici](#).

La **MÉGA CAMPAGNE** de **RECRUTEMENT** est en cours !

Pour avoir la chance de gagner l'un des 14 superbes prix, référez un nouveau membre. Il n'y a aucune limite au nombre de bulletins de participation que vous pouvez soumettre ! Plus le nombre de personnes que vous référez est élevé, plus vous courez de chances de gagner ! Pour plus détails visitez [ce lien](#) !



1^{er} octobre : Journée nationale des aînés



- La Journée nationale des aînés est le 1er octobre! Ne manquez pas cette occasion de reconnaître et de célébrer les Canadien·ne·s âgés.
- Vieillir dans la dignité importe, lors de la Journée nationale des aînés et tous les jours.
- Bonne Journée nationale des aînés ! Les Canadien·ne·s de tous âges apportent une

contribution significative en tant qu'ami·e·s, bénévoles, collègues, collaborateur·trice·s et proches.

- Une des meilleures façons de célébrer la Journée nationale des aînés est de soutenir le vieillissement en santé. Ajoutez votre voix à notre campagne sur les soins aux personnes âgées!
- En l'honneur de la Journée nationale des aînés, revendiquons l'amélioration des soins de longue durée et des soins à domicile au Canada!

Visitez [ce lien](#) pour plus de renseignements sur la journée.



Un petit déjeuner-conférence s'annonce en octobre !

INSCRIVEZ-VOUS !! Les membres de l'ANRF - Outaouais sont conviés à un petit déjeuner-conférence le **mercredi 18 octobre 2023**. La rencontre sur le thème de l'assurance voyage Médoc aura lieu en matinée à la salle Giguère de la Cabane en bois rond, 331, boul. Cité-des-Jeunes, Gatineau (Secteur Hull). Inscriptions par courriel admin@anrf-outaouais.ca ou par téléphone au 819-776-4128. Inscrivez-vous maintenant, les places sont limitées !

Gratuit pour les membres de l'ANRF!
10\$ comptant pour les non-membres!

ACTIVITÉS DE PARTENAIRES...

L'ANRF Y SERA... VENEZ NOUS RENCONTRER!!



SALON fadoq distinction
PRÉSENTÉ PAR **Lobe**
Région Outaouais **50+**
Les 21 & 22 octobre 2023
Palais des congrès de Gatineau
ENTRÉE GRATUITE!

PLUS DE 125 EXPOSANTS - SPECTACLES
FOIRE DE L'EMPLOI 50+ - CONFÉRENCES

fadoq Région Outaouais

Five small portraits of people are shown at the bottom of the poster.



Le 1er vendredi du mois...

6 octobre
La Siclle - Francine Craig

3 novembre
La Mongolle - Claire Morrisette

1er décembre
Afrique du Sud - Réjean Fontaine

La Corps vous invite...
Gratuit pour les membres de l'ANRF !!



Automne 2023
PETITS EXPLORATEURS
Cabane en bois rond, salle Ciguère
de 9 h 30 à 11 h 30
331, boul. Cité-des-Jeunes
INFO : 819-776-6015

Lancement de la programmation de l'Université du troisième âge Outaouais



L'université du troisième âge - Outaouais a lancé la programmation de ses activités de la session automne 2023. Les cours et les conférences portent sur des domaines tels que la politique, les sciences, l'histoire, l'art et la culture, et ce, « *pour le plaisir d'apprendre* ». Pour les détails et pour s'inscrire, veuillez cliquer [ici](#).

CONTACTEZ-NOUS !



Vous avez des questions, commentaires ou suggestions, n'hésitez pas à communiquer avec nous. Vous voulez vous impliquer en tant que bénévoles, écrivez-nous à admin@anrf-outaouais.ca

Aussi, nous sommes dans la période de recrutement de partenaires privilégiés pour faire profiter de rabais à nos membres de l'ANRF - Outaouais. Si vous avez un commerce à nous suggérer ou encore vous connaissez une personne qui aimerait devenir partenaire avec nous, nous vous remercions de nous en faire part.



Septembre est un mois trépidant d'activités, amusez-vous bien!



Donald Déry
Président
Association nationale des retraités fédéraux
Section Outaouais (Q60)
115-331 Boul. De La Cité-Des-Jeunes
Gatineau, QC, Canada, J8Y 6T3
(819) 776-4128

<https://www.federalretirees.ca/fr/sections/quebec/section-outaouais>
<https://www.facebook.com/anrfoutaouais/>