

NOUVELLES / ÉVÉNEMENTS DU MOIS

Dîner de Noël par l'AQDR Montmagny-L'Islet – Repas et Ambiance de Fêtes.

Judi le 17 décembre 2009, à 11h45.

Lieu : Centre Rousseau (aréna), 390, rue Verreault, Saint-Jean-Port-Joli.

- Animation musicale par Jean-Paul Lizotte. - Échange de cadeaux.

Proches aidants – Un fonds de 200M\$: Le gouvernement du Québec et une société de la famille Chagnon lancent un fonds de 200 millions \$ sur 10 ans. De cette somme, 75 % seront consacrés au soutien aux proches aidants qui aident les personnes atteintes de la maladie d'Alzheimer.

« **Tel-Écoute** » Ouvert durant le temps des Fêtes :

Lundi au vendredi : 18h00 à 3h00 - Samedi et dimanche : 12h00 à 3h00.

Les bénévoles écoutants se mobilisent afin d'offrir une oreille attentive durant la période des Fêtes.

ANONYME, CONFIDENTIEL et GRATUIT ☺ 418.248.4445 ☺ 418.598.3393

Préparez-vous pour Noël !

Prévoyez un cadeau d'échange lors de notre dîner de Noël.

Et écrivez votre nom sur le cadeau offert.

Valeur : 10 \$

Conseil d'administration 2009-2010 :

Présidente : Colette St-Onge, 247.5246

Vice-présidente : Poste vacant.

Secrétaire : Marcelle J.-Deschênes, 247.5981

Trésorière : Christiane Gendron, 248.2011

Responsable du bulletin : Colette St-Onge, 247.5246

Collaboratrices : Annette Bélanger, Georgette Aubin

Mise-en-page : Guylaine Hudon

Site Internet : www.aqdr.org

Administratrices : Annette Bélanger, 598.7207

Pauline Bélanger, 598.3878

Estelle Pelletier, 598.7038

Micheline Bourdeau, 247.3744

Courriel : aqdr.lislet@videotron.ca

Pour nous rejoindre : AQDR Montmagny-L'Islet

☎ 418.248.2333 Sans frais : 1 877 948.2333 📠 418.248.2334

Adresse postale : 74, avenue Couture, Montmagny, G5V 3Y5

NOUS AIMERIONS RECEVOIR VOS COMMENTAIRES ET SUGGESTIONS.

L'Arbre et ses Racines

MRC Montmagny et L'Islet Bulletin mensuel numéro 37 Décembre 2009



Association québécoise de défense des droits
des personnes retraitées et préretraitées

MOT DE LA PRÉSIDENTE

AH! LE « TEMPS DES FÊTES » ¹⁾

En ce « Temps des Fêtes » qu'on dit de rencontre, de partage et d'échange pourquoi certains, et peut-être plusieurs, ressentent-ils un malaise à son approche?

Serait-ce que la rencontre n'en est pas vraiment une. Celle où nous ressentons la tendresse et l'empathie dans l'écoute. Où l'autre est présent. Où nous libérons les tensions, Oh! Oh! Oh!

Serait-ce que le partage ne nous apparaît plus équitable? Où nous changeons de rôle et ne sommes plus les plus généreux dans les cadeaux et l'endurance. Mais où nous faisons des efforts dans une performance non point physique mais relationnelle.

Serait-ce que ça ne constitue pas un véritable échange? Où nous reconnaissons le mot juste émanant de l'expérience, des dépassements et de la croissance personnelle. Où les paroles bienfaitantes proviennent de l'âme et montent à la surface comme une vague de fond.

Initions une nouvelle façon de passer ce « Temps des Fêtes ». Qu'il devienne une expérience relationnelle remplie de tendresse. Soyons des écoutants à la recherche du meilleur de l'autre. En étant disponible, curieux et désireux de voir l'autre s'élever dans son espace de Vie, nous lui confirmerons la Joie d'exister. Et nous deviendrons ainsi bâtisseurs d'une forteresse pour la Vie.

Colette St-Onge

¹⁾ Inspiré de « *Les Deuils et les Pertes* » de Johanne de Montigny.

ACTUALITÉ

Correction au bulletin de novembre 2009 : « PRÉVENTION DE LA GRIPPE H1N1 » Selon Santé Canada aucun soin personnel ne peut remplacer le vaccin. Les informations invitant à se faire vacciner sont formelles.

Par la responsable du bulletin, Colette St-Onge

VOS DROITS « VIEILLIR SANS VIOLENCE »

« S'ENDETTER POUR SES ENFANTS?... »

S'il est louable que les parents veuillent le meilleur pour leurs enfants et s'il est tout à fait normal qu'ils leur donnent un coup de main pour partir correctement dans la vie, nous sommes d'avis qu'ils ne doivent pas assumer tous les risques. Ils doivent stopper l'abus et dire NON aux enfants lorsqu'ils jugent que les probabilités de pertes sont trop élevées.

Les statistiques nous informent que près de 10 % des personnes âgées sont victimes d'abus liés à l'exploitation financière. La plupart le sont par l'entourage des victimes, dont leurs propres enfants ou petits-enfants. C'est ainsi que dans trop de cas, un coup de pouce aux enfants, qu'il soit volontaire ou forcé, mène à un endettement excessif et, parfois, à la faillite. Les aînés doivent dire NON lorsque le risque de tout perdre est trop élevé. Pour aider les aînés touchés par l'exploitation financière, plusieurs organisations offrent gratuitement des services.

Ligne Info-Abus : 1 888.489.2287 Service du ministère de la Famille et des Aînés.

Service de Proximité de l'AQDR : 418.248.2333 et sans frais : 1 877.948.2333

ARNAQUE AVEC LES CARTES DE CRÉDIT

Attention! Nouvelle arnaque, très raffinée, qui se fait par téléphone :

La personne vous donne toutes les informations vous concernant comme si c'était l'Institution émettrice de la carte, soit 'Visa', soit 'Master Card' qui appelle. Elle dit qu'il leur manque seulement **votre numéro de sécurité** (NIP). C'est la partie la plus importante. NE LE DONNER JAMAIS à quelqu'un qui vous appelle. Dites que vous allez appeler directement Visa ou Master Card, car eux ne demandent jamais ce numéro.

CHRONIQUE

CRÉDIT D'IMPÔT

Frais pour soins médicaux non dispensés dans votre région ¹⁾

Si vous avez payé un montant pour vous, votre conjoint ou une personne à votre charge afin d'obtenir, à l'extérieur de votre région, des soins médicaux qui ne sont pas dispensés dans celle-ci, vous pouvez avoir droit à un crédit d'impôt si vous remplissez certaines conditions. Les frais dont il est question sont les suivants :

- Les frais de déplacement.
- Les frais de logement.
- Les frais de déménagement.

Pour demander ces frais, remplir le **formulaire Frais pour soins médicaux non dispensés dans votre région** (tp-752.0.13.1) et joindre vos **reçus**.

Renseignements à la ligne 378 du *Guide de la déclaration de revenus*.

¹⁾ Tiré de la brochure « Les personnes handicapées et la fiscalité » de Revenu Québec, 2006.

ANNIVERSAIRES

Décembre



Bourgault, Louise
Lizotte, Jean-Paul
Leclerc, Aline C.
Tanguay, Jean-Carol
Sénéchal, Denise

Côté, Mireille F.-
Lévesque, Mariette
Caron, Marielle
Duchesneau, André
Giasson, Jeannine C.

RECETTE D'ANNETTE

Bouchées aux Spécial K

Ingrédients

- 1 sac de 250 g. de *Chipits* au chocolat mi-sucré
- ¼ carré de paraffine
- 1 tasse de sucre en poudre
- ¾ tasse de beurre d'arachides
- 4 tasses de *Spécial K*

Fondre lentement la paraffine et les *Chipits*.
Ajouter le beurre d'arachides, le sucre en poudre et laisser fondre.
Retirer du feu et ajouter les *Spécial K*.
Bien mélanger.
Déposer à la cuillère sur un papier ciré.
Laisser refroidir.

Note : Peut aussi être versé dans un moule bien beurré et couper en carrés.

HUMOUR

LES PETITS FUTÉS

☼ Nous expliquons à Pauline, six ans, que le Père Noël n'existe pas. «Moi, je n'y crois pas, dit-elle, mais la maîtresse, oui. Elle en a même fait venir un dans la classe.» MG

☼ Alors que nous venions en famille assister à la messe de Noël, un prêtre originaire du Mexique nous accueille tour à tour à l'entrée de l'église en nous serrant la main et en nous souhaitant « *Feliz Navidad!* » (Joyeux Noël en espagnol). Mon petit-fils s'empresse de répondre : « *Marc-Antoine Caron, j'ai six ans* ».

« ET LE PARADIS À LA FIN DE VOS JOURS! »

☼ Dans les 16 pays sondés sauf un, une majorité de répondants pense que ce classique vœu du Nouvel An deviendra réalité. Espérances célestes : on s'attendrait à ce que les gens âgés soient plus nombreux à croire au Royaume des cieux, mais dans 7 pays (Canada, Australie, Brésil, Chine, Russie, Singapour et Espagne), il obtient plus de voix chez les moins de 45 ans. *Sondage réalisé par Sélection, déc. 2009.*