

L'ÉQUIPE

A.O.D.R. section Saint-Hubert

Le journal de l'Association québécoise pour la défense
des droits des personnes retraitées et pré-retraitées

Mai 2005

Volume 23, numéro 9

Dans ce num ro :

Activités à venir.....	Page 6
Voyage :.....	Page 3
Mot de la présidente :.....	Page 1
Anniversaires.....	Page 4
Santé :.....	Page 2
Parole d'homme :.....	Page 4
Santé 2 :.....	Page 5

Mot de la présidente

Pour ceux qui ne le savent pas déjà, je vous informe que j'ai été nommée présidente pour un deuxième mandat, vendredi le 6 mai 2005, lors de notre Assemblée Générale Annuelle. Il y avait une trentaine de membres en règle qui y ont assisté.

Merci de votre confiance. J'essaierai de continuer à offrir le meilleur de moi-même et je compte sur le Conseil d'administration élu pour m'aider dans cette tâche. Je remercie Pauline Nantel et Réal Martel, les membres du CA 2004 qui ont préféré ne pas se représenter aux élections. Réal éprouve des ennuis de santé qui l'obligent à restreindre ses activités et Pauline a d'autres obligations. Je profite de l'occasion pour vous présenter les membres du Conseil qui m'épauleront durant toute cette année : Thérèse Gauthier, vice-présidente, Pierre Lavigne, secrétaire, Richard Cyr, trésorier, Johanne Mercier, Marie McLean et Noëlline Touzin administratrices et monsieur Jean-Guy Vidal un nouveau venu qui a accepté de se joindre à notre équipe. Il reste un poste à combler. Si le cœur vous en dit, faites-nous part de votre disponibilité.

Comme je l'ai annoncé, vendredi dernier, on devra au cours de l'année procéder à certains changements et ajustements. Nous comptons actuellement plus de 270 membres dont une grande partie à cause des rabais consentis par la compagnie d'assurances La Capitale. Nous devons aussi considérer notre noyau de membres fidèles qui nous suivent et assistent à nos activités depuis des années. Cette année, une grande partie de notre budget a été engloutie par l'achat de timbres pour l'envoi des formulaires d'adhésion et l'envoi de notre journal mensuel. Heureusement, maintenant nous disposons de notre site Internet où les membres qui disposent d'une adresse courriel pourront se procurer notre bulletin que nous diffuserons de cette façon. On devra *ajuster* aussi certains autres éléments dont nous vous informerons au fur et à mesure. Je suis heureuse de continuer et je compte sur l'équipe qui m'entoure afin d'obtenir le plus de résultats positifs. Au risque de me répéter, je réitère des propos déjà tenus, à l'effet que l'AQDR est votre association et que vous avez droit de vous exprimer. Il n'est pas nécessaire de faire partie du CA pour nous soumettre des idées et vous impliquer. Parce qu'il faut toujours des soldats volontaires pour mener à bien notre mission. Bienvenue à toutes et à tous. Je vais essayer dans les prochains mois de vous informer des gestes posés par le Provincial et des causes que nous endossons.

Nous devrions continuer nos déjeuners-amitié cet été alors je vous invite à venir nous rencontrer au restaurant Bella-Pasta les 8 juillet et 12 août prochains.

Pour nos autres rendez-vous, vous voudrez bien prendre connaissance de nos autres rubriques.

L'Équipe est publié de septembre à juin
Infos. : 3825 rue Windsor, suite 211 Saint-Hubert, Qc, J4T 2Z6
Courriel : info_aqdrsth@bellnet.ca

Télécopieur : (450) 656-6229
Téléphone : (450) 656-9242
Site Web : <http://sainthubert.aqdr.org>

MANDAT EN CAS D'INAPTITUDE

À la suite du drame entourant la mort d'américaine Terri Schiavo dont le mari qui était son tuteur voulait son débranchement après 15 ans de coma, on a beaucoup parlé de mandat en cas d'inaptitude.

Je vous transmets un article à ce sujet paru dans *Le Journal de Montréal* le 8 mai 2005 de la journaliste Claire Harting.

- Tout le monde sait bien à quoi sert un testament et la plupart des gens en préparent un avant leur mort. Mais il semble que plus de 85% ne possèdent pas de mandat en prévision de l'inaptitude. Une crise cardiaque, un accident d'auto et ce peut être le coma. Qui donc gèrera vos affaires? Qui donc dira non à l'acharnement thérapeutique même s'il vous fait horreur? Vous pouvez le dire en toute conscience avec un mandat.

Un mandat en prévision de l'inaptitude (peut-être n'en aurez-vous jamais besoin) n'a rien de sorcier. Il s'agit d'un document dans lequel vous exprimez vos volontés au cas où un jour vous ne seriez plus mesure de le faire.

Un mandat peut être de deux formes différentes. Il peut être fait par un notaire (il s'agit alors d'un acte notarié) ou préparé par vous-même ou un avocat, ou encore une personne de votre choix en présence de deux témoins.

Le mandat peut être détaillé ou général. Un mandat général prévoit l'administration de l'ensemble des biens, alors qu'un mandat détaillé restreint la manœuvre du mandataire à la liste mentionnée.

Le contenu du mandat peut varier selon chacun. Vous pouvez confier à votre mandataire l'administration de vos biens, tels l'administration de vos comptes en banque, votre emprunt hypothécaire, les taxes, la perception des loyers, vendre vos propriétés etc..

Il est possible de confier à un autre mandataire le soin de votre personne ou de confier les deux responsabilités au même mandataire.

La responsabilité de prendre soin de votre personne, c'est celle de consentir à votre place aux soins médicaux requis par votre état. Si vous refusez d'être maintenu en vie artificiellement, d'être gavé, si vous voulez faire don de vos organes, il faut l'indiquer.

On peut aussi ajouter quelques petits caprices, comme par exemple, de vous amener parfois au bord de lamer ou à votre chalet.

Le mandataire peut être une personne de votre famille, un ami en qui vous avez toute confiance. Il est préférable de lui demander son accord et de nommer un comandataire, si vous le désirez.

Le mandat devient exécutoire quand la personne qui l'a rédigé devient inapte. Le mandataire doit faire homologuer le mandat pour qu'il soit exécutoire. Il faut le présenter, avec attestation médicale à un greffier ou un juge de la Cour supérieure. Une procédure qui peut être entreprise par un avocat ou un notaire.

Comment faire

Si vous rédigez vous-même votre mandat, il faut inscrire la date à laquelle vous le rédigez, votre nom, le nom du ou des mandataires, votre signature et celle de deux témoins.

Le Curateur public produit une brochure qui contient un modèle du mandat, la façon de faire homologuer un mandat par le tribunal et le rôle du Curateur public auprès des mandataires.

Cette brochure est éditée par les Publications du Québec et elle est en vente dans les librairies qui distribuent les Publications. Elle est aussi disponible sur le site Internet du Curateur public du Québec. -

Personnellement et par expérience, même si ce sujet vous semble un peu triste, je vous assure qu'il s'agit d'une sage précaution à prendre. Je sais que c'est plus facile de prévoir toutes ces choses qui nous concernent pendant qu'on est en bonne santé. Cela ne fait pas mourir. Lorsque qu'un grave problème de santé survient, qu'on ne peut plus signer nos documents et qu'on doit gérer cette situation en ajoutant l'émotion et la fatigue, c'est terrible.

Alors je pense que c'est de bon conseil de suggérer de compléter et signer un mandat.

Pendant l'été, je verrai si je peux obtenir sur Internet, cette brochure dont on parle dans l'article.

Voyage par *Denise St Jean*
Voyage à Ottawa

Nous avons rempli notre autobus. 55 personnes participeront à notre voyage. **TOUT EST COMPLET.** Je veux remercier Noëlline Touzin qui a travaillé très fort à l'élaboration de l'itinéraire en plus de la vente des billets. Noëlline a gagné son pari; elle voulait absolument que l'autobus soit plein et elle a réussi.

Je vous rappelle que le départ s'effectue à 7h00 du stationnement à l'arrière de la Station Shell.

Comme nous avons un horaire chargé, nous devons partir à l'heure.

Je suis certain que le voyage sera agréable et que les visites seront appréciées sans compter que c'est la Semaine des Tulipes à Ottawa.

Gilbert Brosseau PHARMACIEN


Fidèlement votre depuis 40ans.

Ouvert 365 jours par année

3000, MONTÉE ST-HUBERT, ST-HUBERT, QC J3Y 4J1
TÉL.: (450) 676-1857 FAX: (450) 676-2981
pharmaciebrosseau@videotron.ca

Affilié à





ASSEMBLÉE NATIONALE
QUÉBEC

Député de Vachon

Hôtel du Parlement, bureau 2.53
Québec (Québec), G1A 1A4
Téléphone: (418) 644-0751
Télécopieur: (418) 644-3712

5610, chemin Chambly
St-Hubert (Québec), J3Y 7E5
Téléphone: (450) 676-5086
Télécopieur: (450) 676-0709
camilbouchard@assnat.qc.ca



CAMIL BOUCHARD

Ouvrons les yeux sur la cécité.

Le projet *Vision 2020: le droit à la vue*, ça vous dit quelque chose? Il s'agit d'un projet de l'Organisation mondiale de la santé (OMS) qui veut éliminer la cécité évitable d'ici 2020.

Le Canada y a adhéré, mais sans présenter de plan concret pour y arriver, ce qui inquiète l'OMS et le directeur de l'École d'optométrie de Montréal, le docteur Jacques Gresset. Selon ce dernier, à moins d'un coup de barre énergétique, et principalement à cause du vieillissement de la population, le nombre de personnes atteintes d'une déficience visuelle grave aura doublé dans 20 ans et cette hausse pourrait atteindre les 72% chez les 75 ans. Mais ne paniquons pas, < 75% des cécités sont évitables si elles sont dépistées à temps> ajoute le Dr Gresset.

Au Canada, les maladies les plus fréquentes qui produisent la cécité sont la dégénérescence maculaire, le glaucome, les rétinopathies diabétiques et les cataractes, ces dernières étant facilement traitables. Le professeur Gresset insiste en soulignant que la principale source du problème est le dépistage qui, les trois quarts du temps, survient trop tard. Or, plus le traitement est commencé précocement, plus on a de chances de prévenir la déficience.

C'est pourquoi, il est fortement recommandé de consulter un optométriste au moins une fois par année à partir de ans pour se prémunir contre le glaucome, maladie silencieuse parce que asymptomatique, et la rétinopathie diabétique

Boucherie ~ Charcuterie
SLOVENIA

Le spécialiste de la choucroute

Épicerie fine ~ Viande fumée

Viande fraîche de 1er choix ~ Coupe française

Comptoir de sandwiches variés: Smoked meat, Saucisses etc.

3653, boul. St-Laurent, Montréal
Tél.: 842-3558
Fax: 842-3629



Desjardins
Caisse populaire Saint-Hubert

Siège social
2400, boul. Gaétan-Boucher
Fax: (450) 443-6705

André Benoit, CGA
Directeur général

Centre de services Iberville
5100, boul. Gaétan-Boucher
Fax: (450) 678-4432

Centre de services Hector-Martin
5045, boul. Cousineau
Fax: (450) 678-5050

Un seul numéro de téléphone: (450) 443-0047

Activités à venir

mai ~~Dîner~~ **Amiti**
Restaurant Bella Pasta
5950 boul. Cousineau, Saint-Hubert
À compter de 08h30

mai ~~Dîner~~ **Causerie** **Bien se nourrir, un plaisir!**
Dans le cadre de la Semaine de aînés, cette conférence est organisée par l'AFSAS, l'AQDR, le CAB et les paroisses de Saint-Hubert. Un nutritionniste de chez IGA répondra à vos questions concernant la nutrition, les gras trans, les omégas 3 etc.. Une dégustation santé sera offerte aux participants.

Endroit : Centre Laflèche, 3825 rue Windsor de 13h00 à 16h30.

Comme nous ne pourrions accueillir plus de 150 participants, il est préférable de réserver à l'AQDR au 656-9242. C'est gratuit.

J'aimerais que plusieurs de l'AQDR assistent à cette activité. *(Denise St Jean)*


juin ~~Dîner~~ **reconnaissance**

Centre culturel St Thomas de Villeneuve
5400 boulevard Payer, Saint-Hubert
À compter de 11h30,

Cette année, nous désirons poursuivre notre tradition, mais afin de diminuer les coûts, on demande aux participants d'apporter un plat.

Nous préparerons le menu du buffet en conséquence et on communiquera avec vous afin de connaître vos préférences. Il est bien entendu, que compte tenu du nombre de participants, la quote-part de chacun sera divisé. Il pourra avoir plusieurs personnes qui apportent de la salade de macaroni, de pommes de terre, de sandwiches etc....

Il sera plaisant de préparer de dîner communautaire et de goûter à des recettes des autres.



Livraison gratuite

PHARMACIE

GILLES MONTANARO PHARMACIEN

Lundi au Vendredi: 9:00 A.M. — 10 P.M.
Samedi: 9:00 A.M. — 6 P.M.
Dimanche: Fermé —

CENTRE D'ACHAT PAYER
5979 BOUL. PAYER BLVD.
ST-HUBERT, QUE. J3Y 0W6

TEL: 656-9100

CHAMBRE DES COMMUNES



Carole Lavallée

Députée de Saint-Bruno – Saint-Hubert
Porte-parole du Bloc Québécois en matière de travail

<i>Circonscription</i>	<i>Chambre des communes</i>
5440, chemin de Chambly	Édifice de la Confédération
Bureau 110	Bureau 224
Saint-Hubert (Québec) J3Y 3P1	Ottawa (Ontario) K1A 0A6
Téléphone (450) 926-5979	Téléphone (613) 996-2416
Télécopieur (450) 926-5985	Télécopieur (613) 995-6973

lavalc@parl.gc.ca



Bonne fête

MAI

01 Christiane Paquet
01 Colette Gervais
03 Gabrielle Crevier
04 Henriette Audy
05 Ernest Fortier
09 Augustin Lamarre
15 Jeanne d'Arc Savaria



17 Pierrette Thibault
19 Huguette Carette
20 Doria Roy
20 Germaine T. Fiset
20 Nicole Landry
22 Louis Fiset
27 Jeanne Létourneau

~~~~~

### **Parole d'homme**

*par Pierre Lavigne*

Je devrais peut-être changer mon titre, puisque nous sommes maintenant deux hommes à siéger au conseil d'administration, Richard Cyr ayant accepté le poste de trésorier de notre section de l'AQDR. Denise St-Jean a bravement accepté un deuxième mandat à la présidence de notre organisme. Elle peut compter sur notre appui et notre collaboration dans les tâches qu'elle nous confiera. Je suis persuadé que tous les membres avec lesquels je suis heureux de travailler, Thérèse Gauthier, notre vice-présidente, ainsi que toutes les autres directeurs (sic), Johanne Mercier, Marie McLean, Noëlline Touzin, pensent de même.

Nous étions 31 personnes à assister à l'assemblée générale. En apparence, c'est peu, puisque notre section compte plus de 260 membres. Mais, les chiffres sont trompeurs, car la moitié peut-être des membres habitent la région et sont inscrits en raison du rabais offert par la Capitale. À ceux-là, je fais un appel pressant, venez à l'une ou l'autre de nos activités, vous ne serez pas déçus. Vous rencontrerez des gens agréables tout en vous informant sur des questions qui devraient vous préoccuper.

De fait, la présence de nombreux membres actifs à l'assemblée est encourageante, mais chacun d'entre nous devrait amener une personne à nos déjeuners ou à notre dîner-conférence pour l'intéresser à notre mouvement. Le recrutement, c'est l'affaire de tous et c'est aussi un gage de survie.

En parlant de membres actifs, le voyage à Ottawa est complet. Trop tard, pour les retardataires. Il y a cependant, par ailleurs, des activités qui peuvent vous intéresser dans le cadre de la Semaine des aînés du 23 au 29 mai. Nous y serons. Vous trouverez dans nos pages des informations plus détaillées, sinon communiquez au 450- 463-7065.

Amitiés à tous.

Pierre Lavigne, secrétaire

## Votre permis de conduire et votre âge.

**Au moment d'atteindre 75 ans, tous les titulaires de permis de conduire reçoivent un avis de la Société de l'assurance Automobile du Québec les informant qu'ils doivent faire l'objet de deux évaluations pour renouveler leur permis de conduire : un examen de la vue et une évaluation médicale.**

La première réaction de plusieurs est de trouver cela injuste, puisqu'ils ont conduit de façon responsable durant un grand nombre d'années sans jamais avoir d'accident grave. Ils se disent que parce qu'ils sont vieux, on cherche à leur enlever leur permis de conduire.

Pourtant, ce n'est pas du tout le cas. Il s'agit tout simplement d'une mesure de précaution qui vise uniquement leur sécurité et celle des autres.

### **Il faut savoir que :**

**Jamais** un conducteur ne s'est vu retirer son permis de conduire uniquement en raison de âge.

**L'âge n'a rien à voir** avec la capacité de conduire un véhicule, mais bien la diminution ou la perte de certaines capacités physiques essentielles à la conduite d'un véhicule.

L'évaluation médicale des conducteurs est une mesure préventive dont le but ultime n'est pas d'enlever le permis de conduire, mais bien de déceler des défaillances et d'adapter les correctifs nécessaires. Elle permet aussi au médecin de sensibiliser la personne à la sécurité routière en fonction de son état de santé.

Par exemple, la vue qui est un sens essentiel à la conduite automobile a tendance à diminuer tranquillement avec l'âge; il faut donc des contrôles plus réguliers en ce sens.

Certains problèmes de santé comme le diabète, l'hypertension artérielle, les cataractes ou les problèmes cardiovasculaires ont tendance à être plus fréquents avec l'âge. Ces maladies, lorsqu'elles sont traitées ou bien contrôlées, ne sont pas incompatibles avec la conduite d'un véhicule. Cependant, en l'absence de contrôles réguliers ou de traitements adéquats, elles peuvent avoir, à long terme, des conséquences néfastes et représenter des risques pour la conduite que le conducteur lui-même peut ignorer.

L'évaluation médicale exigée est très simple, en fait, elle ne diffère aucunement d'aucun autre examen normal et doit être considérée comme un moyen préventif qui vise d'abord et avant tout la sécurité des personnes concernées.

Lorsque l'état de santé est satisfaisant, la Société de l'assurance automobile fait parvenir une lettre indiquant qu'aucune autre condition de s'ajoute au permis actuel.

Dans le cas où l'état de santé du conducteur représente un **véritable danger** pour la conduite automobile, on **suspend** le permis. Cependant, cette décision n'est jamais irréversible et peut être révisée lorsque le conducteur est en mesure d'apporter des faits nouveaux relativement à son état de santé. **Ainsi, une fois traité, il peut de nouveau demander un permis de conduire.**

*Source : Société de l'assurance automobile du Québec*

Info-communication par Ronald St-Jean, AQDR Montréal-Nord.

~~~~~

Parlant de permis de conduire, voici quelques perles en provenance de la SA.A.Q.

En avançant, j'ai cassé le feu arrière de la voiture qui me précédait. J'ai donc reculé, mais en reculant j'ai cabossé le pare-chocs de la voiture qui me suivait. C'est alors que je suis sorti pour remplir les constats, mais en sortant j'ai renversé un cycliste avec ma portière. C'est tout ce que j'ai à déclarer aujourd'hui.

Circonstances de l'accident: est passé à travers une porte vitrée lors de l'opération "portes ouvertes" de l'entreprise.