Rayonnement

AQDR

Mékinac

ASSOCIATION QUÉBÉCOISE DE DÉFENSE DES DROITS DES PERSONNES RETRAITÉES ET PRÉRETRAITÉES

AQDR Mékinac
301, St-Jacques, Local 218-A
Sainte– Thècle (Qc)
G0X 3G0

Bulletin de l'Association québécoise de défense des droits des personnes retraitées et préretraitées Section Mékinac

VOLUME 26, NUMÉRO 2 AUTOMNE 2016

L'Automne

C'est l'heure exquise et matinale que rougit un soleil soudain,
à travers la brume automnale tombent les feuilles du jardin.
Leur chute est lente.
On peut les suivre du regard en reconnaissant
le chêne à sa feuille de cuivre, l'érable à sa feuille de sang.
Les dernières, les plus rouillées,
tombent des branches dépouillées,
mais ce n'est pas l'hiver encore.
Une blonde lumière arrose la nature, et, dans l'air tout rose,
on croirait qu'il neige de l'or.

François COPPÉE (1842-1908) *Le Cahier rouge*

Conseil d'administration de l'AQDR

Claude Trudel, président
Micheline Bertrand, vice-présidente
Huguette Lévesque, secrétaire
Denyse Hudon, trésorière

Administratrices et administrateurs

Paulette Lachance
Jean-Guy Hamelin
Gabriel Mitchell
Marcel Bédard
Gaston Bergeron

Responsables des comités 2016-2017

SANTÉ :
Huguette Lévesque
JOURNAL RAYONNEMENT :
Paulette Lachance
Participation à la correction du journal:
Mme Raymonde Lyonnais Brunelle
FORMATION :
Denyse Hudon
SOCIAL:
Paulette Lachance
RÉSEAUX LOCAUX:
Claude Trudel

Infographie

Denise Naud-Gravel, secrétaire

Impression

Trépanier Communication

Merci à tous nos commanditaires et au SACAIS

Secrétariat à l'action communautaire autonome et aux initiatives sociales
Québec

Rayonnement

Le Bulletin RAYONNEMENT
est publié par la section AQDR Mékinac

ADMINISTRATION :Bulletin RAYONNEMENT
301,Saint-Jacques, Local 218-A
Sainte- Thècle, QC G0X 3G0
Tél. : 418-289-2880, Fax: 418-289-2881
Courriel : aqdrmekinac@infoteck.qc.ca
Site internet: www.aqdrmekinac.org
Site National: www.aqdr.org

DÉPÔT LÉGAL : Bibliothèque nationale du Canada et Bibliothèque nationale du Québec

SSN 183-2398 1er trimestre 1989

TABLE DES MATIÈRES

Rayonnement

- Le Bulletin Rayonnement……...2
- Mot du président…….....3
- Important à savoir…….....4
- Petites histoires de législations sur les pensions….5
- Aliments guérisseurs suite…….....6
- Passionnant: le corps humain est un trésor.....7-9
- Le poulailler ou la ferme……..……10
- Comment faire rayonner son village?….……...11
- Le rôle des banques dans les paradis fiscaux.12-13
- Condoléances…….…..13
- Gagnants du tirage au Nationale,31 mai 2016...14
- Commanditaires……..…….....14-15
- À quand la prochaine crise?…….....16
- Programme PAIR, sauvetages et pensées……....17
- À quoi ça sert les vieux?.....…18
- Recette pour année nouvelle …….....19
- Conseil d'administration 2016-2017 et Vœux...20

Mot du président

L'AQDR se dit apolitique, oui, mais! Dans les circonstances, si nous voulons représenter les aînés, nous n'avons pas le choix d'en faire, un peu! Nous avons un devoir de critique envers celles et ceux qui font des lois et adoptent des mesures qui nous concernent. Ne sommes-nous pas en défense de droits, alors ...

On reconnait à l'AQDR quatre critères d'interventions en défense de droits, dont éducation populaire autonome, l'action politique non partisane, la mobilisation sociale et l'activité de représentation. C'est ainsi qu'au Québec, les sections de l'AQDR s'emploient à travailler sur tous ces tableaux à la fois.

Le gouvernement avec sa réforme en santé et des services sociaux, ne semble peu ou pas intéresser à nous consulter, mais plutôt à imposer des règles d'aspect plus économique que sociale à s'en remettant à la compétence d'un certain docteur. Mais pourtant, nous avons dans nos rangs, des retraités de tous horizons avec un niveau d'expérience et de compétence hors pair, capables de formuler des orientations en matière de santé. Pourquoi nous faut-il revendiquer à chaque fois le droit à être écouté. C'est pourtant nous les aînés qui faisons, à bien des égards l'objet des politiques en santé.

Comment ne pas réagir; se faire entendre des décideurs en santé, ça relève de l'exploit. On nous propose des lois sans qu'il y ait une once de consultation, de plus, il nous annonce ça comme étant une panacée, une loi qui règle tous les problèmes en santé. Bien sûr dans l'énoncé de la loi tout semble beau et bon, mais la mettre en pratique c'est une autre affaire.

Les informations nous arrivent souvent au compte-goutte et à la dernière minute, nous laissant à peine le temps d'analyser les tenants et aboutissants de celle-ci qu'il faut déjà passer à autre chose. Cependant, quand on insiste pour avoir des informations, les responsables nous disent ne pas être en mesure de nous livrer l'information, car eux-mêmes n'ont pas encore pu analyser les façons d'appliquer les dites mesures de services. Alors, chercher l'erreur!

Mesurer les conséquences de chaque directive, ça prend une expertise que nous n'avons plus. Quoique nous avons bien quelques outils, dont les organismes communautaires spécialisés, mais pas de lieux de concertation qui remplacent ce que nous avions comme structure auparavent, tant que nous avons la nostalgie des CLSC.

En concentrant le pouvoir de décisions au niveau régional, nous n'avons plus le moyen d'exprimer les besoins locaux. Maintenant, on fait partie d'un petit quelque chose, au milieu d'une région ; et qui plus est, elle-même noyée dans un tout Québécois. Nous avons comme impression de ne plus être dans le coup. Avoir été consulté, est-ce que l'on aurait choisi cela?

On assiste à une joute politique en faveur de la privatisation des services ; la santé est devenue un enjeu économique au détriment du bien-être des citoyens de tous les âges. L'argent c'est plus important que la santé, pas d'argent pas de soin. On semble revenir aux années d'avant la mise en application de l'assurance maladie. Allons-nous devoir toujours critiquer?

Claude Trudel, président

Important à savoir!

Beaucoup de gens disent qu'ils ne veulent pas boire avant d'aller se coucher pour ne pas être obligés de se lever la nuit pour aller aux toilettes.

J'ai demandé à mon cardiologue pourquoi les gens doivent tant uriner la nuit.

Sa réponse fut : Quand vous êtes debout ou assis, la force de gravité retient l'eau dans la partie inférieure de votre corps. C'est la raison pour laquelle les jambes peuvent enfler.

Quand vous êtes couché, la partie inférieure de votre corps cherche un équilibre avec les reins.

Alors les reins éliminent l'eau avec les déchets parce qu'à ce moment-là c'est plus facile.

L'eau est essentielle pour éliminer les déchets de votre corps. J'ai demandé au cardiologue quel moment est le plus favorable pour boire de l'eau. Il m'a répondu boire de l'eau à des moments bien définis en maximalise l'efficacité dans le corps.

- 2 verres d'eau juste après le réveil active les organes internes.
- 1 verre d'eau 30 minutes avant chaque repas améliore la digestion.
- 1 verre d'eau avant de prendre un bain (ou douche) diminue la tension artérielle.
- 1 verre d'eau avant de vous coucher, évite un accident vasculaire cérébral ou cardiaque

Boire de l'eau avant de vous coucher, évite d'avoir des crampes dans les jambes pendant la nuit.

Vos muscles des jambes, quand il y a des crampes, sont notamment en recherche d'eau et d'humidité.

Le Dr. Virend Somers est un cardiologue de la clinique Mayo.

1. Si vous prenez une aspirine tous les jours, le mieux c'est de la prendre le soir.

La raison : l'aspirine a une "mi-durée" de vie de 24 heures.

Donc : si la plupart des crises cardiaques se passent au petit matin, l'aspirine dans votre corps sera alors au plus fort.

2. Les Aspirines peuvent se garder pendant de longues années dans votre petite pharmacie. En vieillissant elles ont l'odeur du vinaigre.

Pourquoi garder des aspirines sur votre table de chevet ?

En dehors de douleurs dans le bras gauche, il y a encore d'autres symptômes signalant une crise cardiaque : des douleurs intenses dans le menton (et la maxillaire), la nausée et une forte transpiration… Mais ces symptômes se présentent moins souvent.

Notez : lors d'une crise cardiaque il est possible que vous n'ayez AUCUNE douleur dans la poitrine.

Si jamais vous vous réveillez à cause de douleurs intenses dans la poitrine, avalez immédiatement deux aspirines avec un peu d'eau.

Dites au téléphone: "crise cardiaque"! et également que vous avez pris 2 aspirines. Asseyez-vous sur une chaise près de la porte d'entrée et attendez les secours.

SURTOUT !!! NE VOUS COUCHEZ PAS

Petite histoire de la législation sur les pensions

Le premier débat sur les pensions de vieillesse s'est tenu à la Chambre des communes durant la session de 1906-07.

L'Année suivante, la loi sur les rentes du gouvernement fut adoptée, mais plus de 16 ans se sont écoulés avant qu'un comité spécial de la Chambre ne recommande des pensions de vieillesse aux personnes nécessiteuses de 70 ans et plus.

Le taux maximum devait être de 20$ par mois, les coûts étaient défrayés, à part égale, par le gouvernement fédéral et les provinces.

En 1925, ces suggestions furent soumises aux provinces. En 1926, un projet de loi fut présenté et adopté par la Chambre des Communes, mais rejeté par le Sénat. L'année suivante, le projet de loi fut présenté à nouveau et adopté par la Chambre et le Sénat.

Ce n'est qu'en août 1936 que la province de Québec adopta une telle législation alors que, dès 1927, la Colombie- Britannique l'avait fait.

Cette première législation fut amendée en 1931 et le gouvernement fédéral devint responsable des coûts à 75%. Durant les années 40, plusieurs modifications furent apportées à la législation de 1927.

En 1950, un comité conjoint du Sénat et de la Chambre des Communes fut organisé. Leur rapport unanime recommandait «un programme universel destiné à toute personne de 70 ans et plus, basé sur le principe contributif et administré par le gouvernement fédéral».

Enfin, le 1er janvier 1952, les dispositions de la loi sur la sécurité de la vieillesse entraient en vigueur. Cependant, l'âge pour être admissible aux prestations a varié. Ainsi, de 1952 à 1965, l'âge d'admissibilité était de 70 ans; en 1966, de 69 ans; en1967, de 68 ans; en 1968, de 67 ans; en 1969, de 66 ans et depuis 1970, l'âge est resté à 65 ans.

Évidemment, le montant des prestations a lui aussi changé souvent. Depuis 1973, la majorité trimestrielle de la pension correspond au taux d'augmentation de l'indice des prix à la consommation. Il est à noter que si l'indice diminue, la prestation reste inchangée.

J'espère que ce petit historique satisfera votre curiosité.

Aliments guérisseurs suite

Carotte	Préserve la vue	Protège le cœur	Prévient la constipation	Combat le cancer	Favorise la perte de poids
Cerise	Protège le cœur	Combat le cancer	Arrête l'insomnie	Ralentit le vieillissement	Protège contre Alzheimer
Champignon	Contrôle pression sanguine	Abaisse le cholestérol	Tue les bactéries	Combat le cancer	Renforce les os
Châtaigne	Favorise la perte de poids	Protège le cœur	Abaisse le cholestérol	Combat le cancer	Contrôle pression sanguine
Chou	Combat le cancer	Prévient la constipa-tion	Favorise la perte de poids	Protège le cœur	Aide les hémorroïdes
Chou-fleur	Protège contre le cancer de la prostate	Combat le cancer du sein	Renforce les os	Chasse les contusions (bleus)	Prémunit contre les maladies du cœur
Citron	Combat le cancer	Protège le cœur	Contrôle pression sanguine	Adoucit la peau	Arrête le scorbut
Eau	Favorise la perte de poids	Combat le cancer	Vaincre les pierres au foie	Adoucit la peau	Hydrate les tissus
Fève	Prévient la constipation	Aide les hémorroïdes	Abaisse le cholestérol	Combat le cancer	Stabilise le sucre dans le sang
Figue	Favorise la perte de poids	Freine les attaques d'apoplexie	Abaisse le cholestérol	Combat le cancer	Contrôle pression sanguine
Fraise	Combat le cancer	Protège le cœur	Stimule la mémoire	Calme le stress	Antioxydant Combat la diarrhée
Germe de blé	Combats Colon Cancer	Prévient la constipa-tion	Abaisse le cholestérol	Freine les attaques d'apoplexie	Améliore la digestion
Huile d'Olive	Protège le cœur	Favorise la perte de poids	Combat le cancer	Combat le diabète	Adoucit la peau
Limette	Combat le cancer	Protège le cœur	Contrôle pression sanguine	Adoucit la peau	Arrête le scorbut
Lin	Aide à la digestion	Combat le diabète	Protège le cœur	Améliore la santé mentale	Stimule le système immunitaire
Mangue	Combat le cancer	Stimule la mémoire	Régularise la thyroïde	Aide à la digestion	Protège contre Alzheimer
Melon d'eau	Protège la prostate	Favorise la perte de poids	Abaisse le cho-lestérol	Freine les attaques d'apoplexie	Contrôle pression sanguine

Passionnant: le corps humain est un trésor de mystères

Ce qui interpelle encore les médecins et les scientifiques sur les détails de son fonctionnement. Il n'est pas exagéré de dire que chaque partie de votre corps est un miracle. Voici cinquante faits au sujet de votre corps dont certains finiront par vous surprendre.

1. Il est possible pour votre corps de survivre en grande partie de ses organes internes. Même si vous perdez une partie de votre estomac, la rate, une partie de votre foie, de vos intestins, un rein, un poumon, vous ne serez pas en très bonne santé, mais vous survivrez.
2. Au cours de votre vie, vous allez produire assez de salive pour remplir deux piscines. En fait, la salive est plus importante que vous ne croyez. Si votre salive ne peut pas dissoudre quelque chose, vous ne pourrez pas y goûter.
3. La plus grande cellule dans le corps humain est l'ovule et la plus petite est le sperme du mâle. L'œuf est en fait la seule cellule dans le corps qui est visible à l'œil nu.
4. Le muscle le plus fort du corps humain est la langue et l'os le plus dur, la mâchoire.
5. Les pieds humains ont 52 os ce qui représente un quart de tous les os du corps humain. 6. Les pieds ont 500,000 glandes sudoripares et peuvent produire plus d'un demi-litre de sueur par jour.
7. L'acide dans votre estomac est assez fort pour dissoudre des lames de rasoir. C'est la raison pour laquelle les cellules de votre paroi de l'estomac se renouvellent si souvent que vous obtenez une nouvelle muqueuse gastrique tous les trois à quatre jours.
8. Les poumons humains contiennent environ 2,400 kilomètres (1.500 milles) de voies et 300 à 500 millions cavités creuses, ayant une superficie totale d'environ 70 mètres carrés, à peu près la même zone que d'un côté d'un terrain de tennis. En outre, votre poumon gauche est plus petit que votre poumon droit afin de faire de la place pour votre cœur.
9. L'éternuement dépasse régulièrement 100mph.
10. Votre corps dégage assez de chaleur en 30 minutes pour porter à ébullition un demi-litre d'eau.
11. Votre corps a suffisamment de fer pour fabriquer un clou de 7,5 cm de long.
12. La production de cérumen est nécessaire pour la bonne santé de l'oreille. Il protège l'oreille interne des bactéries, des champignons, de la saleté et même des insectes. Il nettoie aussi et lubrifie le conduit auditif.
13. Tout le monde a une odeur unique, sauf pour les vrais jumeaux.
14. Vos dents commencent à pousser 6 mois avant votre naissance; c'est pourquoi un nouveau-né sur 2.000 a une ou plusieurs dents à la naissance.
15. La tête d'un bébé représente un quart de sa longueur totale mais, à l'âge de 25 ans, elle ne sera plus que d'un huitième de sa longueur totale.
16. Les bébés naissent avec 300 os, mais à l'âge adulte, leur nombre est réduit à 206. Certains des os du crâne sont amalgamés les uns aux autres, ramenant le nombre total à 206.
17. Il n'est pas possible de vous chatouiller. En fait, quand vous essayez de vous chatouiller, vous êtes tout à fait conscient de la manière dont le chatouillement va se faire et quand il va se faire. Quand quelqu'un vous chatouille, il y a effet de surprise...
18. Moins d'un tiers de la race humaine a une vision parfaite.

Suite page 8

Suite

19. Votre nez peut se souvenir de 50,000 odeurs différentes. Mais, si vous êtes une femme, vous êtes un meilleur smeller que les hommes et vous resterez une meilleure smeller tout au long de votre vie.
20. Le corps humain possède environ 98,000 km de vaisseaux sanguins.
21. Les trois choses que les femmes enceintes rêvent la plupart du temps au cours de leur premier trimestre de grossesse sont les grenouilles et les plantes en pot. Les scientifiques n'ont aucune idée du pourquoi mais attribuent cela au déséquilibre croissant des hormones dans le corps pendant la grossesse.
22. La durée de vie d'un cheveu humain est en moyenne de 3 à 7 ans. Chaque jour, on perd en moyenne 60 à 100 cheveux. Mais ne vous inquiétez pas, vous devez perdre plus de 50% de votre chevelure avant que cela soit trop visible.
23. La cellule du cerveau humain peut contenir 5 fois plus d'informations qu'une encyclopédie. Votre cerveau utilise 20% de l'oxygène qui entre dans votre circulation sanguine, et est lui-même constitué de 80% d'eau. Bien qu'il interprète les signaux de la douleur par rapport au reste du corps, le cerveau lui-même ne peut pas ressentir la douleur.
24. La dent est la seule partie du corps humain qui ne peut pas se réparer.
25. Vos yeux ont toujours la même taille depuis la naissance mais votre nez et vos oreilles ne cessent de croître.
26. À 60 ans, 60% des hommes et 40% des femmes ronflent.
27. Nous mesurons environ 1cm de plus le matin que le soir. Pendant des activités normales au cours de la journée, le cartilage des genoux et autres zones du corps se compressent lentement.
28. Le cerveau fonctionne sur la même quantité d'énergie que l'ampoule de 10 watts, même pendant que vous dormez. On constate cependant que le cerveau est beaucoup plus actif la nuit que pendant la journée.
29. Les neurones continuent de croître tout au long de la vie humaine. L'information circule à des vitesses différentes dans différents types de neurones.
30. Il est un fait que les gens qui rêvent souvent et de façon intense ont un quotient supérieur à la moyenne.
31. Le clou, la croissance la plus rapide se produit sur le doigt du milieu.(Majeur)
32. Les poils du visage poussent plus rapidement que sur n'importe quel autre endroit du corps. Cela est vrai pour les hommes comme pour les femmes.
33. Il y a autant de poils par centimètre carré sur votre corps que sur un chimpanzé.
34. Un fœtus humain acquiert ses empreintes digitales à l'âge de trois mois.
35. À l'âge de 60 ans, la plupart des gens ont perdu environ la moitié de leurs papilles.
36. Environ 32 millions de bactéries couvrent chaque pouce de votre peau. Mais ne vous en inquiétez pas, une majorité de ces bactéries sont inoffensives et même utiles.
37. S'il fait froid dans la pièce où vous dormez, cela va augmenter la probabilité que vous fassiez un mauvais rêve.

Suite page 9

38. Les lèvres humaines ont une couleur rougeâtre en raison de la grande concentration de minuscules capillaires juste sous la peau.
39. Trois cents millions de cellules meurent dans le corps humain à chaque minute.
40. Comme les empreintes digitales, chaque individu a une empreinte de la langue qui est unique et qui peut être utilisée pour une identification.
41. Une tête humaine reste consciente pendant environ 15 à 20 secondes après une décapitation (horreur!!!)
42. Il faut 17 muscles pour sourire et 43 pour froncer les sourcils
43. Les êtres humains peuvent vivre plus longtemps sans nourriture que de se priver de sommeil. Pourvu qu'il y ait de l'eau, l'humain moyen pourrait survivre un mois à deux mois sans nourriture en fonction de sa masse graisseuse et d'autres facteurs. > Les gens privés longtemps de sommeil commencent à ressentir des changements radicaux de la personnalité et des problèmes psychologiques seulement après quelques jours sans sommeil. La plus longue durée enregistrée est de 11 à l'issue de laquelle l'expérimentateur était éveillé mais a trébuché sur les mots, semblait dans un état second.
44. Le sang le plus commun dans le monde est de type O. Le type de sang rare, AH ou Bombay sang, en raison de l'emplacement de sa découverte, il a été décelé sur moins d'une centaine de personnes.
45. Après avoir été conçu, chaque être humain a passé environ une demi-heure comme cellule "unique". Peu de temps après, les cellules commencent à se diviser très rapidement et commencent à se former les composants d'un minuscule embryon.
46. Les droitiers vivent, en moyenne, neuf ans de plus que les gauchers. Ceci est largement dû au fait que la majorité des machines et des outils que nous utilisons quotidiennement sont conçus pour les droitiers, ce qui les rend un peu plus dangereux pour les gauchers qui les utilisent. Il faut savoir que cela donne lieu à des milliers d'accidents et de décès chaque année.
47. Vos oreilles sécrètent plus de cérumen lorsque vous avez peur.
48. Les koalas et les primates sont les seuls animaux qui possèdent des empreintes digitales uniques.
49. Les humains sont les seuls à produire des larmes émotionnelles.
50. Le cœur humain crée assez de pression pour que le sang puisse gicler à 30 pieds dans les airs. Notre corps étant composé de 60 à 70 % d'eau, les spécialistes recommandent d'en boire 1,5 litre par jour. Le corps humain a besoin d'un minimum d'eau pour se débarrasser des toxines de notre système. Il est donc bon d'en boire à certain moment de la journée pour maximiser son efficacité, vous pouvez vous référer à la page 4 pour avoir la liste des moments bien définis.

Le poulailler ou la ferme

À moins de vivre sur une autre planète - et encore ! On ne peut s'empêcher de revenir sur la vague déferlante qui a balayé l'univers de la finance à la suite des révélations des Panama Papers. De toute façon, cette écume est tellement malodorante qu'elle a laissé dans son sillage un remugle qui n'est pas sur le point de s'évaporer.

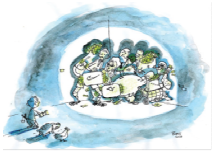
Pinçons-nous le nez alors et disons-nous que la puanteur a ceci de bon qu'elle a l'heur de réveiller bien souvent les plus impassibles d'entre tous. Et en effet, il y a toujours bien des limites. Jamais on n'avait vu autant de monde issu de milieux si différents pris en même temps les deux mains dans le sac. Chefs d'État, politiciens de bas niveau, acteurs, commerçants, trafiquants de toutes sortes, footballeurs, banquiers et fortunés de tout acabit ont soustrait, dans ce cas-ci seulement, des milliards et des milliards de dollars au bien commun. C'en est trop. Il faut agir, et vite.

Et il est d'autant plus opportun de le faire que ce scandale a valeur de pédagogie. Il nous instruit comme jamais sur les distorsions de l'économie mondiale et la latitude des pouvoirs publics. Ainsi, ce n'est pas parce que l'on vit au-dessus de nos moyens que le trésor public est si mal en point. C'est parce que nous ne réclamons pas notre dû à tous les filous de la terre. Comme le dit si éloquemment le philosophe Alain Deneault, le problème n'en est pas un de dépense mais de revenu. Et l'austérité que nous rentrent dans la gorge les gouvernements, loin d'être un remède pour atteindre l'équilibre budgétaire, est au contraire un poison qui nous accable, nous éreinte et nous tue. Leçon d'économie 101 : la fiscalité ce n'est pas sorcier. C'est ce qui permet aux gouvernements de mettre en place les politiques publiques nécessaires au développement humain. Les sommes allouées en éducation, en santé, en environnement, en justice sociale et en culture ne sont donc pas des dépenses; ce sont des investissements. Il faudra bien entendre cette évidence une fois pour toutes !

Ah… nous dira-t-on, c'est bien parce que les impôts sont trop élevés que d'aucuns imaginent mille stratagèmes pour échapper au fisc. Vraiment ? Quel serait un taux d'imposition raisonnable pensez-vous ? Jusqu'où irait la surenchère si les pays se mettaient à offrir le taux d'imposition le plus avantageux ? Au final, faudrait-il compter sur la discrétion du prince ? Miser sur la propension du riche à la générosité? Ridicule. La redistribution de la richesse n'est pas une option. C'est une nécessité.

Un peuple instruit, une nation qui se dote d'institutions publiques fortes et transparentes, de même qu'une société qui participe avec passion à sa vie démocratique, tout ça fait en sorte que l'évasion fiscale, la fiscalité d'évitement et l'économie au noir ne sont pas une fatalité. Et il en va de même pour la corruption, la collusion et les basses manœuvres. Elles sont tout sauf irrévocables. Il faut se le dire une fois pour toutes : ou bien on prend les moyens qu'il faut pour vivre ensemble en harmonie les uns avec les autres; ou bien on laisse aller, *Et l'austérité que nous rentrent dans la gorge les gouvernements, loin d'être un remède pour atteindre l'équilibre budgétaire, est au contraire un poison qui nous accable, nous éreinte et nous tue,* on se cantonne dans le chacun pour soi et on se fait manger tout rond comme des petits poulets. On a le choix entre croupir dans un poulailler en compagnie des renards ou vivre sur la ferme en seigneur et maître de la basse-cour financière.

Source: La Gazette de la Mauricie, mai 2016, Réal Boisvert.



Comment faire rayonner son village?

Comment faire rayonner son village?

L'exode de la population des villages vers les villes se fait sentir plus que jamais en Mauricie. Les jeunes migrent vers la ville pour s'instruire et trouver de l'emploi, alors que les personnes âgées empruntent le même chemin afin de se rapprocher des services publics. Économiquement, il est plus avantageux d'habiter en ville. Cependant les villages ont de précieux atouts que certains acteurs savent bien mettre en valeur et donner ainsi le goût d'habiter en «campagne».

Prenons comme modèle le village de Saint-Élie-de-Caxton. Fred Pellerin, joyau du Québec, a su « mettre sur la map » son petit coin de pays en créant des contes qui mettent en scène des habitants de sa municipalité. Selon lui, le mode de vie villageois est propice à la transmission des traditions d'une génération à l'autre. Dans son spectacle *Comme une odeur de muscle*, il verse des larmes en disant : « J'espère qu'il va se trouver du monde assez «game» pour aller au-dessus du choix économique et puis poser un geste de rêve, un choix social. » Ainsi, en intégrant les gens qui l'entourent et qu'il connaît dans ses contes, il a su attirer des dizaines de milliers de touristes chez lui. Bien sûr, chaque village n'a pas son Fred, mais il est tout de même important de se mettre en valeur… Miser sur les attraits touristiques donne à rêver aux gens qui sont de passage, en plus de créer des emplois et de faire du profit. Il suffit de penser au Magasin Général Lebrun, qui a donné un second souffle à Maskinongé en attirant des adeptes de spectacles chaleureux ou au Parc National de la Mauricie, qui est l'occasion pour la municipalité de Saint-Mathieu-du- Parc de vanter la nature enchanteresse du coin. Le but des attraits touristiques et culturels est d'amener les gens à passer par un village, pour ensuite faire en sorte qu'ils en tombent sous le charme.

Le sens de la communauté est un des grands avantages de la campagne. Les villages, par leur petit nombre d'habitants, créent une communauté tissée serrée. Dans un village, on connaît l'employé du bureau de poste par son prénom et on appelle personnellement le propriétaire du casse-croûte sur la rue Principale pour lui demander si on peut emprunter sa souffleuse. Dans un village, tout le monde se connaît et tout le monde se serre les coudes. Cette énergie est d'ailleurs parfaite pour élever une famille. Dans les dernières années, la croissance démographique des villages est surtout tributaire de l'arrivée de jeunes parents souhaitant élever leurs enfants dans un milieu calme. Les villages sont connus pour leur tranquillité et la ville ne vous offrira jamais la chance de vous lever le matin et d'aller tremper vos pieds dans l'eau d'un lac ou d'aller vous occuper de votre poulailler. (Et on le sait bien, les enfants adorent les animaux et jouer dehors !) Ainsi, en misant sur un environnement chaleureux et sécuritaire pour attirer les jeunes familles, les villages peuvent contrebalancer le départ des migrants en favorisant l'intégration de nouveaux arrivants aux communautés rurales. Qui sait, peut-être que ce sont justement les jeunes partis pour étudier en ville qui reviendront s'installer avec leurs enfants.

Source : La Gazette de la Mauricie, mai 2016, Magali Boisvert.

Le rôle des banques dans les paradis fiscaux

Comme le révèlent les Panama papers (documents obtenus par le Consortium international des journalistes d'enquête: ICIJ), les institutions financières jouent un rôle important dans les déplacements de capitaux des riches et des entreprises dans les paradis fiscaux. Selon l'économiste américain James Henry, ces transferts sont gigantesques, comme en témoignent les 25 000 milliards de dollars cachés dans les paradis fiscaux!

Si les Panama papers ont montré que des entreprises et des riches ont créé 214 000 entreprises fictives au Panama, ils ont aussi pointé du doigt le rôle facilitateur des banques dans ces transactions.

Déjà en 2013, le Consortium international des journalistes d'enquête montrait clairement comment les banques canadiennes effectuaient des transferts d'argent de leurs clients entre des comptes bancaires canadiens ou entre des comptes bancaires à l'étranger. Le document reçu par le journaliste Gérard Ryle mentionnait les noms des banques Scotia, Royale et CIBC plus de 5 000 fois.

Tout est légal?

Le rôle des banques dans les transferts de capitaux serait légal, nous disait récemment David McKay, président de la Banque Royale du Canada.

Mais si c'est légal, c'est parce que nos gouvernements ont négligé de s'occuper de leurs et de nos affaires, des vraies affaires. Ce n'est pas parce que c'est légal que c'est légitime et équitable fiscalement pour les citoyens qui paient la totalité de leurs impôts au pays.

Même un actionnaire de la Banque Royale qualifiait ces transactions d'immorales lors de l'assemblée annuelle de la banque le 6 avril dernier. Car au final, ces transferts d'argent ne servent qu'à cacher les revenus et les profits de riches canadiens dans des lieux exotiques où l'impôt est pratiquement inexistant, ce qui nous fait perdre des milliards de dollars en recettes fiscales chaque année.

Et si c'est légal, alors pourquoi les grandes banques canadiennes ont-elles fait fi pendant des semaines de répondre à l'invitation de se présenter devant la Commission parlementaire des finances publiques à Québec sur les paradis fiscaux l'automne dernier?

La RBC se retrouve éclaboussé par les Panama Papers.
La banque canadienne aurait contribué à la création
de 370 sociétés-écrans, selon les documents.

Suite page 13

L'oligopole bancaire canadien
Les banques canadiennes forment un oligopole très puissant. Les six grandes banques canadiennes possèdent un actif de près 4000 milliards $, soit le double de toute la richesse créée (PIB) au Canada par année, et plus du double de la dette totale des gouvernements fédéral et provinciaux, qui est évaluée à 1500 milliards $!

L'oligopole bancaire canadien 2015
Actif des six banques canadiennes 4000 milliards $ PIB du Canada 2000 milliards $ Dette publique canadienne 1500 milliards $

Elles ont dû être convoquées formellement pour répondre aux questions des députés de l'Assemblée nationale.

Enfin, ne perdons pas de vue que les activités des banques canadiennes, par l'intermédiaire de leurs 75 filiales dans des paradis fiscaux, font aussi perdre des milliards de dollars en impôts aux gouvernements.

Donc, rendons ces pratiques illégales, car elles n'apportent rien au Canada; elles contribuent seulement à l'évasion et à l'évitement fiscal.

Source : La Gazette de la Mauricie, mai 2016, Alain Dumas, économiste.

Condoléances

Une pensée spéciale pour les décès de Mme Solange Fernet Gervais, Mme Carmen Magnan et M. Constant Aylwin. Nous offrons nos sincères condoléances à toutes les familles et aux ami(e)s.

Gagnants du tirage au Nationale du 31 mai 2016

Bonjour,

M. Ron Amstutz, vérificateur général de l'AQDR nationale, a procédé le 31 mai 2016 dernier au tirage des 7 personnes gagnantes des prix offerts du tirage de l'AQDR nationale.

Les heureux gagnants:

1er prix M. Denis Lalancette - 10 000 $
Notre-Dame de la Merci
Membre de la section AQDR Laval-Laurentides

2e prix M. François Tremblay - 5 000 $
Chicoutimi

3e prix M. Gilles Tremblay - 2 500 $
Rouyn-Noranda

4e prix M. Yves Giard - 1 000 $
Granby

5e prix M. Gérard Carrier - 500 $
Lévis

6e prix Mme Béatrice Parc - 500 $
Montréal

7e prix M. ou Mme Dorys Lesage - 500 $
St-Henri-de-Taillon
Membre de la section AQDR Alma

Commanditaires

Desjardins
Coopérer pour créer l'avenir

Les Aides Familiales de Mékinac

301, rue St-Jacques, bureau 201
Sainte-Thècle
(Québec) G0X 3G0

Téléphone : 418 289-2265
Télécopieur : 418 289-2263
info@aidesfamilialesmekinac.org

www.aidesfamilialesmekinac.org

Line Charette et Myriam Trudel
Pharmaciennes

Line Charette et Myriam Trudel, pharmaciennes inc.
260, rue du Moulin
Saint-Tite (Québec) G0X 3H0
Téléphone : 418 365-7543
Télécopieur : 418 365-6505

Lundi au vendredi
9 h à 21 h
Samedi
9 h à 16 h
Dimanche
10 h à 12 h 30

Livraison gratuite

Membre affilié à
Proxim
www.groupeproxim.ca

Salon Funéraire
St-Amand et Fils Ltée

Chantal St-Amand
Julie St-Amand

281, rue Dupont
Sainte-Thècle (Québec)
G0X 3G0

stamandetfils@globetrotter.net
Téléphone : 418 289-2411
Télécopieur : 418 289-3963

Saint-Tite
Shawinigan
meublesjacob.com

meubles Jacob
Si beau, si près !

Claire Francœur
Chantal Francœur
PHARMACIENNES

Téléphone 418 365-5148
Télécopieur 418 365-5149

Familiprix
Au service de votre santé

491, rue Notre-Dame
Saint-Tite (Québec) G0X 3H0

MÉLANIE POIRIER BRONSARD
ORTHOTHÉRAPEUTE

- MASSOTHÉRAPIE
- KINÉSITHÉRAPIE
- ORTHOTHÉRAPIE
- RÉFLEXOLOGIE

MAISON (418) 289-3320
SAINTE-THÈCLE
Sur rendez-vous seulement

Christine Béland
pharmacienne

AFFILIÉE À :
Familiprix

131, rue Lacordaire
Sainte-Thècle (Québec) G0X 3G0
Téléphone : (418) 289-3069
Télécopieur : (418) 289-3632

christine.beland@familiprix.com

Lacourcière & Fils inc.
THANATOLOGUES

341, du Moulin St-Tite (Québec) G0X 3H0
Téléphone : 365-6322 Télécopieur : 365-6000

À quand la prochaine crise?

Austérité, taux d'intérêt négatifs, des milliers de milliards de $ injectés par les banques centrales, etc. Rien n'y fait, l'économie mondiale est à bout de souffle.

Nos dirigeants semblent à court de munitions pour rééquilibrer un monde où l'économie virtuelle (des financiers et des paradis fiscaux) est déconnectée de l'économie réelle.

On aura beau nous dire que le chômage est relativement bas, avec un taux officiel de 7,1 %. En réalité, il est beaucoup plus élevé, car ce taux ne tient pas compte des 138 000 travailleurs à temps partiel involontaires, ni des 425 000 sans-emploi qui attendent d'être rappelés, ni des 39 000 chômeurs de longue durée, que Statistique Canada appelle chômeurs découragés, pas plus que des milliers de chômeurs en retrait du marché du travail pour se recycler. En tenant compte de ces formes de chômage déguisé, le taux de chômage réel au Canada se situerait à 11 %, et non à 7,1 % comme l'indiquent les statistiques officielles.

Alors que l'économie réelle ralentit et que tous les indices boursiers battent des records (voir l'encadré), on est en droit de se demander d'où vient cet argent injecté dans les titres boursiers. Des banques centrales qui prêtent gratuitement aux banques, alors que cet argent n'aboutit pas dans l'économie réelle, mais alimente plutôt la spéculation financière. Même les entreprises, qui disposent de milliers de milliards de $ de liquidités (en raison des baisses d'impôt des dernières années), alimentent cette hausse artificielle des indices boursiers en rachetant leurs propres actions.

Les signes de la crise

Selon William White, ancien chef économiste de la Banque des règlements internationaux (BRI), le système financier mondial montre des signes d'instabilité inquiétants. Selon lui, une crise systémique des banques pourrait éclater lors de la prochaine récession*. Mervyn King, gouverneur de la Banque d'Angleterre de 2003 à 2013, va dans le même sens : « Nous ne savons pas d'où elle viendra, mais une nouvelle crise financière est probable » (Le Monde, avril 2016). L'histoire des krachs boursiers (1929, 1987, 2000 et 2008) montre que les hausses artificielles de la bourse (bulles spéculatives) finissent toujours par éclater quand les gros investisseurs (ou spéculateurs) retirent simultanément et rapidement leurs billes des marchés boursiers.

Le risque d'une crise économique et financière est élevé présentement, puisque les gouvernements et les banques centrales se sont endettés pour relancer désespérément une économie mondiale qui n'en finit plus de ralentir. À cela s'ajoute un monde où la moitié des transactions financières passent par les paradis fiscaux, c'est-à-dire entre les mains de financiers fantômes qui ne sont soumis à aucune réglementation boursière et financière, et dont on ne connaît pas la teneur des montages financiers.

Solution de rechange

Plutôt que de distribuer des milliers de milliards de $ aux banques et aux financiers qui spéculent sur les marchés boursiers et financiers, les banques centrales et les gouvernements devraient injecter cet argent dans des projets réels de développement durable, créateurs d'emplois, lesquels auraient des retombées concrètes sur le bien-être de la population et sur les économies locales.

Source : La Gazette de la Mauricie, juin 2016, Alain Dumas, économiste.

Programme PAIR sauve des vies

SAUVETAGES

-Ste-Anne-de-la-Pérade: Suite à une alerte sécurité PAIR, un sauvetage a eu lieu le 18 février 2016, à Ste-Anne-de-la-Pérade via le Centre d'action bénévole des Riverains. Une dame de 85 ans a été retrouvée couchée au sol, chez elle. Madame était dans cette position depuis quelques heures déjà. Grâce à l'appel sécurité PAIR, elle a été prise en charge par les ambulanciers qui l'ont transportée au centre hospitalier le plus proche.

-MRC de L'Assomption: Le 3 juin 2016, vers 9h20, une alerte est déclenchée à la Coopérative de solidarité en soutien à domicile de la MRC L'Assomption (CSAD), car les trois appels automatisés au domicile d'une abonnée sont demeurés sans réponse. Un membre de la famille est alors contacté immédiatement pour aller vérifier. Sur les lieux, on découvre que la dame a fait une grave chute, elle est immobilisée au sol et doit être hospitalisée. Ainsi, en l'espace d'une heure, le système «Pair», un service gratuit aux abonnés, a permis de limiter les séquelles d'un accident et peut-être même de sauver une vie.

Prenez note: «Dans l'éventualité où il n'est pas possible de joindre le répondant, ils ont une entente avec les corps policiers qui vont aller voir sur place». Le programme permet de garantir la sécurité des personnes aînées plus vulnérables. Soulignons aussi que ce sont les villes qui financent le programme «Pair», qui est disponible dans toutes les municipalités.

Pensées

Le temps des fêtes

-Le plus beau de tous les cadeaux au pied de l'arbre de Noël, c'est la présence de gens heureux rapprochés les uns des autres.
-La magie de l'avant ce sont les lumières, les chants, les parfums qui nous enveloppent et ravivent les souvenirs de notre enfance.
-Quand je me rappelle de mes bonheurs de l'année, je pense à mes proches et apprécie ma chance de les connaître.
-Que cette saison aux mille merveilles laisse place à de grandes réjouissances, qu'elle soit propice à la découverte de bonheur intense. Que la magie des fêtes vous apporte joie et gaieté dans votre foyer.

Source: Recueil de pensées 2010, Comité provincial PAIR.

À quoi ça sert les vieux?

Lettre d'une jeune quinquagénaire très lucide..... (Tellement d'actualité)

J'ai 53 ans, et déjà, j'angoisse à l'idée de ce qui m'attend...Mourir, la belle affaire!
Mais vieillir... Oh! vieillir», chantait Brel (qui a échappé au déclin grâce au cancer qui l'a fauché à 49 ans).
Que vaut un vieux dans une société obsédée par la jeunesse et allergique aux rides et aux chairs molles? Rien. Regardez la télé.
Qui a le temps de passer toute sa journée devant la télé? Les vieux.
Or, les artistes qui plaisent aux vieux et qui leur rappellent le bon vieux temps ne passent jamais à la télé. Trop vieux.
On leur préfère les jeunes artistes que les vieux ne connaissent pas.
Même la télé, qui s'adresse pourtant aux vieux, se fout des vieux!
Nous vivons dans un présent perpétuel.
Les choses vont de plus en plus vite, la nouvelle qui fait parler la planète entière ce matin sera complètement oubliée cet après-midi.
Qu'est-ce que vous voulez qu'on fasse avec des vieux qui sont là depuis 1940?

Mon commentaire
Sortez tous les vieux des centres d'achats : et voyez le taux de chômage des jeunes qui perdront leur emploi faute d'achalandage suffisant.
Sortez tous les vieux des restaurants : mêmes résultats et des faillites.
Sortez tous les vieux des hôpitaux : mêmes résultats et des chômeurs.
Sortez tous les vieux des centres d'hébergement : mêmes résultats et des chômeurs.
Sortez tous les vieux des cliniques médicales : mêmes résultats et des chômeurs.
Éliminez tous les vieux du bénévolat et voyez le résultat.
Éliminez tous les vieux des églises et voyez le résultat.
Éliminez tous les vieux de l'internet et voyez le résultat.
Éliminez tous les vieux "snowbirds" et voyez le résultat.
Éliminez tous les vieux des terrains de golf et voyez le résultat et des faillites.
Éliminez les vieux, employés dans des commerces et voyez le résultat (Wal-Mart, Rona, ...).
Des centaines de milliers d'emplois (jeunes) sont tributaires de l'achalandage des vieux (incluant les fonctionnaires de nombreux ministères et organismes).
Maintenant imaginez le marasme économique si tous les "vieux" disparaissaient soudainement demain matin.
Au fond, lorsqu'on prend sa retraite, on contribue à créer et à maintenir des emplois.
Réalisez-vous toute la richesse que les « vieux » apportent dans une société?

BONNE JOURNÉE!

RECETTE POUR UNE ANNÉE NOUVELLE

Prendre 12 mois complets,
Les nettoyer de tout ressentiment, haine et jalousie
Pour les rendre aussi frais et propres que possible.
Maintenant couper chaque mois en tranches
de 28, 30 ou 31 morceaux,
Puis, tout doucement, incorporer dans chaque journée,
Un zeste de courage...
une pincée de confiance...
une cuillère de patience...
une louche de travail...
Mélanger le tout avec de généreuses portions d'espoir,
de fidélité, de générosité et de douceur.
Assaisonner le tout avec un soupçon de rêves,
une bolée de rires et une pleine tasse de bonne humeur.

Verser maintenant la recette dans un grand bol d'amour
et pour terminer...
Décorer avec un sourire...
Servir avec tendresse…

Maintenant vous avez 365 jours pour la savourer

avec amour et délicatesse...

Membres du conseil d'administration 2016-2017

AQDR Mékinac

Avant: Mme Paulette Lachance: administratrice, Mme Micheline Bertrand: vice-présidente, Mme Huguette Lévesque: secrétaire, M. Jean-Guy Hamelin: administrateur.
Arrière: M. Claude Trudel: président, M. Marcel Bédard: administrateur, M. Gaston Bergeron: administrateur, M. Gabriel Mitchell: administrateur, Mme Denyse Hudon: trésorière.

Un souhait de nous tous pour célébrer les Fêtes, Meilleurs vœux!

Tous les membres du conseil d'administration et la secrétaire de l'organisme: Denise Naud Gravel.

Vous souhaitent pour l'année 2017!