



ENTRE NOUS

Volume XIII, n° 2 • Juin 2004

MOT DU PRÉSIDENT



MICHEL RIOPEL

On a pu constater qu'un grand nombre de rencontres se sont tenues au cours des trois derniers mois. Ces activités ont permis à bon nombre de nos membres d'apprécier chaque rendez-vous organisés pour votre bénéfices. Qu'il s'agisse des brunchs que vous avez pu prendre part ou encore la randonnée du côté de la Capitale nationale, laquelle vous a permis divers moyens de transport pour vous retremper dans des habitudes inaccoutumées. Le train en direction d'Ottawa, le bateau pour une croisière sur le magnifique

canal Rideau ensuite, l'autocar pour visiter certains points précis de la ville.

Une autre activité qui fut bien prisée des participants, est la rencontre à l'hippodrome de Montréal, toujours sous l'égide de Lise et Marcel. Le repas se prenait au restaurant « Le Centaure » durant lequel les gens peuvent s'adonner à des mises sur le cheval de leur choix.

Bon nombre de secteurs également, principalement les plus éloignés, ont profiter d'une activité mise sur pied pour ce temps propice aux cabanes à sucre. Une bonne participation a pu être notée dans chaque coin du territoire. Ce genre de rencontre permet à chaque occasion qui se présente, de très bons échanges et de côtoyer des camarades ou d'anciennes connaissances dont seules ces rencontres permettent.

Un dernier point qui implique un peu tout le monde reste à souligner; il s'agit du choix d'un nouveau local pour nos propres besoins. Bien oui!, un autre déménagement s'impose à nouveau.

Pour résumer la situation, nous apprenions suite à la mise en vente de l'immeuble qui abrite notre local que le tout est maintenant officiel. La structure actuelle sera démolie pour être remplacée par un nouvel immeuble à vocation bien différente que celle qui prévaut actuellement.

À ce jour, une quantité appréciable de locaux ont été visités par le comité responsable de ce déménagement. Rien pour l'instant est conclu, mais la démarche se poursuit!

Il se peut cependant qu'à la lecture du présent article, le tout a pu être bâclé, mais vous serez tenu au courant dès lors que notre choix sera arrêté.

Nous nous sommes fixés des objectifs réalistes pour que cette démarche réponde adéquatement à nos besoins et que nos engagements représente bien nos disponibilités à rencontrer cette obligation.

En terminant, je souhaite à chacune et chacun d'entre vous, un été des plus agréables.

La carte VISA OR Odysée Desjardins

La carte VISA OR Odysée Desjardins doublement avantageuse pour les retraités du Mouvement Desjardins

En plus de bénéficier de tous les avantages que la carte VISA OR Odysée procure, les retraités du Mouvement Desjardins ont le privilège de se procurer la carte à moitié prix, soit 45 \$ par année au lieu de 90 \$.

Sur présentation d'une preuve d'emploi (numéro d'employé et lieu de travail avant la retraite), les retraités du Mouvement Desjardins pourront se procurer la carte VISA OR Odysée à 45 \$ et profiter de nombreux avantages:

- Couverture d'assurances voyage complète

- Jusqu'à 2% en BONIDOLLARS
- Garantie prolongée et protection accrue des achats
- Accès au service assistance voyage 24 heures, 7 jours, sans frais

Les retraités du Mouvement Desjardins qui voudront se procurer une carte VISA OR Odysée supplémentaire, pourront le faire au coût de 10 \$; une économie de 50% sur la tarification régulière de 20 \$.

Pour adhérer à la carte VISA OR Odysée ou pour avoir plus de renseignements sur les avantages qu'elle procure, composez le 1-877-847-VISA.

Congés été 2004

Veillez prendre note que nos bureaux seront fermés pour la période des vacances d'été du 24 juin au 1^{er} août. Nous vous souhaitons de passer un bel été, des vacances comme vous le désirez et surtout la plus belle température!

Prenez le temps de visiter le Québec! Nous avons la plus belle province!

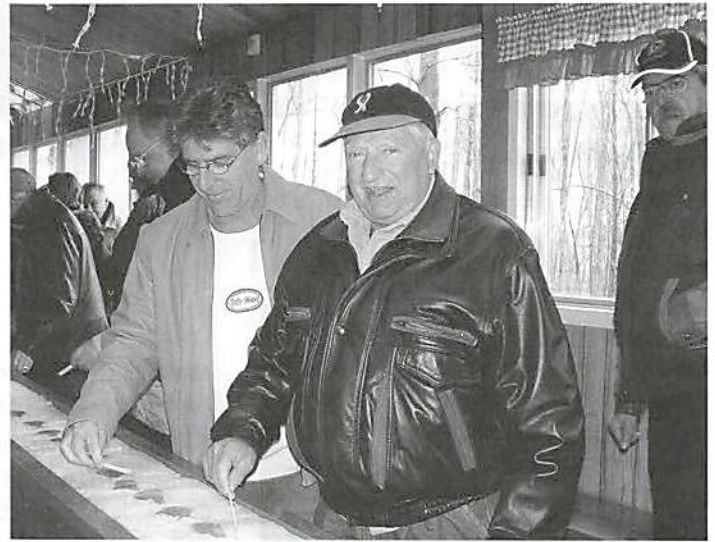
Merci pour votre collaboration et au plaisir de vous rencontrer à notre retour. N'oubliez pas nos activités organisées par nos bénévoles.

ACTIVITÉS

Allons à la cabane....

Le 1^{er} avril dernier, quatre-vingt une personnes ont répondu à notre invitation pour se rendre à la cabane à sucre Le Rossignol à Ste-Julie sur la Rive sud. Le ciel nuageux et le froid n'ont pas empêché ces joyeux retraités de venir se sucrer le bec dans une des plus grandes cabanes du Québec. Cet endroit très populaire où l'on peut servir plus de mille repas en même temps, surtout les fins de semaine, attire une foule de gens à chaque année.

Plusieurs de nos invités ne connaissaient pas l'Érablière, cette salle à manger où le repas traditionnel offre un choix de six desserts après tous les autres plats délicieux. Le plaisir de se retrouver entre amis a vite fait oublier le service un peu lent du personnel à nous servir.



Ceux et celles qui ont eu le goût de se rendre dans le bosquet jusqu'à l'abri, pour aller déguster la tire sur la neige n'ont pas été déçus. L'accueil était cordial et la tire délicieuse.

Cette activité était une nouvelle expérience qui a été très appréciée. C'est une excellente façon de saluer le printemps qui tarde à venir et l'occasion de faire honneur à un produit bien de chez-nous. Nous remercions tous ceux et celles qui y ont participé avec enthousiasme.

Lise et Marcel

Une journée bien remplie à Ottawa

Le 25 mai dernier, sous un ciel plutôt nuageux mais avec des participants très enthousiastes malgré l'heure matinale, nous prenions l'autocar pour nous rendre à la gare Centrale sur la rue La Gauchetière. Nous avons eu amplement le temps de prendre un petit déjeuner et de visiter la gare avant l'embarquement. Des employés courtois nous ont accueillis dans des wagons très confortables pour un trajet de 90 minutes. Parmi nos invités, plusieurs n'avaient pas eu l'occasion de voyager en train depuis plusieurs années car ce n'est pas le moyen de transport le plus utilisé au Québec.

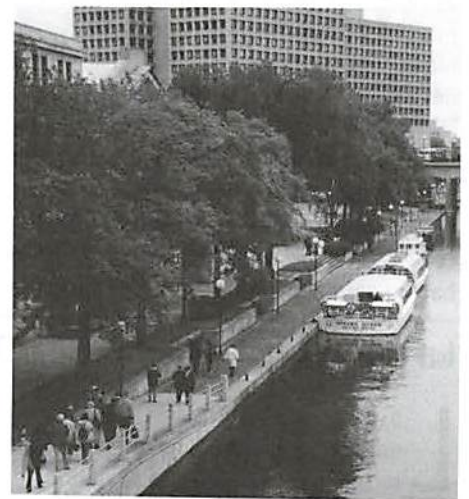
Notre autocar nous attendait à la gare d'Ottawa pour nous conduire au restaurant Le Dragon aux Galeries de l'Outaouais à Gatineau. Une cuisine orientale et québécoise nous était présentée par un choix multiple de plats bien apprêtés et savoureux dans une salle immense.

Après ce copieux repas, nous sommes allés visiter le Musée de la monnaie et faire un

tour d'orientation d'Ottawa même jusqu'à Hull pour voir tous les principaux édifices, les ambassades, la résidence de la gouverneure générale, le Parlement, le Musée de la Civilisation d'un côté et de l'autre de la rivière Des Outaouais.

Nous sommes allés ensuite faire notre balade sur le canal Rideau dans un bateau couvert et confortable en compagnie d'un animateur au discours intéressant et rempli d'humour pour plus d'une heure. C'était frisquet mais nos vêtements étaient adaptés pour cette balade sur l'eau. Ce fut une autre expérience très agréable et enrichissante au point de vue historique comme notre visite au musée d'ailleurs.

Nous sommes repartis vers le centre d'Ottawa pour le souper dans une demeure historique et pleine de charme Le Full House où nous avons apprécié le service et la bonne cuisine. Notre groupe de 112 personnes, réparti sur les deux étages, remplissait tout le restaurant où nous avons été accueillis chaleureusement.



Notre retour en autocar se fit plus silencieusement car après s'être levé aussi tôt, plusieurs ont fermé un œil mais nos excellents et prudents chauffeurs veillaient avec les yeux bien ouverts.

Nos retraités sont revenus très satisfaits et contents de cette journée bien remplie et ils seront prêts à en entreprendre d'autres car après tout, on peut se reposer le lendemain.

Lise Bédard

CATARACTE

Description médicale

La cataracte consiste en l'opacification du cristallin due à la formation d'amas protéïniques dans sa structure. Ces amas s'élargissent graduellement puis interfèrent avec la vision en distorsionnant ou en bloquant le passage de la lumière. Le cristallin est situé à l'intérieur du globe oculaire et assume un rôle de lentille qui fait converger les images vers le point d'acuité visuelle optimale de la rétine. La cataracte ne rend pas aveugle car une faible quantité de lumière parvient toujours à passer à travers le cristallin. Elle causera bien entendu une baisse éventuelle de la vision accompagnée d'une baisse de luminosité et une mauvaise perception des détails.

Dans la majorité des cas, la cataracte est attribuable à l'âge. Elle peut se manifester vers l'âge de 40 ou 50 ans, sans toutefois altérer la vision avant l'âge de 60 ans. Par ailleurs, même à un stade avancé, la cataracte peut ne pas être visible à l'œil nu. Elle ne sera décelable que lorsque les couches superficielles du cristallin prendront

une couleur blanche ou ambrée, et donc, seront devenues relativement opaques. Dans d'autres cas, la cataracte est liée à un traumatisme affligé à l'œil, un diabète non équilibré, une médication aux corticostéroïdes ou l'exposition à des radiations ionisantes (rayons X). Chez les nourrissons, la cataracte peut être congénitale, c'est-à-dire présente à la naissance. Elle est alors le résultat d'une maladie vécue durant la grossesse, notamment la rubéole, la syphilis et l'herpès simplex. Toujours chez les jeunes enfants, la cataracte peut être causée par une maladie métabolique.

À partir de 65 ans, il est normal de manifester un début de cataracte. L'opacification n'occasionne pas de gêne visuelle importante si elle se fait dans les couches périphériques du cristallin. Par ailleurs, la situation évolue avec l'âge. Après 75 ans, la majorité des gens souffrent d'une baisse de la vision qui s'effectue dans les deux yeux, mais d'une façon inégale, un œil étant souvent plus atteint que l'autre.

Voici quelques symptômes liés à la cataracte :

- Vision brouillée
- Diplopie (vision double)
- Perception fade des couleurs
- Vision de halos autour de sources lumineuses
- Photophobie
- Vision distorsionnée faisant paraître les objets comme s'ils étaient vus à travers une chute d'eau

Alimentation

Des études prospectives ont montré qu'une diète riche en lutéïne pourrait diminuer les risques de développer une cataracte.

Références

Encyclopédie médicale de la famille 1993, Association médicale canadienne.

Ce texte se veut à titre d'information seulement. Consultez votre médecin pour de plus amples informations si nécessaire.

Martin Amyot, pharmacien
Pour Association québécoise des
pharmaciens propriétaires

AVIS : Les renseignements donnés dans ce document ne sont que pour votre information et ne représentent qu'une partie de l'information à considérer dans une situation thérapeutique. Ils ne doivent pas être substitués à un avis thérapeutique éclairé.

COMMUNIQUÉ

RÉGIME D'ASSURANCE MÉDICAMENTS

Trouver des solutions aux hausses effarantes

Montréal, le 25 mai 2004 – Le ministre Couillard a récemment annoncé que les primes de l'assurance médicaments «devraient encore croître largement...», et ce, malgré ses promesses électorales de limiter la hausse des coûts des médicaments.

Madame Lalonde, prestataire du Supplément de revenu garanti, vit avec à peine 12000\$ par année. Dès le milieu du mois, elle commence à couper ses comprimés en deux afin d'économiser. Si elle ne le fait pas, elle devra se contenter de pain au beurre d'arachides pour souper. Ce cas est fictif, mais il reflète la réalité de nombre d'ainés qui nous appellent, en désespoir de cause, ne sachant plus vers qui se tourner.

Nous comprenons que le régime doive assumer ses frais, mais selon le président de la FADOQ - Mouvement des Aînés du Québec, monsieur Ernest Boyer, il y a assurément d'autres solutions que l'augmentation des primes pour financer le régime. De nombreuses Commissions et études avaient fait mention de plusieurs mesures alternatives afin de contrer cette augmentation des prix. Il est surprenant que le gouvernement rejette du revers de la main ces solutions. Notons ici à titre d'exemple la nécessité pour le médecin de bien communiquer avec les patients et de leur expliquer le rôle du médicament à prendre, la nécessité également de bien connaître tous les autres médicaments que la personne prend et le suivi afin que les personnes prennent correctement leurs médicaments prescrits. Bien entendu, des changements de culture et de gestion sont nécessaires.

Pour les membres de la FADOQ - Mouvement des Aînés du Québec, cette nouvelle augmentation dépasse largement leurs moyens financiers personnels. Déjà, avec l'instauration du régime, en 1997, l'imposition de la prime de 175\$ était difficile à assumer.

Le ministre semblait également avoir dans ses cartons des projets de baisser ou d'annuler la prime des personnes âgées, du moins d'une partie d'entre eux. Nous savons maintenant que cette intention a été rejetée du présent budget.



Mouvement des Aînés du Québec
4545, avenue Pierre-De Coubertin
C.P. 1000, Succ. M., Montréal
(Québec) H1V 3R2
Tél.: (514) 252-3017
Télé.: (514) 252-3154

ESPACE BELL

Forfait offert aux employé (e)s du Mouvement Desjardins.

Mobilité : Forfait de base

- Renvoi d'appel
- Appel en attente
- Conférence à trois
- Facturation détaillée
- Facturation à la seconde (numérique seulement)
- 200 minutes (en tout temps)
- Min. additionnelles à 20¢ (en tout temps)
- Interurbains à 10¢/min.

20\$ par mois

Inclus : Nouveau

Temps illimité les fins de semaine
Afficheur et centre des messages
pour 4,50 \$ par mois

VISA : Le programme de récompenses BONIDOLLARS Desjardins

Utilisez votre carte VISA OR Élégance ou Odysée Desjardins ou bien la carte VISA Desjardins Classique avec option BONIDOLLARS, et accumulez des BONIDOLLARS à tous les mois en adhérant au programme de prélèvement automatique.

NOUVEAUX MEMBRES

Croisetière	Serge	C.P. Ste Véronique
Croisetière	Cécile	membre associée
Dupuis	Mirèle	C.P. Petite-Nation
Durocher	Micheline	C.P. Val-Barrette
Durocher	Gaston	membre associé
Francoeur	Marjolaine	C.P. Val-Barrette
Francoeur	Gérald	membre associé
Groulx	Robert	C.P. Petite Patrie
Grondin	Michel	C.P. St.Jean Bosco
Grondin	Raynald	C.P. Notre-Dame-de-Bellerive
Pichette	Jeannine	C.P. René-Goupil
Richer	Denise	C.P. St.Raymond de Hull
Sabourin	Jacques	C.P. Gatineau
Salois-Proulx	Suzanne	C.P. Longueuil
Soly	Monique	C.P. Centre Ahuntsic

MEMBRES DÉCÉDÉS

Huet	Richard	Fédération
Leguerrier	Denis	Outaouais
Rochefort	Jacqueline	C.P. Mont-Rose - St.Michel
St-Denis	Claude	30093 Ouest du Québec

Cette offre est disponible auprès des Distributeurs accrédités par le Mouvement Desjardins :

Espace Bell

Montréal	Région de la Côte Nord
Raymond Le Cavalier	1-800-550-6568
(514) 984-5355	Bas St.Laurent/Gaspésie
ou 1-866-299-9977	1-866-400-7717, p. 311

Bell Mobilité

Montréal	Québec
Marie-France Bouchard	Mireille Savard
(514) 422-3334	(418) 564-3007
ou 1-888-469-2224	Sylvie Dion
poste 410	(418) 576-1930

S.V.P. : Renseignez-vous auprès des distributeurs au sujet de cette offre. Cette offre n'engage nullement L'association du personnel retraité de Desjardins, Montréal et Ouest-du-Québec et se veut à titre d'information seulement.

CITATION

VIVRE AUJOURD'HUI

Vous pouvez vous désoler que les roses ont des épines, mais vous pouvez aussi vous réjouir que les épines ont des roses !

— Tom Wilson

PENSÉE LIBRE

Brin d'humour

Une blonde se trouvait dans une situation financière troublante.

Alors, en désespoir de cause, elle demanda à Dieu de l'aider.

Elle commence à prier :

« Mon Dieu, s'il vous plaît, aidez-moi !

J'ai perdu mon emploi et si je ne trouve pas d'argent, je vais perdre ma maison et mon automobile.

S.V.P., faites-moi gagner à la loto ! »

Le tirage arrive et elle ne gagne rien encore une fois.

Encore une fois, elle s'adresse à Dieu :

« Mon Dieu, pourquoi vous m'oubliez toujours ?

Mes enfants vont mourir de faim.

Je ne vous demande pas souvent de l'aide et j'ai toujours été une bonne chrétienne.

S.V.P., faites-moi gagner à la loto juste pour une fois pour que ma vie revienne à la normale ! »

Soudain un éclair dans le ciel apparaît...

La blonde n'en revient pas d'entendre la voix de Dieu qui lui dit :

« Blondie, je veux bien t'aider mais comme on dit : « Aide-toi et le ciel t'aidera ! »

« Achète un billet ! »

ENTRE NOUS

Entre Nous est publié quatre fois par année. Le siège social de l'Association du personnel retraité de Desjardins, Montréal et Ouest-du-Québec, est situé au :

Adresse

1803, boul. Henri-Bourassa Est
Bureau 201, Montréal (Québec) H2B 1R9

Téléphone

(514) 385-0150 ou 1 866 585-0150

Responsable de la publication

Le Comité du Conseil d'administration

Les collaborateurs

Lise et Marcel Lemay
Gilles Marette
Colette Savoie

Conception et impression

XL Solutions inc.

Dépôt légal à la Bibliothèque nationale sous le n° 9251064.

L'Association est membre du Regroupement des associations des retraités du Mouvement Desjardins.