



Association nationale
des retraités fédéraux

National Association
of Federal Retirees

AUTOMNE 2026

PRIX : 4,95 \$

LA VOIX DE RETRAITÉS FÉDÉRAUX

Sage

Une étoile renaît

Le North Star 17515 est le dernier avion intact de son type dans le monde. Sa restauration se poursuit depuis 23 ans.

PAGE 8

Les Men's Sheds sauvent les hommes âgés de l'isolement

PAGE 12

Terroir et tradition : les marchés fermiers, moteurs des communautés

PAGE 16

Postes Canada : Retournez les copies non livrées à
Retraités fédéraux, 865 ch. Shefford, Ottawa ON K1J 1H9

Voyagez plus et inquiétez-vous moins cet automne.

Faites vos valises, et n'oubliez pas
l'assurance voyage.



Balayez le code QR ou appelez le
1 833 583.3301 pour obtenir votre prix.

belairdirect.
assurance voyage

Certaines conditions, limitations et exclusions s'appliquent à toutes nos offres. Veuillez consulter belairdirect.com/intact.ca pour plus de détails. Ces offres peuvent être modifiées sans préavis.

ÉDITEUR

Andrew McGillivray

RÉDACTRICE EN CHEF

Jennifer Campbell

GESTIONNAIRE DES PUBLICATIONS

Karen Ruttan

COLLABORATEURS

Olga Bindutiye, Marg Bruineman, Dave Chan, Andrew Duffy, Patrick Imbeau, Peter Simpson

SERVICES DE TRADUCTION

Annie Bourret, Sandra Pronovost, Lionel Raymond

INFOGRAPHIE

The Blondes – Branding & Design

IMPRESSION

Dolco Printing

Pour écrire à la rédactrice en chef ou pour communiquer avec l'Association nationale des retraités fédéraux :

865, chemin Shefford, Ottawa ON K1J 1H9
sage@retraitesfederaux.ca

Le magazine Sage est publié sous licence.
Publication n° 40065047 ISSN 2292-7174

Les exemplaires non distribués doivent être retournés à l'adresse suivante :
Association nationale des retraités fédéraux
865, chemin Shefford, Ottawa ON K1J 1H9

Pour les abonnements ou toute information à des fins publicitaires dans Sage, composez le 613-745-2559, poste 300.

Prix au numéro : 4,95 \$

L'abonnement annuel pour les membres est de 5,40 \$ et est inclus dans l'adhésion à l'association. L'abonnement annuel pour les non-membres est de 14,80 \$. Les non-membres peuvent communiquer avec l'Association nationale des retraités fédéraux pour s'abonner.

Le contenu du magazine Sage — y compris les opinions sur les finances et la santé, ainsi que d'ordre médical — est fourni à titre informatif seulement et ne remplace en aucun cas les conseils d'un professionnel.

PRÉCISION : Le numéro d'été de Sage indiquait que Connie Kelher, une ancienne membre du conseil d'administration, avait suivi deux cours universitaires entre 2003 et 2005. En fait, elle a obtenu une maîtrise en administration des affaires. Nous regrettons cette erreur.



REPORTAGES

8 Un projet porté par la passion de l'aviation

Des bénévoles méticuleux, dont certains sont membres de l'Association nationale des retraités fédéraux, s'affairent à restaurer le North Star au Musée de l'aviation et de l'espace du Canada. Amorcé il y a déjà plusieurs années, ce projet en exigera sans doute plusieurs autres avant d'être mené à terme.

PETER SIMPSON

12 Les Men's Sheds, un rempart contre la solitude

Le mouvement des Men's Sheds met à la disposition des hommes, partout au pays, des ateliers de menuiserie et d'autres espaces de bricolage qui favorisent les rencontres et bâtissent une communauté, pour réduire l'isolement. Ils offrent un but, un sentiment d'appartenance, des amitiés et un lieu où revenir semaine après semaine.

MARG BRUINEMAN

16 Les marchés nous nourrissent et font grandir nos communautés

Ancrés dans la tradition, les marchés publics gagnent en popularité à l'ère post-pandémique, alors que l'achat local compte plus que jamais. En voici un panorama dans l'ensemble des provinces et territoires du pays.

JENNIFER CAMPBELL

DANS CHAQUE NUMÉRO

5 Message de la présidente du conseil d'administration

6 Cher Sage

7 Mise à jour du DG

21 Partenaires privilégiés, assurance

22 Partenaires privilégiés, voyage

24 Défense des intérêts en action

25 Infopensions

26 Bilan santé

27 Le coin des vétérans

28 Profil d'un membre

29 Prix du bénévolat

30 Partenaires privilégiés, services de déménagement

31 Nouvelles de l'association

33 Votre section en bref

37 Avis de décès

38 Recrutement et rétention

Programme privilège de Rogers pour les membres de Retraités fédéraux



Association nationale
des retraités fédéraux
**PARTENAIRE
PRIVILÉGIÉ**

- > Économies exclusives sur les forfaits et les téléphones pour les membres de Retraités fédéraux.
- > Le meilleur réseau 5G+ au pays*.
- > Une équipe spécialisée toujours prête à vous aider.

Abonnez-vous ou passez à un téléphone 5G avec notre téléphone et forfait le plus populaire

**Obtenez le Samsung Galaxy A17 5G
avec les appels et textos illimités
partout au Canada avec 50 Go**

pour seulement
62,00 \$/mois

40 \$/mois

(après le crédit sur facture, plus taxes) pendant 24 mois avec financement, après rabais du programme et rabais pour paiements automatiques. Prix total de l'appareil : 315,84 \$.



Galaxy A17 5G

Gardez le contact, grâce aux forfaits sans-fil 5G+ exclusifs de Rogers

Parlez à votre **gestionnaire de compte dédié** de Red Wireless pour en savoir plus.

 1-888-271-6793  redwireless.ca/retraites-federaux 

Ce programme est offert par Red Wireless, votre concessionnaire autorisé exclusif de Rogers. Sous réserve de modifications sans préavis. L'offre est admissible aux clients actuels et nouveaux clients du service mobile de Rogers. Taxes en sus. Programme privilège de Rogers. Les offres ne sont pas disponibles en magasin. Une vérification de l'adhésion est nécessaire. Rogers se réserve en tout temps le droit d'exiger une preuve d'adhésion de chaque membre. Pour les forfaits et offres admissibles aux clients actuels de Rogers, des frais uniques pour l'inscription au Programme privilège de Rogers peuvent s'appliquer. Les clients actuels qui ont un forfait courant de Rogers pour compte Grand public dont l'abonnement à durée déterminée arrive à échéance dans 6 mois ou moins et qui passent au forfait ci-dessus ne sont pas admissibles au rabais. Cette offre ne peut être jumelée à d'autres rabais et/ou offres promotionnelles à l'intention du grand public offerts par Rogers, à moins que Rogers ne l'autorise. Le forfait et l'appareil figureront séparément sur votre facture. *Selon les tests effectués par umlaut au premier trimestre de 2026 et les publications connexes (certification Best in test, mai 2026 et rapport de vérification de juin 2026). Pour en savoir plus, visitez le site d'umlaut - Best in test (en anglais). © 2026 Rogers Communications.

 **ROGERS** Concessionnaire autorisé



Un avenir en position de force

Notre association peut compter sur une défense des intérêts vigoureuse, nos bénévoles et nos membres. **PAR GISELE TASSÉ-GOODMAN**

A l'approche de mon premier anniversaire à titre de présidente nationale, je suis inspirée et honorée d'occuper cette fonction.

Notre groupe de professionnels dynamiques, diversifiés et engagés souhaite sincèrement faire progresser les droits des aînés canadiens, en revendiquant la sécurité du revenu de retraite, le vieillissement positif et en santé, l'accès à des soins de santé fiables, le bien-être des vétérans et l'équité pour les retraités fédéraux.

Défense des intérêts

Sur le front de la défense des intérêts, nous avons participé à une campagne demandant au gouvernement fédéral d'appuyer la Convention internationale sur les droits des personnes âgées du Conseil des droits de l'homme des Nations Unies. Cette convention contribuera à combler une lacune du droit international en instaurant un traité exécutoire visant à éliminer l'âgeisme, la discrimination fondée sur l'âge et la maltraitance des aînés, entre autres. En mai, j'ai assisté à un événement du Centre international de la longévité du Canada au Sénat du Canada, qui visait à mobiliser l'appui pour cette convention. Depuis, le gouvernement fédéral a accepté de participer à sa rédaction.

En prévision d'un automne qui s'annonce chargé, le conseil d'administration national a reçu un aperçu du paysage politique canadien, pour guider notre travail de défense des intérêts. Nous en parlerons lors des

réunions de district de cet automne, pour transmettre ces informations essentielles à nos bénévoles.

Reconnaissance des bénévoles

Parlant des réunions de district, j'ai hâte à nos échanges fructueux lors de ces rencontres régionales à l'automne. Ce fut un plaisir de rencontrer des bénévoles lors des réunions du printemps. Avec leur expérience précieuse, leur connaissance du terrain et leur engagement profond, ils sont des partenaires essentiels pour faire progresser notre mission.

Quand je pense à nos bénévoles, des personnes comme Guy Bird me viennent à l'esprit. Bénévole pour l'association depuis 23 ans, il a occupé plusieurs rôles, dont celui de président de section et d'administrateur du district de la Colombie-Britannique et du Yukon au sein du conseil d'administration national. Comme il a également été proche aidant pour sa conjointe, Maureen, qui était atteinte de la maladie d'Alzheimer, il connaît bien les nombreux défis de la proche aide. Et Guy Bird n'est que l'un de nos bénévoles exemplaires que nous sommes fiers d'honorer.

Par ailleurs, ce numéro de *Sage* présente certains de nos autres bénévoles qui ont reçu des prix lors de l'assemblée annuelle des membres de cette année. Découvrez leurs parcours à la page 29. Si vous êtes parmi nos nombreux bénévoles, je vous lève mon chapeau et vous remercie de votre engagement. Votre dévouement est le socle incontournable de notre force.

Merci à nos membres

Si les bénévoles sont des partenaires essentiels de notre organisation, n'oublions pas que les membres en sont le moteur. Sans eux, notre voix n'aurait ni valeur ni portée. Avec l'influence qu'exercent nos 170 000 voix à l'unisson, nos commentaires, opinions et recommandations en matière de politiques comptent réellement.

Alors que nous lançons de nouveau notre Méga campagne de recrutement, je vous encourage à parler à vos amis, vos voisins et vos anciens collègues d'une adhésion à notre organisation et, ce faisant, de contribuer à amplifier nos efforts pour défendre les droits des retraités et des personnes âgées au Canada.

Il est essentiel d'attirer de nouveaux membres, car ils apporteront du sang neuf, des idées nouvelles et des approches novatrices pour nous aider à aller de l'avant. Je ferai bon accueil à vos suggestions sur les façons de les inciter à se joindre à nous. J'accueillerai également vos idées pour accroître la diversité de notre bassin de membres. Je souhaite vivement encourager une plus grande participation de personnes dont les voix et les expériences n'ont pas toujours été pleinement représentées, dont les femmes, les membres plus jeunes et issus de divers groupes. Cette étape importe pour rendre notre organisation encore plus dynamique. ■

Gisèle Tassé-Goodman est la présidente du conseil d'administration de Retraités fédéraux.

Cher Sage

Les lettres ont été révisées pour respecter la grammaire et l'espace alloué.

Cher Sage,

Je suis un retraité de la GRC et, tout comme vos autres correspondants, je fais face à des retards frustrants avec Anciens Combattants Canada (ACC). Je pensais être le seul à vivre ce genre de frustrations. Il m'est impossible de parler ou de correspondre avec le fonctionnaire d'ACC responsable de mon dossier pour discuter de la situation.

Je suis également de très près le progrès concernant le mariage après 60 ans. Malheureusement, ma femme est décédée en 1999, et ma seconde épouse en 2018. Cela signifie que mes cotisations au régime de pension de la GRC — plus de 35 années de service — seront perdues, et que ma nouvelle épouse ne recevra absolument rien à mon

décès. Cela lui causera un stress financier important et l'obligera à quitter notre logement faute du revenu de ma pension.

André Roussel, Québec, Qc

Cher Sage,

J'ai lu avec intérêt l'article de Mick Gzowski, « Des dispositions budgétaires qui indignent », publié dans Sage à l'été 2026.

En 1998, mon mari a présenté une demande de prestations d'invalidité, qui a été refusée. Il a interjeté appel en 2003, et j'ai déposé un appel en 2017. Après sept ans, mon appel a été accepté. Toutefois, la *Loi sur les pensions* limite le versement rétroactif à trois ans à partir de la décision, voire à cinq ans. Les paiements devraient être rétroactifs à la date où l'invalidité est survenue ou à la date de dépôt de l'appel. Les vétérans ne devraient pas être pénalisés pour les erreurs ou les retards du Tribunal des anciens combattants (révision et appel).

Stephanie Buckingham, Parksville, C.-B.

Cher Sage,

Nous avons adhéré à Retraités fédéraux en 2025 et nous avons voyagé en [Europe] peu après.

J'ai récemment lu le numéro de décembre 2025 de Sage et j'ai été véritablement impressionnée par l'article intitulé « Petits cadeaux, grandes émotions ».

J'ai trouvé Margaret Dickenson charmante et belle dans l'âme. La photo d'elle et de son époux irradie d'amour. Malheureusement, je n'ai pas ramassé de pierre lorsque nous avons visité la plage Juno.

Sa petite pierre est un souvenir qui revêt une signification profonde.

Nicole Gareau, Gatineau, Qc



Continuez à nous envoyer des lettres et des courriels

Adresse postale : Association nationale des retraités fédéraux, 865, chemin Shefford, Ottawa (Ontario) K1J 1H9

Adresse électronique :

sage@retraitesfederaux.ca



Association nationale des retraités fédéraux et Arbor Alliance

En tant que membre de l'Association nationale des retraités fédéraux, vous pouvez maintenant faire un peu plus facilement des plans plus économiques relatifs aux funérailles et au cimetière lorsque vous choisissez Arbor Memorial, la plus importante famille canadienne de fournisseurs d'arrangements.

Économisez 10 % sur les plans relatifs aux funérailles et au cimetière faits d'avance

Économies de **10%***

Économisez 5 % sur les plans relatifs aux funérailles et au cimetière faits au moment du décès.

Économies de **5%†**

PLUS! Registre familial de planification^{MC} de la succession GRATUIT

Pour planifier d'avance vos arrangements relatifs aux funérailles et au cimetière, composez le 1-877-301-8066 ou rendez-vous à ArborAlliance.ca dès aujourd'hui



Arbor Alliance
par Arbor Memorial



Association nationale des retraités fédéraux
PARTENAIRE PRIVILÉGIÉ

* Rabais de 10 % sur les derniers arrangements planifiés à l'avance, à l'exclusion des cryptes, qui sont assorties d'un rabais de 5 % si elles sont achetées à l'avance.

† Pour les achats effectués en Ontario : rabais de 4 % sur les lotissements funéraires, les niches et les autres droits d'inhumation, à l'exclusion des cryptes hors terre. Rabais de 10 % sur tous les autres produits et services de cimetière.



Une pérennité édifiée pour l'avenir

Le renouvellement et l'efficacité organisationnelle renforcent notre capacité à protéger vos pensions et vos prestations et à faire progresser plusieurs autres priorités essentielles. **PAR ANTHONY PIZZINO**

Si vous êtes bénévole, prenez part aux activités de l'association, soutenez une de nos campagnes, nous contactez pour obtenir de l'aide ou renouvelez votre adhésion chaque année, vous renforcez la vitalité de Retraités fédéraux. Vous jouez aussi un rôle essentiel dans son avenir.

Depuis plus de soixante ans, Retraités fédéraux est une voix nationale crédible et respectée. Mais le monde dans lequel nous évoluons change. Les façons de communiquer, de faire du bénévolat, de participer et de se faire entendre évoluent elles aussi.

La gouvernance, le renouvellement et l'efficacité organisationnelle peuvent parfois sembler éloignés de vos préoccupations quotidiennes. Mais ils comptent parce que notre structure influence directement notre capacité à protéger vos pensions et vos prestations, à réclamer un meilleur système de santé, à promouvoir le bien-être des vétérans et des aînés au Canada, et à faire en sorte que les décideurs écoutent lorsque les retraités prennent la parole.

Notre plan stratégique 2025-2028 nous engage à renforcer notre influence auprès des décideurs, à accroître la reconnaissance de Retraités fédéraux et à assurer sa pérennité. Notre influence repose sur la confiance de nos membres. Notre visibilité attire de nouveaux membres et de nouveaux alliés. Notre pérennité garantit la force de notre voix pour les générations de retraités à venir.

Le renouvellement est déjà en marche,

de manière concrète et visible pour nos membres.

Ce printemps, nous avons lancé un site Web national, conçu pour faciliter l'accès à l'information, aux ressources et aux services de Retraités fédéraux. L'amélioration de l'accessibilité, une navigation plus intuitive et une conception adaptée aux appareils mobiles ne sont pas de simples mises à niveau techniques. Elles témoignent de notre engagement à rejoindre les membres là où ils se trouvent et à rendre la participation à l'association plus simple, plus inclusive et plus pertinente.

Nous nous préparons également à la façon dont les membres interagiront avec Retraités fédéraux dans les années à venir. Cet automne, nous lancerons une campagne nationale numérique de recrutement et d'engagement, conçue pour joindre les retraités et les futurs retraités de façon plus ciblée et plus efficace. L'augmentation de notre bassin de membres n'est pas une fin en soi. Chaque nouveau membre accroît notre force et notre crédibilité, soutient notre défense des intérêts et augmente l'influence que nous exerçons dans les discussions nationales sur les pensions, les soins de santé, les vétérans, le vieillissement et la sécurité à la retraite.

Le renouvellement comprend aussi le soutien qu'obtiennent les membres dans les communautés du pays. Nous voulons rendre notre modèle de sections et de bénévoles plus durable, avec des rôles mieux définis et des contributions

plus enrichissantes, permettant aux bénévoles de se consacrer aux relations avec les membres, à la défense des intérêts et à la présence dans leur communauté, sans fardeau administratif et avec des responsabilités claires.

Dans plusieurs régions, des sections ont manifesté leur intérêt pour l'exploration de nouvelles approches adaptées à leur réalité. Ces initiatives nous permettront d'apprendre de l'expérience, d'évaluer ce qui sert le mieux les membres et de peaufiner les idées avant d'envisager une quelconque décision. Il ne s'agit pas d'imposer une solution unique, mais d'édifier une association plus forte, plus inclusive et plus réceptive, capable de bien servir ses membres.

La force de l'association repose sur la puissance de la voix collective de ses membres.

Ensemble, nous continuerons de faire en sorte que les voix des retraités partout au pays se fassent non seulement entendre, mais soient aussi prises en compte.

Dans les prochains mois, nous continuerons à faire part des progrès de ces travaux et de la façon dont les membres pourront y participer. Notre nouveau site Web, retraitesfederaux.ca, sera incontournable pour en apprendre davantage et vous faire entendre. ■

Anthony Pizzino est le directeur général (DG) de l'Association nationale de retraités fédéraux.

Pour les mordus de vieux avions

Au Musée de l'aviation et de l'espace du Canada, une petite équipe de bénévoles méticuleux s'emploie à restaurer le North Star.

PAR PETER SIMPSON



L'équipe du Project North Star le jour où Sage a visité le Musée de l'aviation et de l'espace du Canada. De gauche à droite : Michel Lamarche, Chris McGuffin, Paul DeSerres, Garry Dupont, Evan Boeckh, Charles Baril, Réjean Demers (chef de projet), J.P. MacDonald, Patrick Killen, Richard Houle, Jeff Threader et Gary Roberts. M. Demers, qui travaille au musée, gère le projet. Photo : Dave Chan



À l'arrière du Musée de l'aviation et de l'espace du Canada, avec vue sur la piste de l'aéroport de Rockcliffe à Ottawa, se trouve un atelier où ça grince, ça vrombit et ça résonne de toute part. Parmi les projets de restauration en cours, il y en a un qui revêt une signification particulière pour Chris McGuffin, un colonel à la retraite de l'Armée canadienne.

Il s'agit du Canadair C-54GM, ou North Star, et du dernier avion intact de son espèce dans le monde.

« Cet avion est important parce qu'il représente le premier pont aérien stratégique du Canada, du point de vue militaire », explique M. McGuffin, qui fait partie de ceux qui donnent — ou ont donné — de leur temps depuis 23 ans pour contribuer à la restauration du précieux appareil.

« C'est le North Star qui a donné au Canada la capacité de transport nécessaire pour soutenir les opérations internationales de maintien de la paix. Je crois que, sans le North Star, le Canada n'aurait pas acquis aussi tôt la réputation de nation vouée au maintien de la paix, une réputation que nous avons conservée pendant des décennies », poursuit M. McGuffin, également président de la Project North Star Association of Canada, une organisation indépendante de bénévoles qui soutient la restauration.

L'atelier, qui est l'un des nombreux espaces de travail consacrés au projet North Star, est l'endroit où les pièces sont réparées, restaurées ou même fabriquées. Deux jours par semaine, le bénévole et peintre d'Ottawa Pat Killen (également connu comme chanteur du groupe Big Jeezus Truck) remet à neuf et repeint des panneaux et d'autres pièces, tout en se souvenant que son père travaillait au musée dans les années 60. « Je me souviens d'avoir couru sous tous ces appareils », dit-il, en marchant parmi les avions historiques dans les vastes espaces d'exposition du musée, semblables à des hangars.



Deux techniciens travaillent sur le North Star durant la période de 1947 à 1965. Photo : Avec l'aimable permission de Chris McGuffin

Ce jour-là, M. Killen s'affaire à remettre à neuf et à repeindre les sorties de secours qui seront réinstallées sur les flancs du North Star. Et ce ne sont là que quelques-unes des milliers de pièces en cours de restauration. D'autres pièces attendent à l'étage supérieur de l'atelier, ou sur des tables dans d'autres salles. Certaines peuvent être à l'extérieur du site, en cours de restauration selon les besoins.

M. McGuffin fait partie d'un groupe d'environ 18 bénévoles actifs. Selon lui, ils ont été jusqu'à 80 depuis le début du projet, en 2003. « Plus de 20 étaient d'anciens militaires ou fonctionnaires. »

Les bénévoles travaillent sous l'égide du musée et sous la direction de Réjean Demers, conservateur et technicien en maintenance aéronautique. Tous semblent s'empresse de parler du projet et de partager leur passion pour l'avion.

MM. McGuffin et Killen dirigent une visite guidée à l'extérieur de l'atelier, dans un couloir bordé de salles remplies d'équipement de restauration, allant d'un espace de peinture hermétique à une salle de couture, en passant par des tours à métal et une salle de moteurs où trône un énorme moteur Rolls-Royce

Merlin d'époque, en cours de remise à neuf. Tout est réalisé dans le respect scrupuleux des détails historiques.

La visite se poursuit dans l'aire d'exposition du musée, en passant devant un imposant bombardier Lancaster, des Spitfire, des Hurricane et de nombreux autres appareils, les plus petits n'ayant guère plus que la taille des roues massives des plus grands. (Se tenir sous la soute à bombes ouverte d'un Lancaster, c'est se sentir très, très petit.) Il y a même un Canadarm, maintenu en position permanente, car ce bras robotique si gracieux dans l'espace n'est pas autoportant sous la gravité terrestre.

Après avoir franchi une porte, la visite nous fait traverser un tarmac pour arriver à un second espace d'exposition. Lui aussi regorge de fascinants souvenirs de l'aviation, comme le minuscule et relativement primitif Fairey Swordfish — « le type d'avion qui a coulé le *Bismarck* », mentionne M. Killen d'une voix admirative.

Puis vient le North Star, immatriculé 17515 dans l'ARC, dans toute sa splendeur. Son fuselage supérieur est blanc, tandis que le dessous en aluminium poli brille. Ses extrémités d'ailes sont rouges, tout comme

les capots de chacun de ses quatre moteurs Rolls-Royce Merlin 622, des V12 développant 1760 chevaux chacun. C'était, sans contredit, un avion très bruyant. D'une longueur de près de 29 mètres (95 pieds), avec une envergure d'un peu moins de 36 mètres (118 pieds), l'appareil a été construit en 1948 par Canadair à Montréal, sur une structure de Douglas C-54 fabriquée aux États-Unis, avec des ailes et un train d'atterrissage provenant d'un DC-6.

« La principale différence, c'est que les appareils Douglas étaient équipés de moteurs Pratt & Whitney, alors que le North Star avait des moteurs Rolls-Royce Merlin », explique M. McGuffin. « Ces moteurs donnaient au North Star 30 % de portée et de vitesse supplémentaires par rapport au C-54. »

Les derniers North Star, dont le 17515 de l'Aviation royale canadienne (ARC), ont été mis hors service en 1965.

« Les North Star ont constitué l'épine dorsale de la capacité de transport militaire à long rayon d'action de l'ARC pendant près de 20 ans, jusqu'au milieu des années 1960 », indique le site Web du Project North Star.

Le 17515 de l'ARC a assumé de nombreux rôles : ravitaillement dans le Nord, secours humanitaires, soutien aux opérations de l'ONU et de l'OTAN. Il a pris part à « la célèbre opération Hawk, le pont aérien très réussi de ravitaillement en personnel et matériel durant la guerre de Corée (1950-1953) ».

Son équipage comptait cinq personnes : pilote, copilote, mécanicien, opérateur radio et navigateur. À la fois vaste et étrangement exigu, le cockpit est pratiquement recouvert de touches, de commutateurs et de cadrans. C'était un appareil non pressurisé, qui volait habituellement sous les 10 000 pieds, bien que des bouteilles d'oxygène et des masques aient été installés pour les situations nécessitant un vol en plus haute altitude.

Un autre bénévole, Michel Lamarche, travaille tranquillement à restaurer ce système d'oxygène, qui comporte une multitude de petites conduites et

de pièces. L'avion ne décollera plus jamais, mais chaque détail compte pour les bénévoles et leurs superviseurs. M. Lamarche, qui est fonctionnaire retraité d'Immigration Canada, est reconnaissant de pouvoir participer.

« J'aime travailler avec mes mains », dit-il. « J'aime m'occuper. Je ne suis pas un expert, je ne suis pas mécanicien ni quoi que ce soit du genre, mais je voulais travailler, apprendre. Je suis bon bricoleur. J'aime toutes sortes de projets, tout ce qui touche à la réparation. Quand on m'a dit que je pouvais me joindre à l'équipe, j'en ai été très heureux. Depuis, j'apprends sans arrêt. »

Le projet North Star a commencé « avec un groupe de passionnés d'aviation qui considèrent ces machines comme bien plus que du bois, du métal et du tissu », indique son site Web. À l'origine, le groupe s'est d'abord consacré à la collecte de fonds et au recrutement de bénévoles, même si, ces dernières années, « le musée assume la responsabilité de recruter et de sélectionner les bénévoles,

bien que nous fassions beaucoup de sensibilisation sur les réseaux sociaux et notre site Web », explique M. McGuffin. Le groupe vend aussi des articles promotionnels pour financer le projet.

Selon M. McGuffin, Réjean Demers cherche des bénévoles dotés d'un large éventail de compétences, « des gens qui travaillent sur leur voiture, qui font des rénovations à la maison, qui construisent des maquettes, bref, tout ce qui demande de la dextérité manuelle et la compréhension qu'on ne peut serrer un boulon qu'à une certaine force avant qu'il ne casse. »

Dans un rapport de conservation de 2019, M. Demers écrivait que les bénévoles doivent « viser la qualité » et avoir un « désir insatiable pour le détail ». À propos de la restauration du North Star, il ajoutait : « Nous nous laissons absorber par le poids et l'ampleur du sujet. C'est le genre de projet qui exige un niveau d'engagement qu'on retrouve dans les monastères, les dojos et les unités de parachutistes. »

Pour MM. Lamarche et McGuffin, ainsi

que les autres bénévoles, cela signifie apprendre différentes tâches et travailler avec divers matériaux. Dernièrement, cela a mené M. McGuffin jusque dans la salle de couture, où il s'est plongé dans le travail minutieux du rembourrage, dans le but de restaurer les sièges et d'autres textiles de l'avion. « J'ai tendance à passer d'une chose à l'autre et, en ce moment, je travaille sur les tissus. »

Cela ne laisse aucun moment d'inactivité aux bénévoles lorsqu'ils sont sur place. Alors que la visite se termine en contournant les rangées d'appareils serrés dans le hangar, l'horloge indique l'heure du dîner, mais pas pour M. McGuffin. « Je vous laisse ici pour retourner à la machine à coudre. »

Concluons en paraphrasant le proverbe de Thomas Fuller (en 1732) : un point de couture maintenant en sauve 17515. ■

Peter Simpson est un rédacteur d'Ottawa animé depuis l'enfance d'un grand amour pour les vieux avions.



Votre pension de vieillesse fait-elle l'objet d'une récupération ?

Pour chaque **dollar** de revenu dépassant le seuil, vous **perdez 0,15 \$ de prestations** de la **Sécurité de la vieillesse (SV)**.

Une seule décision stratégique pourrait vous permettre d'économiser **des milliers de dollars**.

Contactez un conseiller Tradex pour savoir comment optimiser votre pension de la SV.

Gestion Tradex Inc.
www.tradex.ca | 1604-340 Rue Albert, Ottawa, ON K1R 7Y6
(613) 233-3394 | 1-800-567-3863 | advice@tradex.ca

Ces informations ont été fournies par Gestion Tradex Inc. (GTI) et sont présentées à titre purement informatif. Elles ne visent pas à fournir des conseils juridiques, comptables, fiscaux, d'investissement, financiers ou autres, et ne doivent pas être utilisées comme référence pour de tels conseils. La situation de chaque personne étant unique, nous vous recommandons de consulter l'un de nos conseillers afin de déterminer la solution la mieux adaptée à votre situation. GTI prend toutes les mesures raisonnables pour fournir des informations à jour, exactes et fiables, et estime que ces informations le sont au moment de leur publication.

Du travail du bois au bien-être

Le mouvement des *Men's Sheds* bâtit des communautés et aide à prévenir l'isolement chez les hommes âgés qui risqueraient autrement de se retrouver seuls.

PAR MARG BRUINEMAN

Jason Mawdsley est membre du chapitre d'Edson (Alberta) des *Men's Sheds*, dont il dit qu'il aide « réellement à traverser les épreuves que chacun vit à sa façon. »

Photo : Avec l'aimable permission de Jason Mawdsley

Au cours de ses 26 années de service au sein des Forces armées canadiennes, ce qui a le plus marqué Jason Mawdsley parmi toutes ses affectations, ce sont les majestueuses montagnes qui l'entouraient durant les huit années qu'il a passées en Alaska. À sa retraite, en 2023, lui et sa famille ont donc décidé que les Rocheuses étaient l'endroit où ils souhaitaient s'établir. Ils se sont installés à Hinton, en Alberta, à une vingtaine de minutes en voiture du parc national Jasper.

« À Hinton, tout le monde se connaît, mais lorsqu'on est nouvel arrivant, on ne connaît personne », explique M. Mawdsley, qui vivait le deuil de son père tout en s'adaptant à sa nouvelle communauté. « Les occasions de rencontrer des personnes ayant les mêmes intérêts étaient limitées. »

Il s'est alors souvenu de la camaraderie de la vie militaire où de nombreux membres faisaient du bénévolat dans des centres d'artisanat et de bricolage. Depuis longtemps, il aime travailler le bois et fabriquer des objets. D'ailleurs, lors de sa dernière affectation à Winnipeg, il avait été président du club local de menuiserie. C'est à cette époque qu'il a entendu parler pour la première fois de *Men's Sheds* Canada, un organisme sans but lucratif qui permet à des hommes plus âgés de réaliser des projets, de se faire des amis et de tisser des liens avec leur communauté.

Lorsqu'un chapitre était en voie de se former à Jasper, il est allé rencontrer ses membres. Lorsqu'un autre a été créé à Edson, il est également allé y faire un tour. Comme il aime la randonnée, la photographie et le travail du bois, il s'y est rapidement senti à sa place. Il y a notamment rencontré un ingénieur aéronautique de 90 ans ayant travaillé sur l'Avro Arrow. « C'était comme rencontrer une licorne. Cette rencontre a été extrêmement enrichissante, autant pour lui que pour moi », se souvient M. Mawdsley. « Les [*Men's Sheds*] nous aident réellement à traverser les épreuves que chacun vit à sa façon. »

L'essor rapide du mouvement reflète une prise de conscience accrue de l'importance des liens sociaux, particulièrement chez les hommes âgés.

À Edson, le *Men's Shed* s'est rapidement intégré à la communauté. Ses membres ont organisé un défilé du père Noël et ont fabriqué des ensembles de nichoirs que les enfants peuvent assembler eux-mêmes.

Leur principal défi demeure toutefois de trouver un local permanent, le coût des loyers étant élevé. Ils espèrent pouvoir s'inspirer de l'expérience d'autres *sheds* qui ont établi des partenariats avec des résidences-services, des églises, des filiales de la Légion royale canadienne et d'autres organismes communautaires, afin d'obtenir des locaux à moindre coût.

Le Canada compte aujourd'hui près de 200 *Men's Sheds*, tous créés au cours des dernières décennies. Des associations provinciales existent maintenant en Colombie-Britannique (C.-B.), en Alberta, en Ontario, au Manitoba et au Québec. D'autres sont également en voie d'être créés dans les provinces de l'Atlantique et en Saskatchewan.

L'organisme à but non lucratif est né en Australie il y a 30 ans, alors qu'une femme cherchait à aider son père à redonner un sens à sa vie après avoir quitté le marché du travail. Aujourd'hui, l'Australie compte plus de 1 200 *Men's Sheds*. Le mouvement a essaimé dans 15 pays et regroupe plus de 3 300 *sheds* dans le monde.

La pandémie a mis en lumière l'isolement social comme un risque important pour la santé, tant chez les hommes que chez les femmes. Or, la solitude est une réalité à laquelle de plus en plus de personnes font face en vieillissant et en traversant les grandes étapes de la vie, comme la retraite, le rôle de proche aidant ou le deuil. Même lorsque les hommes disposent d'un réseau social, ils sont souvent moins enclins à demander de l'aide, souligne John Oliffe, titulaire de la Chaire de recherche du Canada de niveau 1 en



Les *Men's Sheds* existent partout dans le monde. Celui-ci se trouve en Irlande.

promotion de la santé des hommes à l'Université de la Colombie-Britannique (UBC). Par conséquent, leur détresse psychologique passe fréquemment inaperçue. De nombreux hommes expriment leur dépression ou leur anxiété par la colère, la frustration ou la consommation de substances, explique-t-il.

Selon lui, la grande force des *sheds* est qu'ils offrent aux hommes un lieu où se rassembler, contribuer à leur communauté et nouer des liens avec d'autres hommes dans un environnement qui favorise naturellement les échanges. « L'une des raisons pour lesquelles les *Men's Sheds* fonctionnent si bien, c'est qu'ils sont facilement accessibles. L'accent est mis sur l'action plutôt que sur la parole... mais les conversations viennent d'elles-mêmes », observe-t-il. Il ajoute que tout tourne autour d'activités concrètes et du plaisir de réaliser quelque chose ensemble. « Le vieux dicton voulant que les hommes se confient davantage lorsqu'ils sont côte à côte se vérifie encore aujourd'hui... c'est dans ces moments-là que les conversations naissent.

« Si vous les asseyez en cercle en leur disant : "Parlez", ça fonctionne beaucoup moins bien. »

Robert Goluch, président de *Men's Sheds Canada*, affirme que, même si les hommes s'y réunissent pour réparer des objets, assister à des conférences ou organiser des sorties, ce qu'ils réparent

réellement, c'est l'isolement et la solitude.

« Les *sheds* ont quelque chose de magique. Ils donnent aux hommes un but, un sentiment d'appartenance et de véritables amitiés », explique M. Goluch, qui décrit ces rassemblements comme une forme d'intervention sociale. « Tout repose sur l'idée que les hommes s'ouvrent davantage lorsqu'ils travaillent côte à côte. Pas lorsqu'ils sont assis face à face. »

« Nous croyons que les *Men's Sheds* remédient à cette situation. Nous appelons aussi cela la "santé par la bande". »

M. Goluch explique que le *shed* de Squamish, en C.-B., tisse des liens avec la communauté en offrant des ateliers de menuiserie aux jeunes enfants, où ils apprennent les bases du travail du bois. Selon lui, cela permet aux hommes plus âgés de transmettre leurs compétences et leur savoir à la nouvelle génération.

L'organisation ne compte pas de femmes parmi ses membres, mais elles ont joué un rôle important dans la création de plusieurs *sheds*. Elles sont souvent considérées comme des ambassadrices qui encouragent les hommes à participer dans l'organisation.

Comprendre les besoins des hommes âgés

Men's Sheds Canada cherche à mieux comprendre les besoins des hommes âgés et les façons d'y répondre.



Les *Men's Sheds* inspirent des versions féminines

Les *Men's Sheds* visent principalement les hommes âgés en leur offrant un espace où ils peuvent créer des liens, demeurer actifs et interagir avec d'autres hommes. Mais les femmes et les hommes plus jeunes jouent aussi un rôle dans le mouvement des *Men's Sheds*.

« Les femmes ont joué un rôle essentiel dans le mouvement des *Men's Sheds* depuis le tout début », affirme Robert Goluch, président de *Men's Sheds Canada*. « Elles sont souvent nos plus grandes alliées et nos meilleures promotrices : elles encouragent leurs maris, pères, frères et amis à participer et aident les groupes locaux à voir le jour. Même si les *Men's Sheds* sont avant tout des espaces destinés aux hommes, j'ai entendu parler de certains *sheds* qui ouvrent occasionnellement leurs ateliers ou leurs salles de réunion pour des événements ou des soirées spéciales réservés aux femmes. »

En fait, rappelle M. Goluch, c'est une femme qui a créé le premier *shed* en Australie il y a 30 ans, afin d'aider son père retraité à entrer en contact avec d'autres hommes. Au Canada, les femmes ont souvent été des bougies d'allumage du mouvement, encourageant les hommes de leur entourage à participer et aidant à lancer de nouveaux *sheds*.

Le concept des *Men's Sheds* a également inspiré d'autres organisations indépendantes. *Women's Sheds*, considéré comme une organisation parallèle, existe aujourd'hui en Australie, au Royaume-Uni et en Irlande. Au Canada, un groupe consacré au travail du bois pour les femmes est maintenant actif à Vernon, en Colombie-Britannique.

Les hommes plus jeunes sont eux aussi encouragés à se joindre au mouvement. « Même si la plupart des membres des *sheds* sont retraités, certaines des expériences les plus enrichissantes surviennent lorsque des hommes plus jeunes et plus âgés travaillent, apprennent et enseignent ensemble. Ce besoin d'interaction ne connaît pas d'âge », conclut M. Goluch.

L'organisme souhaite collaborer avec Santé Canada pour définir une stratégie mobilisant différents secteurs et obtenir du financement.

John Oliffe attribue une partie du succès des *Men's Sheds* en Australie aux importants investissements gouvernementaux, un soutien qu'il estime ne pas encore avoir vu au Canada. Pourtant, souligne-t-il, le Canada est reconnu à l'échelle internationale comme pionnier de la promotion de la santé en milieu communautaire.

Membre de *Men's Sheds*, Danny Williams s'est lancé dans l'aventure lorsque son père, qui traversait une période difficile après le décès de son épouse, lui a montré un article de magazine sur les *Men's Sheds*. M. Williams a diffusé l'information sur les réseaux sociaux et un *shed* a rapidement vu le jour à Lac-Brome, dans les Cantons-de-l'Est du Québec, avec une grange transformée en atelier et lieu de rencontre.

Après le décès de sa propre épouse,

M. Williams a déménagé dans l'ouest de l'île de Montréal, où il avait rencontré une nouvelle conjointe. Mais il ne connaissait personne d'autre dans la communauté de Pointe-Claire. « Je me suis dit : je vais créer un *shed* ici », raconte-t-il.

Ce club, fondé il y a deux ans, compte maintenant plus de 50 membres qui se réunissent régulièrement dans une filiale de la Légion royale canadienne dotée d'une cuisine où ils partagent souvent leurs talents culinaires. Ils ont également établi un partenariat avec un musée de l'aviation où des avions sont restaurés, et ils travaillent à l'aménagement d'un nouvel atelier.

M. Williams affirme que, en seulement quelques années, il a développé un réseau de plus de 100 personnes à Pointe-Claire, ce qui a considérablement élargi son univers social. Il y a même cinq membres du *shed* dans son immeuble à logements.

« Il y a constamment de nouvelles activités qui se présentent, et on se fait aussi des amis. Beaucoup de ces hommes n'en ont pas vraiment. Plus on participe, plus on en retire des bénéfices », dit-il.

Un essor naturel

De retour en Alberta, M. Mawdsley a contribué à la création d'un *shed* dans sa ville de Hinton. Il en a immédiatement assumé la présidence, tout en siégeant simultanément au comité exécutif du *shed* d'Edson.

Les hommes de son *shed* ne passent pas nécessairement leur temps à bavarder autour d'un café, mais l'atelier offre un lieu où ils peuvent échanger sur leurs expériences, leurs compétences et leurs intérêts.

« Le plus important, c'est que cela est favorable à notre mieux-être mental », dit-il, considérant cet effet comme l'une des retombées les plus précieuses des *Men's Sheds*. ■

Marg Bruineman est une journaliste établie à Barrie, en Ontario.

IRIS

Vous avez 50 ans ou plus? Vos yeux ont besoin de plus d'attention!

Après 50 ans, le risque de cataracte, de glaucome et de dégénérescence maculaire augmente. Un dépistage précoce peut faire toute la différence.

Un examen complet de la vue peut aider à détecter des problèmes avant qu'ils n'affectent votre vision.

Inscrivez-vous en ligne sur **iris.ca/avantages** avec le **code d'accès : FEDRETIREES** ou rendez-vous dans une boutique IRIS.



Association nationale
des retraités fédéraux

**PARTENAIRE
PRIVILÉGIÉ**

économisez
50%

sur les lentilles avec prescription à l'achat
de chaque monture additionnelle.

**BALAYEZ LE CODE
POUR VOUS INSCRIRE ►**



Cultiver la communauté

Ancrés dans la tradition, les marchés publics gagnent en popularité à l'ère postpandémique.

PAR JENNIFER CAMPBELL





Le Marché public du port de Halifax a été fondé en 1750, avant même que le Canada ne devienne un pays. Photo : Bureau du tourisme de la Nouvelle-Écosse

Les marchés publics ont un caractère profondément « terroir ». C'est une façon de se rapprocher des artisans d'aliments locaux, une fenêtre sur l'abondance que nous offre la nature, et un rituel hebdomadaire qui donne l'impression de revenir chez soi, encore et toujours. Les marchés créent un sentiment d'appartenance, autant pour les marchands que pour les clients. Le fait de revoir les mêmes clients et les mêmes marchands semaine après semaine apporte simplicité et réconfort.

Au marché public Boyce de Fredericton, au Nouveau-Brunswick, les marchands mentionnent qu'ils vendent leurs produits à une clientèle qui remonte à plusieurs générations d'une même famille, et ce, depuis des décennies. Même chose pour leurs enfants, qui grandissent au marché, aidant leurs parents jusqu'à ce qu'ils soient en âge de reprendre l'étal familial.

Le samedi, Elmo Villeneuve réveille ses enfants à 3 h du matin pour l'accompagner au marché. Et, entre 7 h et 13 h, les plus jeunes se blottissent sous l'étal pour faire une sieste et reprendre des forces.

« Ils m'aident généralement jusqu'à 9 h, puis ils font une petite sieste sous notre table parce qu'on doit se lever à 3 h pour aller au marché », explique M. Villeneuve à propos de ses enfants de sept et neuf ans.

De son côté, le pomiculteur et vendeur de cidre David Coburn travaille à ce marché depuis 1969, alors qu'il avait neuf ans. Il possède encore le manteau

en peau d'ours que son grand-père portait lorsqu'il apportait ses œufs au marché, le vendredi soir, en traîneau tiré par des chevaux.

« Le marché, c'est une grande famille, de marchands et de clients », dit-il. « J'ai une affection particulière pour les enfants du marché, parce que j'en étais un moi-même. Voir les enfants grandir ici, c'est vraiment spécial. »

Une durabilité incontournable

En plus du folklore des marchands et des clients, les marchés publics incarnent de véritables pôles de durabilité dans un monde où, souvent, nous ne savons guère plus d'où vient notre nourriture. Les pratiques des agriculteurs sont généralement respectueuses de l'environnement, les aliments sont frais et sains, et le marché offre une voie d'accès simple pour les entrepreneurs qui se lancent dans l'alimentation.

« Les marchés publics sont une version moderne d'un phénomène qui existe depuis les Pyramides », explique Justin Cantafio. Établi à Halifax, il est cofondateur et président de Canadian Farmers' Markets et membre fondateur de la World Farmers' Markets Coalition. « Je ne crois pas qu'il existe une meilleure représentation de la communauté qu'un marché public. C'est quelque chose d'inné pour nous, en tant qu'êtres humains. »

Selon M. Cantafio, les marchés publics peuvent donner vie à un simple stationnement ou à une vieille église, se

déployant temporairement dans une ville à la façon d'un carnaval hebdomadaire. D'autres, comme le marché St. Lawrence à Toronto, le marché Jean-Talon à Montréal ou le marché de l'île Granville à Vancouver, disposent d'infrastructures permanentes.

« L'un des plus grands avantages d'un marché public, c'est la vente directe et l'échange immédiat entre agriculteurs et consommateurs », enchaîne M. Cantafio. « Il n'y a plus beaucoup d'endroits qui offrent encore cela. »

Sonya Graci, professeure à l'Université métropolitaine de Toronto, affirme que les marchés publics constituent une composante essentielle de toute communauté.

« Ils relient les gens à la nourriture, à la culture, à la société », dit-elle. « D'un point de vue social, [les marchés] sont des lieux de rassemblement où la communauté se rencontre, mange et échange. Culturellement diversifiés, ils préservent de nombreuses pratiques culturelles, grâce à l'alimentation et à l'artisanat. »

Sur le plan environnemental, ajoute-t-elle, ils réduisent l'impact des changements climatiques, l'usage des pesticides, des aliments génétiquement modifiés, et contribuent aussi à soutenir les petits agriculteurs qui préservent nos systèmes alimentaires, et nos cours d'eau. Sur le plan économique, ils soutiennent les petits agriculteurs et les petites entreprises, ce qui renforce la sécurité alimentaire.

« Plus nous soutenons les agriculteurs,



En haut, le marché public Boyce accueille jusqu'à 200 marchands le samedi à Fredericton. Photo : Tourisme Nouveau-Brunswick En bas à gauche, le marché St. Norbert de Winnipeg est en activité depuis 38 ans. Photo : Marché St. Norbert En bas à droite, le Marché Jean-Talon de Montréal est un véritable festin pour les sens. Photo : Alain Rouiller

mieux nous nous portons, sur les plans économique, environnemental et social », conclut M^{me} Graci.

Partout au pays, des marchés publics incarnent une tradition bien vivante. En voici un panorama à découvrir lors d'un voyage d'un océan à l'autre.

Marché public du port de Halifax

Fondé en 1750, longtemps avant la création du Canada, c'est le plus ancien marché public en activité continue de l'Amérique du Nord. Il a déménagé plusieurs fois et se trouve maintenant au port de Halifax.

Ses quelque 100 marchands attirent autant les résidents que les touristes. À l'origine strictement consacré à la viande, il s'est élargi pour inclure une grande variété d'agriculteurs et d'artisans.

Marché public de Charlottetown

Porteur de deux siècles de tradition, ce marché se tenait depuis 40 ans dans un bâtiment situé sur un terrain fédéral, jusqu'à ce qu'un incendie en décembre 2025 le rende inutilisable. La coopérative dispose désormais d'un bail d'un an dans un nouvel emplacement depuis janvier, tout en poursuivant ses discussions avec Agriculture et Agroalimentaire Canada pour rebâtir sur son site d'origine. Des agriculteurs de partout sur l'Île-du-Prince-Édouard se réunissent dans cet espace temporaire le samedi, aux côtés de marchands de plats préparés représentant des nationalités de partout dans le monde.

Marché public de St. John's

Comparé aux doyens du pays, le marché

public de St. John's est récent. Il a pris racine à l'automne 2007, lorsqu'un agriculteur biologique a loué la loge maçonnique du centre-ville pour vendre ses surplus de récolte. Plus de 500 clients se sont présentés. En janvier 2008, des résidents ont formé un comité pour créer un marché hebdomadaire. Aujourd'hui, il accueille plus de 100 marchands et constitue un lieu communautaire très populaire.

Marché public Boyce

À l'origine, ce marché de Fredericton se tenait à l'extérieur de l'hôtel de ville, puis dans son sous-sol. Il a déménagé à son emplacement actuel en 1951, après que l'agriculteur de navets William Walter Boyce ait légué 40 000 \$ à la municipalité pour construire un marché permanent. Aujourd'hui, jusqu'à 200 marchands s'y installent chaque samedi matin, offrant des légumes frais, des œufs, de la viande, du fromage, mais aussi des *donairs* à emporter et des petits pains au homard.

Marché Jean-Talon de Montréal

Inauguré en 1933 à son emplacement permanent, il s'agit de l'un des plus grands marchés en plein air en Amérique du Nord. Il compte aujourd'hui près de 200 marchands, un nombre qui augmente l'été lorsque les agriculteurs locaux vendent leurs produits dans les vastes étals extérieurs. Il s'agit d'un véritable festin sensoriel, avec des produits de toute la région : fromages artisanaux, viandes et poissons spécialisés, fruits et légumes de toutes sortes, ainsi qu'une abondance de tomates destinées aux restaurants de la Petite Italie, où le marché se trouve.

Marché St. Lawrence de Toronto

Cette institution vieille de 208 ans réunit les produits de 120 marchands, commerçants et artisans dans son bâtiment principal, le South Market, ouvert tous les jours sauf le lundi. Juste en face, l'édifice North Market accueille

le marché public du samedi, où les agriculteurs régionaux vendent leurs produits. Le dimanche, cet espace se transforme en marché aux antiquités.

Marché St. Norbert de Winnipeg

Ouvert tous les samedis toute l'année, ce marché existe depuis 38 ans, après avoir débuté en 1988 avec seulement huit marchands qui vendaient leurs produits dans un pré. Aujourd'hui, il attire 200 artisans, boulangers, agriculteurs et cultivateurs. Tout ce qui est vendu provient du Manitoba. St. Norbert, une banlieue de Winnipeg, est également étroitement liée à Louis Riel, dont le leadership lors de la Résistance de la rivière Rouge a défié le gouvernement fédéral et mené à la création de la province du Manitoba.

Marché de Saskatoon

Fondé en 1975, ce marché promet à ses clients que ses marchands « le confectionnent, le cuisinent, le cueillent ou le cultivent », faisant le pont entre

les habitants de Saskatoon — et les visiteurs — et les produits du terroir local. Ouvert toute l'année les samedis et les dimanches, il attire près de 60 marchands dans son emplacement situé près de l'aéroport de Saskatoon.

Marché Crossroads de Calgary

Ouvert en 1987, le marché Crossroads est né de l'idée d'offrir aux Calgariens une occasion simple de devenir entrepreneurs. Situé près de la 16^e Avenue et du chemin Barlow, le marché accueille 150 marchands dans la portion nord-est de Calgary. Après environ 40 ans d'existence, il voit maintenant arriver une deuxième génération d'entrepreneurs. La section restaurant propose des plats indiens, turcs, allemands et indonésiens, entre autres. Le marché est ouvert du vendredi au dimanche.

Marché public de l'île Granville de Vancouver

Au cœur d'un quartier commerçant et culturel situé sur une île au milieu d'un

bras de mer, dans une ville entourée de montagnes, l'île Granville abrite un vaste marché public offrant des produits « de l'océan, du four ou du champ ». Fermé seulement les 25 et 26 décembre, le 1^{er} janvier, ainsi que les lundis de janvier, il fonctionne toute l'année et réunit plus de 50 marchands.

Marché Fireweed du Yukon

Lancé en 2000 et incorporé en 2005 sous le nom de Fireweed Community Market, ce marché situé à Whitehorse propose une version estivale, de mai à septembre, dans un parc, et une version hivernale dans un centre culturel.

Marché public de Yellowknife

Ce marché se tient le mardi soir, de juin à septembre, et attire plus de 40 marchands. ■

Jennifer Campbell est la rédactrice en chef de Sage. Elle adore les marchés publics et en a arpenté au Yémen, au Kazakhstan, aux Émirats arabes unis, au Kenya, et partout en Europe.



Partenaire de confiance de



En tant que membre de Retraités fédéraux, vous avez droit à ces offres grâce au programme Maestro avec le Groupe Forget.

Dépistage auditif sans frais¹ 1 sur 4 fréquences lors de la première consultation

Des réductions sur² :

- L'achat de piles de première qualité qui assurent un fonctionnement optimal de vos aides auditives.
- L'achat d'accessoires pour mieux entendre dans des situations complexes.
- Le renouvellement de votre Carte Privilège pour vous permettre d'avoir l'esprit en paix.
- L'achat d'une trousse d'entretien (régulière ou rechargeable).

Pour prendre rendez-vous, appelez au **1-877-879-6647** ou inscrivez-vous à **legroupeforget.com**

Mentionnez ce code : **MAG-BFNT-NAFR**

Pour trouver les emplacements de HearingLife en Ontario, y compris Ottawa, consultez **HearingLifeAdvantage.ca/NAFR-FR**

Détails disponibles en clinique. Certaines conditions s'appliquent. [1] Dépistage auditif sans frais, offre permanente. [2] Réductions valides jusqu'au 31 décembre 2026. Contactez le Groupe Forget pour plus de détails.





Service,
courage
et sacrifice.

Nous nous souvenons.

SEMAINE DES VÉTÉRANS | DU 5 AU 11 NOVEMBRE



retraitesfederaux.ca
federalretirees.ca



Liste de vérification pour les vacances

Partez sans accroc et revenez sans tracas, grâce à ces conseils.

Vous prévoyez une escapade? Que ce soit pour quelques semaines ou quelques jours, si vous partez en vacances, votre sécurité est une priorité. Vous avez choisi une destination sûre, réservé votre hôtel en ligne et fait provision de crème solaire. Mais qu'en est-il de votre maison pendant votre absence?

L'énervement du départ fait parfois oublier les plus simples mesures de prévention qui protégeraient la maison en notre absence. Certaines personnes oublient de prendre ces mesures et, une fois parties, commencent à s'inquiéter d'avoir oublié de verrouiller leur porte, d'éteindre le four ou d'arrêter un robinet qui fuit. Une mauvaise surprise pourrait les attendre au retour.

Prévenir les cambriolages

Les cambriolages sont le principal ennemi des propriétaires en vacances. La meilleure façon de dissuader les voleurs est de leur rendre la tâche la plus ardue possible, de l'extérieur à l'intérieur.

De l'extérieur : Les voleurs mettent généralement deux à trois minutes pour s'introduire dans une habitation. Si votre domicile donne l'impression d'être occupé, ils ne prendront pas le risque de tenter leur chance.

- Demandez à un voisin d'utiliser vos

poubelles, de stationner sa voiture dans votre entrée et de ramasser les circulaires régulièrement.

- Demandez à Postes Canada de retenir votre courrier.
- Suspendez la livraison des journaux.
- Demandez à quelqu'un de déneiger ou de balayer votre entrée.
- Gardez la voiture dans le garage et fermez la porte pendant que vous y chargez vos valises.
- Dans la maison, branchez les lampes et la radio (choisissez une station où l'on propose des lignes ouvertes) à plusieurs minuteries, afin de donner l'impression qu'il y a quelqu'un.
- Réglez la sonnerie de votre téléphone au volume le plus bas.
- Fermez les rideaux des pièces qui contiennent des objets de valeur que l'on peut apercevoir de l'extérieur.
- Ne communiquez pas vos plans à des collègues ou sur Facebook et d'autres réseaux sociaux.

Le terrain : Saviez-vous que, une fois sur trois, lors d'un cambriolage, le voleur est entré par une fenêtre ouverte ou par le sous-sol?

- Retirez tous les objets qui peuvent aider les voleurs à se hisser jusqu'à une ouverture, comme les échelles et les poubelles.
- Taillez les arbres et les arbustes qui cachent les entrées et les fenêtres.

- Allumez des lumières dans des endroits stratégiques, comme les entrées et les passages. Les lumières solaires sont généralement trop faibles; privilégiez un éclairage de 120 volts doté d'un détecteur de mouvement ou d'une minuterie pour réduire votre consommation d'électricité.
- Ne cachez pas la clé de la maison sous le paillason. C'est pratique pour les voisins, mais tout autant pour les voleurs!

Points d'accès : Il suffit de quelques minutes pour faire céder le pêne d'un verrou avec un tournevis.

- Installez des pênes dormants à cylindre simple.
- Installez des « arrêts de fenêtre » dans les cadres des fenêtres du premier étage et du sous-sol.
- Les portes et fenêtres coulissantes sont souvent munies de dispositifs qui empêchent de les soulever ou de les faire coulisser. Vous pouvez également placer un tuyau ou une tige de bois solide de la même longueur dans le rail du milieu.
- Installez l'autocollant de la compagnie de votre système d'alarme dans les fenêtres près des entrées.
- Gardez votre porte de garage fermée et verrouillée, même lorsque votre voiture n'y est pas.
- Gardez le dispositif d'ouverture de la porte de garage dans la maison, plutôt que dans la voiture.

Même quelques-unes de ces mesures de prévention peuvent dissuader un voleur. Il est toujours utile de se renseigner sur ces mesures toutes simples, pour un départ et un retour en paix! ■

Certaines conditions, limites et exclusions s'appliquent. Cet article est fourni à titre informatif seulement. Votre contrat d'assurance prévaut en tout temps. Belair ne fait aucune déclaration ni ne donne aucune garantie que l'utilisation de ces renseignements permettra de prévenir des dommages ou de réduire votre prime. ©2026 **La Compagnie d'assurance Belair inc.** Tous droits réservés.



À gauche, Machu Picchu, une citadelle inca perchée dans les hautes montagnes du Pérou. À droite, Bethany Scully explore le marché de Pisac, où les lamas et le bétail se promènent librement. Photo : Collette

Cap sur l'Amérique du Sud

L'Amérique du Sud a beaucoup à offrir en toute saison.
Voici quelques conseils pour choisir le moment idéal pour partir.

À quelques exceptions près, la région se visite très bien toute l'année — un avantage pour les voyageurs dont la flexibilité est limitée ou qui souhaitent profiter d'une offre de voyage de dernière minute. Le choix de la meilleure période dépend surtout de vos centres d'intérêt.

Cet article propose des pistes pour planifier votre séjour en fonction de ce que vous aimez faire, des endroits que vous souhaitez découvrir et de vos préférences en matière d'achalandage et de conditions météo.

La meilleure saison?

La meilleure période pour voyager en Amérique du Sud correspond aux saisons intermédiaires — le printemps (septembre à novembre) et l'automne (mars à mai). Le climat est agréable et l'affluence touristique plus faible.

Parmi les exceptions figurent les régions très méridionales, comme la Patagonie, où les conditions climatiques restreignent la saison touristique. Les circuits en Patagonie se déroulent généralement de septembre à mars.

ABC des saisons en Amérique du Sud

L'essentiel à garder en tête lors de la planification : l'Amérique du Sud se situe dans l'hémisphère Sud, ce qui signifie que ses saisons sont inversées par rapport à celles de l'Amérique du Nord et de l'Europe. Lors de l'hiver aux États-Unis et au Canada, c'est l'été dans une grande partie de l'Amérique du Sud, et inversement.

Comme dans l'hémisphère Nord, les saisons influencent différemment les régions. Les grandes villes, les zones en altitude, les régions humides et les

destinations isolées axées sur la faune suivent chacune leurs propres régimes climatiques.

Quand visiter les ruines anciennes

Pour les voyageurs attirés par l'histoire et la culture, le Pérou est une excellente option pendant une grande partie de l'année. Des sites comme Machu Picchu, la Vallée Sacrée, Cuzco et le lac Titicaca restent accessibles en toute saison.

Certains voyageurs préfèrent éviter l'affluence estivale pour profiter d'une ambiance plus calme, surtout dans les zones très fréquentées.

L'important? Prévoyez suffisamment de temps pour vous acclimater à l'altitude et alterner les journées remplies d'activités et les moments de repos. En fait, un rythme bien pensé importe encore plus que la météo.

Grandes villes et régions viticoles

Des villes comme Buenos Aires et Santiago accueillent les voyageurs toute l'année. Pour décider du moment, tenez compte de votre tolérance à la chaleur lorsque vous explorez les quartiers et les marchés, ou de soirées plus fraîches si vous aimez flâner vers les restaurants ou profiter de la vie nocturne.

Les régions viticoles, comme Mendoza, se visitent en toute saison, mais elles sont particulièrement agréables en mars et début avril, lorsque les vignobles sont en pleine activité et que les températures restent suffisamment douces pour savourer les dégustations sans être incommodé par la chaleur.

Pour observer la faune

Les Galápagos sont une destination qui se visite toute l'année, avec des possibilités d'observation de la faune à chaque saison. Elles constituent un excellent choix si vous recherchez une date de départ précise.

Si vous visez la Patagonie, c'est plus simple : les circuits vont de septembre à mars. Vous profiterez alors de longues journées de lumière et pourrez participer aux excursions terrestres et aux croisières d'expédition.

Selon les saisons

- **Printemps (septembre–novembre) :** Au printemps, les villes retrouvent leur dynamisme et les destinations saisonnières commencent à rouvrir. C'est une période très agréable pour les activités en plein air.
- **Été (décembre–février) :** L'été correspond aux vacances scolaires et à la haute saison du tourisme intérieur dans plusieurs pays d'Amérique du Sud. Si vous préférez éviter la chaleur intense ou les foules, ce n'est peut-être pas la période idéale pour vous.
- **Automne (mars–mai) :** L'automne est souvent cité comme la saison préférée des voyageurs qui apprécient une affluence réduite et un climat

plus doux. Les villes restent animées, les régions viticoles commencent à ralentir, et les destinations culturelles deviennent moins fréquentées.

- **Hiver (juin–août) :** En Amérique du Sud, l'hiver n'est pas froid partout. Si certaines régions se rafraîchissent, de nombreuses villes et zones culturelles demeurent agréables. La Patagonie ferme durant cette période, mais des destinations comme le Pérou continuent d'accueillir les voyageurs.

Prêt à planifier votre voyage en Amérique du Sud?

L'Amérique du Sud est une excellente destination, que vous disposiez d'un calendrier flexible ou de dates précises. Découvrez comment les circuits guidés en Amérique du Sud peuvent simplifier votre organisation, sur gocollette.com. ■

Article présenté par **Collette**, un partenaire privilégié de l'Association nationale des retraités fédéraux. Les membres de Retraités fédéraux économisent jusqu'à 600 \$ par personne dans le monde entier. Pour en savoir plus, consultez gocollette.com/nafr.

collette

Par les voyageurs. Pour les voyageurs.

APPROCHEZ-VOUS DU CŒUR DE L'Amérique du Sud

Que vous ressentiez l'appel du cap Horn en Patagonie, du Machu Picchu au Pérou ou de la célèbre région viticole de Mendoza, vous irez plus loin, grâce à l'expertise de Collette qui vous guide tout au long du voyage.

RETRAITÉS FÉDÉRAUX

Épargnez jusqu'à 600 \$ par personne* sur n'importe quel circuit.

UTILISEZ LE CODE **FRSAVE**
AU MOMENT DE RÉSERVER, POUR
OBTENIR VOTRE AVANTAGE
DE MEMBRE.

*Des restrictions s'appliquent. Pour plus de précisions, appelez le 866.413.3762 ou visitez www.collette.com/nafr.



Pour en savoir plus,
balayez le code QR.

Semer des graines pour un impact durable

Le bénévole Claude Bourget distribue des exemplaires de *Sage* aux décideurs, dans l'espoir que chaque numéro suscite des conversations productives. **PAR OLGA BINDUTIYE**

Chaque fois qu'une nouvelle édition de *Sage* paraît, Claude Bourget entreprend une tournée pour s'assurer d'en remettre quelques exemplaires aux bureaux des élus de la région.

Il a développé cette habitude lorsqu'il était le bénévole responsable de la défense des intérêts au sein de sa section, et il la maintient aujourd'hui encore, même s'il aide davantage de sections à rencontrer des décideurs. Son souhait est que chaque exemplaire suscite une conversation et contribue à garder bien présentes les réalités auxquelles les aînés font face au Canada. Pour lui, c'est une « modeste » occasion d'engagement, une graine de plus semée pour l'avenir des aînés au pays. M. Bourget vise le long terme.

Après avoir pris sa retraite en 2011, il est resté ce qu'il appelle un « membre discret » de l'association pendant de nombreuses années. Il payait sa cotisation, lisait les publications et soutenait l'organisation « de loin ». Puis, il y a trois ans, une invitation lancée lors de l'assemblée générale annuelle de sa section a tout changé.

« Ils cherchaient des bénévoles. J'ai levé la main », se souvient-il, ouvrant ainsi un nouveau chapitre dans sa retraite.

Créer les conditions du changement

Aujourd'hui, M. Bourget assume un rôle de responsable de la liaison en défense des intérêts pour l'Ontario, où il soutient les initiatives locales et renforce les relations avec les élus, contribuant ainsi à faire avancer les priorités de Retraités

fédéraux partout dans la province. Il considère que son rôle crée des conditions propices à des changements concrets.

« Je ne suis là que pour donner un coup de main », affirme M. Bourget. « Mon intention, c'est d'essayer de faire une différence. »

Et qu'y gagne-t-il, personnellement? À 75 ans, après 15 années de retraite, M. Bourget reconnaît volontiers le lien entre le fait de rester engagé et son propre sentiment de bien-être. Mais, surtout, c'est pour lui l'occasion de se rendre utile aux autres.

Une vie entière à répondre « présent »

Pour M. Bourget, la défense des intérêts repose ultimement sur un choix.

« Il faut décider si l'on est prêt à investir son temps, son énergie et son esprit dans quelque chose », dit-il.

Depuis longtemps, il cherche des façons de transformer de bonnes intentions en actions concrètes. L'instinct de rassembler les gens, de nouer des relations et de contribuer à quelque chose de plus grand que lui le suit depuis les années 1980, lorsqu'il s'est engagé pour la première fois dans la défense des intérêts. À l'époque, il était porte-parole pour les francophones de Brampton, en Ontario, qui avaient besoin d'une communauté et de ressources. Ce travail de longue haleine a porté fruit, car cette communauté demeure dynamique, bien longtemps après son départ.

Garder la porte ouverte

Cet instinct détermine la manière dont

M. Bourget définit une défense des intérêts pertinente et judicieuse au nom des aînés.

« Tant que les députés nous connaissent, respectent l'organisation et gardent leurs portes ouvertes, j'aurai réussi », dit-il.

Lorsqu'il parle de son travail de défense des intérêts, il utilise souvent des mots comme « seulement » ou « juste ». C'est une formulation modeste pour décrire un travail qui, par nature, se prête mal à l'évaluation. Une manière discrète d'évaluer l'impact, mais qui en dit long sur le type de défenseur qu'est devenu M. Bourget.

Après tout, comment quantifier la valeur d'une porte ouverte?

Aucun rapport ne peut saisir la portée d'une relation construite au fil des années ni celle d'une conversation qui transforme la compréhension d'un enjeu en douceur. Les résultats mettent du temps à se manifester.

La vision à long terme

C'est pour cela que M. Bourget est attiré par la discipline qui consiste à semer des graines.

Chaque exemplaire de *Sage* qu'il distribue à ses politiciens locaux, chaque occasion de parler d'initiatives de défense des intérêts, chaque courriel qu'il envoie pour promouvoir les campagnes de Retraités fédéraux constituent un investissement dans un avenir plus sain pour les personnes aînées au Canada. ■

Olga Bindutiye est une agente des campagnes et de l'engagement de Retraités fédéraux.

L'écart entre les sexes en matière de pensions s'aggrave

L'écart de revenu entre les femmes et les hommes à la retraite a augmenté depuis les années 1970, passant de 15 % à 17 %.

PAR PATRICK IMBEAU

Les femmes continuent de gagner seulement 88 cents pour chaque dollar gagné par les hommes. Il s'agit toutefois d'une amélioration par rapport à 1997, alors que les femmes ne gagnaient que 82 cents pour chaque dollar gagné par les hommes. Bien que l'écart salarial entre les sexes soit de plus en plus reconnu, ce que beaucoup de gens ignorent peut-être, c'est que l'écart entre les revenus de retraite des femmes et ceux des hommes s'est en réalité aggravé depuis les années 1970. En 1976, l'écart entre les revenus de pension des hommes et ceux des femmes était de 15 %; il est maintenant de 17 %, selon une étude de la Commission de l'équité salariale de l'Ontario. On compte 200 000 femmes de plus que d'hommes âgés de 65 ans et plus vivant sous le seuil de faible revenu au Canada. De plus, les femmes de 75 ans et plus sont 51 % plus susceptibles que les hommes du même âge de vivre dans la pauvreté. En fait, 59 % des bénéficiaires du Supplément de revenu garanti (SRG) sont des femmes.

Ces écarts peuvent être encore plus marqués pour certains groupes de femmes, puisque les résultats sont influencés par des facteurs qui se recoupent, notamment la race, l'identité autochtone, le handicap, le statut d'immigration, la situation matrimoniale et la situation parentale. Par exemple, les femmes racisées qui travaillent à temps plein gagnent 21 % de moins que les hommes racisés et 32 % de moins que les hommes non racisés.

Selon la commissaire en équité salariale Kadie Philp, la situation s'explique en partie par le recours croissant aux régimes de retraite privés, ainsi que par la part inégale des responsabilités familiales non rémunérées assumées par les femmes. Cela illustre également le fait que le système a été conçu en fonction d'un modèle d'emploi traditionnellement masculin.

Un exemple clair est l'introduction du Régime de pensions du Canada (RPC) en 1966. À l'époque, moins de 30 % des femmes participaient au marché du travail. Comme l'indique le rapport : « Les législateurs de l'époque étaient bien conscients de l'effet d'exclusion que les régimes de retraite fondés sur la participation au marché du travail auraient sur les femmes. Toutefois, leur attention était principalement portée sur la femme au foyer : l'épouse et la mère qui s'occupait de la maison et de la famille pendant que son mari subvenait aux besoins du ménage. » Ce n'est qu'en 1977 que la disposition d'exclusion pour élever des enfants a été mise en place, permettant aux femmes d'exclure des périodes de faibles revenus consacrées aux soins des enfants du calcul de leurs prestations. Cette disposition avait initialement été oubliée lors de l'introduction de la formule améliorée du RPC en 2016 et a dû être ajoutée par la suite à la suite de fortes pressions.

L'écart entre les sexes en matière de pensions est particulièrement marqué dans les régimes de retraite offerts par

les employeurs, avec un écart déclaré de 25 % dans les régimes de retraite privés. Historiquement, les professions à prédominance féminine, souvent exercées à temps partiel, n'offraient pas de régimes de retraite et, lorsqu'elles en offraient, les femmes se voyaient fréquemment refuser l'adhésion. Bien que ces problèmes aient été progressivement corrigés, ce n'est qu'au milieu des années 1980 que les lois sur les pensions ont interdit la discrimination fondée sur le sexe. Les femmes sont également plus susceptibles d'avoir des revenus cumulatifs plus faibles au cours de leur vie, de connaître des interruptions liées aux responsabilités de proche aidance et d'être concentrées dans des emplois moins bien rémunérés, autant de facteurs qui entraînent une épargne-retraite moins élevée.

Des mesures importantes ont été prises, dont l'amélioration de l'accès à certains régimes de retraite pour les travailleurs à temps partiel, la décision Fraser de la Cour suprême concernant le partage d'emploi et la discrimination par effet préjudiciable, ainsi que les réformes provinciales visant l'acquisition immédiate des droits à pension.

Dans ce contexte, le 16 avril 2026, Gisèle Tassé-Goodman, présidente du conseil d'administration national de Retraités fédéraux, a comparu devant le Comité permanent de la condition féminine, qui étudiait la violence à l'encontre des femmes âgées et leur vulnérabilité financière. Elle a déclaré : « Les inégalités en matière de revenu de retraite créent des obstacles à la santé, à la dignité et à la sécurité. Les récentes difficultés liées à l'abordabilité et les pressions inflationnistes n'ont qu'amplifié ces défis [...] S'attaquer à la vulnérabilité financière des femmes âgées signifie s'attaquer aux conditions économiques et sociales tout au long de la vie pour réduire les écarts de sécurité financière à la retraite. » ■

Patrick Imbeau est agent des pensions et de l'assurance invalidité à l'Alliance de la Fonction publique du Canada.



Margaret Gillis, cofondatrice du Centre international sur la longévité du Canada, affirme qu'une convention sur les droits des personnes âgées est essentielle, car elle comble une lacune dans le droit international des droits de la personne. Photo : CIL Canada

Le Canada et la Convention des NU

L'Organisation des Nations Unies rédige une convention visant à protéger les personnes âgées. Le Canada participe au processus.

PAR JENNIFER CAMPBELL

Bonne nouvelle : le Conseil des droits de l'homme des Nations unies (NU) avance dans la rédaction d'une convention sur les droits des personnes âgées. Et le gouvernement canadien a récemment confirmé que ses représentants peuvent participer aux négociations à ce sujet.

« Participer aux négociations constitue un pas important, et le Canada tient un discours juste sur l'obligation de l'État en matière de respect des droits de la personne, tout en veillant à ce que les personnes âgées prennent part à la négociation de la convention », affirme Margaret Gillis, fondatrice et présidente émérite du Centre international sur la longévité (CIL) du Canada, ainsi qu'ambassadrice pour Elder Abuse Prevention Ontario. Elle souhaite que le Canada défende la convention avec la même vigueur que la Slovaquie, le Ghana, le Brésil ou l'Argentine, mais se réjouit qu'il continue au moins de faire valoir les droits de la personne, comme toujours.

Cette convention des NU devient de plus en plus urgente, car le vieillissement des populations transforme profondément les sociétés. D'ici 2050, une personne sur cinq aura plus de 60 ans, et 80 % d'entre elles vivront dans des pays à revenu faible ou moyen.

Le Canada n'y échappera pas. D'ici 2030, 25 % des Canadiens auront plus de 65 ans, et les aînés du pays font face, entre autres, à l'âgisme, à des obstacles pour accéder aux soins de santé et aux services sociaux, à la maltraitance, à l'insécurité du logement et à l'itinérance. Et, bien que la rédaction de la convention soit en cours, il n'existe toujours aucun instrument international dédié aux droits des aînés.

Selon M^{me} Gillis, de nombreuses raisons justifiaient la décision du Canada de participer enfin à la rédaction de la convention. La convention comble une lacune du droit international en instaurant un traité exécutoire visant à éliminer l'âgisme, la discrimination

fondée sur l'âge, la maltraitance et la négligence envers les aînés, à garantir l'accès aux soins de longue durée, à réduire les inégalités en matière de santé et à résoudre d'autres défis liés au vieillissement. Une telle convention permet aussi de lutter contre l'âgisme, de clarifier et de renforcer la redevabilité des gouvernements envers leurs citoyens âgés.

« Ultimement, une société est jugée selon la manière dont elle traite ses citoyens âgés », affirme M^{me} Gillis. « Le Canada devrait mener l'appel en faveur d'une convention des Nations Unies sur les droits des personnes âgées, car vieillir ne devrait jamais signifier perdre ses droits, sa voix ou sa dignité. Une convention transformerait des principes en protections. »

M^{me} Gillis rappelle que le Canada lui-même a besoin de cette convention, puisqu'il a accusé l'un des pires bilans au monde en matière de décès dans les établissements de soins de longue durée durant la pandémie de COVID-19, soit 14 000 morts.

« Ce fut une tragédie nationale, une véritable honte pour notre conscience collective », dit-elle.

Elle a également souligné que 550 personnes âgées sont décédées lors du dôme de chaleur en Colombie-Britannique en 2021. Par conséquent, les gouvernements fédéral et provincial concernés ont fait l'objet de sévères condamnations de la part de Human Rights Watch pour ne pas avoir protégé leurs citoyens.

Avant que le Canada ne décide d'appuyer la rédaction de la convention, le CIL du Canada a organisé un événement au Sénat du Canada afin de susciter du soutien pour celle-ci.

Gisèle Tassé-Goodman et Jessica Searson, respectivement présidente du conseil d'administration national et directrice de la défense des intérêts de Retraités fédéraux, y ont assisté, avec M^{me} Gillis. ■

Jennifer Campbell est la rédactrice en chef de *Sage* et de *Sage60*.

Soutien accru nécessaire pour les vétérans

Un nouveau rapport recommande une stratégie sur le vieillissement en santé pour les vétérans vieillissants, afin de protéger leur santé physique et mentale. **PAR PATRICK IMBEAU**

La population des vétérans au Canada vieillit, et ses besoins en matière de santé physique et mentale deviennent de plus en plus complexes, et urgents selon un nouveau rapport publié par le National Institute on Ageing, le Réseau canadien des soins aux personnes fragilisées et l'Institut canadien de recherche sur la santé des militaires et des vétérans.

En 2003, seuls 6 % des vétérans ayant servi depuis 1954 étaient âgés de plus de 70 ans. Aujourd'hui, cette proportion atteint 33 %.

Ce groupe présente des taux plus élevés de douleurs dorsales, d'arthrite, de dépression, d'anxiété et de trouble de stress post-traumatique (TSPT) que la moyenne des Canadiens du même âge et du même sexe. La proportion de vétérans vivant avec trois troubles de santé mentale ou plus est passée de 3,1 % en 2002 à 21,9 % en 2018.

Ces difficultés peuvent être aggravées par des facteurs qui se recoupent, comme le genre, la race, l'identité

autochtone et l'appartenance aux communautés 2ELGBTQI+. Par exemple, les femmes vétérans étaient plus susceptibles que les hommes de déclarer des limitations fonctionnelles, des problèmes de santé mentale et maladies chroniques, ainsi que d'être plus exposées aux inconduites sexuelles, aux agressions ou à la discrimination. Malgré cette réalité, les groupes en quête d'équité ont souvent été sous-représentés dans les recherches portant sur la santé et le bien-être des vétérans.

Le rapport recense plusieurs programmes qui soutiennent cette population vieillissante, dont le Programme pour l'autonomie des anciens combattants. Toutefois, ces programmes relèvent de différents systèmes fédéraux, provinciaux, territoriaux et communautaires, ce qui en complique l'accès.

Le système repose également largement sur les proches aidants non rémunérés, dont le rôle est essentiel à l'efficacité des services de soins à domicile permettant aux vétérans de vieillir chez eux. Ces proches aidants font souvent face à un niveau élevé de stress, à des difficultés financières, ainsi qu'à une détérioration de leur santé mentale et physique. Les conjoints de vétérans atteints d'un TSPT signalent également davantage de problèmes de santé mentale, de tensions conjugales et un risque accru de divorce.

Les chercheurs ont également examiné les mesures de soutien offertes aux vétérans âgés dans d'autres pays, dont les États-Unis, l'Australie, la Nouvelle-Zélande et le Royaume-Uni, et ont constaté d'importantes différences. Par exemple, certains régimes offrent

un soutien financier direct pour les soins de longue durée, tandis que d'autres s'appuient sur le secteur caritatif pour fournir des services de soins en établissement et à domicile. Des écarts comparables existent également dans les programmes de santé physique et mentale destinés aux vétérans âgés. Aux États-Unis, le Department of Veterans Affairs (VA) offre un programme spécialisé de soins gériatriques et prolongés, qui fournit des renseignements adaptés. Les autres pays ne disposent pas de services comparables. Comme au Canada, les initiatives destinées aux vétérans issus de groupes en quête d'équité demeurent limitées.

Le rapport formule six recommandations : élaborer une stratégie nationale de vieillissement en santé à l'intention des vétérans; moderniser le Programme pour l'autonomie des anciens combattants pour les générations futures; permettre aux vétérans de vieillir dans le milieu qui leur convient le mieux en développant un continuum plus complet de services de soins de longue durée; renforcer le soutien offert aux proches aidants; intégrer les pratiques exemplaires en matière de santé mentale et de soins tenant compte des traumatismes dans les soins courants; accroître la recherche ainsi que l'accès à des soins tenant compte des traumatismes et culturellement sûrs pour les vétérans vieillissants issus de groupes en quête d'équité. ■

Patrick Imbeau est agent des pensions et de l'invalidité à l'Alliance de la Fonction publique du Canada.



Retrouver les anciens membres

Depuis 25 ans, Joe Healy consigne les lieux de sépulture de membres de la GRC. **PAR ANDREW DUFFY**

En 2001, Joe Healy, surintendant tout juste retraité de la Gendarmerie royale du Canada (GRC), s'est rendu au cimetière Notre-Dame d'Ottawa pour visiter les tombes des parents et du grand-père de son épouse, Cathy. Le grand-père de Cathy avait été membre de la police nationale pendant de nombreuses années, mais rien sur sa pierre tombale n'indiquait son service au sein de la GRC.

« Il a passé 25 ans à la GRC, mais personne ne pouvait le deviner », se souvient M. Healy, aujourd'hui âgé de 81 ans. « J'ai eu un déclic. Je me suis dit : "Il y a des cimetières partout au Canada et dans le monde où reposent des milliers de nos membres, et personne ne sait où ils sont." »

C'est ainsi qu'a commencé une quête qui allait définir le quart de siècle suivant de sa vie : retrouver et consigner les lieux de sépulture de milliers d'anciens agents de la GRC. Grâce à ses propres recherches, ainsi qu'à l'aide de bénévoles partout au pays, M. Healy a constitué une base de données et a créé le site www.rcmpgraves.com, qui comprend des dossiers sur toutes les personnes qui ont porté la tunique rouge depuis 1873.

Cette base de données interrogeable renferme des renseignements sur plus de 80 000 personnes ayant servi au sein de la GRC ou de ses organisations prédécesseurs, la Gendarmerie à cheval du Nord-Ouest (G.C.N.-O.) et la Royale G.C.N.-O. Chaque dossier comprend le nom de l'agent et son matricule. Bon nombre contiennent également des photographies, un historique de carrière, des renseignements biographiques et des renseignements sur le lieu de sépulture. Le site comprend aussi des sections

spéciales consacrées à des épisodes marquants de l'histoire de la GRC, à des gendarmes célèbres et aux membres ayant servi en temps de guerre.

L'une d'elles raconte l'histoire du grand-père de l'ancien commentateur de hockey Don Cherry, qui a participé à la célèbre Marche vers l'Ouest de 1874, afin de pacifier les Prairies alors agitées. (Le constable John T. Cherry avait été sanctionné pour « insolence » et « désobéissance ».)

« Aucun autre corps policier au monde ne possède une base de données aussi complète sur ses anciens membres », dit M. Healy. La GRC lui a demandé de léguer sa base de données soit au corps policier, soit à l'Association des anciens de la GRC, pour en assurer la pérennité.

M. Healy est ravi qu'on reconnaisse la valeur de son travail. Ses efforts lui ont déjà valu la Médaille du souverain pour les bénévoles ainsi qu'une Mention élogieuse du commissaire de la GRC.

Originaire de Saint-Stephen, au Nouveau-Brunswick, Joe Healy s'est joint à la GRC en août 1964, à l'âge de 19 ans. Au cours de sa carrière, il a été affecté à Burnaby, à Surrey et à Maple Ridge, en Colombie-Britannique (C.-B.), ainsi qu'à Regina, à Ottawa, à Toronto et à l'Île-du-Prince-Édouard.

À Ottawa, il a fait partie de l'équipe chargée de la sécurité du premier ministre Pierre Trudeau et a escorté Justin Trudeau lors de sa première journée d'école primaire. Plus tard, il a assuré la formation de policiers en Namibie, en Bosnie et en Tchèque.

Après sa retraite, M. Healy a appris la programmation informatique afin de créer sa base de données.

La nouvelle de son projet s'est



Grâce à ses propres recherches et avec l'aide de bénévoles partout au pays, Joe Healy a créé rcmpgraves.com, qui répertorie les dossiers de toutes les personnes ayant porté la tunique rouge depuis 1873. Photo : Avec l'aimable permission de Joe Healy

rapidement répandue parmi les anciens de la GRC, et il a reçu une multitude de renseignements sur les lieux de sépulture d'agents, ainsi que des avis de décès, des photographies et des histoires.

Il est particulièrement fier d'avoir retrouvé les cendres du commissaire adjoint Alexander Eames, un agent légendaire de la GRC qui a dirigé la célèbre chasse à l'homme visant le meurtrier Albert Johnson, le Trappeur fou de Rat River, à l'hiver 1932. Décédé à Vancouver en 1965, l'agent Eames avait été incinéré, mais son urne est restée sur une étagère d'un cimetière de Burnaby, en C.-B., pendant 44 ans, jusqu'à ce que M. Healy la retrouve. Il a payé lui-même les frais de transfert des cendres de l'agent Eames à Ottawa, où elles ont été inhumées au Cimetière commémoratif national de la GRC en juin 2012.

Membre de Retraités fédéraux depuis 2025, M. Healy consacre huit heures par jour à son projet.

« La tunique rouge représentait tout pour moi. Je l'ai portée avec fierté et je continue de la servir avec la même fierté », confie-t-il. ■

Andrew Duffy est un ancien rédacteur d'articles de fond à l'*Ottawa Citizen*.



Jacques Lambert (au centre) a reçu le prix du leadership Claude-Edwards lors de l'assemblée annuelle des membres. Gisèle Tassé-Goodman, présidente du conseil d'administration national, lui a remis son prix, aux côtés de Shawn McCord, gestionnaire de comptes chez belairdirect.

Photo : Dave Chan

Prix remis à nos bénévoles

Jacques Lambert, bénévole de longue date pour la Section de Montréal et le conseil d'administration national, a reçu le prix du leadership Claude-Edwards. **PAR JENNIFER CAMPBELL**

Pour Jacques Lambert, président de la Section de Montréal, recevoir le prix du leadership Claude-Edwards a été « un immense honneur et un moment profondément émouvant ». Il a ressenti une grande fierté, mais surtout une profonde gratitude envers toutes les personnes avec qui il a eu le privilège de travailler depuis le début de son bénévolat auprès de Retraités fédéraux en 2009. À ses yeux, ce prix ne reconnaît pas uniquement une personne, mais aussi une équipe de bénévoles passionnés, d'administrateurs engagés et de partenaires qui partagent les mêmes valeurs. Le prix le motivera à œuvrer avec une énergie accrue.

En tant que président de la Section de Montréal, M. Lambert a constamment adapté les services qu'elle offre à ses 12 000 membres, afin de répondre à la diversité de leurs besoins. La section

offre des services dans les deux langues officielles et tient compte de la diversité des âges, des parcours et des expériences vécues de ses membres.

Sous la direction de M. Lambert, la section maintient plusieurs comités : recrutement et rétention des membres, recrutement des administrateurs et recrutement des bénévoles.

Prix du bénévolat



Eileen Whyte

active des bénévoles. C'est agréable d'être reconnue pour avoir contribué au bien-être des autres et à leur faire

Eileen Whyte se dit honorée d'être la lauréate du prix du bénévolat cette année.

« J'ai été très heureuse que ma section ait présenté mes

connaître les travaux de défense de leurs intérêts. »

M^{me} Whyte s'est jointe à la Section du Sud-Est du Nouveau-Brunswick en 2010 et est devenue membre du conseil d'administration de la section en 2021. Depuis le début de 2020, elle préside également le comité de bienveillance.

Elle a aussi participé au projet Echo, qui fait partie du programme de mentorat sur les milieux adaptés aux aînés de l'Organisation mondiale de la santé. Ayant survécu à un cancer, elle accompagne aussi des personnes nouvellement diagnostiquées, à titre bénévole, et elle est membre du comité consultatif des aînés de la Ville de Moncton.

Prix d'excellence pour les petites sections

La Section de Battle River, en Alberta, a remporté le Prix d'excellence pour les petites sections. En 2024-2025, elle a lancé l'initiative « réunions d'engagement et de recrutement (RER) », qui lui a permis de communiquer avec quatre députés provinciaux et un député fédéral. Cela a mené à deux rencontres en personne, entre le président de la section et des députés.

Prix d'excellence pour les grandes sections

En plus du prix décerné à M^{me} Whyte pour son bénévolat, la Section du Sud-Est du Nouveau-Brunswick a reçu le Prix d'excellence pour les grandes sections. En 2025, elle a tenu sept réunions de gestion et cinq assemblées générales, participé à plusieurs séances de préparation à la retraite, recrutant ainsi plusieurs nouveaux membres. Elle a invité ses membres à assister aux débats des candidats à l'élection fédérale de 2025 dans la région. Enfin, elle a invité Lyne Chantal Boudreau, ministre provinciale des Aînés, à prendre la parole lors de son banquet annuel de 2025 et à échanger avec les participants. ■

Jennifer Campbell est la rédactrice en chef de Sage.

Réduire en douceur

Pourquoi il fait bon vivre avec moins à la retraite.

Être retraité est censé rimer avec liberté... de voyager, de passer du temps en famille et de pouvoir enfin se consacrer à des passions mises de côté pendant des années. Pourtant, bon nombre de retraités canadiens se retrouvent alourdis par l'actif même qui devait sécuriser leur avenir : la maison familiale.

Entretenir une grande maison, déneiger l'hiver et gérer des pièces rarement utilisées peut rapidement transformer une source de fierté en source de stress. Réduire la taille de votre logement et de vos biens ne signifie pas sacrifier votre qualité de vie mais plutôt l'améliorer. En passant à un espace plus petit et plus facile à gérer, vous pouvez libérer du capital immobilier, réduire vos factures mensuelles et troquer des heures de corvées du week-end contre du véritable temps libre.

Commencer modestement : L'approche « sans surcharge mentale »

Le plus grand obstacle à la réduction du nid n'est pas de trouver un nouveau logement, mais bien d'affronter des décennies de souvenirs et d'objets accumulés. Regarder un garage ou un sous-sol rempli d'articles peut être paralysant. Le secret consiste à changer votre échéancier et l'envergure. Vous n'avez pas construit cette vie en un week-end, et vous n'avez pas besoin de la ranger en un week-end non plus.

Commencez par des micro-tâches. Au lieu de vous lancer dans l'opération « Vider le sous-sol », engagez-vous simplement à trier un seul tiroir ou une seule étagère aujourd'hui. En éliminant la pression d'une transformation massive, vous vous donnez de l'élan.

Une autre excellente stratégie est la « règle d'un an ». Si vous n'avez pas

utilisé un objet, porté un vêtement ou touché un outil particulier au cours des 12 derniers mois, il est probablement temps de le laisser partir. Les saisons bien distinctes du Canada rendent cette règle particulièrement pratique — si un objet a passé l'hiver dernier et l'été dernier rangé dans une boîte, il ne contribue pas à votre bonheur quotidien.

Aide-mémoire

Voici ces cinq étapes simples pour vous aider à amorcer le processus sans stress :

- **Évaluez votre espace** — Parcourez votre maison actuelle et déterminez les pièces que vous utilisez réellement. Vous réaliserez probablement que vous n'occupez qu'une fraction de la superficie chaque jour.
- **Numérisez les souvenirs** — Les photos, anciennes déclarations de revenus et dessins d'enfants prennent énormément de place. Consacrez un après-midi à les numériser sur un disque dur ou dans un stockage infonuagique. Vous conservez les souvenirs sans la poussière.
- **Donnez les objets de famille maintenant** — Si vous prévoyez léguer des objets de famille, des bijoux ou des meubles à vos enfants ou petits-enfants, donnez-les-leur dès maintenant. Il est infiniment plus gratifiant de voir vos proches profiter de ces objets aujourd'hui que de les laisser derrière lors d'un futur déménagement.
- **La méthode des trois boîtes** — Chaque fois que vous vous attaquez à une pièce, apportez trois boîtes étiquetées : À garder, À donner/vendre et À jeter. Soyez sans indulgence, mais restez honnête avec vous-même.
- **Consultez un professionnel** — Vous n'êtes pas obligé de faire tout cela seul. Communiquez avec le Groupe



de relogement (RSG), un partenaire national de Retraités fédéraux, pour vous aider à coordonner la vente et l'achat de votre propriété ainsi que votre déménagement. Sans frais supplémentaires pour vous, vous bénéficiez d'un consultant personnel en déménagement qui prendra en charge tous les aspects de votre transition. Appelez dès aujourd'hui, au 1-866-865-5504, ou écrivez à info@relocationservicesgroup.com.

- **Pour plus d'information** et pour obtenir des réponses à vos questions sur ce service, allez à bit.ly/3RCSajX.

Un sentiment de liberté

Alléger son nid marque un tournant émotionnel important, mais il s'agit avant tout d'un geste de libération. Réduire son espace, c'est réduire les tâches ménagères, diminuer les factures et gagner une marge financière qui permet de savourer pleinement les paysages canadiens ou de s'offrir une escapade vers une destination ensoleillée. Éliminez l'encombrement, ouvrez la voie à un avenir financier plus serein et vivez une retraite plus libre et plus épanouissante. ■

Article fourni par **RSG**, un partenaire privilégié de l'Association nationale des retraités fédéraux.

Dernières nouvelles



Membres du conseil d'administration — Première rangée, de gauche à droite : Scott Hodge (C.-B./Yukon), George Scott (C.-B./Yukon), Gisèle Tassé-Goodman (présidente nationale), Hélène Nadeau (vice-présidente nationale), Paula Nygaard (Prairies/T. N.-O.) et Dan Napier (Ottawa/Nunavut). Deuxième rangée : Sylvie Rocheleau (Québec), René Grenier (Québec), Richard Bale (Atlantique), Sharon Squire (Ottawa/Nunavut), Ted Young (Ontario), John Erkelens (Prairies/T. N.-O.), Brenda Teed (Atlantique) et Carol Grieco (Ontario).

Bienvenue aux nouveaux administrateurs

Deux nouveaux administrateurs nationaux ont été élus lors de l'assemblée annuelle des membres de 2026 : John Erkelens, Prairies et T. N.-O., et René Grenier, Québec.

John Erkelens a été ingénieur en aérospatiale pour les Forces armées canadiennes avant de se joindre à la fonction publique fédérale, où il a dirigé le Centre d'étalonnage de la région des Prairies. Il a soutenu des sections partout en Alberta et apporte une vaste expérience en gouvernance, en défense des intérêts et en bénévolat.

René Grenier a consacré plus de 35 ans à la Garde côtière canadienne. À son départ à la retraite en 2011, il était sous-commissaire. Il a aussi occupé des postes de direction dans les opérations maritimes, la recherche dans l'Arctique et l'administration publique. M. Grenier a présidé la Section de Québec et a siégé

à de nombreux conseils d'administration communautaires et professionnels.

Sharon Squire a été élue au conseil d'administration en juin 2026, pour un mandat de trois ans. M^{me} Squire a passé plus de trois décennies dans la fonction publique fédérale, y compris à titre d'adjointe à l'ombud des vétérans. Elle a siégé à plusieurs conseils d'administration à titre bénévole. Elle est devenue membre du conseil d'administration de la Section d'Ottawa et du Nunavut en 2023.

Leaders recherchés

L'Association nationale des retraités fédéraux est dirigée par un conseil d'administration de 14 fonctionnaires retraités du gouvernement fédéral, de la Gendarmerie royale du Canada et des Forces armées canadiennes. Siéger au conseil d'administration national vous permet d'exercer vos compétences stratégiques et de leadership, ainsi que d'améliorer concrètement la

vie de près de 170 000 membres de l'association. Nous sollicitons des candidatures pour quatre postes d'administrateurs nationaux d'un mandat de trois ans chacun et ouverts à l'élection en 2027, soit un pour les Prairies et les T. N.-O., un pour l'Ontario, un pour Ottawa et le Nunavut, ainsi que pour le poste de la vice-présidence nationale. Si vous souhaitez vous joindre au conseil d'administration national de Retraités fédéraux ou obtenir plus de renseignements, écrivez au Comité des candidatures, à elections@retraitesfederaux.ca. Le processus de mise en candidature a lieu du 8 octobre 2026 au 17 mars 2027.

Soutenez la CCMTGC

Chaque année, les retraités fédéraux lèguent un héritage durable dans le cadre de la Campagne de charité en milieu de travail du gouvernement du Canada (CCMTGC). Les dons ont un impact sur des milliers de vies et soutiennent des communautés entières. www.canada.ca/fr/campagne/charite.

Semaine des vétérans

La Semaine des vétérans du Canada aura lieu du 5 au 11 novembre. C'est le moment d'honorer ceux et celles qui ont donné leur vie pour défendre la paix et la liberté, au Canada et ailleurs. Assistez aux cérémonies du jour du Souvenir, remerciez les vétérans ou allez à veterans.gc.ca/fr/commemoration, pour en savoir plus sur leur courage.

Nous voulons avoir de vos nouvelles

Surveillez notre sondage sur l'engagement des membres, qui sera lancé cet automne. Les membres qui souhaitent obtenir une copie imprimée par la poste peuvent appeler au 1-855-304-4700, sans frais. ■

J'y crois
Je donne
C'est important

I care
I give
It matters



LE POUVOIR DE LA COMMUNAUTÉ

**Chaque année, des milliers de retraités
fédéraux laissent un héritage durable par
l'intermédiaire de la CCMTGC.**

Qu'il s'agisse de surmonter des défis de santé, d'accompagner un proche dans la maladie, ou de veiller à ce que chacun ait un toit — ce ne sont pas que des causes. Ce sont des réalités que vous avez vécues, observées ou qui vous tiennent profondément à cœur.

Votre expérience vous donne la sagesse d'agir — et le cœur de faire une différence.

Grâce à la CCMTGC, vous pouvez soutenir des organismes de confiance comme PartenairesSanté et votre Centraide United Way local. Votre don permet d'offrir des soins de santé essentiels, un soutien aux aidants naturels et un logement sécuritaire à ceux qui en ont le plus besoin.

Car à chaque étape de la vie, la compassion compte.

Donnez aujourd'hui



Par la poste

Remplissez votre formulaire de don
et envoyez-le à
CCMTGC, 363 chemin Coventry
Ottawa (Ontario) K1K 2C5



Par téléphone

en composant le
1-877-379-6070



En ligne

sur uwco.ca/CCMTGC/Retraites
ou balayez le code QR ci-dessus



Canada.ca/ccmtgc-retraites



AB17 EDMONTON ET TERRITOIRES DU NORD-OUEST

A/s de 865, ch. Shefford
Ottawa (Ont.) K1J 1H9
780-413-4687
1-855-376-2336
retraitesfederaux.ca/edmonton
edmonton@federalretirees.ca

AB18 SUD DE L'ALBERTA

Nord-Bridge Seniors Centre
1904, 13^e Av. N.
Lethbridge (Alb.) T1H 4W9
403-328-0801
nafr18@shaw.ca

AB19 RED DEER

A/s de 4512, 52^e Av., unité 126
Red Deer (Alb.) T4N 7B9
587-877-1110
retraitesfederaux.ca/reddeer
reddeer@federalretirees.ca

AB20 MEDICINE HAT ET DISTRICT

A/s de 865, ch. Shefford
Ottawa (Ont.) K1J 1H9
1-855-304-4700
medicinehatbranch@federalretirees.ca

AB21 BATTLE RIVER

3620, ch. Erickson
Camrose (Alb.) T4V 3Y7
780-281-0323
battleriverab21@federalretirees.ca

Saskatchewan

SK22 NORD-OUEST DE LA SASKATCHEWAN

161, cr. Riverbend
Battleford (Sask.) S0M 0E0
306-441-1819
tbgs@sasktel.net

SK24 REGINA ET RÉGION

2001, rue Cornwall, unité 112
Regina (Sask.) S4P 3X9
306-359-3762
regina@federalretirees.ca

SK25 SASKATOON ET RÉGION

C.P. 3063, succ. Main
Saskatoon (Sask.) S7K 3S9
306-270-7630
retraitesfederaux.ca/saskatoon
saskatoon@federalretirees.ca

SK26 PRINCE ALBERT ET DISTRICT

C.P. 211, Candle Lake (Sask.) S0J 3E0
306-314-5644
306-921-4449
gents@sasktel.net

Manitoba

MB30 OUEST DU MANITOBA

A/s de 311, av. Park E.
Brandon (Man.) R7A 7A4
1-855-304-4700
retraitesfederaux.ca/western-manitoba
westernmanitoba@federalretirees.ca

MB31 WINNIPEG ET DISTRICT

3336, av. Portage, unité 526
Winnipeg (Man.) R3K 2H9
204-989-2061
winnipeg@federalretirees.ca

MB32 CENTRE DU MANITOBA

12, av. Radisson
Portage La Prairie (Man.) R1N 1A9
204-856-0662
r1n1a9gj@gmail.com

MB91 EST DU MANITOBA

C.P. 58, Pinawa (Man.) R0E 1L0
431-276-6222
easternmanitoba@federalretirees.ca

Ontario

ON33 VALLÉE DE L'ALGONQUIN

C.P. 1930, Deep River (Ont.) K0J 1P0
613-735-4939 (président)
fsnaalgonquinvalley.com
avb.on33@gmail.com

ON34 PEEL-HALTON ET RÉGION

550, rue Kerr
C.P. 20015
Oakville (Ont.) L6K 3Y7
1-855-304-4700
retraitesfederaux.ca/peel-halton
nafrtreasureron34@gmail.com

ON35 HURONIE

A/s de 865, ch. Shefford
Ottawa (Ont.) K1J 1H9
retraitesfederaux.ca/section/huronie
huronie@federalretirees.ca (RSVP)

Assemblée générale et activité de recrutement : 7 oct., accueil à 10 h 30, Légion de Barrie, 410, rue St. Vincent, Barrie — **10 \$** **+1** **RSVP**

ON37 HAMILTON ET RÉGION

10, ch. Ramsgate
Stoney Creek (Ont.) L8G 3V5
905-906-8237
hamiltonarea@federalretirees.ca

ON38 KINGSTON ET DISTRICT

C.P. 1172, Kingston (Ont.) K7L 4Y8
1-855-304-4700
retraitesfederaux.ca/kingston
dvossfederalretireeskingston@gmail.com (RSVP)

Barbecue de la section et des partenaires privilégiés : 18 sept., de 17 h à 20 h, Club de curling royal de Kingston, 130, ch. Days. — **10 \$/15 \$** **+1** **RSVP** d'ici le 9 sept.

ON39 KITCHENER-WATERLOO ET DISTRICT

A/s de 865, ch. Shefford
Ottawa (Ont.) K1J 1H9
519-742-9031
retraitesfederaux.ca/kitchenerwaterloo
kitchenerwaterloo@federalretirees.ca

Dîner des Fêtes et activité de recrutement : 18 nov., à 11 h, Légion polonaise, 601, rue Wellington Nord, Kitchener — **15 \$** **RSVP** d'ici le 12 nov.

Bénévoles recherchés : membres du conseil d'administration

ON40 LONDON

A/s de 865, ch. Shefford
Ottawa (Ont.) K1J 1H9
519-439-3762 (boîte vocale)
londonbranch@federalretirees.ca

ON41 PÉNINSULE DU NIAGARA

C.P. 235, Succ. Jordan (Ont.) L0R 1S0
289-969-5414
nafrsecretaryniabran41@outlook.com

ON43 OTTAWA, NUNAVUT ET INTERNATIONAL

2285, boul. St-Laurent, unité B-2
Ottawa (Ont.) K1G 4Z5
613-737-2199
nafrottawa.com
nafrottawa.com/our-past-events (webinaires)
facebook.com/nafrottawa
info@nafrottawa.com

ON44 PETERBOROUGH ET RÉGION

C.P. 2216, succ. Main
Peterborough (Ont.) K9J 7Y4
705-786-0222
jabrown471@outlook.com
Assemblée générale : 7 oct., de 10 h à 13 h, Légion canadienne royale, filiale n° 52, 1550, rue Lansdowne O., Peterborough — **15 \$**

ON45 QUINTE

1, rue Forin
Belleville (Ont.) K8N 2H5
613-848-3254
quintebranch@federalretirees.ca
Brunch de Noël et activité de recrutement : 14 nov., Belleville Club —

ON46 QUINTRENT

77, rue Campbell
Trenton (Ont.) K8V 3A2
613-394-4633 (boîte vocale)
nafr46@bellnet.ca

ON47 TORONTO ET RÉGION

C.P. 31053, COP Westney Heights
Ajax (Ont.) L1T 3V2
226-697-6011 (répondeur seulement)
torontobranch@federalretirees.ca
federalretirees.ca/en/branches/ontario/
toronto-area-branch

Activité d'information et de

recrutement : 20 oct., à 11 h, Église unie
St. Andrew's, 117, rue Bloor Est, Toronto —
👤 📞 📅 **RSVP**

ON48 THUNDER BAY ET RÉGION

C.P. 29153, COP McIntyre Centre
Thunder Bay (Ont.) P7B 6P9
807-624-4274
nafrmb48@gmail.com

ON49 WINDSOR ET RÉGION

492, av. Gilbert
Lasalle (Ont.) N9J 3M9
519-982-6963 (RSVP)
windsorandareabranh@federalretirees.ca
danielhebert63@gmail.com (RSVP)

Barbecue de recrutement : 11 sept.,
de midi à 15 h, Fogolar Furlan Club.
Réservation nécessaire — **20 \$** 👤
RSVP d'ici le 1^{er} sept.

Bénévoles recherchés : membres du
conseil d'administration

ON50 MOYEN-NORD

C.P. 982, succ. Main
North Bay (Ont.) P1B 8K3
705-498-0570
nearnorth50@gmail.com

ON52 ALGOMA

C.P. 167, Echo Bay (Ont.) P0S 1C0
705-248-3301
lm.macdonald@sympatico.ca

ON53 VALLÉE DE L'OUTAOUAIS

C. P. 20012
Place Carleton (Ont.) K7C 4K3
retraitesfederaux.ca/ottawavalley
ottawavalley@federalretirees.ca

ON54 CORNWALL ET DISTRICT

C.P. 28, Long Sault (Ont.) K0C 1P0
343-983-0505
federalretirees.cornwall@gmail.com

**Célébration de l'anniversaire de la
section/Activité de recrutement
automnale** : Détails à venir.

Bénévoles recherchés : pour la
célébration de l'anniversaire de la section
cet automne

ON55 YORK

10225, rue Yonge, Unité R116
Richmond Hill (Ont.) L4C 3B2
905-669-6011
retraitesfederaux.ca/york
federalretirees.york@gmail.com

ON56 HURON-NORD

C.P. 943, Azilda (Ont.) P0M 1B0
705-562-0775
retraitesfederaux.ca/huron
huronnorth56@gmail.com

Bénévoles recherchés :

administrateur-trice-s

Québec

QC57 QUÉBEC

660, 57^e Rue O., unité 162
Québec (Qué.) G1H 7L8
1-866-661-4896
418-661-4896 (réservations)
581-703-9722 (info, déjeuners de Québec)
418-833-2221 (info, déjeuners de Lévis)
facebook.com/retraitesfederauxquebec
anrf@bellnet.ca

QC58 MONTRÉAL

1940, boul. Henri-Bourassa E., unité 300
Montréal (Qué.) H2B 1S1
514-381-8824
anrfmontreal.ca
facebook.com/retraitesfederauxmtl
info@anrfmontreal.ca

**Conférence virtuelle gratuite du
Centre québécois d'éducation aux
médias et à l'information** : 9 sept.,
« Info ou désinfo ? Mode d'emploi », avec
la journaliste Marie-Ève Martel

**Escapade automnale, à bord du train
animé des couleurs vers Charlevoix et
La Malbaie** : les 5 et 6 oct. Liste d'attente
sur notre site Web — \$

Conférence virtuelle gratuite : 21 oct.,
« Comment choisir une résidence adaptée
à ses besoins? », avec Nellie Létourneau de
Résidence Québec, conseillère en RPA

**Grand événement du 60^e anniversaire
de la Section de Montréal, avec
festivités de Noël et souper** : 19 nov.,
Hôtel Plaza Le Rizz — \$

QC59 CANTONS-DE-L'EST

1871, rue Galt O.
Sherbrooke (Qué.) J1K 1J5
819-829-1403
info@anrf-cantons.ca
anrf-cantons.ca

Déjeuners mensuels : 8 sept., 13 oct.,
10 nov., à 8 h 30, voir le site Web pour
confirmation de l'endroit. Prix de présence.
— \$ 👤

QC60 OUTAOUAIS

331, boul. de la Cité-des-Jeunes, unité 115
Gatineau (Qué.) J8Y 6T3
819-776-4128
admin@anrf-outaouais.ca

**Déjeuner-conférence sur la santé des
femmes et le bien-être des hommes** :
7 oct., Cabane en bois rond. Détails à venir.
— 👤 📞 **RSVP**

Banquet de Noël : 5 déc., Palais des
Congrès de Gatineau — 👤 **RSVP**

QC61 MAURICIE

C.P. 1231, Shawinigan (Qué.) G9P 4E8
819-537-9295
873-664-5625 (info)
retraitesfederaux.ca/mauricie
anrf.mauricie@gmail.com
anrf-mauricie.adhesion@outlook.fr
activites.anrf.mauricie@gmail.com (RSVP)

Déjeuner mensuel : 9 sept., à 9 h,
restaurant Maman Fournier, 3125, boul.
des Récollets, Trois-Rivières — 👤

Déjeuner mensuel : 14 oct., à 9 h 15,
Restaurant Chez Auger, 493, 5^e Rue de la
Pointe, Shawinigan — 👤

**Marches commémoratives du jour
du Souvenir** : 8 nov., à 10 h 30, départ à
l'Hôtel de ville de Shawinigan, Shawinigan;
à 10 h, départ des Armoiries de
Trois-Rivières, 574 rue Saint-François-
Xavier, Trois-Rivières

Déjeuner mensuel : 11 nov., à 9 h,
restaurant Maman Fournier, 3125, boul.
des Récollets, Trois-Rivières — 👤

Souper des Fêtes : 27 nov., à 16 h
30, Salle FADOQ Notre-Dame-du-Mont-
Carmel, 931, rang Saint-Flavien, Notre-
Dame-du-Mont-Carmel — 👤

Excursion annuelle : 5 déc., à 14 h,
spectacle de Québec Issime

QC93 HAUTE-YAMASKA

C.P. 25, succ. Bureau-Chef
Granby (Qué.) J2G 8E2
450-915-2311
haute-yamaska@retraitesfederaux.ca

Nouveau-Brunswick

NB62 FREDERICTON ET DISTRICT

C.P. 30068, COP Prospect Plaza
Fredericton (N.-B.) E3B 0H8
506-451-2111
retraitesfederaux.ca/fredericton
facebook.com/branchnb62
nafrfred.nb62@gmail.com

NB63 MIRAMICHI

4470, rue Water
Miramichi (N.-B.) E1N 4L8
506-625-9931
smithrd@nb.sympatico.ca

NB64 SUD-EST DU N.-B.

281, rue St. George
C.P. 1768, succ. Main
Moncton (N.-B.) E1C 9X6
506-855-8349
southeastnb@federalretirees.ca

NB65 BAIE DE FUNDY

C.P. 935, succ. Main
Saint John (N.-B.) E2L 4E3
902-371-2579
retraitesfederaux.ca/fundy
rossmx.56@gmail.com

NB67 HAUT DE LA VALLÉE

4, allée Demerchant
Hillandale (N.-B.) E7H 1X1
506-426-7335
uppervalleynb@gmail.com

Assemblée automnale : 2 oct., à 10 h 30, Centre Florenceville Kin, 381, ch. Centreville, Florenceville-Bristol — 🍴

NB68 RÉGION DE CHALEUR

6, rue Pine
Campbellton (N.-B.) E3N 3C3
506-759-9722
chaleur@retraitesfederaux.ca

Nouvelle-Écosse**NS71 CÔTE SUD**

100, rue High — C.P. 214
Bridgewater (N.-É.) B4V 1V9
1-855-304-4700
nafnrs71pres@gmail.com

AGM : 22 oct., à 11 h 30, Pizza Delight, 236, rue Dufferin, Bridgewater — 15 \$ 🍴 **RSVP**
Bénévoles recherchés : secrétaire et trésorier-ère

NS72 COLCHESTER-EAST HANTS

A/s de 865, ch. Shefford
Ottawa (Ont.) K1J 1H9
902-662-4082
902-986-8996
colchester-easthants@federalretirees.ca

NS73 CENTRE DE LA NOUVELLE-ÉCOSSE

238A, av. Brownlow, unité 102
Dartmouth (N.-É.) B3B 1V5
902-463-1431
nafr73@outlook.com

NS75 OUEST DE LA NOUVELLE-ÉCOSSE

C.P. 1131, Middleton (N.-É.) B0S 1P0
902-765-8590
nafr75@gmail.com

Réunion des membres et dîner de recrutement de l'automne : 14 oct., à 11 h 30, Club des lions d'Aylesford, 2160, r^{te} 1, Auburn — \$ 🍴 +1 **RSVP** d'ici le 5 oct.

Dîner de Noël et activité de recrutement : 2 déc., à 11 h 30, Club des lions de Deep Brook Waldec, 948, r^{te} 1, Deep Brook — \$ 🍴 +1 **RSVP** d'ici le 24 nov.

Dîner de Noël et activité de recrutement : 9 déc., à 11 h 30, Club des lions d'Aylesford, 2160, r^{te} 1, Auburn — \$ 🍴 +1 **RSVP** d'ici le 1^{er} déc.

NS77 CAP-BRETON

C.P. 785, Sydney (N.-É.) B1P 6J1
902-304-2046 (RSVP)
wheelhouse@seaside.ns.ca

AAM : 7 oct., à 14 h 30, Steelworkers & Pensioners Hall, 30, rue Inglis, Sydney — 10 \$ 🍴 +1

NS78 CUMBERLAND

C.P. 303, Parrsboro (N.-É.) B0M 1S0
902-661-0613
snowshoe@ns.sympatico.ca

NS79 ORCHARD VALLEY

80, cres. Carriageway
Wolfville (N.-É.) B4P 2N1
902-385-2729 (secrétaire)
nafnrs79@hotmail.com

NS80 NOVA-NORD

C.P. 924, succ. Main
New Glasgow (N.-É.) B2H 5K7
855-304-4700
terrifleury85@gmail.com

Île-du-Prince-Édouard**PE82 CHARLOTTETOWN**

138, ch. Richard
Charlottetown (Î.-P.-É.) C1A 8G7
1-855-304-4700
federalretireescharlottetown@gmail.com

Séminaire pour les membres et activité de recrutement : 15 oct., de 10 h à 14 h, Jack Blanchard Hall, Charlottetown — 🍴

Souper-gala de Noël : 24 nov., de 18 h à 21 h, Jack Blanchard Hall, Charlottetown — \$ 🍴

PE83 SUMMERSIDE

102, ruelle Schoolhouse, unité 39
Stanley Bridge (Î.-P.-É.) C0A 1N0
902-214-0475
summersidepe83@gmail.com

Terre-Neuve-et-Labrador**NL85 OUEST DE TERRE-NEUVE-ET-LABRADOR**

A/s de Mike Ryan
5, avenue Tamarack
Pasadena (Terre-Neuve) A0L 1K0
709-686-5059
manthonyryan45@gmail.com

NL86 CENTRE DE TERRE-NEUVE

132A, rue Bayview
Twillingate (T.-N.-L.) A0G 4M0
709-884-2862
wlkjenkins@personainternet.com

NL87 AVALON-BURIN

C.P. 21124, COP ch. MacDonald
St. John's (T.-N.-L.) A1A 5B2
709-769-6583
avalonburin@federalretirees.ca

Assemblées générales : 16 sept., 18 nov., à 14 h, Légion royale canadienne, ch. Blackmarsh, St. John's — 🍴

Souper barbecue et danse : 25 sept., à 18 h 30, lieu à déterminer — \$ 🍴

Assemblée générale : 14 oct., à 11 h, Conception Bay — 🍴

Souper et danse de Noël : 5 déc., à 18 h 30, Légion royale canadienne, ch. Blackmarsh, St. John's — \$ 🍴

LÉGENDE Pour plus de précisions, communiquez avec votre section.



— De la nourriture sera servie.



— Conférencier



— Il y a des coûts pour les membres et leurs invités. Les montants présentés indiquent le prix.



RSVP – RSVP requis. Date limite indiquée. Contactez le numéro de téléphone ou le courriel indiqué.



+1 – Les invités et les membres potentiels sont les bienvenus à cet événement.

Avis de décès

**BC01 CENTRE
DE LA VALLÉE
DU FRASER**

Louise Alexander

**BC03 DUNCAN
ET DISTRICT**

David Hoffman
John Kurp
Kenneth MacKenzie
R.J. Roux
Gerrit (Gerry)
Warmenhoven

**BC04 OUEST DE LA
VALLÉE DU FRASER**

Clive Cheung
Karen Wilson

**BC05 CENTRE DE
L'ÎLE-CÔTE DU
PACIFIQUE**

Robert A. Dodd
William King
Mervin W. Osler
Ralph Phillips
Madeleine Sherry
Ronald West

**BC06 SECTION
NORD DE L'ÎLE –
JOHN FINN**

Joy Bosse
Syd Burrows
John M Ford
Michael Gariepy
Cecile Mcdougall
Rita Walls
Robert Marshall
William McArthur
Robert Stalker

**BC09 VICTORIA-
FRED WHITEHOUSE**

Nigel Brodeur
James A. Dark
Baptiste Dick
James A. Glass
Arnold Holman
Peter Keith-Murray
Joseph Linguanti
Ian MacLeod
Kenny Murata
George Townsend
Stephen Wright

AB17 EDMONTON

Gary Montgomery

**SK25 SASKATOON
ET RÉGION**

John L. Bradley
Alvina Risling
Shirley Simonson
Lou (Lucien) Lamy

**MB91 EST DU
MANITOBA**

Iona Fillion
Ray Henschell
Judy Platford
Ed Veronneau
Peter Taylor

**ON33 VALLÉE DE
L'ALGONQUIN**

Gregory Sylvestre
Nancy Gleason
James Kohlsmith

ON38 KINGSTON

Anzelm Bal
Odette Bellamy
Marina Castillo
Baptiste Durand
Lane Fitzpatrick
Maj. Hugo Gabehart
(ret.)
Foster Henderson
Murray Holmes
Enid Roy-Miller
Patrice Soucy
Aline Valiquette

**ON39 KITCHENER-
WATERLOO ET
DISTRICT**

Audrey J. Horton
Christopher Norris
Wesley Rutter

**ON41 PÉNINSULE
DU NIAGARA**

Al Emoff
Marie Kragl
Phyllis Sterry
Keith Watson

ON43 OTTAWA

Edward Hoganson
Edward John (Ted)
Legg

ON49 WINDSOR

Mary Ann Burgess

ON55 YORK

Yasmin Juma

QC57 QUÉBEC

Claude Breton
Rolande Dubeau
Gemma Fiset
Yvon Gosselin
Lucie Landry
Andrée Miousse
Clément Rodrigue
Jean Vézina

QC58 MONTRÉAL

Michel Abouchaar
Olivette Baillargeon
Jean-Guy Bernard
Norman Clark
Yvon Côté
Pierre Couturier
Alex Delvaux
Réal Doire
Claire Gadbois
Jean-Eudes Gaudry
Liette Girouard
Claude Grenier
R.-P.-J. Langlois
Michel Lauzon
Gisèle LeBrun
Robert Maitre
Mireille Poisson
Antaya

QC61 MAURICIE

Pierre Rivard
Mireille Rodier

**NB65 BAIE DE
FUNDY**

Donald Childs
Richard Elliott
Laurie Gosse
Thérèse Poitras
Thérèse Robert
Michel Tremblay

QC60 OUTAOUAIS

Pierre Gaudreau
Yvon Leclair
Johanne Daoust
Robert Matteau
Claude Charland
Monique Charron
Roger St.-Jean
André Roy
Aline Laliberté
Gavin Bérubé
Raymond Bergeron
R. Paquette
Gilles Fournel
B. J. McCooney
Louisette Simard
Luce Bessette
Marcel Renaud
Nicole Barnabé Roy
Carole Charbonneau
G.R. Marcil
Hélène Breton

QC61 MAURICIE

Pierre Rivard
Mireille Rodier

**NB65 BAIE DE
FUNDY**

Donald Childs
Richard Elliott
Laurie Gosse

**NB62 FREDERICTON
ET DISTRICT**

Fred Wyllie

**NB64 SUD-EST
DU NOUVEAU-
BRUNSWICK**

Lenore Ball
Mabel Goguen

**NB67 HAUT DE
LA VALLÉE**

Donna Peterson
Claudette Thibodeau

**NS72 COLCHESTER-
EAST HANTS**

Gene Bell

**NS75 OUEST DE LA
NOUVELLE-ÉCOSSE**

Ronald H. Cornwell
Robert F. Handspiker
L. Barry Lowe
John S. Neily
Mona L. Rand
Marion A. Rigby
Alice M. Robbins
Douglas Salter
Ron W. Sampson
William H. Spurr
Isabella Winchester



Passer le mot peut vous faire gagner gros. Et, ensemble, nous sommes forts.

Méga campagne de recrutement de 2026

Notre Méga campagne de recrutement est de retour et Retraités fédéraux a de superbes prix à vous offrir pour vous remercier de soutenir l'organisation en l'aidant à augmenter notre bassin de membres et, par conséquent, notre voix collective.

Ensemble, nous sommes forts et, avec chaque nouveau membre, nous renforçons notre influence sur les enjeux qui vous importent : la sécurité de la retraite, l'assurance-médicaments, le dossier des vétérans et les soins à long terme, pour n'en nommer que quelques-uns. Sans oublier l'assurance voyage imbattable que vous obtenez en adhérant.

Du 3 septembre au 27 novembre 2026, les membres, et les nouveaux membres ainsi recrutés, auront à nouveau la possibilité de gagner des prix fabuleux, offerts par Retraités fédéraux et ses partenaires

privilegiés. Pour chaque référence qui se traduit par une adhésion, vous obtiendrez un bulletin de participation. Et il n'y a pas de limites au nombre de bulletins de participation que vous pouvez obtenir. Alors, commencez à recruter sans tarder, et souvent. La date limite pour participer à notre prêtirage est le 31 octobre 2026. Pour courir la chance de gagner une carte de crédit prépayée d'une valeur de 1 000 \$ offerte par Avantages IRIS, envoyez vos références d'ici la date limite.

Que vous recrutiez un nouveau membre ou changiez votre catégorie d'adhésion d'individuelle à double, vous courez la chance de gagner l'un des prix fabuleux.

Pour recruter, allez à retraitesfederaux.ca/mcr et suivez les instructions. Pour les prix et le règlement du concours, allez à bit.ly/4hevcck.

Passez aux RCS et économisez!

Vous payez toujours vos frais de cotisation par chèque ou par carte de crédit? Voici pourquoi passer aux retenues des cotisations à la source (RCS) est le meilleur moyen, et de loin, de maintenir votre adhésion à Retraités fédéraux :

- En passant aux RCS, vous recevrez trois mois gratuits de cotisation.
- C'est rapide et facile, et vous pouvez même le faire en ligne ou par téléphone lors du renouvellement.
- Comme l'Association n'envoie plus d'avis de renouvellement, elle économise sur le papier et les frais d'affranchissement.

- Il n'y a aucun lien avec le système de paye Phénix, donc pas de complications associées.
- Seulement 4,90 \$ par mois pour une adhésion simple et 6,37 \$ pour une adhésion double.
- Vous pouvez annuler ou changer votre mode de paiement à tout moment.

Pour toute question ou assistance concernant le changement, contactez notre équipe, par courriel à service@retraitesfederaux.ca ou au numéro téléphone sans frais 1-855-304-4700, poste 300.

Elle sera heureuse d'être à votre service!

Renouvelez votre adhésion

1. Lorsque votre cotisation est versée au moyen de retenues de cotisation à la source (RCS) sur votre chèque de pension mensuel, votre adhésion est renouvelée automatiquement.
2. Pour les membres qui paient avec une carte de crédit ou un chèque, nous envoyons une lettre les avisant qu'il est temps de renouveler leur adhésion.

Pour payer par carte de crédit :

Connectez-vous à retraitesfederaux.ca

Pour payer par chèque :

Envoyez un chèque libellé à l'ordre de l'Association nationale des retraités fédéraux, à :

Association nationale des retraités fédéraux
865, chemin Shefford
Ottawa ON K1J 1H9

Pour obtenir de l'aide ou pour payer par RCS, n'hésitez pas à communiquer avec notre équipe des services aux membres au numéro sans frais 1-855-304-4700, poste 300, ou, à Ottawa, au 613-745-2559.

Cotisations en 2026

	Année	Mois
Individuelle	58,80 \$	4,90 \$
Double	76,44 \$	6,37 \$

Comment adhérer :

1. Allez sur retraitesfederaux.ca et cliquez sur « Devenir membre ».
2. Appelez l'équipe des services aux membres en composant le numéro sans frais 1-855-304-4700, poste 300, ou, à Ottawa, le 613-745-2559.

Vous déménagez?

Avez-vous récemment déménagé ou changé de courriel? Veuillez nous faire part de vos coordonnées les plus à jour, par courriel à service@retraitesfederaux.ca, ou par téléphone à l'équipe des services aux membres, au numéro sans frais **1-855-304-4700, poste 300**, ou, à Ottawa, au **613-745-2559**.

Nous serons heureux de vous servir.



retraitesfederaux.ca
federalretirees.ca

Référez un membre.
Amplifiez notre voix.

GAGNEZ

le voyage de votre vie!*

Grand prix : voyage de
25 000 \$

avec

un bon de voyage de **20 000 \$** offert par Collette
5 000 \$ d'argent de poche offert par belairdirect

Participez à la Méga
campagne de recrutement
Chaque nouveau membre
renforce notre défense
des intérêts!

Comment participer à la Méga campagne de recrutement

Aidez quelqu'un à découvrir la valeur d'une adhésion.
Pour chaque référence, vous et la personne référée
obtiendrez un bulletin de participation.

Pour tout savoir, allez à retraitesfederaux.ca/mcr.

Contactez-nous à service@retraitesfederaux.ca ou au 1-844-598-9498.

Concours ouvert du 3 septembre 2026 au 27 novembre 2026. En tout, il y a cinq prix à gagner. Ouvert aux résidents légaux du Canada qui sont membres en règle de l'Association nationale de Retraités fédéraux et qui ont atteint l'âge de la majorité dans la province ou le territoire de résidence au moment de la participation. Les chances de gagner dépendent du nombre de bulletins de participation admissibles reçus avant la fin du concours. Question d'habileté mathématique obligatoire. Il n'y a aucune limite au nombre de bulletins de participation que vous pouvez soumettre! Pour tous les détails et le règlement du concours, allez à retraitesfederaux.ca/mcr. *Toutes les personnes référées doivent être admissibles à l'adhésion, ce que l'équipe de recrutement et des services aux membres de Retraités fédéraux déterminera.

Prétirage le 31 octobre 2026

GAGNEZ une carte
de crédit prépayée de
1000 \$

Offerte par Avantages IRIS



SCANNEZ POUR
EN SAVOIR PLUS

collette

belairdirect.

IRIS

HearingLife

red wireless
concessionnaire autorisé ROGERS

Profitez du soleil et des économies exclusives.

Profitez de votre tarif exclusif sur vos
assurances habitation et auto.



Balayez le code QR ou appelez le
1 833 583.3301 pour obtenir votre prix.

belairdirect.
assurances auto et habitation