



Région Gaspésie
Îles-de-la-Madeleine

info FADOQ

INFO-FADOQ - Été - Summer 2021



En tout temps, vous
pouvez nous joindre au:
Anytime you can join us at :

418 368-4715

78-B, Jacques-Cartier,
Gaspé (Québec) G4X 1M4

Merci à nos Grands Partenaires



Auto • Habitation



Vie • Santé • Investissement

Thanks to our Major Partners



Home • Auto



Life • Health • Investment

Mot de la direction



Odette Charbonneau
Présidente
President



Renée Blouin
Directrice générale
General Manager

Bonjour chers membres,

Enfin, la lumière au bout du tunnel pour que nous puissions reprendre une vie quasi normale. La vaccination va bon train et la reprise des activités se fait graduellement. Nous travaillons notre programmation d'automne et créons des projets afin de vous rejoindre autrement. Durant cette pandémie, vous avez été des gens exceptionnels en respectant les consignes sanitaires, ce qui a donné de beaux résultats en termes de personnes infectées dans la région. Depuis plus d'un an, la FADOQ-GÎM annule des activités, réinvente des projets, déplace des rencontres, mais vous, Gaspésiens et Madelinots membres FADOQ, avez toujours été derrière nous par vos encouragements, votre compréhension et votre résilience. Aucune remarque négative, que des bons mots à notre égard et des commentaires constructifs. Merci de tout cœur de nous soutenir, de nous aider et de nous encourager. Notre année financière s'est terminée le 31 mars dernier avec un bilan moral positif malgré tout. Nous sommes fiers d'avoir eu la possibilité de vous rejoindre avec nos projets livrés à votre porte ou par le biais des réseaux sociaux. Nous vous souhaitons un agréable été, rempli de soleil et de chaleur humaine.

A word from management

Hello dear members,

At last, the light at the end of the tunnel so that we can resume an almost normal life. Vaccination is going well and activities are gradually resuming. We are working on our fall program and creating projects to reach you in a different way. During this pandemic, you have been exceptional by respecting the sanitary instructions, which have given great results in terms of infected people in the region. For more than a year, FADOQ-GÎM has been cancelling activities, reinventing projects, moving meetings, but you, the Gaspésians and Madelinots who are FADOQ members, have always been behind us with your encouragement, understanding and resilience. No negative remarks but good words and constructive comments. Thank you sincerely for supporting us, helping us and encouraging us. Our financial year ended on March 31st with a positive balance sheet. We are proud to have had the opportunity to reach you with our projects delivered to your door or through social networks. We wish you a pleasant summer, filled with sun and human warmth.



**TÉLÉ
COMMUNICATIONS
DE L'EST**

Membre de la famille **IRISTEL**

FADOQ-GÎM à votre porte

La FADOQ-GÎM a remis plus de 300 colis contenant divers jeux et activités afin de garder ses membres actifs. Bouger, se divertir, aiguïser son agilité, et développer sa créativité étaient visés comme objectifs. Nous espérons que ce matériel vous a plu. Merci d'avoir répondu à l'appel lancé dans l'Info-FADOQ du printemps.

FADOQ-GÎM gave out over 300 packages containing various games and activities to keep its members active. Moving, having fun, sharpening one's agility and developing one's creativity were the objectives. We hope you enjoyed the material. Thank you for responding to the call in the spring Info-FADOQ.



greiche & scaff

professionnels de la vue

MON ANGE GARDIEN

Bouton d'Urgence

**Moins de
\$1 par jour**

Inclus :

Bracelet & Pendentif Détecteur de Chutes

Rabais FADOQ - Crédit d'impôt



Parlez



Obtenez

**Détecteur
de Chutes**



WWW.MONANGEGARDIEN.CA

Sans Frais : 1.888.254.8041

Un siècle en chansons III

Le spectacle *Un siècle en chansons III*, organisé par la FADOQ-GÎM, a dû être annulé en 2020 à cause de la pandémie de la COVID-19. Cette année, il serait difficile de tenir cet événement dans l'instabilité de la situation. Nous devons être très prudents afin d'éviter la propagation du virus.

Bonne nouvelle, le spectacle sera diffusé virtuellement, et ce, gratuitement, pour tous les membres FADOQ. Surveillez notre page FACEBOOK pour avoir accès au spectacle.

The show Un siècle en chansons, organized by FADOQ-GÎM, had to be cancelled in 2020 because of the COVID-19 pandemic. It would be difficult to hold this event this year due to the instability of the situation. We must be very careful to avoid the spread of the virus.

Good news, the show will be broadcasted virtually and this free for all FADOQ members. Watch our FACEBOOK page to gain access to the show.

SAVIEZ-VOUS QUE?

EXEMPLAIRES EN DOUBLE
DU MAGAZINE VIRAGE /
INFO-FADOQ

Vous recevez plus d'un exemplaire
à la même adresse, mais désirez
n'en recevoir qu'un seul?
Contactez-nous, nous ferons
le suivi de votre demande.

418 368-4715



LE 15 JUIN

Soulignons la Journée
mondiale de lutte
**contre la maltraitance
des personnes âgées**

Ligne téléphonique Aide Abus Aînés
1 888 489-ABUS (2287)



Votre
gouvernement

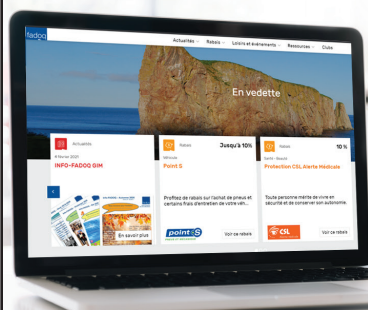
Québec

**DID
YOU
KNOW
THAT?**

DUPLICATE COPIES OF THE MAGAZINE VIRAGE / INFO-FADOQ

*If you receive more than one copy at the same address (couple, spouses, etc.),
but wish to receive only one, contact us and we will follow up on your request.*

418 368-4715



PARTENAIRES ET RABAIS PARTNERS AND DISCOUNTS

Nous vous invitons à consulter notre site Web
pour connaître tous nos rabais détaillés.

We invite you to consult our website
to know more about our discounts.

www.fadoq.ca/gaspesie-iles-de-la-madeleine

Fête des Pères

La FADOQ-GÎM offre ses vœux de bonne fête des Pères à tous les papas.

Au Québec, la fête des Pères jouit d'une forte popularité et de beaucoup de ferveur. Chaque année c'est l'occasion ultime d'exprimer à son père tout l'amour et toute la gratitude que l'on ressent à son égard.

C'est aussi parfois un moment singulier pour rendre hommage et évoquer le souvenir de son tendre papa trop tôt disparu... Au Canada, et plus généralement en Amérique du Nord, il est de coutume d'offrir une rose rouge aux pères vivants, et de déposer une rose blanche sur la tombe du père défunt.

La fête des Pères, importée des États-Unis dans les années soixante, est célébrée chaque année au Canada, le troisième dimanche de juin.

FADOQ-GÎM wishes all fathers a happy Father's Day.

In Quebec, Father's Day is a very popular and fervent event. Each year it is the ultimate occasion to express to your father all the love and gratitude you have for him.

It is also sometimes a singular moment to pay homage to and evoke the memory of one's beloved father who passed away too soon... In Canada, and more generally in North America, it is customary to offer a red rose to living fathers, and to place a white rose on the grave of the deceased father.

Father's Day, imported from the United States the sixties, is celebrated every year in Canada on the third Sunday of June.

Source : <https://www.fete-des-peres.info/date-fete-des-peres/au-quebec.html>



10%

sur les produits d'inhumation (Urne, Cercueil)

Aux membres FADOQ seulement

HG
DIVISION

86, rue Jacques Cartier, Gaspé Tél.: 418 368-2158
www.hgdivision.com

Offre valide jusqu'au premier octobre 2020

Contestations en RPA : le Réseau FADOQ a été entendu

Le Réseau FADOQ signe des gains significatifs au nom des locataires en résidence privée pour aînés (RPA). Les locataires bénéficieront désormais d'un soutien accru dans leurs démarches pour faire valoir leurs droits auprès du Tribunal administratif du logement (TAL) – anciennement la Régie du logement.

Dans la mouture finale de la loi 67 adoptée le 24 mars dernier, le gouvernement a tenu compte de plusieurs recommandations contenues dans le mémoire déposé par le Réseau lors de son passage en commission parlementaire, à l'automne 2020.

Des demandes étendues à tous les locataires

Dans ce mémoire, le plus grand organisme d'aînés au pays se réjouissait que la Loi sur le Tribunal administratif du logement soit modifiée pour permettre la présentation de demandes conjointes par des locataires d'une même RPA. Le Réseau souhaitait toutefois que le texte législatif aille plus loin. Notre principale recommandation était qu'une décision rendue par le TAL au bénéfice d'un ou plusieurs occupants d'une RPA puisse profiter à tous les locataires de cette RPA qui sont aux prises avec un problème semblable. Une forme de jurisprudence, en quelque sorte.

La loi ne va pas aussi loin. Toutefois, il y a une avancée majeure en termes d'accessibilité et de transparence. D'une part, le TAL peut ordonner que la demande conjointe soit étendue automatiquement à tous les locataires de la même RPA qui sont affectés de la même façon par la situation (fixation du loyer, non-respect des normes de sécurité, etc.). Ce sera la responsabilité de l'exploitant de la RPA d'en informer les locataires touchés. Ces derniers pourront toutefois s'en retirer s'ils le souhaitent.

D'autre part, le TAL peut également ordonner à l'exploitant de la RPA de transmettre une copie de la demande conjointe à l'établissement de santé et de services sociaux responsable de la certification de la résidence.

Des locataires mieux soutenus

Par ailleurs, la FADOQ recommandait qu'un locataire ou plus d'une même RPA puisse être représenté au TAL par un organisme mandaté par le gouvernement, soit un Centre d'assistance et d'accompagnement aux plaintes (CAAP), pour assurer sa défense pleine et entière. La nouvelle loi prévoit que les locataires seront assistés « tout au long » de la démarche. Auparavant, ils ne pouvaient compter sur les CAAP à un moment pourtant crucial : l'audience elle-même.

« Grâce au pouvoir d'influence de la FADOQ, les locataires en RPA profiteront d'un soutien durant tout le processus de contestation, ce qui va inciter les aînés à se faire entendre. De plus, les autres locataires de cette RPA tireront avantage de cette démarche. C'est un grand pas en avant, individuellement et collectivement, pour les locataires en RPA. Et en plus, ça évite d'engorger inutilement le Tribunal administratif du logement pour un même litige », déclare Gisèle Tassé-Goodman, présidente du Réseau FADOQ.



PSR disputes:

The Réseau FADOQ has been heard

Réseau FADOQ has made significant gains on behalf of tenants in private seniors' residences (PSR). Tenants will now benefit from increased support in their efforts to assert their rights before the Tribunal administratif du logement (TAL) - formerly the Régie du logement.

In the final version of bill 67 adopted on March 24, the government took into account several recommendations contained in the brief tabled by the Réseau FADOQ during its passage through parliamentary committee in the fall of 2020.

Demands extended to all tenants

In its brief, the country's largest senior's organization welcomed the fact that tenants of the same PSR would amend TAL act to allow joint applications. However, the Réseau FADOQ wanted the legislation to go further. Our main recommendation was that a decision made by the TAL for the benefit of one or more occupants of a PSR should benefit all tenants of that PSR who are facing a similar problem. A form of jurisprudence, if you will.

The legislation does not go that far. However, there is a major advance in terms of accessibility and transparency. On the one hand, the TAL can order that the joint application be automatically extended to all tenants of the same PSR who are similarly affected by the situation (rent setting, failure to meet safety standards, etc.). It will be the responsibility of the PSR operator to inform the affected tenants. However, the affected tenants will be able to opt out if they wish.

The TAL may also order the PSR operator to send a copy of the joint application to the health and social services institution responsible for certifying the residence.

Better support for tenants

FADOQ recommended that one or more tenants of the same PSR be represented at the TAL by a government-mandated organization, the Centre d'assistance et d'accompagnement aux plaintes (CAAP), to ensure their full and complete defence. The new legislation provides that tenants will be assisted "throughout" the process. Previously, tenants could not rely on CAAP at a crucial time: the hearing itself.

"Thanks to FADOQ's power of influence, PSR tenants will have support throughout the entire challenge process, which will encourage seniors to make their voices heard. In addition, the other tenants of this PSR will benefit from this process. This is a big step forward, individually and collectively, for PSR tenants. In addition, it avoids unnecessarily clogging up the TAL for the same dispute," says Gisèle Tassé-Goodman, president of Réseau FADOQ.

Source: Réseau FADOQ

<https://www.fadoq.ca/gaspesie-iles-de-la-madeleine/actualites/nouvelle/contestations-en-PSR-le-reseau-fadoq-a-ete-entendu>



Concours

Nous avons amélioré notre Info-FADOQ et nous aimerions connaître votre avis.

Répondez aux questions et ayez la chance de remporter une des 3 cartes-cadeaux de 50 \$ d'un de nos partenaires locaux.

L'Info-FADOQ est-il facile à lire? Oui ☐ Non ☐

La disposition est-elle favorable à la lecture? Oui ☐ Non ☐

Les sujets sont-ils intéressants? Oui ☐ Non ☐

Qu'aimeriez-vous y retrouver? _____

Vos commentaires nous aideront à nous ajuster pour mieux répondre à vos besoins et à vos attentes.

Nom : _____ Numéro de membre : _____

Postez votre coupon avant le 30 juin 2021 à :

FADOQ - Région Gaspésie Îles-de-la-Madeleine, 78B, rue Jacques-Cartier, Gaspé (Québec) G4X 1M4

Contest

We have improved our Info-FADOQ and we would like to know your opinion.

Answer the questions and get a chance to win one of three \$50 gift cards from one of our local partners.

Is Info-FADOQ easy to read? Yes ☐ No ☐

Is the layout conducive to reading? Yes ☐ No ☐

Are the topics interesting? Yes ☐ No ☐

What would you like to see ? _____

Your feedback will help us adjust to better meet your needs and expectations.

Name : _____ Member number : _____

Post your coupon before June 30th 2021 to:

FADOQ - Région Gaspésie Îles-de-la-Madeleine, 78B, Jacques-Cartier street, Gaspé (Québec) G4X 1M4



Bienfaits de la randonnée pédestre



Les bienfaits de l'exercice physique, notamment la marche, sont de plus en plus reconnus. De nombreuses recherches confirment par ailleurs que la randonnée en milieu naturel favorise le maintien d'une bonne santé tant physique que mentale.

Il faut comprendre que l'être humain est fait pour marcher, ce qu'il n'avait pas le choix de faire d'ailleurs pendant des milliers d'années, en fait jusqu'au début du siècle dernier. Depuis l'invention de l'automobile et sa popularisation, l'être humain ne marche plus. Les changements ont été trop rapides pour que le corps humain ait eu le temps de s'adapter à cette nouvelle condition. La science l'a démontré, la sédentarité de larges tranches des populations contemporaines est à l'origine ou favorise le développement de plusieurs maladies comme les maladies cardio-vasculaires.

Par ailleurs, la science reconnaît maintenant l'effet « calmant » de la marche en milieu naturel. La forêt avec son calme, ses odeurs, les couleurs qui varient selon les saisons, contribue à augmenter la sensation de bien-être. À répétition, les études ont démontré des améliorations dans les niveaux de stress, de la tension artérielle et du pouls. Des publications récentes suggèrent que les effets vont bien au-delà de la relaxation et interviennent dans le renforcement du système immunitaire, de la santé neuronale et de la prévention de certains cancers et tumeurs.

Donc, prenez une bonne marche...à votre santé!

Benefits of hiking

The benefits of physical exercise, particularly walking, are increasingly recognized. Numerous research studies confirm that hiking in a natural environment helps maintain good physical and mental health.

It is important to understand that human beings are made to walk, which they had no choice but to do for thousands of years, in fact until the beginning of the last century. Since the invention of the automobile and its popularization, human beings no longer walk. The changes have been too rapid for the human body to have time to adapt to this new condition. Science has shown that the sedentary lifestyle of large segments of the contemporary population is the cause or promotes the development of several diseases such as cardiovascular disease.

Moreover, science now recognizes the "calming" effect of walking in a natural environment. The forest with its calm, its smells, the colors that vary according to the seasons, contributes to increase the feeling of well-being. Repeatedly, studies have shown improvements in stress levels, blood pressure and pulse rate. Recent publications suggest that the effects go far beyond relaxation and are involved in strengthening the immune system, neural health and the prevention of certain cancers and tumors.

So take a good walk...for your health !



Nation Micmac de Gespeg Micmac Nation of Gespeg



Le tourisme autochtone à Gespeg contribue au développement de l'offre touristique unique de la région et assure des emplois aux membres de la communauté par le Site d'interprétation Micmac de Gespeg. Il permet de valoriser et de partager la richesse de notre savoir-faire et des traditions de notre culture qui font partie du patrimoine et de l'histoire du Québec. Le tourisme autochtone propose de vivre des expériences authentiques qui vous feront voyager dans le passé et découvrir le présent.

Indigenous tourism in Gespeg contributes to the development of the region's unique tourism and provides employment for members of the community through the Micmac Interpretation Site of Gespeg. It allows us to value and share the richness of our know-how and the traditions of our culture which are part of the heritage and history of Quebec. Indigenous tourism offers authentic experiences that will take you back in time and help you discover the present.

Nous sommes avec vous, avant, pendant et après



MAISON FUNÉRAIRE LEBLANC

720, chemin principal, Cap-aux-Meules, Québec G4T 1G7

Tél : 418 986-2615



**Imprimerie
du Havre**





Jean Coutu

418 368-5501

79, rue Jacques-Cartier, Gaspé QC G4X 1M5



**SERVICE DE LIVRAISON
DE L'ANSE-À-VALLEAU
À BARACHOIS**



JEAN COUTU GASPÉ

Programme de santé auditive MAESTRO*



« J'entends mieux
et j'en fais plus. »



Obtenez un dépistage auditif sans frais

Obtenez aussi un rabais de :

- 25 % sur le prix des piles*
- 25 % au renouvellement de la carte privilège Groupe Forget
- 10 % sur le prix des accessoires et des réparations*

Cliniques près de chez vous :

- Chandler
- Gaspé
- Îles-de-la-Madeleine
- Maria
- Matapédia
- Sainte-Anne-des-Monts

Prenez rendez-vous :
1-888-368-3637



Région Gaspésie
Îles-de-la-Madeleine

**GROUPE
FORGET** 
AUDIOPROTHÉSISTES

*Ces offres se terminent le 1^{er} décembre 2021. Ce programme ne peut être jumelé à aucune autre offre ou promotion et exclut les aides auditives couvertes par un programme gouvernemental. Offert exclusivement aux membres FADOQ. Détails disponibles en clinique. Certaines conditions s'appliquent.

†Réductions offertes à tous les membres de la FADOQ non-détenteurs de la carte Privilège Groupe Forget.

Le plus grand réseau
d'audioprothésistes au Québec
www.groupeforget.com