



Tant de belles promesses

En 2018, l'été aura tenu ses promesses de soleil, de chaleur et de quelques orages fracassants libérant des trombes d'eau. Et l'automne s'annonce aussi beau.

Pour moi, ce fut un été partagé entre la tristesse d'avoir perdu ma mère et le soulagement de la savoir libérée de ce corps douloureux et d'un milieu de vie qui ne remplissait pas ses promesses de sécurité et de sérénité. Il y a tant à faire pour que nos aînés vieillissent dans cette dignité qu'on évoque trop souvent dans les discours mais qui, dans les actions, les paroles et les gestes, ne se concrétisent pas.

Beaucoup trop de gens se gargarisent à la défense du droit des aînés mais, pour ma part, j'ai constaté que l'intervention est lente et parfois pénible lorsqu'une personne aînée est confrontée à des problèmes réels. On défend les droits collectifs mais dans la réalité, comment cela se traduit-il ? Il est très difficile de faire appliquer des politiques et des réglementations quand sur le

terrain, les ressources manquent, la patience et la compassion ne sont pas au rendez-vous et que l'administration prend le dessus sur la qualité de vie tant promise dans les discours, le marketing et les énoncés de vertu.

Je n'ai qu'une seule suggestion à faire pour mieux vieillir : tenez-vous très près des personnes que vous aimez, soyez attentifs à leurs besoins comme elles le seront aux vôtres, cultivez vos relations familiales et vos amitiés comme si elles étaient vos bijoux les plus précieux car, en réalité, elles le sont. Comptez sur les relations concrètes, près de vous et accessibles plutôt que sur les discours qui vous assurent vouloir votre bien.



Demeurons critiques envers les belles promesses. Restons solidaires, à l'écoute les uns des autres et serrons-nous les coudes; il n'y a pas meilleure défense des aînés que celle-là !

Je vous souhaite une belle fin d'été et un automne doux, coloré et parfumé. Nous vous offrons de belles occasions de sorties et d'apprentissages. Profitez-en maintenant, avec votre famille ou vos amis.

*Francine Boulet,
présidente*

Le Réseau 50+ , c'est quoi ça encore



C'est très simple. En juin 2017, à plus de 70 %, les clubs affiliés ont voté la désaffiliation avec la Fédération de l'Âge d'Or du Québec. La raison : la FADOQ centralisait à Montréal les opérations et les décisions affectant les clubs et la région. Nous avons décidé de conserver nos opérations, nos décisions et, pourquoi pas, notre argent en région.

Invitation au parc national d'Aiguebelle



Nous vous convions à notre journée plein air qui, cette année, se déroulera au parc national d'Aiguebelle, le **mercredi 3 octobre à compter de 9 h 30**. Pour ceux et celles qui veulent prendre l'autobus, nous organiserons un transport à **partir de Rouyn-Noranda vers le parc** si le nombre de participants est suffisant. Comme les installations ne permettent pas de faire un repas pour un grand groupe, apportez votre lunch mais nous vous offrirons le dessert et quelques gâteries durant la journée.

Des activités d'interprétation et des randonnées vous permettront d'accueillir l'automne dans l'un des plus beaux décors de la région. **Le droit d'accès est de 8,60 \$ par personne. Appelez-nous au 819-768-2142 pour réserver votre place !** Et puisqu'on parle de notre parc national d'Aiguebelle, profitez-en pour aller « zieuter » sur notre site internet toute l'offre sur l'hébergement, les embarcations et la boutique Nature.

Votre téléphone intelligent... est vraiment intelligent!

Il est devenu incontournable : pratique, ludique et si polyvalent. Appels audio et vidéo gratuits à travers le monde, messageries par courriels, accès à Internet, photographie, jeux, moniteur de forme physique, etc. En plus des cours de tablette iPad et Samsung, nous introduisons les cours sur votre cellulaire : utilisation des fonctions de base, chargement des applications, photos, sans compter le plus pratique des GPS! Les cours de cellulaire, de tablette iPad et Samsung débuteront dans la semaine du 17 septembre. **Pour en savoir plus, contactez Johanne au 819-768-2142, du mardi au vendredi.**



Un salon pour passer du rêve à la réalité

Lorsque vous étiez au travail, vous rêviez de retraite et de voyages? Voici l'occasion d'explorer des destinations qui vous font envie depuis des années. Notre partenaire en voyages, Globalia/Voyages Rouyn-Noranda, tiendra un Salon du voyage les **21 et 22 septembre** au Centre des Congrès de l'Hôtel Gouverneur à Rouyn-Noranda. Quelle chance, les membres Réseau 50+ n'ont pas à payer pour entrer au Salon du Voyage (les autres paient 10 \$). Le vendredi 21 septembre, ce sera ouvert entre 17 et 20 h et le samedi 22 septembre, entre 10 h et 17 h. Prix de présence et tirages.



VOL D'IDENTITÉ : prenez ça au sérieux!



Quel est ce silence derrière un appel abandonné?

Cette arnaque est couramment rapportée présentement. Voici la situation. C'est l'heure du souper. Vous êtes assis à table et le téléphone sonne. Vous vous précipitez pour y répondre, mais il n'y a personne au bout du fil. Vous répétez « allô » à quelques reprises, mais il n'y a que le silence. Agacé, vous raccrochez. Et ce n'est pas la première fois que cela se produit.

Parmi les raisons qui peuvent expliquer les « appels abandonnés », il y a fort à parier que vous êtes la cible d'une fraude téléphonique. Les appels silencieux sont souvent la première étape d'une fraude qui peut mener au vol de votre identité ou du contenu de votre compte en banque. Le silence à l'autre bout du fil est en fait un ordinateur qui recueille de l'information sur vous. N'importe quel petit bruit, comme une toux, peut signaler à l'ordinateur que le numéro

composé est une ligne active, c'est-à-dire à laquelle un humain répond. Une fois que l'ordinateur note qu'une personne a répondu à l'appel, les numéros sont recueillis et vendus à des criminels, qui les utilisent pour obtenir des informations personnelles.

La fraude téléphonique peut prendre plusieurs formes. En plus des appels silencieux, l'une des techniques les plus communes est l'**hameçonnage vocal**. On vous appelle et on vous incite à dire « oui » à une question qui vous semble tout à fait inoffensive. Toutefois, ce « oui » est enregistré pour être utilisé dans un tout autre contexte... qui pourrait vous coûter cher.

La meilleure protection est de ne pas répondre à un numéro affiché que vous ne reconnaissez pas. Si la personne au bout du fil veut absolument vous parler, elle laissera un message.

Le faux changement d'adresse

Vous recevez de Poste Canada une carte d'avis de changement d'adresse portant **VOTRE ADRESSE**. Sur la carte, Poste Canada informe que si vous n'êtes pas à l'origine de cette requête de changement d'adresse, vous devez aviser la société en composant le numéro 1-800 inscrit sur la carte.

NE JETEZ PAS LA CARTE SANS VOUS EN OCCUPER. Il est très **IMPORTANT** d'aviser Poste Canada le plus rapidement possible si vous n'êtes pas à l'origine d'une demande de changement d'adresse. Si vous soupçonnez être victime d'une fraude, ne prenez pas de chance, avisez la Sûreté du Québec.

Les données les plus recherchées par les fraudeurs: nom et prénoms, date de naissance, numéro d'assurance sociale, adresse intégrale, nom de jeune fille de la mère, nom d'utilisateur et mot de passe pour les services en ligne, numéro de permis de conduire, NIP, données de

cartes de crédit (numéro, date d'expiration et les trois chiffres apparaissant sur la plage de signature), numéros de compte bancaire, signature, numéro de passeport.

Les utilisations criminelles de vos données: accéder à vos comptes bancaires, faire une demande de prêt, de carte de crédit ou d'autres biens et services, faire des achats, camoufler des activités criminelles, obtenir un passeport ou toucher des prestations du gouvernement, servir à des activités du crime organisé ou du terrorisme.

Des sites à consulter:

Sûreté du Québec: <http://www.sq.gouv.qc.ca/prevenir-la-criminalite/la-surete-vous-conseille/vol-d-identite-fraude.jsp>

Gendarmerie Royale du Canada: <http://www.rcmp-grc.gc.ca/scams-fraudes/id-theft-vol-fra.htm>



Amortissez votre carte avec nos partenariats

Parce que c'est ici, en Abitibi-Témiscamingue, que nos membres vivent, nous avons développé des partenariats avec les entreprises d'ici. Amortissez votre carte de membre Réseau 50+ en un rien de temps en la présentant à l'un de nos nombreux partenaires en région, dans toutes les sphères de consommation. En voici quelques domaines : coiffure et soins esthétiques, soins de santé, pharmacies, lunettes, vêtements, peinture, voyages, courtier immobilier, assurances, automobile, meubles, restauration et hôtellerie, animaleries, nettoyeurs, golf, services professionnels (notaires, chiropractie, santé auditive, massages, etc.).

Consultez notre site Internet, à www.reseau50plus.ca et cliquez sur l'onglet « Rabais », par catégorie ou par ville pour connaître les détails des rabais offerts. Chaque semaine, de nouveaux rabais viennent enrichir la liste; soyez à l'affût. Ou encore, appelez-nous au bureau régional, au 819-768-2142 pour recevoir une liste complète par courriel.

PARTENAIRE AMÉRIQUE DU NORD

- ◆ Le **Groupe CHOICE HOTELS** (numéro d'identification 440770 : Ascend, Cambria, Comfort, Comfort Suites, Sleep Inn, Quality, Clarion, Main Stay Suites, Suburban, Econolodge, Rodeway Inn).
- ◆ **SécuriGlobe—assurances voyage** (numéro d'identification RES000).

PARTENAIRES RÉGIONAUX

- ◆ Globalia—Voyages Rouyn-Noranda
 - ◆ Centre auditif Abitibi
 - ◆ Paul Hallé Notaire
 - ◆ Promutuel
- ◆ Royal Lepage Limoges
- ◆ Parc national d'Aiguebelle
 - ◆ Vitrierie Pomerleau
- ◆ Pneu GBM (tirage mensuel)

VAL-D'OR, MALARTIC

- ◆ Nettoyeurs Sigma (2 établissements)
 - ◆ Esso Central C.G.
 - ◆ Hôtel Continental Centre-Ville
 - ◆ Vitrierie Pomerleau
 - ◆ Stéréo +
- ◆ Transport Déménagement C. Dubé Inc.
 - ◆ Meubles Marchand
 - ◆ Boutique Hélène
 - ◆ Comfort Inn
 - ◆ Flor Deco Val-d'Or
 - ◆ Clinique Opto-Réseau
 - ◆ Clinique vétérinaire S. Dubé
 - ◆ Decibo Bas
 - ◆ Chaussures Leclerc, Malartic
 - ◆ Clinique Opto-Réseau, Malartic

SENNETERRE, BARRAUTE, QUÉVILLON, MATAGAMI

- ◆ Nettoyeurs Sigma
- ◆ Rona Allaire
 - ◆ Stéréo +
- ◆ Boutique Hélène
- ◆ Salon Laura Diane
- ◆ Les pièces d'auto Waleco
- ◆ Matériaux Paradis et Fils
- ◆ Sélection Plus Ultramar
- ◆ L'Assiette Gourmande MD à Barraute
 - ◆ Boutique Hélène à Quévillon
- ◆ Papeterie Commerciale Senneterre
 - ◆ Salon Laura Diane

LA SARRE, PALMAROLLE, MACAMIC, DUPARQUET

- ◆ Nicol Auto
- ◆ Aspirateurs Pompes La Sarre
- ◆ Abinord
- ◆ Amison
- ◆ Avantage Chrysler
- ◆ La Sarre Musique
- ◆ Les Mystères de l'Artisanat
- ◆ Villa Mon Repos
- ◆ Bijouterie Pépite d'Or
- ◆ Cinique physiothérapie La Sarre
- ◆ Double Pizza
- ◆ Le Carrefour Canin
- ◆ Coiffure Guylaine Provencher
- ◆ Roberge et Fils—Beauty Tone
- ◆ Variétés Deschênes
- ◆ Vitrierie Pomerleau
- ◆ Boutique Élie
- ◆ Boutique Femina
- ◆ Boucherie Coupe Désossée
- ◆ Centre de Camping La Sarre
- ◆ Déménagement Marcel Joseph
- ◆ Dimension Sport
- ◆ Société Polyclinique Wabakin
- ◆ Marc Chadel, lunetterie
- ◆ M. Roy Électrique
- ◆ Gym Oxygène Plus
- ◆ Sergaz
- ◆ Liquida Sol+
- ◆ C. Filiatrault Fruits et Légumes
- ◆ Oli Boutique Gourmande
- ◆ Draperie Réginald
- ◆ Fromagerie La Vache à Maillotte
- ◆ Supermarché Consommat+
- ◆ Yolaine Mainville, soins de pieds, Palmarolle
- ◆ Véronique Lagrange (massages), Palmarolle
- ◆ Quincaillerie Palmarolle
- ◆ Coiffure Design Palmarolle
- ◆ Ameublement Brandsource Ouellet Macamic
- ◆ Pourvoirie des Îles Duparquet

AMOS—TRÉCESSON

- ◆ Meubles Marchand, Trécesson
- ◆ Stéréo +
- ◆ L'Aubainerie
- ◆ Pharmacie Brunet
- ◆ Sélection Plus Ultramar
- ◆ Centre de camping Amos
- ◆ Dimension Léon
- ◆ Sylvie Fleuriste
- ◆ Amosphère, Complexe Hôtelier
- ◆ L'ABC de l'Art Harricana
- ◆ Resto L'Entourage
- ◆ Théâtre des Eskers
- ◆ Pub Urbain L'Amalgame
- ◆ Théâtre des Eskers

TÉMISCAMINGUE

- ◆ ID-KO maison, Lorrainville
- ◆ Matériaux Jolette, Lorrainville
- ◆ Salon Cindy, Lorrainville
- ◆ Bijouterie Rachel
- ◆ Pharmacie Aline Viens et Nathalie Adam
- ◆ Les Trouvailles de Florentine
- ◆ Manoir du lac Témiscamingue
- ◆ Centre Auditif Abitibi à Ville-Marie

ROUYN-NORANDA

- ◆ Meubles Marchand
- ◆ Bijouterie Villemaire
- ◆ Centre de la Beauté animale
- ◆ Centre Méga-Quilles
- ◆ Cheveux Mél-é
- ◆ Quality Inn Rouyn-Noranda
- ◆ John David, peinture Benjamin Moore
- ◆ Momentum
- ◆ Pharmacie Côté Goulet Savard Proxim
- ◆ Salon Réalité—Cadillac
- ◆ Centre Déco-Peinture Rouyn-Noranda
- ◆ Pizzeria Noranda
- ◆ Colette Gagnon, chiropraticienne
- ◆ Techno Solaire
- ◆ Dépanneur Chez Estelle
- ◆ Le Relais Dépanneur
- ◆ Golf Municipal Dallaire
- ◆ Isolation JMR 2017
- ◆ Massage Op'Tit Mal
- ◆ Atelier DC Récupération
- ◆ Clinique Sera
- ◆ Liquida Sol+
- ◆ La Hutte aux herbes
- ◆ Les Saveurs Folles
- ◆ Rouyn Fleuriste
- ◆ Atelier Johanne Ric'Art
- ◆ Luminance Soins Esthétiques
- ◆ Carquest Rouyn-Noranda
- ◆ La Santé par le Massage Hélène Chamard

Un immense merci à nos partenaires d'affaires
et longue vie à leur entreprise!