

pour les
55ans
ou plus

ÉDITION 2005



85 ans

62 ans

94 ans

71 ans

56

75 ans

59 ans

67 ans

Québec



Appelez, vous ne risquez rien :

1 800 463-5229

Nos produits d'épargne pour votre retraite : Capital garanti à 100 %, sans égard aux limites de 60 000 \$ et de 5 ans prévues par l'assurance-dépôts. Taux d'intérêt avantageux. Aucuns frais de gestion et d'administration.

BONI DE

1% la première année
pour les nouveaux
fonds investis dans
un compte enregistré.

- Régime enregistré d'épargne-retraite du Québec (REER)
- Fonds enregistré de revenu de retraite du Québec (FERR)
- Compte de retraite immobilisé du Québec (CRI)
- Fonds de revenu viager du Québec (FRV)

www.epq.gouv.qc.ca

Téléphonez-nous du lundi au vendredi, de 8 h à 20 h.
Passez nous voir au 333, Grande Allée Est à Québec
ou au 2000, av. McGill College à Montréal,
du lundi au vendredi, de 8 h à 17 h.

**Épargne
Placements**

Québec    

Vous désirez obtenir des renseignements
sur les programmes et services
du gouvernement du Québec ?

Communiquez avec nous !

Plus encore, nous vous offrons gratuitement
diverses publications, des guides pratiques
et des formulaires. Pour nous joindre,

c'est simple...

Téléphonez-nous

Partout au Québec : **1 800 363-1363** (sans frais)

Ailleurs : (418) 643-1344

**ou consultez le portail
du gouvernement du Québec.**

www.gouv.qc.ca

Pour les 55 ans ou plus

Publication réalisée par Communication-Québec,
ministère des Relations avec les citoyens et de l'Immigration

Mise à jour

Dany Grondin

Vente de publicité et production graphique

Oxygène communication

Tél. : (418) 687-5870

650, rue Graham-Bell, bureau 216

Québec (Québec) G1N 4H5

Internet : www.oxygene.qc.ca Courriel : oxygene@oxygene.qc.ca

Une version électronique gratuite de ce document est accessible dans le portail du gouvernement du Québec à l'adresse **www.gouv.qc.ca**. Ce site donne également accès à des formulaires ainsi qu'à une multitude de liens utiles.

Une version téléchargeable (format PDF) du guide *Pour les 55 ans ou plus* et de la version anglaise *For People 55 and Over* est aussi disponible dans le portail du gouvernement du Québec à l'adresse **www.gouv.qc.ca**.

Notes :

Certains programmes peuvent faire l'objet de modifications en cours d'année. Le contenu de ce guide a été vérifié en octobre 2004.

Les renseignements fournis par Communication-Québec dans ce document n'ont pas de valeur juridique.

La forme masculine utilisée dans cette brochure désigne aussi bien les femmes que les hommes.

Toute reproduction à des fins commerciales est interdite sans l'autorisation de Communication-Québec.

Dépôt légal – 2004

Bibliothèque nationale du Québec
Bibliothèque nationale du Canada
ISBN 2-550-43400-5

© Gouvernement du Québec, 2004
Tous droits réservés pour tous pays.

This publication is also available in English under the title For People 55 and Over. You can obtain a free copy at Communication-Québec offices at 1 800 363-1363.

Depuis quelques années, l'Organisation de coopération et de développement économique (OCDE) propose, lorsqu'elle aborde la réalité des aînés, l'approche dite du « vieillissement actif ». L'idée fondamentale consiste à permettre aux personnes qui avancent en âge de jouer un rôle toujours actif dans la société et l'économie. Le Conseil des aînés note d'ailleurs, dans sa publication *La réalité des aînés québécois*, que notre organisation sociale doit tendre à offrir, *tout au long de la vie*, plus de souplesse entre le travail, le bénévolat, l'apprentissage et les activités de loisirs.

Retraités ou en voie de le devenir, les gens de 55 ans ou plus au Québec veulent demeurer actifs. Ils s'intéressent de près à ce qui se passe dans leur environnement et ils souhaitent connaître ce que l'État et les organismes de soutien peuvent leur offrir. Communication-Québec propose donc cette 11^e édition du guide **Pour les 55 ans ou plus**.

Au fil des 50 éléments présentés, le lecteur se renseignera sur les grands programmes gouvernementaux de soutien et sur les services offerts par des intervenants ayant comme mandat de faciliter le passage à la retraite des travailleurs et de favoriser le mieux-être des aînés. Quelques programmes ne s'adressent toutefois pas exclusivement aux aînés.

Si vous désirez obtenir des renseignements généraux sur les programmes et services offerts par les ministères et organismes du gouvernement du Québec, nous vous invitons à appeler au bureau de Communication-Québec de votre région.

Si, après la lecture de ce guide, vous avez besoin de renseignements supplémentaires touchant les programmes du gouvernement du Canada, composez le 1 800 622-6232.

Enfin, nous remercions les ministères et les organismes qui ont collaboré à la mise à jour de ce document.

Avant-propos	3
Revenus	7
Prestations de la Sécurité de la vieillesse	7
Aide pour remplir votre déclaration de revenus	8
Services aux aînés Impôtel	8
Programme des bénévoles	8
Régime de rentes du Québec	9
Ce que vous offre le Régime	9
La rente de retraite	9
Division de la rente de retraite	10
Retour au travail après la retraite	10
Comment recevoir une rente ou une prestation du Régime des rentes ?	10
Retraite progressive et retraite anticipée	12
Régimes complémentaires de retraite	13
Régime enregistré d'épargne-retraite (REER)	14
Ententes en matière de sécurité sociale	15
Assurance-emploi	16
Programme d'exonération financière pour les services d'aide domestique	16
Crédit d'impôt pour le maintien à domicile d'une personne âgée	17
Services admissibles	18
Crédit d'impôt pour l'hébergement d'un parent	19
Santé	20
Régime général d'assurance médicaments	20
Pour quel régime doit-on opter ?	20
Avant 65 ans	20
La retraite avant 65 ans	20
À partir de 65 ans	20
Le régime public : ce qu'il en coûte	21
Régime d'assurance maladie	23
Services de santé assurés hors du Québec	23
Programme d'aides auditives	27
Programme de services optométriques	27
Programme d'aides visuelles	28

Programme de prothèses oculaires	28
Programme d'appareils suppléant à une déficience physique	29
Programme d'appareils fournis aux stomisés permanents	29
Programme de prothèses mammaires externes	30
Transport ambulancier	30
Vaccin contre l'influenza (grippe)	30
Services de soutien à domicile	31
Hébergement pour personnes non autonomes	32
En résidence d'accueil ou en ressource intermédiaire	32
En établissement offrant des services d'hébergement et des soins de longue durée (CHSLD ou CH)	32
Consultation de son dossier médical ou social	33
En cas d'inaptitude	34
Activité physique	36
Habitation	37
Allocation-logement	37
Logement à loyer modique	38
Logement communautaire	38
Hébergement en résidence privée	38
Le bail... et sa résiliation	39
Programme de logements adaptés pour aînés autonomes	40
Adaptation de domiciles (pour personnes handicapées)	40
Ressources pour la protection et le mieux-être des aînés	41
Indemnisation des victimes d'actes criminels	41
Centres d'aides aux victimes d'actes criminels	41
Abus envers les personnes âgées	42
Ligne Info-Abus envers les aînés	42
Protection contre la discrimination et le harcèlement fondés sur l'âge	44
Le travail et l'âge	45
Solidarité intergénérationnelle : une force à promouvoir	45
Organismes de représentation et de veille	46
Secrétariat aux aînés	46
Conseil des aînés	46
Conseil consultatif national sur le troisième âge	47

Agence de santé publique du Canada (anciennement Santé Canada)	47
Organismes d'assistance et d'accompagnement aux plaintes	48
Centre d'assistance et d'accompagnement aux plaintes	48
Protecteur des usagers en matière de santé et de services sociaux	48
Conseil pour la protection des malades (CPM)	49
Association québécoise de défense des droits des personnes retraitées et préretraitées (AQDR)	49
FADOQ – Mouvement des aînés du Québec	50
Fédération des Clubs de l'âge d'or de l'Est du Québec (FCADEQ)	52
Fédération des Clubs de l'âge d'or de l'Abitibi-Témiscamingue–Ungava	52
Divers	53
Aptitude à conduire un véhicule	53
Testament	53
Arrangements préalables de services funéraires et de sépulture	57
Soutien aux aidants naturels	57
Normes du travail	57
Prestation de compassion	58
Documentation	60
Services pour les personnes sourdes ou malentendantes munies d'un téléscripteur	62
Portail national du gouvernement du Québec dans Internet	63

Prestations de la Sécurité de la vieillesse

À l'âge de 65 ans, toute personne qui satisfait aux exigences de résidence et de statut légal au Canada a droit à une pension de la Sécurité de la vieillesse. Le programme de la Sécurité de la vieillesse prévoit en plus :

- le Supplément de revenu garanti, pour la personne de 65 ans ou plus qui a de faibles revenus ;
- l'Allocation, payable à la personne qui a entre 60 et 64 ans, dont l'époux ou le conjoint de fait est admissible au Supplément de revenu garanti ;
- l'Allocation au survivant destinée aux aînés à faible revenu, âgés entre 60 et 64 ans, dont l'époux ou le conjoint de fait est décédé.

Développement social Canada (DSC) envoie un formulaire de demande de pension de la Sécurité de la vieillesse aux personnes qui atteignent l'âge de 64 ans et un mois.

IMPORTANT

Il n'est pas nécessaire d'être à la retraite pour recevoir la pension de base de la Sécurité de la vieillesse. Il faut cependant en faire la demande pour en béné-

ficier. Effectuez votre demande entre 6 et 11 mois avant votre 65^e anniversaire.

Vous pouvez vous procurer le formulaire *Demande de pension de la Sécurité de la vieillesse, d'Allocation ou d'Allocation au survivant* dans les Centres de ressources humaines du Canada, de Ressources humaines et Développement des compétences Canada (RHDCC). Le formulaire est également disponible par Internet à : www.dsc.gc.ca

D'autre part, il n'y a pas de date limite pour présenter une première demande en vue d'obtenir le Supplément de revenu garanti, l'Allocation et l'Allocation au survivant. Les personnes bénéficiant déjà de ces programmes peuvent renouveler automatiquement ces prestations en faisant parvenir leur déclaration de revenus à l'Agence du revenu du Canada (antérieurement l'Agence des douanes et du Revenu du Canada) avant le 30 avril. Cependant, la rétroactivité est limitée à 12 mois, incluant le mois de réception du formulaire par DSC.

Il n'y a donc plus de formulaire distinct à envoyer. Seuls les citoyens qui doivent fournir des renseignements supplémentaires recevront des formulaires de renouvellement. Pour obtenir les formulaires de demande, téléphonez au centre d'appels régional de DSC-Programmes de la sécurité du revenu, ou adressez-vous directement à l'un

des Centres de ressources humaines du Canada.

Renseignements :

**Gouvernement du Canada,
Développement social Canada,
Programmes de la sécurité du
revenu, Sécurité de la vieillesse,
Régime de pensions du Canada**

Centre d'appels régional

Service en français :

1 800 277-9915

Service en anglais :

1 800 277-9914

(appels provenant du Québec,
du Canada et des États-Unis)

Appels provenant d'autres pays :
(613) 957-1954

Téléscripteur : voir page 62

Internet : www.dsc.gc.ca/

Aide pour remplir votre déclaration de revenus

Il est important de remplir une déclaration de revenus fédérale et provinciale chaque année, même si vous ne déclarez pas de revenus de travail, et ce, afin de bénéficier de tous les crédits d'impôt auxquels vous avez droit. En tout temps de l'année, les bureaux des services fiscaux de l'Agence du revenu du Canada (ARC) - (antérieurement l'Agence des douanes et revenu du Canada) et les services de renseignements généraux de Revenu Québec peuvent répondre aux questions et régler la plupart des problèmes en matière d'impôt.

Service aux aînés Impôtel

L'ARC offre le Service aux aînés Impôtel, un service simplifié qui permet aux personnes répondant à certains critères de produire gratuitement leur déclaration à l'aide d'un téléphone à clavier. Il suffit de s'identifier et de répondre à quelques questions par « oui » ou par « non ». Il n'est pas nécessaire d'inscrire les revenus ou déductions sauf, le cas échéant, le revenu du conjoint. Si vous êtes admissible à ce service, vous recevrez une invitation avec votre trousse d'impôt 2004.

Les personnes de 65 ans ou plus qui préfèrent remplir une déclaration papier et qui ont reçu le formulaire T1S-A sont invitées à l'utiliser. Cette déclaration n'exige aucun calcul de votre part.

Programme des bénévoles

Chaque année, de février à avril, des centaines de bénévoles formés par l'Agence du revenu du Canada et Revenu Québec offrent leur aide, dans le cadre de cliniques d'impôt gratuites (ou à peu de frais), à des personnes qui ont besoin d'assistance pour remplir leurs déclarations de revenus et qui ne peuvent avoir recours à des spécialistes.

Pour connaître les dates des cliniques d'impôt de votre localité ou pour devenir bénévole, veuillez communiquer avec les services de renseignements généraux de l'Agence du revenu du Canada, de Revenu Québec ou de Communication-Québec.

Renseignements :

Consultez les pages bleues de l'annuaire téléphonique, section Gouvernement du Québec, sous « Revenu, Informations générales et renseignements sur l'impôt » ou, s'il y a lieu, reportez-vous à la section « Rubriques par mots clés » des nouvelles pages bleues du gouvernement.

Téléphone : _____
Téléscripateur : voir page 62

Vous pouvez aussi consulter les pages bleues de l'annuaire téléphonique, section Gouvernement du Canada, sous « Bureau des services fiscaux de l'Agence du revenu du Canada » ou, s'il y a lieu, vous reporter à la section « Rubriques par mots clés » des nouvelles pages bleues du gouvernement.

Téléphone : _____
Téléscripateur : voir page 62

Régime de rentes du Québec

Le Régime de rentes du Québec est un régime d'assurance public et obligatoire. Son but est d'offrir une protection financière de base aux travailleurs et à leurs proches lors de la retraite, du décès ou en cas d'invalidité.

Ce que vous offre le Régime

Le Régime offre une protection financière de base aux personnes qui ont été sur le marché du travail et qui ont suffisamment cotisé. Il prévoit :

- **à la retraite :** le paiement d'une rente de retraite pour le travailleur ;
- **au décès :** une prestation de décès, une rente de conjoint survivant et une rente d'orphelin pour chacun des enfants à charge.
- **en cas d'invalidité :** une rente d'invalidité et une rente d'enfant de personne invalide.

La rente de retraite

Le paiement de la rente de retraite est prévu à 65 ans. Toutefois, il est possible de demander la rente à compter de 60 ans. Le montant sera alors diminué de 6 % par année avant 65 ans. Le montant de votre rente de retraite équivaudra à 25 % des revenus moyens sur lesquels vous avez cotisé.

Vous pouvez connaître les revenus de travail inscrits au Régime de rentes du Québec depuis votre entrée sur le marché du travail.

Pour conserver son niveau de vie à la retraite, il est important de bien la planifier. Pour en savoir plus, consultez le site Internet de la Régie des rentes du Québec sous l'onglet Planifiez votre retraite (www.rrq.gouv.qc.ca). Vous pouvez aussi consulter le *Guide de la planification financière de la retraite*

publié par Question Retraite, vous y trouverez une foule de renseignements.

Pour mieux planifier votre retraite, demandez à la Régie des rentes votre relevé de participation au Régime par Internet www.rrq.gouv.qc.ca ou par téléphone (voir les coordonnées à la page 12).

Outre le total de vos cotisations, vous y trouverez le montant mensuel de rente de retraite que vous avez acquis, c'est-à-dire le montant auquel vous aurez droit à 65 ans si vous cessez aujourd'hui de participer au Régime. Vous connaîtrez également le montant de la rente de retraite que vous recevrez à 65 ans si vous continuez à cotiser. Votre relevé de participation vous donnera aussi une estimation des autres prestations du Régime.

Division de la rente de retraite

Il est possible de diviser le montant de votre rente de retraite entre vous et votre conjoint (marié ou de fait). Il faut cependant que vous et votre conjoint ayez au moins 60 ans. De plus, vous ne devez pas être séparés légalement ni divorcés. Vous pouvez vous procurer le formulaire prévu à cette fin dans le site Internet de la Régie (www.rrq.gouv.qc.ca) ou auprès de l'un de ses centres de service à la clientèle.

Retour au travail après la retraite

Si vous recevez déjà votre rente de retraite et que vous retournez au travail, vous continuerez à la recevoir. Vous devez toutefois cotiser au Régime de rentes même si vous êtes bénéficiaire de la rente de retraite, et ce, quel que soit votre âge, à condition évidemment de gagner plus que le montant de l'exemption générale qui est de 3 500 \$. En contrepartie, votre rente pourrait être augmentée annuellement.

Comment recevoir une rente ou une prestation du Régime de rentes ?

Pour recevoir une rente ou une prestation du Régime de rentes du Québec, vous devez en faire la demande. À partir du site Internet de la Régie des rentes du Québec, vous pouvez télécharger le formulaire ou même faire votre demande en ligne grâce aux services en ligne NetRégie. Aussi, vous pouvez vous procurer les formulaires de demande, dans l'un de ses centres de service à la clientèle, à Communication-Québec, au bureau de votre député provincial ou dans la plupart des banques et des caisses Desjardins.

NOTE

Il est recommandé de déposer votre demande de un à trois mois avant la date désirée du premier versement.

Vous avez

60 ans ou plus ?

Vous avez déjà travaillé ?

**Demande
rente de retraite**

Demandez votre rente de retraite
en ligne et voyez **aussitôt** le
montant auquel vous auriez droit

**www.
rrq.gouv.qc.ca**

Régie des rentes

Québec



Pour joindre la Régie des rentes du Québec :

Par Internet

www.rrq.gouv.qc.ca

Par téléphone

Régie des rentes du Québec

Région de Québec :

(418) 643-5185

Région de Montréal :

(514) 873-2433

Ailleurs au Québec :

1 800 463-5185

Téléscripteur : voir page 62

Par la poste

Régie des rentes du Québec

Case postale 5200

Québec (Québec) G1K 7S9

En personne

À l'un de nos centres de service à la clientèle. Pour connaître nos coordonnées, consultez notre site Internet sous l'onglet « Nous joindre » ou téléphonez-nous.

Avant de vous déplacer, nous vous suggérons de nous téléphoner. Dans la majorité des cas, vous pourrez obtenir l'information désirée.

Retraite progressive et retraite anticipée

Si vous songez à réduire vos heures de travail ou à quitter définitivement votre emploi afin de prendre votre retraite, il est important de connaître les options offertes en matière de retraite progressive et de retraite anticipée.

Retraite progressive

Vous êtes âgé entre 55 et 69 ans et vous désirez réduire vos heures de travail ? Si vous avez conclu une entente avec votre employeur, vous pouvez :

- continuer à cotiser au Régime de rentes du Québec comme si votre salaire n'avait pas été réduit ou comme s'il l'avait été de façon moins importante. Les cotisations ainsi versées permettront d'éviter la diminution de votre rente de retraite lorsque vous en ferez la demande. Pour connaître le montant de la rente à laquelle vous aurez droit si vous optez pour une retraite progressive et les autres conditions d'admissibilité, communiquez avec la Régie de rentes du Québec ;
- recevoir une prestation de votre régime complémentaire de retraite (aussi appelé fonds de pension). Cette prestation compensera une partie de la baisse de votre salaire.

Retraite anticipée

Vous êtes âgé entre 55 et 65 ans et vous quittez votre emploi pour prendre une retraite anticipée ? Vous pouvez recevoir une rente temporaire de votre régime complémentaire de retraite en attendant de recevoir votre rente du Régime de rentes du Québec et votre pension de la Sécurité de la vieillesse du gouvernement du Canada.

IMPORTANT

Le versement de prestations par votre régime complémentaire dans le cas d'une retraite progressive ou d'une retraite anticipée aura pour effet de réduire le montant de la rente à laquelle vous aurez droit lorsque vous atteindrez 65 ans.

Renseignements :

Communiquez avec l'administrateur de votre régime ou la personne responsable des avantages sociaux chez votre employeur. Vous pouvez aussi demander à la Régie des rentes la brochure *Vivre avec son temps - La retraite progressive - La retraite anticipée*.

Régimes complémentaires de retraite

Si vous participez à un régime complémentaire de retraite (aussi appelé fonds de pension), vous devez bien le connaître et savoir ce qu'il peut vous offrir. Par exemple, quel est le montant des prestations payables en cas d'invalidité, de décès ou si vous cessez de participer à votre régime? Vous devez savoir également si votre régime complémentaire de retraite est coordonné avec le Régime de rentes du Québec ou la Sécurité de la vieillesse du gouvernement du Canada. Dans ce cas, votre régime calculera vos prestations en tenant compte de celles qui seront versées par le régime public auquel elles sont coordonnées.

Renseignements :

Pour obtenir des renseignements sur la Loi sur les régimes complémentaires de retraite ou si vous avez de la difficulté à obtenir des réponses à propos de votre régime de retraite, contactez la :

Régie des rentes du Québec

Direction des régimes de retraite

Case postale 5200

Québec (Québec) G1K 7S9

Région de Québec :

(418) 643-8282

(Les appels à frais virés sont acceptés.)

Télécopieur : (418) 643-7421

Internet : www.rrq.gouv.qc.ca

S'il s'agit d'un régime assujéti à la Loi de 1985 sur les normes de prestation de pension (loi fédérale) qui encadre les régimes d'employeurs de secteurs comme le transport interprovincial ou international, la radiodiffusion, les télécommunications et les banques, communiquez avec votre employeur ou le :

Bureau du surintendant des institutions financières

Division des normes de prestation de pension

255, rue Albert, 13^e étage

Ottawa, Ontario K1A 0H2

Partout au Québec :

1 800 385-8647

Télécopieur : (613) 990-5591

Téléscripteur : voir page 62

Courriel : extcomm@osfi-bsif.gc.ca

Internet : www.osfi-bsif.gc.ca

Pour en savoir davantage sur les régimes de retraite offerts au personnel des secteurs public et parapublic au Québec (enseignants, fonctionnaires, infirmières, etc.) et administrés par la Commission administrative des régimes de retraite et d'assurances (CARRA), communiquez avec la :

**Commission administrative
des régimes de retraite
et d'assurances**

Service à la clientèle

475, rue Saint-Amable, 5^e étage
Québec (Québec) G1R 5X3

Région de Québec :

(418) 643-4881

Ailleurs au Québec :

1 800 463-5533

Télécopieur : (418) 644-3839

Internet : www.carra.gouv.qc.ca

En ce qui a trait aux régimes du secteur public du gouvernement du Canada, adressez-vous à :

**Travaux publics et Services
gouvernementaux Canada**

Direction des pensions de retraite

C.P. 5010

Shediac, (Nouveau-Brunswick)

E4P 9B4

Partout au Québec,
service en français :

1 800 561-7935

Partout au Québec,
service en anglais :

1 800 561-7930

Télécopieur : (506) 533-5989

Régime enregistré d'épargne-retraite (REER)

Le REER est un régime d'épargne lié à la planification de la retraite. Il permet de reporter le paiement de l'impôt à une année ultérieure et d'accumuler un capital à l'abri du fisc. Les contributions versées à un REER peuvent donc être déduites du revenu. De plus, les revenus produits par les sommes accumulées (intérêts, dividendes ou gains de capital) ne sont pas imposables annuellement. S'il y a retrait, ces sommes seront incluses dans les revenus déclarés par le contribuable pour l'exercice financier en cours. Il y aura alors imposition au taux en vigueur à ce moment-là.

Vous devez transformer votre REER en revenu de retraite au plus tard le 31 décembre de l'année où vous atteignez 69 ans. Vos fonds doivent alors être transférés dans un fonds enregistré de revenu de retraite (FERR), servir à l'achat d'une rente ou être encaissés.

Si vous participez à un tel régime, il est utile de savoir que votre rente de retraite du Régime de rentes du Québec ne sera pas réduite lorsque vous retirerez des prestations de votre REER. Par contre, les retraits de REER et de FERR peuvent entraîner le remboursement d'une partie de la pension fédérale de la Sécurité de la vieillesse. Il peut y avoir aussi diminution de certaines prestations fondées sur le revenu, telles les prestations provenant du Supplément de revenu garanti, de l'Allocation ainsi que l'Allocation au

survivant (voir le chapitre *Prestations de la Sécurité de la vieillesse* en page 7).

Le REER est disponible auprès des compagnies d'assurance-vie, des sociétés de fiducie, des banques, des caisses d'épargne ou caisse de crédit et des courtiers en valeurs mobilières. En fait, ce régime d'épargne devrait faire partie de tout projet de planification financière de la retraite.

Ententes en matière de sécurité sociale

Le gouvernement du Québec a conclu des ententes en matière de sécurité sociale avec 27 pays. Quelques mois de travail dans l'un de ces pays pourraient suffire pour permettre à une personne (ou à son conjoint) de recevoir une pension étrangère.

Il est important de noter que les pensions étrangères ne diminuent d'aucune façon la rente versée ou à recevoir de la Régie des rentes du Québec.

En règle générale, si vous ou votre conjoint avez cotisé à un régime étranger de sécurité sociale et au régime public du Québec (le Régime de rentes du Québec), vous pouvez vérifier votre admissibilité ou déposer une demande de pension auprès du Bureau des ententes de sécurité sociale (BESS) de la Régie des rentes du Québec. Pour joindre le BESS :

Par Internet

www@rrq.gouv.qc.ca

Par téléphone

Région de Montréal :
(514) 866-7332, poste 7801
Sans frais : 1 800 565-7878,
poste 7801

En personne

Bureau des ententes
de sécurité sociale
Régie des rentes Québec
1055, boul. René-Lévesque Est,
13^e étage
Montréal (Québec) H2L 4S5

Avant de vous rendre à nos bureaux, nous vous recommandons de nous téléphoner. Si vous désirez rencontrer un agent, vous devez d'abord prendre un rendez-vous.

Le Canada a également conclu des accords en matière de sécurité sociale avec plus de 40 pays. Ceux-ci permettent aux personnes qui résident ou qui ont résidé dans un pays signataire de l'accord d'ajouter ou de totaliser ces périodes de résidence ou de cotisation à l'étranger à leurs périodes de résidence ou de cotisation au Canada. Cette démarche a pour but de satisfaire aux exigences minimales d'admissibilité aux prestations de la Sécurité de la vieillesse.

Renseignements sur les accords signés par le Canada :

**Gouvernement du Canada
Développement social Canada
Programmes de la sécurité du
revenu – Prestations internationales**

Partout au Québec,
service en français :
1 800 277-9915

Partout au Québec,
service en anglais :
1 800 277-9914
Appels provenant d'autres pays :
(613) 957-1954
Téléscripteur : voir page 62
Internet : www.dsc.gc.ca

Assurance-emploi

La plupart des Canadiens occupent des emplois couverts par l'assurance-emploi. Cela signifie qu'ils versent des cotisations et qu'ils reçoivent des prestations lorsqu'ils sont en chômage. S'il y a perte d'emploi, l'assurance-emploi assure un revenu temporaire au cours de la recherche d'une nouvelle occupation ou durant une maladie.

Les travailleurs âgés de 65 ans et plus continuent à participer au régime d'assurance-emploi administré par Ressources humaines et développement des compétences Canada selon les mêmes conditions et modalités que les autres travailleurs. Leur employeur prélève donc les cotisations régulières habituelles de leur salaire assurable.

IMPORTANT

La rente de retraite versée en vertu du Régime de rentes du Québec peut être considérée comme un revenu aux fins du calcul des prestations d'assurance-emploi. Il peut être avantageux, dans certains cas, de recevoir sa rente même si les prestations d'assurance-emploi sont réduites. La personne qui croit avoir droit à l'assurance-emploi devrait s'informer auprès de son Centre des ressources humaines du

Canada avant de faire sa demande de rente de retraite à la Régie des rentes du Québec.

Renseignements :

Internet : www.rhdcc.gc.ca

Consultez les pages bleues de l'annuaire téléphonique, Gouvernement du Canada, sous « Ressources humaines et Développement des compétences Canada, Centres de ressources humaines du Canada » ou reportez-vous à la section « Rubriques par mots clés » des nouvelles pages bleues du gouvernement.

Téléphone : _____

Téléscripteur : voir page 62

Programme d'exonération financière pour les services d'aide domestique

Offert à tous les Québécois, le Programme d'exonération financière pour les services d'aide domestique favorise la création d'emplois dans le secteur de l'économie sociale tout en rendant ces services accessibles à l'ensemble de la population. Cette mesure permet à une personne à qui une entreprise régionale reconnue fournit des services d'aide domestique, de bénéficier d'une réduction du tarif horaire exigé.

De façon générale, les services d'aide domestique couverts par ce programme comprennent l'entretien

ménager, les commissions, l'entretien des vêtements et la préparation de repas (pour les personnes qui ne suivent pas de diète). L'entretien ménager dit léger comprend la lessive ainsi que l'entretien général du lieu d'habitation (balayage, époussetage, nettoyage) et des équipements d'usage quotidien (réfrigérateur, baignoire, lavabo, garde-manger). L'entretien ménager dit lourd comprend, notamment, le déneigement de l'accès principal à la maison et le grand ménage.

Une aide financière fixe de 4 \$ par heure de services rendus est offerte à chaque personne de 18 ans ou plus admissible au programme. Ce montant est versé directement à l'entreprise retenue.

IMPORTANT

De plus, toute personne de 65 ans ou plus ou toute personne de 18 à 64 ans ayant besoin de soutien et qui est dirigée par un CLSC peut bénéficier d'une aide financière variable en plus de l'aide financière fixe. Cette aide varie toutefois en fonction de la taille et du revenu de la famille. L'aide financière TOTALE peut ainsi atteindre 10 \$ par heure de services rendus par une entreprise reconnue.

La personne ne paie, s'il y a lieu, que la différence entre le tarif exigé par l'entreprise et le montant d'aide financière accordé par le programme.

Renseignements :

Pour bénéficier du programme, il faut remplir le formulaire Demande

d'aide financière, disponible dans les entreprises d'économie sociale. Vous obtiendrez leurs coordonnées en contactant la Régie de l'assurance maladie (voir page 23) ou l'un des bureaux de Communication-Québec. La Régie de l'assurance maladie du Québec a publié à ce sujet le dépliant Le programme d'exonération financière pour les services d'aide domestique. Vous pouvez consulter le site www.ramq.gouv.qc.ca ou vous procurer le dépliant dans les bureaux de Communication-Québec et, bien sûr, à la Régie. De plus, la Régie peut vous en faire parvenir un exemplaire par la poste (voir page 22).

Il faut noter qu'il est également possible, pour une personne de 70 ans ou plus, de s'inscrire au programme Crédit d'impôt pour le maintien à domicile d'une personne âgée.

Crédit d'impôt pour le maintien à domicile d'une personne âgée

Saviez-vous que les personnes âgées de 70 ans ou plus qui résident au Québec le 31 décembre de l'année où elles reçoivent certains services, peuvent bénéficier d'un crédit d'impôt remboursable favorisant leur maintien à domicile ? Le programme leur permet de recevoir, pour des services de maintien à domicile, une aide fiscale maximale de 2 760 \$ par année. Le montant des dépenses donnant droit au crédit ne peut

toutefois dépasser 12 000 \$ par année. Le crédit d'impôt correspond à 23 % des dépenses effectuées pour recevoir ces services.

Un domicile est l'endroit où ces personnes habitent principalement (endroit où la personne mange et dort). Cela peut être leur maison ou leur appartement, mais aussi une résidence pour personnes âgées, un hôtel, une maison de chambres ou un centre d'hébergement et de soins de longue durée (CHSLD) privé non conventionné (autofinancé).

Documentation :

- Site Internet de Revenu Québec (www.revenu.qc.ca)
- Brochure *Le crédit d'impôt pour le maintien à domicile d'une personne âgée* (IN-102)
- Brochure *Les aînés et la fiscalité* (IN-311)

Services admissibles

Les services de soutien à domicile donnant droit au crédit incluent les services directs à la personne et les services domestiques. Ceux-ci peuvent être rendus par une entreprise ou par un individu à l'emploi de la personne âgée. Les services directs incluent : les services liés à la vie quotidienne (se nourrir, se laver, s'habiller) ; les services de préparation de repas (traiteur ou service de cafétéria) ; les services de surveillance et d'encadrement (gardiennage) et le soutien civique (l'accompagnement lors de sorties, l'aide pour remplir des formulaires et la gestion de budget).

Les services domestiques incluent : l'entretien ménager des espaces domestiques et des équipements d'usage quotidien ; l'entretien des vêtements ; l'approvisionnement en produits de nécessité courante et la réalisation de travaux mineurs à l'extérieur du domicile (nettoyage des fenêtres, déneigement, tonte de gazon, etc.).

Renseignements :

Pour plus de renseignements sur les démarches à accomplir, adressez-vous au bureau de Revenu Québec de votre région, ou consultez le site Internet de l'organisme.

Revenu Québec

Téléscripteur : voir page 62

Internet : www.revenu.qc.ca

AVIS IMPORTANT

Le crédit d'impôt pour le maintien à domicile d'une personne âgée est une mesure destinée aux personnes âgées même s'il peut être géré par un tiers, tel le propriétaire d'une résidence privée. Même une personne âgée locataire peut décider de faire la demande pour elle-même et doit, dans ce cas, obtenir de son propriétaire un formulaire faisant état du coût du loyer ainsi que de la valeur des services compris dans le bail.

Crédit d'impôt pour l'hébergement d'un parent

Vous hébergez l'un de vos parents ou un parent de votre conjoint ? Vous pouvez sans doute bénéficier du crédit d'impôt remboursable pour l'hébergement d'un parent, tel que proposé par Revenu Québec. Le parent concerné doit être âgé de 70 ans ou plus, au 31 décembre, ou de 60 ans ou plus, s'il a une déficience mentale ou physique grave et prolongée. Ce crédit est de 550 \$, par personne, par année d'imposition. Il est important de noter que l'obtention de ce crédit remboursable n'est aucunement liée au revenu de ce parent.

La demande doit être formulée au moyen de l'annexe H, document inclus dans le formulaire de déclaration de revenus simplifiée ou générale.

Renseignements :

Pour plus de renseignements sur les démarches à accomplir, adressez-vous au bureau de Revenu Québec de votre région, ou consultez le site Internet de l'organisme.

Revenu Québec

Téléscripneur : voir page 62

Internet : www.revenu.gouv.qc.ca

Régime général d'assurance médicaments

Depuis 1997, tous les Québécois doivent être couverts par une assurance médicaments. Ainsi, chaque citoyen peut se procurer les médicaments requis par son état de santé, peu importe sa situation financière.

Il existe deux types de régimes qui offrent une protection pour les médicaments :

- les régimes privés d'assurance collective ou d'avantages sociaux ;
- le régime public administré par la Régie de l'assurance maladie du Québec.

Pour quel régime doit-on opter ?

Avant 65 ans

Avant 65 ans, dès qu'une personne est admissible à un régime privé d'assurance collective couvrant les médicaments, elle est obligée d'y adhérer.

Il existe plusieurs façons d'avoir accès à un régime privé. On peut y être admissible dans le cadre de son emploi ou encore par l'intermédiaire d'une association professionnelle ou d'un ordre professionnel dont on fait partie. On peut aussi avoir accès à ce genre de régime par

l'intermédiaire de son conjoint. En effet, une personne couverte par un régime privé est obligée d'en faire bénéficier son conjoint et ses enfants, à moins que ceux-ci ne soient déjà couverts par un autre régime privé.

La retraite avant 65 ans

Certains employeurs offrent à leurs employés la possibilité de maintenir leur assurance privée au moment de leur retraite. Dans ce cas, la personne retraitée ne peut pas choisir d'abandonner son régime privé pour s'inscrire au régime public. Toutefois, elle pourrait vérifier si elle est admissible à un autre régime privé (celui de son conjoint, par exemple) et choisir alors le régime privé le plus avantageux. En d'autres mots, avant 65 ans, une personne doit rester couverte par un régime privé aussi longtemps qu'elle a la possibilité de le faire.

À partir de 65 ans

La Régie de l'assurance maladie du Québec inscrit au régime public d'assurance médicaments toutes les personnes qui atteignent l'âge de 65 ans, à moins d'avis contraire de leur part.

Les personnes déjà inscrites au régime public à ce moment restent couvertes par ce régime. Elles n'ont donc aucune démarche à faire.

Toutefois, les personnes qui sont couvertes par un régime privé d'assurance collective peuvent avoir un choix à faire. En effet, certains régimes privés continuent

d'offrir une protection pour les médicaments aux personnes qui atteignent l'âge de 65 ans. Celles-ci peuvent alors décider, selon le cas, d'être assurée :

- uniquement par le régime public ;
- par le régime public (pour la couverture de base) et par leur régime privé (pour une couverture complémentaire) ;

- uniquement par leur régime privé, à condition qu'il comporte une couverture de base, c'est-à-dire au moins équivalente à celle qu'offre le régime public.

Pour prendre une décision éclairée, la personne doit bien s'informer auprès de son assureur des possibilités qui lui sont offertes. La personne qui choisit de maintenir la protection de base de son régime privé doit contacter la Régie afin qu'elle ne l'inscrive pas au régime public.

Le régime public : ce qu'il en coûte

(du 1^{er} juillet 2004 au 30 juin 2005)

	À la pharmacie			Dans la déclaration de revenus
	Franchise (par mois)	Coassurance (par mois)	Contribution maximale (par mois)	Prime (par année)
Adhérents (les personnes de 18 à 64 ans qui n'ont pas accès à un régime privé)	10,25 \$	28,5 %	71,42 \$	De 0 \$ à 494 \$
Personnes de 65 ans ou plus ne recevant aucun SRG	10,25 \$	28,5 %	71,42 \$	De 0 \$ à 494 \$
Personnes de 65 ans ou plus recevant moins de 94 % du SRG maximal (SRG partiel)	10,25 \$	28,5 %	46,67 \$	De 0 \$ à 494 \$
Personnes de 65 ans ou plus recevant au moins de 94 % du SRG maximal	8,33 \$	25 %	16,66 \$	De 0 \$ à 494 \$

Le régime public : ce qu'il en coûte (suite)

	À la pharmacie			Dans la déclaration de revenus
	Franchise (par mois)	Coassurance (par mois)	Contribution maximale (par mois)	Prime (par année)
Prestataires de l'assistance-emploi et autres détenteurs d'un carnet de réclamation sans contraintes sévères à l'emploi	8,33 \$	25 %	16,66 \$	0 \$
Prestataires de l'assistance-emploi et autres détenteurs d'un carnet de réclamation avec contraintes sévères à l'emploi	0 \$	0 %	0 \$	0 \$
Enfants des personnes assurées (y compris ceux étudiant à temps plein, sans conjoint, âgés de 18 à 25 ans)	0 \$	0 %	0 \$	0 \$

SRG : Le Supplément de revenu garanti est un montant qui s'ajoute à la pension de la Sécurité de la vieillesse et qui est versé en même temps que celle-ci à certaines personnes.

Renseignements :

Pour de plus amples renseignements, vous pouvez consulter le site **www.ramq.gouv.qc.ca** ou vous procurer la brochure intitulée *L'assurance médicaments – Ce qu'il faut savoir sur le régime public* dans la plupart des pharmacies, CLSC, bureaux de Communication-Québec et, bien sûr, à la Régie et le dépliant intitulé *L'assurance médicaments – Pour notre plus grand bien* dans les bureaux de Communication-Québec et à la Régie.

De plus, la Régie peut vous faire parvenir un exemplaire de l'une ou l'autre de ces publications par la poste.

Renseignements :

Régie de l'assurance maladie du Québec

Service des opérations et des renseignements aux personnes assurées

C.P. 6600, Québec (Québec) G1K 7T3

La Carte-soleil parlante permet d'obtenir des renseignements jour et nuit :

Région de Québec :

(418) 646-4636

Région de Montréal :

(514) 864-3411

Ailleurs au Québec :

1 800 561-9749

Téléscripteur : voir page 62

Courriel : services.beneficiaires@ramq.gouv.qc.ca

Internet : www.ramq.gouv.qc.ca

En composant le « 1 » puis le « 0 » après l'un des numéros indiqués ci-dessus, vous pouvez aussi parler à un préposé, de 8 h 30 à 16 h 30 les lundi, mardi, jeudi et vendredi, et de 10 h à 16 h 30 le mercredi.

Régime d'assurance maladie

Il est à noter que votre carte d'assurance maladie est valide jusqu'à la fin du mois où elle expire. C'est votre responsabilité d'en vérifier la date d'expiration.

Services de santé assurés hors du Québec

Quand vous êtes au Québec, vous n'avez pas à payer lorsque vous consultez un médecin ou lorsque vous recevez des soins dans un centre hospitalier. Vous bénéficiez aussi d'une assurance médicaux, soit celle du régime public ou celle d'un régime collectif. Toutefois, si vous devez recevoir des services de santé lors d'un voyage

hors du Québec, la Régie de l'assurance maladie du Québec ne remboursera peut-être pas tous les frais engagés, d'où l'importance de vous procurer une assurance-voyage privée même si vous ne quittez le Québec que pour une très courte période. L'expression « hors du Québec » signifie « territoires et autres provinces du Canada » et « extérieur du Canada ».

Hors du Québec, la Régie paie... mais pas tout.

Voici les règles qui s'appliquent quand vous êtes hors du Québec.

Services professionnels : les consultations médicales et les soins donnés par les médecins, tant dans un territoire ou une autre province du Canada qu'à l'étranger (hors du Canada), sont remboursés selon le tarif payé aux médecins du Québec. Si le médecin qui vous a soigné exige des honoraires plus élevés, la différence est à vos frais ou payable par votre assurance privée.

Services hospitaliers : si vous êtes hospitalisé ou si vous recevez des soins à la clinique externe d'un hôpital dans un territoire ou dans une autre province du Canada, les frais hospitaliers seront entièrement payés par la Régie.

Cependant, si vous êtes hospitalisé ou si vous recevez des soins à la clinique externe ou aux urgences d'un hôpital à l'étranger, par exemple aux États-Unis, la Régie ne remboursera qu'à raison d'un maximum de 100 \$ par jour d'hospitalisation et de 50 \$ par jour pour les services reçus à la clinique externe ou aux urgences, et à la condition que ces

services soient requis à la suite d'une maladie soudaine ou d'un accident. Les traitements d'hémodialyse sont payés jusqu'à concurrence de 330 \$ par traitement incluant les médicaments qui s'y rattachent. La différence entre les coûts réels et ceux payés par la Régie est à vos frais ou payable par votre assurance privée. La Régie ne rembourse pas les frais relatifs au transport ambulancier, quel que soit votre âge.

Services pharmaceutiques (médicaments): si vous êtes assuré en vertu du régime public d'assurance médicaments, les frais d'achat de médicaments hors du Québec ne sont pas couverts. Si vous êtes assuré par un régime collectif administré par une compagnie d'assurances, informez-vous auprès de votre assureur afin de savoir s'il rembourse les médicaments achetés hors du Québec.

En résumé, la couverture des services reçus hors du Québec est la suivante :

Services professionnels

Lieu de la prestation de service	Couverture
Dans un territoire ou une autre province du Canada	Services payés au tarif du Québec. Tout supplément est à vos frais (ou payable par votre compagnie d'assurances).
Hors du Canada	Services payés au tarif du Québec. Tout supplément est à vos frais (ou payable par votre compagnie d'assurances).

Services hospitaliers

Lieu de la prestation de service	Couverture
Dans un territoire ou une autre province du Canada	Services entièrement payés par la Régie
Hors du Canada	Services remboursés jusqu'à concurrence de 100 \$ par jour d'hospitalisation et de 50 \$ par jour pour les soins reçus à la clinique externe ou aux urgences. La différence est à vos frais (ou payable par votre compagnie d'assurances).

POUR LES MÉDICAMENTS,

être assuré au bon endroit,
c'est important !

Certains événements de la vie, comme la retraite, exigent des choix en matière de protection d'assurance médicaments. Ce qu'il faut retenir ? Avant 65 ans, lorsqu'on est admissible à un régime privé d'assurance collective qui couvre les médicaments, on est obligé d'y demeurer inscrit. À partir de 65 ans, c'est différent.

Pour en savoir plus à ce sujet, lisez les renseignements présentés dans la section *Santé* de ce guide. Puis informez-vous auprès de votre assureur privé des différentes possibilités qui vous sont offertes.



Pour toute question sur l'assurance médicaments, consultez le site Internet de la Régie (www.ramq.gouv.qc.ca) ou communiquez avec elle par téléphone :

Québec : (418) 646-4636

Montréal : (514) 864-3411

Ailleurs au Québec
(sans frais) : 1 800 561-9749

Régie de
l'assurance maladie

Québec



Services pharmaceutiques

Lieu de la fourniture des médicaments	Régime	Couverture
Dans un territoire ou une autre province du Canada	Régime public d'assurance médicaments	Les médicaments achetés dans un territoire ou une autre province ne sont pas assurés.
	Régime collectif	Selon le contrat collectif. Informez-vous auprès de votre assureur.
Hors du Canada	Régime public d'assurance médicaments	Les médicaments achetés hors du Canada ne sont pas assurés.
	Régime collectif	Selon le contrat collectif. Informez-vous auprès de votre assureur.

IMPORTANT

Une assurance voyage complémentaire : une nécessité. Lorsque vous quittez le Québec, que ce soit pour quelques heures, quelques semaines ou quelques mois, vous devriez compléter la protection que vous accorde la Régie de l'assurance maladie du Québec en contractant, avant de partir, une assurance qui couvre, en partie ou en totalité, les frais que la Régie ne paie pas.

Si, dans le contexte de votre emploi ou comme retraité, vous avez une assurance maladie collective, nous vous conseillons de vérifier si elle couvre la partie des frais que la Régie n'assume pas. Sinon, vous devriez contracter une assurance individuelle pour couvrir cette partie des frais. Les agences de voyages peuvent vous conseiller à ce sujet.

Renseignements :

Pour de plus amples renseignements, vous pouvez consulter le site www.ramq.gouv.qc.ca ou vous procurer le dépliant intitulé *Services*

de santé assurés hors du Québec dans les bureaux de Communication-Québec et, bien sûr, à la Régie. De plus, la Régie peut vous en faire parvenir un exemplaire par la poste (voir page 22).

Programme d'aides auditives

Ce programme s'adresse aux personnes qui ont une déficience auditive et qui doivent porter ou utiliser un ou des appareils pour corriger leur problème d'audition. Elles doivent cependant remplir certaines conditions pour avoir droit à ces aides auditives et aux services qui s'y rattachent. Ces conditions varient en fonction de l'âge, du degré d'incapacité auditive et du type de prothèse ou d'aide requise. Les services assurés sont l'achat, le remplacement et la réparation des aides.

Une aide auditive peut prendre la forme d'une prothèse auditive ou bien d'une aide de suppléance à l'audition telle qu'un amplificateur pour téléphone ou encore un détecteur de sonnerie de porte.

Renseignements :

Pour de plus amples renseignements, vous pouvez consulter le site **www.ramq.gouv.qc.ca** ou vous procurer le dépliant intitulé *Programme d'aides auditives* dans les bureaux de Communication-Québec et, bien sûr, à la Régie. De plus, la Régie peut vous en faire parvenir un exemplaire par la poste (voir page 22).

Les oto-rhino-laryngologistes (ORL), les audiologistes et les audioprothésistes sont en mesure de fournir tous les renseignements sur ce programme.

Si vous désirez communiquer avec la Régie de l'assurance maladie du

Québec, reportez-vous aux renseignements donnés à la page 22.

Programme de services optométriques

Les services optométriques (examens de la vue) sont gratuits pour :

- les personnes de moins de 18 ans (celles-ci ont droit à un seul examen complet de la vision et à une seule étude extensive de la vision des couleurs par année);
- les personnes de 65 ans ou plus (celles-ci ont droit aux mêmes avantages que les précédentes);
- les prestataires d'assistance-emploi (aide sociale), à la condition qu'ils détiennent un carnet de réclamation depuis au moins 12 mois consécutifs s'ils ont entre 18 et 64 ans. Ils ont maintenant droit à un seul examen complet de la vision et à une seule étude extensive de la vision des couleurs par période de 2 ans. L'intervalle de 2 ans est calculé à partir de la date du dernier service reçu;
- les personnes ayant une déficience visuelle et inscrites dans un établissement reconnu spécialisé;
- les personnes hospitalisées afin de recevoir des soins de longue durée ou hébergées dans un établissement, si elles sont âgées entre 18 et 64 ans;

- les personnes d'au moins 60 ans et de moins de 65 ans qui reçoivent une allocation de conjoint en vertu de la *Loi sur la sécurité de la vieillesse* depuis au moins douze (12) mois consécutifs et qui, sans cette allocation, auraient droit à l'aide sociale.

Renseignements :

Pour de plus amples renseignements, vous pouvez consulter le site **www.ramq.gouv.qc.ca** ou vous procurer le dépliant intitulé *Programme de services optométriques* dans les bureaux de Communication-Québec et, bien sûr, à la Régie. De plus, la Régie peut vous en faire parvenir un exemplaire par la poste (voir page 22).

Programme d'aides visuelles

Ce programme s'adresse aux personnes aveugles ou qui ont une vision déficiente. Il consiste en un prêt d'aides pour leur permettre de lire, d'écrire et de circuler dans un environnement non familial.

Pour bénéficier de ce programme, il faut d'abord s'adresser à un établissement de réadaptation en déficience visuelle reconnu par la Régie. L'établissement détermine si la personne est admissible au programme, évalue ses besoins et lui prête les aides visuelles appropriées.

Renseignements :

Pour de plus amples renseignements, vous pouvez consulter le site **www.ramq.gouv.qc.ca** ou vous

procurer le dépliant intitulé *Programme d'aides visuelles* dans les bureaux de Communication-Québec et, bien sûr, à la Régie. De plus, la Régie peut vous en faire parvenir un exemplaire par la poste (voir page 22).

Programme de prothèses oculaires

Ce programme s'adresse aux personnes qui ont besoin d'une prothèse oculaire (œil artificiel) en raison d'une malformation congénitale ou à la suite d'un accident.

D'une façon générale, ces personnes ont droit, pour chaque œil, à l'achat ou au remplacement d'une prothèse oculaire une fois tous les cinq ans. Le montant maximal payé par la Régie est de 585 \$ pour une prothèse fabriquée sur mesure par un oculariste certifié et de 225 \$ pour une prothèse usinée. De plus, un montant de 25 \$ leur est accordé annuellement pour la réparation et l'entretien de la prothèse oculaire.

Le programme couvre aussi l'achat et l'installation de conformateurs. Le montant maximal est fixé à 187 \$ par conformateur avec cuisson et à 112 \$ par conformateur sans cuisson.

Veuillez noter que la Régie rembourse aux prestataires d'assistance-emploi tous les frais reliés à l'achat et à l'entretien d'une prothèse ainsi qu'à l'achat et à l'installation des conformateurs.

Renseignements :

Pour de plus amples renseignements, vous pouvez consulter le site **www.ramq.gouv.qc.ca** ou vous procurer le dépliant intitulé *Programme de prothèses oculaires* dans les bureaux de Communication-Québec et, bien sûr, à la Régie. De plus, la Régie peut vous en faire parvenir un exemplaire par la poste (voir page 22).

Programme d'appareils suppléant à une déficience physique

Ce programme s'adresse aux personnes qui doivent porter ou utiliser un appareil ou un équipement pour suppléer à une déficience physique. Elles doivent toutefois remplir certaines conditions pour pouvoir en bénéficier.

Les services assurés sont l'achat, l'ajustement, le remplacement et la réparation d'orthèses, de prothèses, de fauteuils roulants ou d'autres équipements fournis par les établissements de réadaptation en déficience physique et les laboratoires d'orthèses et de prothèses reconnus par la Régie.

Renseignements :

Pour de plus amples renseignements, vous pouvez consulter le site **www.ramq.gouv.qc.ca** ou vous procurer le dépliant intitulé *Programme d'appareils suppléant à une déficience physique* dans les bureaux de Communication-Québec et, bien sûr, à la Régie. De plus, la Régie peut vous en faire parvenir un exemplaire par la poste (voir page 22).

Programme d'appareils fournis aux stomisés permanents

Ce programme s'adresse aux personnes qui ont subi une stomie permanente, c'est-à-dire une colostomie, une iléostomie ou une urostomie. Une stomie, c'est l'abouchement à la peau d'un viscère creux dans le but de créer une ouverture pour permettre l'évacuation de l'urine ou des selles.

Après l'intervention chirurgicale, les personnes qui l'ont subie ont droit à un montant forfaitaire de 600 \$ par stomie pour payer une partie des frais d'achat de l'appareillage requis. Puis elles reçoivent, pour chaque stomie, un montant forfaitaire de 600 \$ à tous les ans, à la date anniversaire de l'intervention chirurgicale.

Veuillez noter que les prestataires d'assistance-emploi ont droit, de plus, au remboursement des frais qui excèdent les 600 \$ mentionnés précédemment.

Renseignements :

Pour de plus amples renseignements, vous pouvez consulter le site **www.ramq.gouv.qc.ca** ou vous procurer le dépliant intitulé *Programme d'appareils fournis aux stomisés permanents* dans les bureaux de Communication-Québec et, bien sûr, à la Régie. De plus, la Régie peut vous en faire parvenir un exemplaire par la poste (voir page 22).

Programme de prothèses mammaires externes

Ce programme s'adresse aux femmes qui ont subi une mastectomie totale ou radicale à la suite d'un traumatisme ou d'une maladie. Il s'adresse également aux femmes de 14 ans ou plus qui souffrent d'aplasie, c'est-à-dire d'absence totale de formation du sein.

À la suite de l'intervention chirurgicale ou du constat médical dans le cas de l'aplasie, les femmes ont droit à un montant forfaitaire de 200 \$ par sein pour l'achat d'une prothèse mammaire externe. Puis un montant forfaitaire de 200 \$ leur est versé tous les deux ans, à la date anniversaire de l'intervention chirurgicale ou du constat médical d'aplasie, pour couvrir les frais de remplacement de la prothèse.

Veuillez noter que les prestataires d'assistance-emploi peuvent avoir droit, lors de l'achat et tous les deux ans, à un montant supplémentaire pouvant atteindre 100 \$.

Renseignements :

Pour de plus amples renseignements, vous pouvez consulter le site **www.ramq.gouv.qc.ca** ou vous procurer le dépliant intitulé *Programme de prothèses mammaires externes* dans les bureaux de Communication-Québec et, bien sûr, à la Régie. De plus, la Régie peut vous en faire parvenir un exemplaire par la poste (voir page 22).

Transport ambulancier

Le transport ambulancier est gratuit pour les personnes de 65 ans ou plus et, en certaines circonstances, pour les prestataires de l'assistance-emploi (aide sociale). Pour être admissible à la gratuité, le transport par ambulance doit avoir été fait vers l'établissement de santé le plus près et le plus approprié. De plus, le personnel désigné qui reçoit la personne à son arrivée au centre hospitalier doit certifier que l'état du malade nécessitait un transport sur civière par ambulance.

Le transport par ambulance entre deux résidences privées ou d'une résidence privée à une clinique privée ou au bureau du médecin est toujours à la charge de l'utilisateur.

Renseignements :

Consultez les pages blanches de l'annuaire téléphonique (dans la section « Affaires », s'il y a lieu) sous « Régie régionale de la santé et des services sociaux ».

Téléphone : _____

Vaccin contre l'influenza (grippe)

L'influenza (communément appelée « grippe ») est une infection respiratoire causée par un virus. Il ne faut pas confondre l'influenza et les infections respiratoires plus banales, comme le rhume, dont les inconvénients sont plutôt mineurs. L'influenza peut vous clouer au lit pendant plusieurs jours et vous

empêcher de mener vos activités quotidiennes. Elle a parfois des conséquences plus graves, par exemple une pneumonie nécessitant une hospitalisation, et elle peut même entraîner la mort. Ceci est particulièrement vrai chez les personnes âgées de 60 ans ou plus et chez les personnes ayant des problèmes de santé chroniques comme le diabète, l'asthme, le cancer, les maladies du cœur ou du rein. Le vaccin est offert gratuitement à ces personnes.

La vaccination annuelle est fortement recommandée parce que les virus qui causent l'influenza changent chaque année. Le contenu du vaccin est donc adapté aux virus qui sont actuellement en circulation. Pour vous faire vacciner, adressez-vous à votre médecin ou informez-vous à votre CLSC. Le vaccin est disponible à partir du 1^{er} novembre.

Renseignements :

Consultez les pages blanches de l'annuaire téléphonique (dans la section « Affaires », s'il y a lieu) sous « CLSC » ou « Centre local de services communautaires » ou « Centre de santé ».

Téléphone : _____

Services de soutien à domicile

Les centres de santé et de services sociaux (CSSS) fournissent toute une gamme de services à domicile qui favorisent le maintien dans la communauté (soins infirmiers, services de physiothérapie et

d'ergothérapie, services psychosociaux, services de nutrition, soins d'hygiène, etc.).

Que la personne ait besoin de soutien à domicile pour une courte période de temps ou à plus long terme, ses besoins devront être déterminés grâce à une grille d'évaluation, la même partout au Québec : l'outil multiclientèle. C'est cette évaluation qui déterminera si les besoins de la personne peuvent être satisfaits par des services de soutien à domicile ou si la personne doit être orientée vers un milieu d'hébergement. L'état de santé de la personne, sa capacité à réaliser elle-même les tâches de la vie quotidienne et le soutien qu'elle reçoit de son entourage sont les éléments qui prévalent lors d'une demande de soutien à domicile. Parfois, certains de ces services d'aide sont fournis par des organismes bénévoles comme c'est souvent le cas pour les services de repas à domicile (popotes roulantes) ou par une entreprise d'économie sociale pour ce qui est des services d'aide domestique.

Les services psychosociaux offerts par les CSSS comportent des programmes adaptés à certaines situations difficiles vécues par les aînés. Les travailleurs sociaux peuvent grandement faciliter la vie avec des programmes permettant d'aider les personnes âgées à briser leur isolement, à vivre la perte d'un être cher, ou pour obtenir du soutien pour une adaptation liée à une maladie.

Les services de soutien à domicile s'adressent à toute personne résidant

à domicile, qu'il s'agisse d'un domicile conventionnel ou de certaines habitations collectives, telles les résidences privées avec services, les LLM, etc.

Renseignements :

Consultez les pages blanches de l'annuaire téléphonique (dans la section « Affaires », s'il y a lieu) sous « CSSS » ou « Centres de santé et de services sociaux ».

Communication-Québec peut vous indiquer les coordonnées du CSSS de votre territoire.

Téléphone : _____

Hébergement pour personnes non autonomes

Quand une personne en perte d'autonomie éprouve des difficultés à fonctionner de façon sécuritaire à domicile, le CSSS, à sa demande, l'évalue à l'aide de l'outil multi-clientèle qui permet de déterminer ce que les services de soutien à domicile, les services de soutien à ses proches, les organismes communautaires et les services du centre de jour peuvent faire pour lui permettre de continuer de vivre à domicile. Si, malgré l'apport de ces différents services, la personne âgée ne peut être soutenue de façon satisfaisante à domicile, un hébergement est envisagé dans le type de ressources correspondant aux besoins. Le CSSS tentera, dans la mesure du possible, de tenir compte des préférences de la personne

dans le choix d'un nouveau milieu de vie.

En résidence d'accueil ou en ressource intermédiaire

Ces deux types de résidence ont été créées pour offrir à des personnes en perte d'autonomie un milieu de vie s'apparentant le plus possible à un domicile ordinaire tout en leur permettant de recevoir les services de soutien et d'assistance dont elles ont besoin. Les personnes orientées vers une résidence d'accueil ou une ressource intermédiaire n'auront rien à payer pour les services de santé dispensés mais elles devront participer financièrement aux frais de leur hébergement. Le montant de cette participation est établi selon le lieu de résidence et les ressources de la personne.

En établissement offrant des services d'hébergement et des soins de longue durée (CHSLD ou CH)

Une personne en perte importante d'autonomie sera dirigée vers un établissement offrant des services d'hébergement et des soins de longue durée si son évaluation a démontré qu'il s'agissait là de la ressource la plus appropriée à sa condition, la seule en fait correspondant au type de soins requis. Comme en résidence d'accueil et en ressource intermédiaire, la personne aura son mot à dire sur le choix du CHSLD où elle sera dirigée. Elle aura aussi à assumer un prix de chambre, en fonction du type de chambre qui lui sera

attribué et en tenant compte de ses revenus, de ses avoirs et de ses obligations familiales.

NOTE

Les personnes admises dans de tels établissements ont droit à des services correspondant à leurs besoins. Toutefois, elles doivent généralement participer au financement de ces services.

La Régie de l'assurance maladie du Québec (RAMQ) administre le *Programme de contribution financière des adultes hébergés*. À ce titre, elle a le mandat de déterminer le montant de la contribution financière de ces personnes, de sorte que les règles soient appliquées de façon uniforme, équitable et impartiale dans l'ensemble du réseau.

Par ailleurs, toute personne de qui est exigée une contribution peut contester une décision de la Régie de l'assurance maladie du Québec dans un délai de 90 jours, en s'adressant à la Direction de la contribution et de l'aide financières pour obtenir le formulaire « Demande de révision ». Une décision sera rendue dans un délai de 90 jours. Si la personne considère qu'elle n'a toujours pas obtenu satisfaction après révision, elle pourra s'adresser dans un délai de 60 jours au Tribunal administratif du Québec.

Consultation de son dossier médical ou social

En premier lieu, il faut établir une distinction entre un dossier médical

ouvert dans une institution du secteur public et un dossier détenu par un établissement de services professionnels lié au domaine de la santé (ex. : une clinique médicale privée). Les établissements du réseau public de la santé sont assujettis à la Loi sur les services de santé et les services sociaux et à la Loi sur l'accès aux documents des organismes publics et sur la protection des renseignements personnels, tandis que les cliniques privées relèvent de la Loi sur la protection des renseignements personnels dans le secteur privé.

Le dossier médical de l'utilisateur d'un établissement est confidentiel au sens de la Loi sur les services de santé et les services sociaux. Toutefois, c'est la Loi sur la protection des renseignements personnels dans le secteur privé qui confère au dossier détenu par une clinique privée un caractère confidentiel.

Une personne qui a reçu des soins médicaux ou sociaux peut exiger de tout établissement du réseau de la santé et des services sociaux ou du secteur privé d'avoir accès à son dossier médical. Une demande doit être adressée au responsable de l'accès aux documents des organismes publics et de la protection des renseignements personnels de l'établissement ou à la personne responsable au sein de la clinique privée. L'accès aux documents est gratuit. Cependant, des frais peuvent être applicables à la reproduction des documents demandés.

Par ailleurs, si l'établissement ou l'entreprise n'accède pas à la demande dans les délais prescrits par la loi, la personne peut s'adresser

à la Commission d'accès à l'information. L'accès au dossier peut toutefois être refusé à l'utilisateur si l'on juge que la connaissance de son contenu pourrait être préjudiciable à sa santé.

En ce qui concerne les dossiers détenus par un médecin qui pratique en cabinet ou en clinique privée, il faut, en cas de refus, s'adresser directement à la Commission d'accès à l'information.

Renseignements :

Commission d'accès à l'information

480, boul. Saint-Laurent, bureau 501
Montréal (Québec) H2Y 3Y7

Région de Montréal :

(514) 873-4196

Ailleurs au Québec :

1 888 528-7741

Télécopieur : (514) 844-6170

Courriel : cai.communications@cai.gouv.qc.ca

Internet : www.cai.gouv.qc.ca

575, rue Saint-Amable, bureau 1.10
Québec (Québec) G1R 2G4

Région de Québec :

(418) 528-7741

Ailleurs au Québec :

1 888 528-7741

Télécopieur : (418) 529-3102

Tribunal administratif du Québec

500, boul. René-Lévesque Ouest,
21^e étage

Montréal (Québec) H2Z 1W7

Région de Montréal :

(514) 873-7154

Ailleurs au Québec :

1 800 567-0278

Télécopieur : (514) 873-8288

575, rue Saint-Amable
Québec (Québec) G1R 5R4

Région de Québec :

(418) 643-3418

Télécopieur : (418) 643-5335

Internet : www.taq.gouv.qc.ca

En cas d'incapacité

Une maladie, une déficience ou un affaiblissement attribuable à l'âge peuvent altérer les facultés mentales ou l'aptitude d'une personne à prendre soin d'elle-même ou à administrer ses biens.

Lorsqu'une telle situation se produit, qu'elle soit temporaire ou permanente, la personne inapte peut bénéficier d'un régime de protection. Seul un tribunal peut autoriser l'ouverture d'un régime de protection et décider de sa nature.

Une personne peut aussi, alors qu'elle est encore capable d'exercer ses droits, choisir quelqu'un qui prendrait soin d'elle et administrerait ses biens si elle n'était plus en mesure de le faire. Elle désigne alors un mandataire au moyen d'un document appelé « mandat donné en prévision de l'incapacité ».

Ce mandat peut être fait devant un notaire ou un avocat ou encore rédigé à la main. Dans ce dernier cas, il doit être contresigné par deux témoins qui ne sont pas concernés par le mandat et qui sont en mesure d'attester l'aptitude

*Si demain matin
je ne pouvais plus décider...*

qui le ferait à ma place ?

Tant et aussi longtemps que la vie m'épargne, je peux prendre les décisions qui me semblent les meilleures pour moi, ma famille, mon entreprise...

Mais si demain un accident ou une maladie me privait temporairement de ma lucidité ou pire, pour toujours,
qui déciderait à ma place ?
Qui dirigerait mon entreprise ?
Déciderait de mes placements ?
Des soins que je devrais recevoir ?

Le mandat en prévision de l'incapacité vous permet de choisir la personne en qui vous avez le plus confiance pour prendre les bonnes décisions à votre place.

Pensez à vous, à vos proches, à vos affaires, et remplissez dès aujourd'hui un mandat en prévision de l'incapacité.



Pour plus d'information :
www.curateur.gouv.qc.ca

(514) 873-4074 1 800 363-9020

Curateur public

Québec



du mandant (celui ou celle qui donne le mandat) au moment où le mandat est rédigé.

Le Curateur public a conçu un modèle de mandat en cas d'incapacité qui est vendu chez les librairies partenaires des Publications du Québec. Cette brochure de 16 pages, intitulée *Mon mandat en cas d'incapacité*, contient l'information essentielle sur le choix du mandataire, sur les différentes clauses afférentes et sur l'homologation (officialisation) du mandat. Vous pouvez également télécharger un modèle de mandat en cas d'incapacité à partir du site Internet du Curateur public.

Renseignements sur les régimes de protection ou le mandat en cas d'incapacité :

Le Curateur public du Québec

600, boul. René-Lévesque Ouest,
10^e étage

Montréal (Québec) H3B 4W9

Région de Montréal :

(514) 873-4074

Ailleurs au Québec :

1 800 363-9020

Télécopieur : (514) 873-4972

Courriel :

information@curateur.gouv.qc.ca

Internet :

www.curateur.gouv.qc.ca

Il y a également des bureaux du Curateur public à Montréal, Longueuil, Saguenay, Québec, Saint-Jérôme, Sherbrooke, Trois-Rivières, Rimouski, Rouyn-Noranda, Gatineau et Victoriaville. Pour les joindre, consultez les pages bleues de l'annuaire téléphonique, section Gouvernement du Québec, sous « Curateur public » ou, s'il y a lieu,

reportez-vous à la section « Rubriques par mots clés » des nouvelles pages bleues du gouvernement.

Activité physique

Le programme *Viactive* est offert dans plusieurs groupes d'aînés du Québec. Par l'entremise d'animateurs *Viactive* ayant reçu une formation de base, ce programme permet de leur offrir des séances d'exercices et les encourager à adopter un mode de vie physiquement actif.

Kino-Québec, avec la collaboration de la FADOQ-Mouvement des aînés du Québec, a produit *Viactive Mise en forme*. Cet outil contient six routines de 15 à 30 minutes chacune (circuit, relaxation, tour du monde, tonus, danse, étirement). Il est vendu dans un boîtier comprenant un cahier illustré et trois cassettes audio.

Plus de renseignements sur l'activité physique et les aînés sont fournis dans la brochure *Profitez de la vie... Soyez actif!* offerte gratuitement. Cette brochure peut être téléchargée à partir du site Internet de Kino-Québec. On peut la recevoir en s'adressant au conseiller Kino-Québec en région. Pour connaître ses coordonnées, voir dans le site Internet de Kino-Québec ou téléphoner au (418) 646-6555.

Renseignements :

Kino-Québec

Téléphone : (418) 646-6555

Internet : **www.kino-quebec.qc.ca**

Allocation-logement

Administré conjointement par la Société d'habitation du Québec et Revenu Québec, le programme Allocation-logement procure une aide financière directe au logement à des ménages à faible revenu. Il s'adresse aux personnes de 55 ans ou plus et aux familles à faible revenu ayant au moins un enfant à charge.

Cet important programme apporte une aide financière à ces ménages à faible revenu afin de les aider à payer leurs dépenses de logement lorsque celles-ci excèdent 30 % du revenu familial total. Il tient compte du nombre de personnes qui composent le ménage, du coût du loyer, du revenu annuel et des biens et liquidités du ménage. L'aide accordée est généralement de 80 \$. Il faut noter que le programme Allocation-logement ne s'adresse pas aux personnes demeurant dans un LLM (anciennement HLM), dans un centre local de services communautaires, dans un centre hospitalier, dans un centre de protection de l'enfance et de la jeunesse, dans un centre d'hébergement et de soins de longue durée ou dans un centre de réadaptation. Toutefois, les personnes habitant une maison de chambres peuvent y être admises.

IMPORTANT

Il est possible de présenter une demande au programme en tout temps. Par ailleurs, Revenu Québec fait parvenir automatiquement un formulaire de réévaluation aux bénéficiaires au cours du mois de juin de chaque année. Un bénéficiaire dispose de 45 jours pour retourner ce formulaire avec les documents demandés.

Renseignements :

Pour plus de renseignements sur les démarches à accomplir, adressez-vous au bureau de Revenu Québec de votre région, ou consultez le site Internet de l'organisme.

Revenu Québec

Téléscripteur : voir page 62

Internet : www.shq.gouv.qc.ca

Logement à loyer modique

Une personne âgée autonome et à faible revenu peut avoir droit à un logement à loyer modique. Un logement à loyer modique est un logement subventionné pour lequel le locataire paie un loyer établi en fonction de son revenu.

Adressez-vous à l'Office d'habitation de votre municipalité pour connaître les critères d'admissibilité ou pour déposer une demande d'admission.

Renseignements :

Consultez les pages blanches de l'annuaire téléphonique (dans la section « Affaires », s'il y a lieu) sous « Office municipal ».

Téléphone : _____

Logement communautaire

Les programmes AccèsLogis Québec et Logement abordable Québec – volet social et communautaire permettent d'aider des coopératives et des organismes d'habitation à but non lucratif à réaliser des logements communautaires destinés à des ménages à revenu faible ou modeste. Certains projets de logements communautaires s'adressent à des personnes âgées, à compter de 55 ans, qu'elles soient autonomes ou en perte légère d'autonomie.

Au niveau local, les coopératives d'habitation et les organismes à but non lucratif doivent élaborer leur projet de logements communautaires avec le soutien d'un groupe de ressources techniques reconnu par la Société d'habitation du Québec.

Renseignements :

Société d'habitation du Québec

Partout au Québec :

1 800 463-4315

Courriel :

infoshq@shq.gouv.qc.ca

Internet :

www.habitation.gouv.qc.ca

Hébergement en résidence privée

Il existe plus de 2 500 résidences privées inscrites au registre des résidences ; celui-ci est consulté par chacune des Agences régionales de développement des réseaux locaux de services de santé et de services sociaux. Ces résidences sont de tailles très diversifiées : certaines accueillent un très petit nombre de personnes, d'autres peuvent en regrouper un plus grand nombre et certaines en abritent un très grand nombre.

Ces résidences sont soumises à plusieurs réglementations en fonction de leur taille (notamment : inspection sur la conformité au Code de construction ou au Code de sécurité, inspection visant la salubrité des aliments pour les résidences comptant dix locataires ou plus, etc.)

Le bail... et sa résiliation

Le bail est ce qui lie le locataire au locateur. Il est important de noter que l'annexe au bail est partie intégrante de celui-ci. Le prix des services y est clairement indiqué. Lors du renouvellement du bail, l'augmentation du prix de ces services peut être contesté devant la Régie du logement.

Cependant, si vous habitez un bâtiment neuf ou dont l'usage a été modifié, il est impossible de contester l'augmentation de loyer ainsi que des services durant les cinq premières années.

Un locataire peut par ailleurs résilier son bail à certaines conditions :

- si on lui attribue un logement à loyer modique ;
- s'il ne peut plus occuper son logement en raison d'un handicap ;
- s'il est une personne âgée et qu'il est admis de façon permanente :
 - dans un centre d'hébergement et de soins de longue durée
 - ou
 - dans un foyer d'hébergement, qu'il réside ou non dans un tel endroit au moment de son admission.

Pour se prévaloir de ce droit, le locataire doit donner au propriétaire un avis écrit précisant laquelle de ces situations s'applique ; cet avis doit être accompagné d'une attestation de l'autorité concernée.

De plus, une personne ou un proche peut mettre un terme à un bail : la fin du bail survenant trois mois plus tard, La personne ou un un proche peut garder les clés pendant toute cette période. Si le propriétaire loue le logement avant que la période de trois mois ne soit écoulée, la période de trois mois en est d'autant réduite puisqu'un propriétaire ne peut recevoir, pour le même logement, un double revenu.

Renseignements :

Le site Internet de la Régie du logement offre de l'information et des modèles d'avis au **www.rdl.gouv.qc.ca** ; on peut aussi joindre la Régie par téléphone au numéros suivants :

Montréal, Laval et Longueuil :
(514) 873-2245
Québec : (418) 643-2245
Ailleurs au Québec, sans frais :
1 800 683-2245.

Programme de logements adaptés pour aînés autonomes

Le Programme de logements adaptés pour aînés autonomes (LAAA) accorde une aide financière aux personnes âgées de 65 ans ou plus à faible revenu. Ce programme permet à ces personnes d'apporter des adaptations mineures à leur maison ou à leur logement, et ce, afin qu'elles puissent continuer à y vivre de façon autonome et sécuritaire le plus longtemps possible.

L'aide financière maximum peut atteindre 3 500 \$ lorsque les travaux sont effectués par un entrepreneur détenant une licence appropriée de la Régie du bâtiment du Québec. Elle est de 1 750 \$ dans tous les autres cas, seul le prix des matériaux ou équipements étant considéré.

Renseignements :

Communiquez avec votre municipalité ou avec votre municipalité régionale de comté (MRC) ou contactez la Société d'habitation du Québec pour connaître les modalités de ce programme pour l'année financière 2003-2004.

Internet : **www.shq.gouv.qc.ca**

Adaptation de domiciles (pour personnes handicapées)

Le Programme d'adaptation de domiciles aide les personnes handicapées à assumer le coût des travaux pour rendre accessible et adapter le logement qu'elles occupent. Le montant de la subvention varie selon que l'on est propriétaire, locataire d'un logement ou d'une chambre. La demande d'aide doit être faite par le propriétaire auprès de sa municipalité ou de sa municipalité régionale de comté (MRC).

Renseignements :

Auprès de votre municipalité ou de votre MRC ou en communiquant avec la :

Société d'habitation du Québec

Partout au Québec :

1 800 463-4315

Site Internet :

www.shq.gouv.qc.ca

Indemnisation des victimes d'actes criminels

Les victimes d'actes criminels commis contre la personne, tels que les voies de fait, les agressions armées ou les vols qualifiés, peuvent bénéficier des dispositions de la *Loi sur l'indemnisation des victimes d'actes criminels*.

Ainsi, toute personne qui a subi une lésion corporelle, un choc mental ou nerveux à la suite d'un acte de cette nature commis contre sa personne peut recevoir des prestations pendant qu'elle est médicalement incapable de reprendre son travail ou de vaquer à ses occupations habituelles.

La Direction de l'indemnisation des victimes d'actes criminels (IVAC) peut également acquitter les frais d'assistance médicale. Ces frais peuvent être liés à la réadaptation physique (physiothérapie), à la réadaptation sociale (psychothérapie, aide personnelle, etc.) et à la réadaptation professionnelle. S'il subsiste des séquelles permanentes à la suite de ses traitements, la victime pourra recevoir une rente mensuelle proportionnelle à son taux d'incapacité physique ou psychique. Il faut noter que la demande de prestations doit être présentée dans l'année où survient la blessure physique ou psychique ou le décès de la victime.

Renseignements :

Direction de l'indemnisation des victimes d'actes criminels (IVAC)

1199, rue De Bleury, 5^e étage,
C.P. 6056, succursale Centre-ville
Montréal (Québec) H3C 4E1
Région de Montréal :
(514) 906-3019
Ailleurs au Québec :
1 800 561-4822
Télécopieur : (514) 906-3029
Courriel : ivac@csst.qc.ca
Internet : www.ivac.qc.ca

Centres d'aide aux victimes d'actes criminels

Les situations vécues par ces victimes sont souvent pénibles, que ce soit lors d'un cambriolage, d'un acte de destruction de biens personnels, d'un vol avec violence, d'une agression contre la personne, d'un meurtre, etc. Elles peuvent toutefois recevoir divers services de soutien dans l'un des Centres d'aide aux victimes d'actes criminels (CAVAC).

Ces organismes communautaires, présents dans toutes les régions du Québec, offrent, en toute confidentialité :

- consultation téléphonique ;
- intervention individuelle et de groupe ;

- accueil, réconfort et soutien moral ;
- information de base sur les droits et les recours ;
- soutien, orientation et accompagnement dans leurs démarches auprès des organismes privés et publics.

Ces services sont gratuits. Consultez les pages blanches de l'annuaire téléphonique (dans la section « Affaires », s'il y a lieu) afin d'y trouver le CAVAC de votre région, sous le mot clé « Centre d'aide... » ou « Service d'aide aux victimes d'actes criminels ».

Abus envers les personnes âgées

Les abus envers les personnes âgées peuvent prendre des formes diverses :

- la négligence (le fait de ne pas répondre aux besoins essentiels de la personne âgée) ;
- les abus physiques (abus sexuels, blessures) ;
- les abus psychologiques ou émotifs (menaces, humiliation, isolement, intimidation) ;
- l'imposition d'un traitement médical ;
- les abus matériels et financiers (détournement ou mauvais usage de fonds ou de biens appartenant à une personne âgée).

Il faut également porter attention à l'âgisme (l'ensemble des attitudes négatives et des préjugés envers les aînés et le vieillissement), et aux stéréotypes et comportements sociaux qui diminuent l'estime de soi des personnes âgées et portent atteinte à leur dignité.

Toute personne qui est victime de tels abus, ou qui en est témoin, peut obtenir de l'aide auprès des organismes suivants :

- Centre de santé et de services sociaux (CSSS) ;

Renseignements :

Consultez les pages blanches de l'annuaire téléphonique (dans la section « Affaires », s'il y a lieu) sous « Centre de santé et de services sociaux (CSSS) ».

Téléphone : _____

Ligne Info-Abus envers les aînés

La ligne Info-Abus pour les aînés est un service téléphonique d'écoute, de soutien et d'information offrant de l'aide aux individus confrontés à des situations d'abus. Il peut s'agir d'abus financier, psychologique, physique ou de divers cas de négligence. Ce service offre également des renseignements à toute autre personne ayant des raisons de croire qu'une personne aînée de son entourage fait face à de telles situations.



CENTRE D'AIDE AUX VICTIMES
D'ACTES CRIMINELS



Formé pour vous épauler

www.cavac.qc.ca

CAVAC – Aide aux victimes

Abitibi-Témiscamingue

(819) 797-5599
(sans frais) 1 866 335-5599

Bas-Saint-Laurent

(418) 724-0976
(sans frais) 1 800 820-2282

**Capitale-Nationale et
Chaudière-Appalaches**

(418) 648-2190
(sans frais) 1 888 881-7192

Centre-du-Québec

(819) 472-1110
(sans frais) 1 888 472-1110

Côte-Nord

(418) 962-2822
(sans frais) 1 866 962-2822

Estrie

(819) 820-2822
(sans frais) 1 877 822-2822

Gaspésie-Îles-de-la-Madeleine

(418) 689-4331
(sans frais) 1 866 892-4331

Lanaudière

(450) 755-6127
(sans frais) 1 888 755-6127

Laurentides

(450) 569-0332
(sans frais) 1 800 492-2822

Laval

(450) 688-4581
(sans frais) 1 877 629-4580

Mauricie

(819) 373-0337
(sans frais) 1 888 552-2822

Montérégie

(450) 670-3400
(sans frais) 1 888 670-3401

Montréal

(514) 277-9860
(514) 864-1500 (point de service,
Chambre de la Jeunesse)

Outaouais

(819) 778-3555
(sans frais) 1 800 331-2311

Saguenay-Lac-Saint-Jean

(418) 543-9695
(sans frais) 1 877 543-9695



Desjardins
Sécurité financière

vie, santé, retraite

Justice

Québec



partenaire du réseau des CAVAC

Renseignements :

Le service est offert de 9 heures à 5 heures, du lundi au vendredi. Une boîte vocale est en fonction en dehors des heures d'ouverture. Le service réfère les personnes autant aux services du CSSS qu'à des organismes du réseau de la justice.

Service disponible pour tout le Québec :
Ligne info-abus 1-888-489-ABUS
(service gratuit)

Par ailleurs, toute personne ayant accès à Internet et souhaitant se documenter sur la question de l'abus à l'endroit des personnes âgées peut consulter le site «réseau internet francophone Vieillir en liberté (RIFVEL)» (www.rifvel.org)

Protection contre la discrimination et le harcèlement fondés sur l'âge

Toute personne a droit à l'égalité dans l'exercice et la reconnaissance des droits et libertés de la personne. Si une distinction, préférence ou exclusion compromet ce droit en raison de l'âge d'une personne, sauf dans la mesure prévue par la loi, cette personne est alors victime de discrimination illégale en vertu de la Charte des droits et libertés de la personne. Cette Charte interdit aussi le harcèlement en raison de l'âge.

En matière d'emploi, cette protection vise les refus d'embauche, de promotion et de formation professionnelle, les déplacements, les conditions de travail, le salaire ainsi que la fin de

l'emploi. Il est interdit à un employeur de traiter différemment ou de harceler ces employés, d'exercer à leur endroit des contrôles plus sévères, de les obliger à prendre leur retraite ou de les licencier en raison de leur âge. Cependant, les employés âgés doivent posséder les aptitudes et qualités requises par l'emploi.

En matière de logement, il est interdit de refuser de conclure un bail ou d'y inscrire des conditions particulières en raison de l'âge. De même, il est interdit de refuser l'accès à des lieux publics ainsi qu'à des biens ou des services offerts au public en raison de l'âge des personnes.

Une personne qui se croit victime de discrimination ou de harcèlement fondé sur l'âge ou sur un autre motif illicite de distinction peut s'adresser, par téléphone ou par écrit, à la Commission des droits de la personne et des droits de la jeunesse pour formuler une plainte. Si nécessaire, le personnel de cet organisme l'aidera à clarifier la situation et lui prêter assistance dans la rédaction d'une plainte.

Renseignements :

Commission des droits de la personne et des droits de la jeunesse

360, rue Saint-Jacques, 2^e étage
Montréal (Québec) H2Y 1P5
Région de Montréal :
(514) 873-5146

Ailleurs au Québec :

1 800 361-6477

Télécopieur : (514) 873-6032

Internet : www.cdpdj.qc.ca

Par ailleurs, selon l'article 48 de la Charte des droits et libertés de la personne : « Toute personne âgée ou toute personne handicapée a droit d'être protégée contre toute forme d'exploitation. »

Vous pouvez déposer une plainte par téléphone, par écrit ou en vous présentant à l'un des bureaux de la Commission. Si nécessaire, on vous aidera à clarifier la situation et à déterminer si la plainte est recevable.

Le travail et l'âge

Vous avez le droit de demeurer au travail même si vous avez atteint ou dépassé l'âge ou le nombre d'années de service qui vous donnent droit à la retraite. Il existe cependant des exceptions, particulièrement en ce qui concerne les entreprises relevant de la compétence du gouvernement du Canada.

Si vous croyez avoir été congédié, suspendu ou mis à la retraite uniquement en raison de votre âge ou parce que vous avez atteint ou dépassé l'âge ou le nombre d'années de service qui permettent de prendre votre retraite, vous pouvez porter plainte. Adressez-vous à la Commission des normes du travail dans les 90 jours à partir du congédiement, de la suspension ou de la mise à la retraite imposée.

Renseignements :

Commission des normes du travail

Région de Montréal :
(514) 873-7061
Ailleurs au Québec :
1 800 265-1414

Téléscripteur : voir page 62
Internet : www.cnt.gouv.qc.ca

Si vous devez écrire ou vous rendre à la Commission des normes du travail, vous trouverez l'adresse du bureau de votre région dans les pages bleues de l'annuaire téléphonique, section Gouvernement du Québec, sous « Commission des normes du travail » ou, s'il y a lieu, reportez-vous à la section « Rubriques par mots clés » des nouvelles pages bleues du gouvernement.

Solidarité intergénérationnelle : une force à promouvoir

La loi reconnaît aux grands-parents le droit de visiter et de sortir leurs petits-enfants. La séparation parentale n'annule en rien ce droit de maintenir des relations enrichissantes avec leurs petits-enfants. Le père et la mère ne peuvent donc, sans motifs graves, faire obstacle aux relations personnelles de leurs enfants avec leurs grands-parents. Les grands-parents peuvent essayer d'obtenir une entente quant aux modalités d'exercice des droits d'accès. À défaut d'une telle entente entre les parties, les modalités de ces relations seront réglées par le tribunal. Dans tous les cas, le juge tiendra compte prioritairement de l'intérêt des enfants et pourra les consulter au besoin.

Lorsqu'il y a retrait aux parents de la garde des enfants, les grands-parents peuvent obtenir exceptionnellement cette garde jusqu'à ce que les parents redeviennent aptes à assumer leurs responsabilités.

L'association G.R.A.N.D. (Grands-parents requérant accès naturel et dignité) peut soutenir les grands-parents dans leurs démarches en favorisant la conciliation entre les parties.

Renseignements :

Grands-parents requérant accès naturel et dignité (GRAND)

12, Park Place, bureau 1
Westmount (Québec) H3Z 2K5
Région de Montréal :
(514) 846-0574
Télécopieur : (514) 846-0235
Internet : www.familis.org

IMPORTANT

Les grands-parents démunis financièrement peuvent avoir accès aux services d'un avocat de l'aide juridique.

NOTE

Quoique les grands-parents n'aient pas d'obligation alimentaire envers les petits-enfants, une certaine obligation morale demeure quant au fait d'aider au bien-être des petits-enfants comme la plupart des grands-parents le font déjà quand ils sont en mesure de le faire.

La loi prévoit de même que les parents, même retraités, ont une obligation alimentaire envers leurs enfants et vice versa. Parents et enfants ont donc à développer une solidarité inter-générationnelle qui ne peut que profiter à chacun.

Renseignements :

Consultez les pages blanches de l'annuaire téléphonique (dans la section « Affaires », s'il y a lieu) sous « Aide juridique ».

Téléphone : _____

Organismes de représentation et de veille

Secrétariat aux aînés

Le Secrétariat aux aînés possède une mission horizontale au sein de l'appareil gouvernemental. Il agit comme observatoire en ce qui a trait aux différentes mesures et initiatives gouvernementales à l'endroit des aînés dans tous les domaines de leur vie, notamment : revenus, santé et services sociaux, logement, milieu et qualité de vie, participation à la vie collective. Il doit également assurer la cohérence et la coordination des interventions de l'État envers ces citoyens et citoyennes. Enfin, le Secrétariat est le maître d'œuvre des actions soutenues par le ministre responsable de la condition des Aînés.

Conseil des aînés

Composé majoritairement d'aînés, le Conseil des aînés est un organisme consultatif auprès du gouvernement du Québec, et plus particulièrement de son ministre responsable. En faisant valoir les préoccupations des aînés, il s'assure que les politiques et programmes mis de l'avant par le gouvernement soient le mieux adaptés possible à la population vieillissante. Sa situation

particulière, au sein du gouvernement mais près des groupes d'âînés, lui permet d'assurer un lien entre le gouvernement et les âînés, favorisant ainsi une meilleure réponse à leurs besoins

Renseignements :

Conseil des âînés

930, Chemin Ste-Foy, 6^e étage
Québec (Québec) G1S 2L4

Région de Québec :

(418) 643-0071

Ailleurs au Québec :

1 877 657-2463

Télécopieur : (418) 643-1916

Courriel :

aines@conseil-des-aines.qc.ca

Internet :

www.conseil-des-aines.qc.ca

Conseil consultatif national sur le troisième âge

Cet organisme a le mandat d'aider et de conseiller le ministre de la Santé nationale sur les questions liées au vieillissement de la population et à la qualité de vie des âînés. L'une des priorités du Conseil porte sur l'autonomie des âînés afin de leur permettre de continuer à vivre le plus longtemps possible chez eux et au sein de leur communauté.

Renseignements :

Conseil consultatif national sur le troisième âge (CCNA)

Édifice Jeanne-Mance, 8^e étage

Indicatif d'adresse : 1908A1

Ottawa (Ontario) K1A 1B4

(613) 957-1968

(accepte de rappeler)

Télécopieur : (613) 957-9938

Courriel : seniors@hc-sc.gc.ca

Internet : **www.ccna.ca**

Agence de santé publique du Canada (anciennement Santé Canada)

Division du vieillissement et des âînés

Cette entité constitue le centre ministériel fédéral traitant des questions du troisième âge. L'organisme aide les personnes âgées à risque en donnant des avis et en appliquant des programmes d'éducation, de recherche et d'innovation, en partenariat avec d'autres intervenants. Il diffuse, entre autres, de l'information sur les programmes et les services fédéraux pour les âînés.

Renseignements :

Téléphone

(appels à frais virés acceptés) :

(613) 952-7606

Télécopieur : (613) 957-7627

Division du vieillissement et des âînés

Direction de la promotion et des programmes de la santé

Édifice Jeanne-Mance, 8^e étage

Indicatif d'adresse 1908A1

Ottawa, Ontario K1A 1B4

Courriel : seniors@phac-aspc.gc.ca

Internet : **www.phac-aspc.gc.ca/sh-sa_f.html**

Organismes d'assistance et d'accompagnement aux plaintes

Centre d'assistance et d'accompagnement aux plaintes

Le Ministre de la santé et des services sociaux a désigné, (art. 76.6 et 76.7) dans chaque région du Québec, un organisme communautaire agissant comme « Centre d'assistance et d'accompagnement aux plaintes ». Le mandat de cet organisme est d'assister et d'accompagner les usagers qui désirent formuler une plainte relative aux services reçus ou auraient dû recevoir d'un établissement ou organisme du réseau des services de santé et des services sociaux. La plainte peut viser l'agence de développement de réseaux locaux de services de santé et de services sociaux, un centre hospitalier, un centre local de services communautaires (CLSC), un centre d'hébergement et de soins de longue durée (CHSLD), un centre de protection de l'enfance et de la jeunesse, un centre de réadaptation, une ressource intermédiaire, une ressource de type familial, un organisme communautaire ou résidence d'accueil.

Le régime d'examen des plaintes prévoit qu'un usager insatisfait d'un service peut formuler une plainte à l'établissement concerné ou à l'agence de services de santé et de services sociaux (première instance). Après examen, le commissaire local ou régional à la qualité des services lui communiquera ses conclusions.

Si l'utilisateur demeure insatisfait suite à cette réponse ou encore si on ne lui a pas répondu, il pourra contacter le protecteur des usagers et obtenir un nouvel examen de sa plainte (deuxième et dernière instance).

Renseignements :

Pour obtenir l'adresse et le numéro du Centre d'assistance et d'accompagnement aux plaintes de votre région, communiquez avec le :

Regroupement provincial des organismes communautaires d'assistance et d'accompagnement
Partout au Québec:
1-877-767-2227

Protecteur des usagers en matière de santé et de services sociaux

Chaque personne qui a reçu, qui reçoit ou qui aurait dû recevoir des soins et des services des hôpitaux, des centres locaux de services communautaires (CLSC), des centres jeunesse ou de tout autre établissement ou organisme du réseau de la santé et des services sociaux, incluant les organismes communautaires reconnus par la Loi sur les services de santé et les services sociaux, a le droit d'exprimer son insatisfaction concernant ces soins et services et de signaler une situation qui a porté atteinte à ses droits.

La plainte se fait d'abord auprès de l'établissement qui a rendu le service ou de l'agence de développement des réseaux locaux de services de santé et de services sociaux (anciennement les régies régionales). Lorsque la personne est

insatisfait de la réponse qu'elle a reçu de l'établissement ou de l'agence, elle peut s'adresser au Protecteur des usagers.

Le Protecteur des usagers reçoit et examine en dernier recours les plaintes des usagers. Il peut intervenir de sa propre initiative lorsque la situation de clientèles vulnérables le requiert. Il peut faire des recommandations aux instances du réseau de la santé et des services sociaux en vue d'améliorer la qualité des services. Il peut également donner son avis au ministre de la Santé et des Services sociaux sur des questions reliées aux droits des usagers et à l'amélioration de la qualité des services.

Les services du Protecteur des usagers sont gratuits et confidentiels.

Pour plus de renseignements :

Protecteur des usagers en matière de santé et de services sociaux

Région de Montréal :

(514) 873-3205

Partout au Québec (sans frais) :

1 877 658-2625

ATS – région de Montréal :

(514) 873-0998

ATS – sans frais : 1 866 410-0901

Conseil pour la protection des malades (CPM)

Le Conseil pour la protection des malades (CPM) assure à la promotion et à la défense des droits des personnes âgées, malades, hébergées et psychiatisées. Il protège ces personnes en veillant à ce qu'elles reçoivent les soins requis dans le respect de leurs droits et de leur dignité.

Renseignements :

Conseil pour la protection des malades (CPM)

420, rue De La Gauchetière Ouest,
bureau 320

Montréal (Québec) H2Z 1E1

Région de Montréal :

(514) 861-5922

Télécopieur : (514) 861-5189

Courriel : info@cpm.qc.ca

Internet : www.cpm.qc.ca

Association québécoise de défense des droits des personnes retraitées et préretraitées (AQDR)

L'Association, dont la mission première est de défendre les droits économiques, culturels et sociaux de l'ensemble des personnes retraitées et préretraitées, poursuit un objectif principal : transformer les conditions de vie à la retraite. Elle vise l'amélioration de leurs conditions de vie en ce qui a trait au revenu, aux politiques sociales, au transport, etc.

Renseignements :

AQDR – Siège social

1931, rue Sherbrooke Ouest,
2^e étage

Montréal (Québec) H3H 1E3

Région de Montréal :

(514) 935-1551

Ailleurs au Québec :

1 877 935-1551

Télécopieur : (514) 937-7371

Courriel : aqdr@qc.aira.com

Internet : www.aqdr.qc.ca

Consultez les pages blanches de l'annuaire téléphonique (dans la section « Affaires », s'il y a lieu), sous « AQDR » ou « Association québécoise de défense des droits des personnes retraitées et préretraitées » pour connaître les diverses sections locales.

FADOQ – Mouvement des aînés du Québec

Avec ses 280 000 membres, la *FADOQ – Mouvement des aînés du Québec* est le plus important regroupement de personnes bénévoles de 50 ans et plus au Québec. Présente dans toutes les régions de la province avec ses quelque 864 clubs et ses 16 regroupements régionaux, la *FADOQ* a pour mission de regrouper les personnes de 50 ans et plus, de les représenter devant toutes les instances nécessitant la reconnaissance de leurs droits et de leurs besoins, d'organiser des activités et d'offrir des programmes et des services répondant à leurs attentes afin de favoriser leur qualité de vie et leur épanouissement.

Toute personne de 50 ans ou plus peut adhérer à la *FADOQ – Mouvement des aînés du Québec*. Sur paiement de la cotisation, la personne qui devient membre obtient sa carte *FADOQ* qui lui permet de bénéficier des services, produits et privilèges négociés par l'organisme.

Renseignements :

FADOQ – Mouvement des aînés du Québec

Secrétariat provincial

4545, avenue Pierre-De-Coubertin

C.P. 1000, succursale M

Montréal (Québec) H1V 3R2

Région de Montréal :

(514) 252-3017

Télécopieur : (514) 252-3154

Courriel : info@fadoq.ca

Internet : www.fadoq.ca

Regroupement régional

Partout au Québec :

1 800 828-3344

Ce numéro sans frais achemine les appels au bureau du Regroupement régional le plus près.

Communication-Québec peut vous communiquer les adresses et numéros de téléphone de l'AQDR et de la FADOQ dans votre région, ainsi que ceux des autres organismes régionaux regroupant des aînés ou offrant des services aux aînés.



« Après toutes ces années investies dans le travail, j'ai décidé de me prendre en main, histoire de continuer à faire courir le plus longtemps possible mes petits-enfants. J'ai adhéré à la **FADOQ – Mouvement des Aînés du Québec** qui offre des programmes d'activités physiques et de loisirs spécialement conçus pour les gens qui, comme moi, veulent se remettre en forme. Aujourd'hui, à 62 ans, je me sens plus énergique que jamais et mes petits-enfants l'apprécient autant que moi. Il n'y a pas à dire, en devenant membre « actif » de la **FADOQ – Mouvement des Aînés du Québec**, *j'ai fait un bon coup!* »

« J'ai fait un bon coup! »

La **FADOQ - Mouvement des Aînés du Québec** représente les aînés québécois depuis 35 ans et offre une gamme de produits et de services des plus attrayantes :

- Rabais et avantages exclusifs auprès d'entreprises renommées
- Création de Programmes distinctifs :
 - ROSES D'OR pour l'appréciation des résidences privées
 - Ateliers FADOQ.ca pour la formation à l'utilisation de nouvelles technologies
 - FADOQ – En mouvement pour l'activité physique

Une programmation variée d'activités sportives et de loisirs est offerte par les 850 clubs et 16 regroupements régionaux affiliés à la FADOQ.



Un seul numéro pour nous joindre :

1 800 828-3344

info@fadoq.ca www.fadoq.ca

Fédération des Clubs de l'âge d'or de l'Est du Québec (FCADEQ)

La FCADEQ regroupe plus de 36 000 membres répartis dans 158 Clubs de l'âge d'Or affiliés dans les régions du Bas-Saint-Laurent, de la Gaspésie et des Îles-de-la-Madeleine. Son mandat consiste à défendre les droits des aînés. Elle offre également une programmation loisir et culturelle à ses membres. Toute personne de 50 ans ou plus peut devenir membre de la FCADEQ et obtenir sa carte de l'âge d'or.

Renseignements :

Fédération des Clubs de l'Âge d'Or de l'Est du Québec (FCADEQ)

148, avenue Belzile, bureau 207
Rimouski (Québec) G5L 3E4
Téléphone : (418) 722-6066
Télécopieur : (418) 722-6077
Courriel : fcadeq@libertel.org
Internet :
www.libertel.org/site/agedor/agedor.htm

Fédération des Clubs de l'âge d'or de l'Abitibi-Témiscamingue-Ungava

Fondée en 1972, cette fédération regroupe 43 clubs de l'âge d'Or et compte près de 6 000 membres. Elle offre à ses membres des services d'animation et de représentation, du soutien technique et administratif, ainsi que des avantages financiers (rabais auprès de compagnies d'assurance et d'entreprises commerciales). Très présente dans le milieu régional, Elle défend l'intérêt des aînés auprès des instances gouvernementales. Toute personne de 50 ans ou plus peut devenir membre de la Fédération des Clubs de l'âge d'or Abitibi-Témiscamingue-Ungava.

Renseignements :

Fédération des Clubs de l'âge d'or de l'Abitibi-Témiscamingue-Ungava

380, rue Richard, bureau 205
Rouyn-Noranda (Québec) J9X 4L3
Téléphone : (819) 762-5413
Télécopieur : (819) 762-6517
Courriel : federationagedoratu@cablevision.qc.ca

Aptitude à conduire un véhicule

La conduite d'un véhicule nécessite un état physique et mental satisfaisant ainsi qu'une bonne vision peu importe l'âge. C'est pourquoi la Société de l'assurance automobile du Québec demande aux conducteurs de se soumettre à une évaluation médicale selon les fréquences suivantes :

- 6 mois avant l'âge de 75 ans, 6 mois avant l'âge de 80 ans, et aux 2 ans par la suite, pour les titulaires du permis de classe 5 ;
- lors de la demande de permis des classes 1 à 4 ;
- lors du renouvellement du permis de conduire lorsque l'on atteint l'âge de 45, 55, 60 et 65 ans et aux 2 ans par la suite, pour les titulaires de permis des classes 1, 2, 3, 4A, 4B et 4C.

La Société peut également vous demander de vous soumettre à un examen de compétence ou à un examen médical ou optométrique en tout temps :

- si vous avez atteint l'âge de 70 ans ;
- si la Société a des motifs raisonnables d'évaluer votre état de santé ou votre comportement de conducteur ;

- si vous n'avez pas subi d'examen depuis 10 ans et que la Société juge opportun que vous le fassiez ;
- si vous êtes titulaire d'un permis de classe 1, 2, 3, 4A, 4B ou 4C ;
- si vous n'avez plus l'autorisation de conduire un véhicule routier depuis 3 ans ou plus.

La Société fait alors parvenir le formulaire d'examen médical ou d'évaluation accompagné d'une lettre donnant les raisons de la requête.

Renseignements :

Société de l'assurance automobile du Québec

Région de Montréal :

(514) 873-7620

Région de Québec :

(418) 643-7620

Ailleurs au Québec :

1 800 361-7620

Téléscripteur : voir page 62

Internet : www.saaq.gouv.qc.ca

Testament

Rédiger un testament n'est pas une obligation. Cependant, cela vous permet de décider vous-même de la répartition de vos biens après votre décès. En cas de décès sans testament, ce sont les dispositions du Code civil qui déterminent qui sont les héritiers légaux et quelle part de l'héritage revient à chacun.

La loi ne considère pas les conjoints de fait et les parents par alliance (beaux-frères, belles-sœurs, gendres, brus) comme des héritiers légaux. Ils ne pourront donc pas hériter de vous à moins que vous ne l'ayez prévu dans votre testament.

Si vous êtes marié ou unis civilement sous le régime de la société d'acquêts ou de la communauté de biens, les dispositions de votre régime matrimonial prévaudront toujours sur celles du testament. Il en est de même pour les dispositions relatives au patrimoine familial.

Communication-Québec met gratuitement à votre disposition différentes publications, produites par le ministère de la Justice, portant sur le testament, les successions, le patrimoine familiale, le mariage ou l'union civile.

On peut également prendre connaissance du contenu de ces publications dans le site Internet du ministère de la Justice du Québec (www.justice.gouv.qc.ca)

Signalons enfin que le ministère de la Justice, en collaboration avec les Publications du Québec, propose pour un prix modique (4,95\$) «*Mon testament*», un petit guide pour rédiger soi-même son testament accompagné d'un modèle de testament prêt à rédiger.

La Société québécoise d'information juridique (SOQUIJ) offre, dans son site Internet, les *Capsules d'information juridique*. Ces courts textes portent sur des principes de droit s'appliquant à un grand nombre de situations de la vie courante. Ce service remplace l'ancien service du « Téléphone juridique ».

Il y est question, à titre d'exemple, du liquidateur de la succession (exécuteur testamentaire), du partage de la succession, des dettes de la succession, du testament et du divorce, etc.

Site Internet de la SOQUIJ :
www.souqij.qc.ca

Pour en savoir davantage, consultez un notaire ou un avocat. Pour obtenir le nom d'un notaire de votre région, adressez-vous au service de référence de la Chambre des notaires.

Renseignements :

Chambre des notaires du Québec

Région de Montréal :

(514) 879-1793

Ailleurs au Québec :

1 800 263-1793

Télécopieur : (514) 879-1923

Courriel : admin@cdnq.org

Internet : www.cdnq.org

Si vous habitez la région de Montréal, de Laval, de Longueuil, de Gatineau ou de Québec, vous pouvez vous adresser au service de référence du Barreau pour obtenir le nom d'un avocat. Vous pourrez obtenir une première consultation d'une demi-heure à tarif réduit.

Barreau de Montréal :

(514) 866-2490

Barreau de Laval :

(450) 686-2958

Barreau de Longueuil :

(450) 468-2609

Barreau de Gatineau :

(819) 777-5225

Barreau de Laurentides-Lanaudière :

(450) 437-0752

Barreau de Québec :

(418) 529-0301

Posez un geste aujourd'hui

qui perpétuera votre action
pour toujours...

Les fondations communautaires du Québec sont au service des personnes qui désirent faire un don ou léguer une partie de leur patrimoine au profit d'une œuvre ou cause qui leur est chère.

Si vous souhaitez faire un don qui bénéficiera à votre communauté à perpétuité, vous pouvez créer un fonds de dotation permanent au sein de votre fondation communautaire, et ceci sans frais juridiques ou administratifs.

Votre capital sera investi et préservé en permanence et le fruit de votre fonds sera versé annuellement selon vos volontés sans aucun souci d'administration.

Pour plus d'information, communiquez avec la fondation communautaire de votre région.

Fondations communautaires du Québec

Grand Montréal

T : 514-866-0808

infos@fondationdugrandmontreal.org

www.fondationdugrandmontreal.org

Grand Québec

T : 418-521-6664

infos@fcommunautaire.com

www.fcommunautaire.com

Gaspésie-Les Îles

T : 418-759-1484

fondationcgi@globetrotter.net

www.fondationcgi.com

St-Maurice

T : 819-376-1000

fscm@bellnet.ca

Estrie

T : 819-569-9281

Quel que soit votre âge, il est important de planifier votre succession. Pour cela, il est nécessaire d'obtenir votre certificat ou copie d'acte de naissance, de mariage ou d'union civile avant de passer chez le notaire pour y rédiger un testament. Demandez-lui de vous préciser le type de certificat à présenter avant d'effectuer la démarche. Parfois, il vaut mieux opter pour la copie d'acte de mariage ou, selon le cas, d'union civile sur laquelle apparaissent les mentions de tous les actes concernant la personne. Elle est moins coûteuse pour le citoyen, soit 20 \$ à déboursier au lieu de 30 \$ pour se prévaloir des deux certificats : naissance et mariage ou union civile (15 \$ chacun pour un total de 30 \$). Il est sage de les demander le plus tôt possible auprès du Directeur de l'état civil pour ne pas être pris au dépourvu.

La démarche est simple : il s'agit de se procurer et de remplir le formulaire *Demande de certificat et de copie d'acte*, en n'oubliant pas de lire le feuillet *Instructions* annexé relativement aux exigences d'identification requises. Tout demandeur de document d'état civil doit obligatoirement prouver son identité en joignant la copie de deux documents dont l'un doit contenir sa photographie et l'autre l'adresse de sa résidence ou de son lieu de travail. Vous pouvez expédier votre formulaire par la poste ou par télécopieur ou le déposer à l'un des comptoirs du bureau du Directeur de l'état civil à Québec ou à Montréal.

Ce formulaire est disponible aux endroits suivants : Comptoirs du Directeur de l'état civil, dans le site Internet à l'adresse (www.etatcivil.gouv.qc.ca), Communication-Québec, caisses populaires Desjardins, CLSC et palais de justice.

*Le formulaire peut être rempli à l'écran et imprimé.

Dans certains cas particuliers, une demande peut être traitée de façon accélérée sur présentation de pièces justificatives appropriées (voir le feuillet *Instructions*). Le coût est alors de 35 \$ par document, avec délivrance au comptoir ou envoi par messagerie.

Renseignements :

Le Directeur de l'état civil

2050, rue De Bleury, 6^e étage
Montréal (Québec) H3A 2J5
Région de Montréal :
(514) 864-3900
Télécopieur : (514) 864-4563

2535, boulevard Laurier
Sainte-Foy (Québec) G1V 5C5
Région de Québec :
(418) 643-3900
Télécopieur : (418) 646-3255
Ailleurs au Québec :
1 800 567-3900
Courriel : etatcivil@dec.gouv.qc.ca
Internet : www.etatcivil.gouv.qc.ca

Arrangements préalables de services funéraires et de sépulture

Il est possible pour une personne de conclure des arrangements funéraires et de l'indiquer, si elle le veut, dans son testament.

Les directeurs de funérailles détiennent un permis du ministère de la Santé et des Services sociaux leur donnant le droit de négocier ou de conclure un contrat d'arrangements préalables de services funéraires et de sépulture. Une loi les oblige à déposer en fidéicommiss les montants qu'ils perçoivent pour des services qu'ils rendront ultérieurement. Les paroisses et les cimetières d'obédience ecclésiastique peuvent également offrir de tels arrangements. Il est cependant interdit à ces personnes et organismes de solliciter le consommateur, sauf à la demande expresse de ce dernier.

Il est important, avant de conclure un contrat d'arrangements préalables de services funéraires et de sépulture, de vous informer auprès de l'Office de la protection du consommateur de vos droits et obligations et de ceux de l'entreprise funéraire.

Le guide gratuit *Que faire lors d'un décès*, produit par Communication-Québec, vous renseignera sur les diverses démarches à entreprendre. Il suffit de le demander à l'un des bureaux de Communication-Québec.

Renseignements :

Consultez les pages bleues de l'annuaire téléphonique, section Gouvernement du Québec, sous « Office de la protection du consommateur » ou, s'il y a lieu, reportez-vous à la section « Rubriques par mots clés » des nouvelles pages bleues du gouvernement.

Téléphone : _____

Soutien aux aidants naturels

Assister un proche dans la maladie ou dans la vieillesse n'est pas toujours de tout repos. Heureusement, il existe des ressources pouvant offrir conseil et assistance. Vérifiez auprès de votre CSSS (CLSC) pour connaître les services offerts dans votre région et contactez également les organismes communautaires oeuvrant auprès des personnes malades (exemple : la Société d'Alzheimer).

Normes du travail

La loi sur les normes du travail prévoit qu'une personne aidante ayant à soutenir un proche, (conjoint, père, mère, frère, sœur ou grands-parents) peut obtenir jusqu'à 10 jours par année sans salaire.

Ce congé peut également être fractionné en jours pris à divers moments au cours de l'année. Une journée peut aussi être fractionnée (en demi-journées par exemple) si l'employeur y consent.

Renseignements:

Commission des normes du travail

Région de Montréal:

(514) 873-7061

Ailleurs au Québec:

1 800 265-1414

Téléscripteur: voir page 62

Internet: **www.cnt.gouv.qc.ca**

Prestation de compassion

Une prestation de compassion d'une durée de six semaines est maintenant offerte aux Canadiens et aux Canadiennes admissibles à l'assurance emploi.

Cette prestation de compassion est une prestation spéciale de l'assurance emploi. Elle offre un soutien du revenu temporaire aux travailleurs admissibles qui prennent congé pour prodiguer des soins ou offrir du soutien à un proche parent qui risque fortement de mourir dans les six prochains mois. Pour être admissible, vous devez présenter un certificat médical provenant du médecin traitant de la personne malade.

Pour recevoir des prestations de compassion vous devez soumettre une demande d'assurance-emploi en direct ou en personne au Centre de ressources humaines Canada de votre localité. Présentez votre demande dès que vous cessez de travailler.

Renseignements:

Consultez les pages bleues de l'annuaire téléphonique, Gouvernement du Canada, sous Ressources humaines et Développement des compétences Canada, Centres de ressources humaines du Canada ou reportez-vous à la section « Rubriques par mots clés » des nouvelles pages bleues du gouvernement.

Téléphone: _____

Téléscripteur: voir page 62

Par amour pour nos proches,
réglons nous-mêmes nos pré-arrangements funéraires.



Nous avons presque tous vécu un jour la délicate tâche de faire les arrangements funéraires pour un de nos parents. Dans les heures suivant l'annonce du décès, une série de décisions doivent être prises rapidement. Pourtant, nous voudrions alors simplement vivre notre deuil.

Pourquoi ne pas éviter cela à ceux qu'on aime !

Décider nous-même de ce que nous voulons pour nos arrangements funéraires, c'est permettre à nos proches de vivre pleinement leurs émotions...

Prenez cette importante décision en toute sérénité et confiance en faisant affaire avec un membre de la Corporation des thanatologues du Québec, des professionnels régis par un code de déontologie vous protégeant.



*Corporation
des thanatologues
du Québec*

Pour ce faire, consultez notre site
au www.corpothanato.com

1 800 463-4935

La lecture des brochures ou des dépliants suivants est recommandée. Demandez-les au responsable de chacune de ces publications. Plusieurs titres sont également disponibles à Communication-Québec.

Le Curateur public du Québec (www.curateur.gouv.qc.ca)

- *En cas d'incapacité : le mandat*
- *À télécharger à partir du site Internet du Curateur :
Mon mandat en cas d'incapacité.*

Le Directeur de l'état civil (www.etatcivil.gouv.qc.ca)

- *Le Directeur de l'état civil – Une gamme de services indispensables*
- *Le mariage*
- *Le décès*
- *Le changement de nom et de la mention du sexe*

Ministère de la Justice (www.justice.gouv.qc.ca)

- *Le testament*
- *Les successions*

Ministère du Revenu du Québec (www.revenu.gouv.qc.ca)

- *Le crédit d'impôt pour le maintien à domicile d'une personne âgée (brochure)*

Régie de l'assurance maladie du Québec (www.ramq.gouv.qc.ca)

- *Le programme d'exonération financière pour les services d'aide domestique - Une aide domestique à votre portée...*

Régie des rentes du Québec (www.rrq.gouv.qc.ca)

- *Demande de relevé de participation –
Un moyen de connaître votre avenir*
- *Quand arrive la retraite*
- *Demande de rente de retraite (formulaire)*
- *En cas d'invalidité*
- *Demande de prestations d'invalidité (formulaire)*
- *Si un décès survient*
- *Demande de prestations de survivants (formulaire)*
- *Demande de division de la rente de retraite entre conjoints (formulaire)*
- *Régime de rentes du Québec – dépôt direct (formulaire)*
- *Un simple coup de fil pour éviter la file – Prenez rendez-vous !*

- *Guide de la planification financière de la retraite – La retraite, pensez-y aujourd’hui ! Bâissez votre retraite aujourd’hui ! (En collaboration avec le magazine Protégez-vous, l’Institut québécois de planification financière et Ressources humaines et Développement des compétences Canada)*
- *Vous ou votre conjoint avez travaillé dans un autre pays ? Vous avez peut-être droit à une pension étrangère.*

Communication-Québec (www.comm-qc.gouv.qc.ca)

- *Que faire lors d’un décès*

Lectures complémentaires non disponibles à Communication-Québec

Développement social Canada (www.dsc.gc.ca)

- *Programme de la Sécurité de la vieillesse*
- *Sécurité de la vieillesse et Régime de pensions du Canada – Tour d’horizon*
- *Allocation au conjoint et Allocation au conjoint pour veufs et veuves*
- *La pension de la Sécurité de la vieillesse*
- *Le supplément de revenu garanti*
- *Demande de prestations de la Sécurité de la vieillesse (formulaire)*

Société québécoise d’information juridique (www.soquij.qc.ca)

- *Capsules d’information juridique dans le Web*

En vente chez les librairies partenaires des Publications du Québec

Curateur public (www.curateur.qc.ca)

- *Mon mandat en cas d’inaptitude, 4,95 \$*

Le Conseil des aînés (www.conseil-des-aines.qc.ca)

- *La réalité des aînés québécois (2001), 22,95 \$*

Commande postale :

Région de Québec : (418) 643-5150

Ailleurs au Québec : 1 800 463-2100

Internet : www.publicationsduquebec.gouv.qc.ca

Frais de port de 4 \$ (jusqu’à concurrence de 20 \$, taxes incluses), sur toute commande.

Vous trouverez chez les libraires partenaires des Publications du Québec l’ensemble des produits les plus en demande ainsi qu’un vaste éventail d’autres publications. Contactez Communication-Québec pour connaître les adresse et numéro de téléphone de ces librairies partenaires dans votre région.

Services pour les personnes sourdes ou malentendantes munies d'un téléscripteur



67 ans

Les numéros suivants sont réservés à l'usage exclusif des personnes sourdes ou malentendantes possédant un téléscripteur.

Agence du revenu du Canada

Partout au Québec : 1 800 665-0354

Commission des normes du travail

Partout au Québec : (514) 864-3920 de 8 h 30 à 16 h 30

Communication-Québec

Région de Montréal : (514) 873-4626

Ailleurs au Québec : 1 800 361-9596

Gouvernement du Canada

Partout au Canada : 1 800 255-4786

Revenu Québec

Région de Montréal : (514) 873-4455

Ailleurs au Québec : 1 800 361-3795

Office des personnes handicapées du Québec

Région de Montréal : (514) 873-9880

Ailleurs au Québec : 1 800 564-1477

Régie des rentes du Québec

Partout au Québec : 1 800 603-3540

Régie de l'assurance maladie du Québec

Région de Québec : (418) 682-3939

Ailleurs au Québec : 1 800 361-3939

Société de l'assurance automobile du Québec

Région de Montréal : (514) 954-7763

Ailleurs au Québec : 1 800 565-7763

Portail national du gouvernement du Québec dans Internet

Pour tout renseignement sur les programmes et services du gouvernement du Québec, il suffit de visiter le portail national du gouvernement du Québec au **www.gouv.qc.ca**.

Composez le numéro suivant :

Partout au Québec : **1 800 363-1363 (sans frais)**

Ailleurs : **(418) 643-1344**

Téléscripteur



Les personnes sourdes ou malentendantes peuvent joindre Communication-Québec en utilisant un téléscripteur.

Les numéros suivants sont réservés exclusivement à cet usage :

Région de Montréal : (514) 873-4626

Ailleurs au Québec : 1 800 361-9596

Il doit être signé par le mandant,
en présence de deux témoins...



Il n'y a que
**Les Publications
du Québec**
pour vous offrir
un guide aussi précieux
sur la façon de rédiger
un mandat
en cas d'incapacité.



Chez votre libraire

1 800 463-2100

www.publicationsduquebec.gouv.qc.ca

Publications

Québec



Toute la **réalité**,
rien que la **réalité**

Facile!

Transactions simples,
rapides et efficaces.

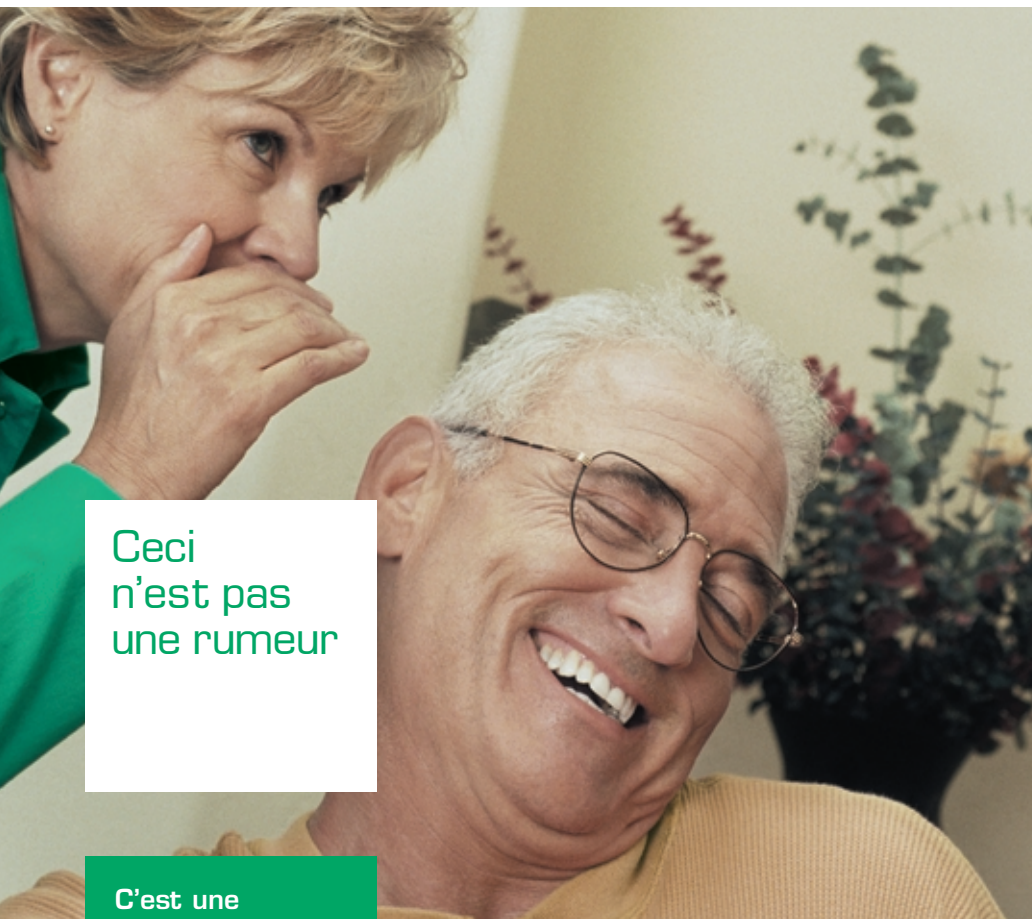
SAAQcl:c
Services en ligne

www.saaq.gouv.qc.ca

Société de l'assurance
automobile

Québec





Ceci
n'est pas
une rumeur

C'est une
assurance vie
avantageuse
et abordable

Vous êtes âgé de 50 à 75 ans ? L'Assurance vie 50+ est un moyen peu coûteux de protéger vos êtres chers des tracasseries financières que pourrait entraîner votre décès.

- **Jamais** d'examen médical
- Protection complète **dès le jour de la souscription**
- Montant d'assurance qui **ne diminue pas** avec l'âge

Souscrivez la tranquillité d'esprit dès aujourd'hui !

1 877 88VIVRE

(8 8 8 - 4 8 7 3)

L'Assurance Vivre



Desjardins
Sécurité financière ^{inc.}

Conjuguer avoirs et êtres

^{inc.} Marque de commerce propriété de Desjardins Sécurité financière, compagnie d'assurance vie

Vie, santé, retraite

Québec 

Une réalisation de :

• Ministère des Relations avec les citoyens et Immigration