

2011

Guide des services pour les aînés



À l'intention des
résidents de
Tobique-Mactaquac



Madame, Monsieur,

Je suis très heureux de vous offrir le présent guide conçu pour les aînés vivant à Tobique-Mactaquac. J'espère qu'il vous sera utile lorsque vous chercherez de l'information sur les divers services et programmes offerts aux aînés canadiens.

Les aînés sont le pilier de la région et du reste du pays. Par leur dur labeur, leur dévouement et leurs sacrifices, ils ont jeté des bases solides pour la croissance et le développement. Les plus jeunes parmi nous comptent beaucoup sur les connaissances et l'expérience des personnes du troisième âge pour trouver la voie à suivre. Le rôle que vous continuez de jouer dans nos communautés et les opinions que vous soutenez sont très importantes.

Le gouvernement fédéral ne ménage pas les efforts pour faire en sorte que ses politiques, programmes et services continuent de permettre aux aînés d'améliorer leur bien-être et leur qualité de vie. Nous avons désormais un ministre d'État (Aînés) et nous avons instauré la Journée nationale des aînés, célébrée le 1^{er} octobre, ce qui coïncide avec la Journée internationale des personnes âgées des Nations Unies.

Le gouvernement du Canada, la province et les administrations locales mettent en œuvre des programmes et des services qui contribuent à faciliter les transitions qui s'opèrent pour de nombreux aînés avant et après la retraite.

Le présent guide contient de l'information de base sur l'accès aux programmes conçus pour les aînés, de même que des coordonnées courantes pour obtenir de l'information sur des questions comme le logement, la retraite, les pensions et les services de santé. J'espère qu'il vous sera utile.

Je vous invite à prendre quelques minutes pour remplir le questionnaire ci-joint afin de me laisser savoir ce que vous pensez du guide et ce qui pourrait être fait pour l'améliorer.

Recevez, Madame, Monsieur, mes salutations les meilleures.

A handwritten signature in black ink that reads "Mike Allen".

Mike Allen, député
Tobique-Mactaquac

VOTRE OPINION EST IMPORTANTE

Les suggestions et les observations au sujet du présent guide sur les services offerts aux aînés de la région sont les bienvenues. Veuillez prendre quelques minutes pour répondre au questionnaire et me le retourner par la poste.

Mike Allen, député
9, allée Yerxa, bureau 7
Keswick (Nouveau-Brunswick)
E6L 1N7

Quelle partie du *Guide de services pour les aînés* avez-vous trouvé la plus utile?

Quelles améliorations recommanderiez-vous pour les prochaines publications?

Mike Allen est-il sur la bonne voie en ce qui a trait aux questions qui touchent les aînés?

Oui Non Ne sait pas

Observations : _____

Que pensez-vous du travail accompli par le gouvernement fédéral conservateur dans le dossier des aînés?

Excellent Bon A besoin d'amélioration

Observations : _____

Si vous voulez recevoir le *Guide des services pour les aînés* mis à jour l'année prochaine, veuillez nous fournir votre nom et adresse.

Nom : _____

Adresse : _____

Communauté : _____ Code postal _____

Courriel : _____ Téléphone : _____

TABLE DES MATIÈRES

Numéros de téléphone importants

Urgence.....	6
Autres numéros de téléphone.....	6

Renseignements relatives au gouvernement

Député fédéral	7
Ordres de gouvernement.....	8
Gouvernement fédéral	8
Programmes et services du gouvernement provincial	9
Administrations municipales	11

Services offerts par le député

Services de Passeport Canada	12
Certificats de félicitations	12

Services de santé

Assurance-maladie du Nouveau Brunswick.....	14
Plan de médicaments sur ordonnance du Nouveau-Brunswick.....	14
Hôpitaux et centres de santé.....	15
Programme extra-mural	16
Cliniques sans rendez-vous.....	17
Croix-Rouge canadienne	18
Programme de matériel de réadaptation à l'intention.....	18
Division du Nouveau-Brunswick de l'Association canadienne pour la santé mentale	19
Services communautaires de santé mentale.....	19
Équipe mobile d'urgence après les heures normales	19
Foyers de soins dans la circonscription de Tobique-Mactaquac.....	19
Foyers de soins spéciaux.....	21
Salons funéraires.....	24
Autres services connexes.....	26
Organismes à but non lucratif.....	28

Tenir votre maison

Programme d'aide à la remise en état des logements (PAREL) pour propriétaires-occupants.....	34
Programme d'aide à la remise en état des logements (PAREL) pour personnes handicapées	35

Logements adaptés : aînés autonomes (LAAA).....	35
Programme de réparations domiciliaires urgentes	36
Programme écoÉNERGIE.....	38
Supplément de chauffage pour les ménages à faible revenu	39

Retraite et revenu

Sécurité de la vieillesse.....	40
Simplification du processus de demande de prestations liées au revenu.....	41
Prestations internationales.....	41
Régime de pensions du Canada (RPC).....	42
Pension de retraite du Régime de pensions du Canada.....	43
Recevoir les prestations grâce au dépôt direct	44
Services relatifs aux pensions offerts en ligne.....	45
Prestations d'assurance-emploi.....	46
Autres services en ligne utiles	47

Épargne-retraite

Calculatrice de revenu de retraite canadienne.....	48
État de compte du cotisant du Régime de pensions du Canada	48
Régimes enregistrés d'épargne-retraite (REER)	49
Retraite à l'étranger	50

Déclaration de revenus et économies d'impôt

Réductions d'impôt pour les aînés et les pensionnés	52
Devez-vous faire une déclaration de revenus lorsque vous êtes à la retraite	52
Envoi de votre déclaration de revenus.....	54
Aide pour la préparation de votre déclaration de revenus	55
Publications d'intérêt.....	56
Recevez vos paiements de l'Agence du revenu du Canada plus facilement grâce au dépôt direct.....	57

Anciens combattants

<i>La Loi sur les pensions</i> pour les anciens combattants	58
Nouvelle Charte des anciens combattants	58
Programme de pension d'invalidité.....	59
Allocation d'ancien combattant.....	59
Prestations de soins de santé.....	60
Programme pour l'autonomie des anciens combattants.....	60
Soins de longue durée	60

Programme de soins de santé pour anciens combattants	61
Soutien pour traumatismes liés au stress opérationnel	62
Bureau de services juridiques des pensions	62
Ombudsman des vétérans	63
Trouver ou remplacer des médailles et des décorations	63
Fonds du Souvenir	65
Légion royale canadienne.....	66

Questions de droit/Questions de fin de vie

Service public d'éducation et d'information juridiques du Nouveau-Brunswick (SPEIJ-NB)	67
Aide juridique du Nouveau-Brunswick.....	67
Cour des petites créances	68
Procuration	68
Tutelle de l'adulte	69
Services de protection des adultes.....	70
Sensibilisation aux mauvais traitements envers les aînés.....	71
Commission canadienne des droits de la personne	72
Commission des droits de la personne du Nouveau-Brunswick.....	73
Testament	74
Actes de naissance, licences de mariage et certificats de décès	75

Aînés en ligne

Sites Web destinés aux aînés.....	76
-----------------------------------	----

Programmes de financement pour les aînés

Programme fédéral Nouveaux Horizons pour les aînés	77
--	----

Rester actif

Fédération des citoyen(ne)s aîné(e)s du N.-B.....	78
---	----

Garder un esprit alerte

Bibliothèques provinciales dans Tobique-Mactaquac	80
---	----

Activité physique chez les aînés

Guide d'activité physique canadien pour une vie active saine.....	82
---	----

Déplacements

Permis de stationnement pour personnes handicapées	84
Cours de recyclage en conduite automobile 55 ans au volant	84

Numéros de téléphone importants

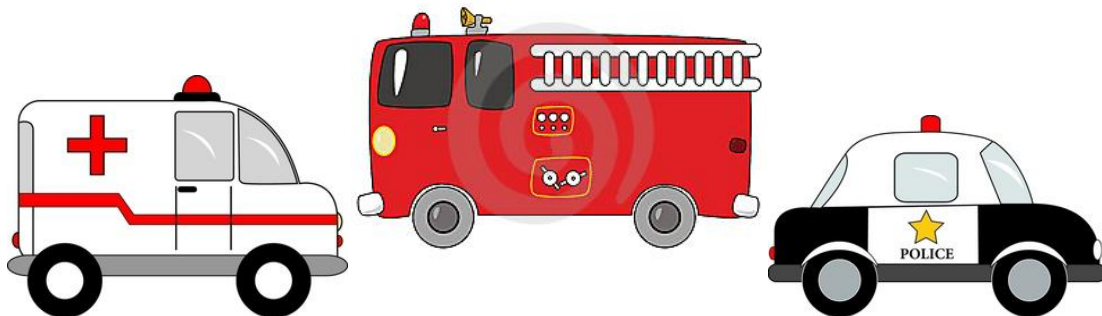
Urgence

Police – 911
Incendie – 911
Ambulance – 911

Autres numéros de téléphone

GRC

Florenceville-Bristol	506-325-3000
Grand-Sault	506-473-9154
Hartland	506-325-3000
Keswick	506-357-4300
Nackawic	506-325-3000
Perth-Andover	506-473-9154
Plaster Rock	506-473-9154
Stanley	506-357-4300
Tobique	506-473-9154
Woodstock	506-325-3000
Échec au crime (Nouveau-Brunswick)	1-800-222-TIPS/1-800-222-8477



Renseignements relatifs au gouvernement

Député fédéral



Le conservateur Mike Allen a été élu dans la circonscription de Tobique-Mactaquac en janvier 2006, a été réélu en octobre 2008 et en mai 2011. Il est votre représentant à Ottawa. Il assume également les fonctions de président du caucus conservateur de l'Atlantique.

M. Allen siège actuellement au Comité des ressources naturelles et au Comité des pêches et des océans.

Dans Tobique-Mactaquac, M. Allen a des bureaux de circonscription à Keswick, à Woodstock et à Grand-Sault. Il a aussi un bureau sur la colline du Parlement à Ottawa.

Voici les coordonnées de votre député :

Sans frais : 1-800-671-6160
Courriel : allenm@parl.gc.ca
Site Web : www.mikeallen.ca

Chambre des communes
Pièce 233, édifice de la Confédération
Ottawa (Ontario)
K1A 0A6
Téléphone : 613-947-4431
Fax : 613-947-4434

Bureau de circonscription de Keswick
9, allée Yerxa, pièce 7
Keswick (Nouveau-Brunswick)
E6L 1N7
Téléphone : 506-363-2232
Fax : 506-363-4998

Bureau de circonscription
de Woodstock
672, rue Main, pièce 8
Woodstock (Nouveau-Brunswick)
E7M 2C8
Téléphone : 506-325-2224
Fax : 506-325-2786

Bureau de circonscription
de Grand-Sault
218, boul. Broadway, pièce 105
Grand-Sault (Nouveau-Brunswick)
E3Z 2J9
Téléphone : 506-473-663
Fax : 506-473-3926

Ordres de gouvernement

Au Canada, il y a trois ordres de gouvernement qui dirigent et administrent les programmes et services publics. Veuillez consulter le tableau ci-dessous pour connaître les grands champs de compétence de chaque ordre de gouvernement :

FÉDÉRAL	PROVINCIAL	MUNICIPAL
<ul style="list-style-type: none">• Agence du revenu du Canada (impôt sur le revenu)• Citoyenneté et immigration• Passeports• Numéro d'assurance-sociale• Défense nationale• Anciens combattants• Postes Canada• Assurance-emploi• Régime de pensions du Canada• Sécurité de la vieillesse• Cour suprême• <i>Charte des droits et libertés</i>	<ul style="list-style-type: none">• Assurance-maladie• Régime d'assurance-maladie• Aide sociale• Permis de conduire• Certificats de naissance• Services de police• Enregistrement des titres de propriété• Permis de chasse et de pêche en eau douce• Plaintes des consommateurs• Sécurité au travail• Indemnisation des accidentés du travail• Tribunaux provinciaux• Permis d'exploitation d'un commerce• Parcs provinciaux	<ul style="list-style-type: none">• Aménagement de terrain et urbanisme• Règlements et entretien des routes• Impôt foncier• Règlements sur le bruit• Parcs locaux• Évacuation des ordures• Installations et terrains de loisir locaux• Déneigement• Services de police communautaires

Gouvernement fédéral

Le gouvernement du Canada fournit de l'information sur les services, les initiatives, la réglementation, les publications officielles et les programmes fédéraux actuels qui s'appliquent à l'ensemble du pays. Voici des sources pouvant fournir de l'information détaillée sur les nombreux programmes et services que le gouvernement du Canada offre aux aînés :

- Téléphone (sans frais) : 1-800-0-Canada (1-800-622-6232)
- Site Web : www.servicecanada.gc.ca
- Visite à un Centre Service Canada à Grand-Sault, à Woodstock ou dans un centre satellite à Perth-Andover et à Florenceville.

Beaucoup de documents peuvent être fournis sur demande en divers formats audio et imprimés pour tenir compte de certains handicaps. Il suffit de les commander par téléphone en composant le numéro 1-800-0-Canada (1-800-622-6232).

Programmes et services du gouvernement provincial

Le gouvernement du Nouveau-Brunswick fournit de l'information sur les lois, règlements et programmes de la province dans son site Web (www.gnb.ca). Il est aussi possible d'obtenir cette information à l'un des bureaux de Services Nouveau-Brunswick :

- Fredericton 506-453-2834
- Florenceville-Bristol 506-392-5108
- Grand-Sault 506-475-4088
- Perth-Andover 506-273-5901
- Plaster Rock 506-356-6002
- Woodstock 506-325-4476

La circonscription fédérale de Tobique-Mactaquac compte sept circonscriptions provinciales, dont deux font également partie d'une autre circonscription fédérale. Les députés de l'Assemblée législative du Nouveau-Brunswick qui représentent ces circonscriptions et travaillent avec M. Allen dans le cadre de divers projets sont les suivants :

Carleton :



Dale Graham

787, rue Central
Centreville (Nouveau-Brunswick)
E7K 3E6

Tél. : 506-276-4016
Fax : 506-276-4020
dale.graham@gnb.ca

Grand-Sault-Drummond-Saint-André :



Danny Soucy

285, boul. Broadway
Grand-Sault (Nouveau-Brunswick)
E3Z 2K1

Tél. : 506-473-0404
Fax : 506-473-7745
danny.soucy@gnb.ca

Fredericton-Nashwaaksis :



Troy Lifford

435, rue Brookside, bureau 36A-
Fredericton (Nouveau-Brunswick)
E3A 8V4

Tél. : 506-449-3902
Fax : 506-449-0433
troy.lifford@gnb.ca

Miramichi Sud-Ouest :



Jake Stewart

137, rue Main
Blackville (Nouveau-Brunswick)
E9B 1B9

Tél. : 506-843-7729
Fax : 506-843-7726
jake.stewart@gnb.ca

Victoria-Tobique :



Wes McLean

1153, rue Riverside Ouest
Perth Andover (Nouveau-Brunswick)
E7H 5G5

Tél. : 506-273-2460
Fax : 506-453-3461
wes.mclean@gnb.ca

Woodstock :



Premier ministre David Alward

107, rue Connell
Woodstock (Nouveau-Brunswick)
E7M 1K7

Tél. : 506-325-4990
Fax : 506-325-4991
david.alward@gnb.ca

York Nord :



Kirk MacDonald

9, allée Yerxa, bureau 1
Keswick (Nouveau-Brunswick)
E6L 1N7

Tél. : 506-363-4949
Fax : 506-363-4998
kirk.macdonald@gnb.ca

Administrations municipales

Les administrations municipales sont des gouvernements locaux créés par la province afin d'offrir des services qui sont fournis de façon plus efficace à l'échelon local. Il en existe divers types, soit les villes, les villages et les districts de services locaux non constitués. Les administrations municipales de la circonscription de Tobique-Mactaquac sont les suivantes :

Communauté rurale de Saint-André	506-473-7580
Communauté rurale de Upper Miramichi	506-369-9810
Ville de Florenceville-Bristol	506-392-6013
Ville de Grand-Sault	506-475-7777
Ville de Hartland	506-375-4357
Ville de Nackawic	506-575-2241
Ville de Woodstock	506-325-4600
Village d'Aroostook	506-273-6443
Village de Bath	506-278-5293
Village de Canterbury	506-279-6248
Village de Centreville	506-276-3671
Village de Drummond	506-475-4000
Village de Meductic	506-272-2098
Village de Millville	506-463-2719
Village de Perth-Andover	506-273-4959
Village de Plaster Rock	506-356-6070
Village de Stanley	506-367-3245
Représentant des services municipaux pour les districts de services locaux	506-325-4847
Première nation de Tobique	506-273-5433
Première nation de Woodstock	506-328-3303

Services offerts par le député

Le personnel des bureaux de Mike Allen, député de Tobique-Mactaquac, est heureux d'aider les citoyens en ce qui a trait aux questions concernant les ministères et organismes du gouvernement fédéral.

Voici certains des services les plus fréquemment offerts à la population :

Services de Passeport Canada

- Vous pouvez obtenir à notre bureau un formulaire de demande de passeport pour enfant et pour adulte ainsi qu'un formulaire de demande de renouvellement simplifié.
- Des employés bien informés examineront les demandes afin de déceler les éventuelles erreurs.
- Nous acheminerons gratuitement votre demande accompagnée des pièces justificatives à Passeport Canada.
- Les demandes transmises par notre bureau à Passeport Canada sont traitées plus rapidement que les demandes acheminées par le courrier ordinaire. Actuellement, le traitement d'une demande ordinaire transmise par notre bureau se fait en quatre semaines environ.

Veillez prendre note que si vous avez besoin de votre passeport dans les quatre semaines précédant la date de votre départ, vous devrez vous rendre en personne dans un bureau de Passeport Canada. Seul un bureau de Passeport Canada peut offrir des services accélérés.

Le 1^{er} juin 2009, le Service des douanes et de protection frontalière des États-Unis a appliqué une nouvelle politique exigeant que tous les Canadiens de plus de 16 ans présentent un **passeport** valide lorsqu'ils traversent la frontière américain en voiture ou en bateau (auparavant, un certificat de naissance était accepté). Un passeport continue d'être exigé pour tous les vitieurs arrivant aux États-Unis en avion.

Certificats de félicitations

Vous pouvez demander des certificats de félicitations soulignant des événements marquants tels que des anniversaires de naissance et d'autres anniversaires aux bureaux de Mike Allen, député, par téléphone ou par écrit. Selon l'anniversaire célébré, les certificats proviendront du député, du premier ministre du Canada, du gouverneur général ou de la reine Elizabeth II :

Message de Mike Allen :

Tout anniversaire (naissance et mariage) ou autre

Message du premier ministre du Canada :

65^e anniversaire de naissance et plus (intervalles de cinq ans)

25^e anniversaire de mariage et plus (intervalles de cinq ans)

Message du gouverneur général du Canada :

90^e anniversaire de naissance et plus (intervalles de cinq ans)

50^e anniversaire de mariage et plus (intervalles de cinq ans)

Message de Sa Majesté la reine (il faut fournir une pièce justificative de la date de mariage ou d'anniversaire) :

100^e anniversaire de naissance et plus (intervalles de cinq ans)

60^e anniversaire de mariage et plus (intervalles de cinq ans)

Veillez prendre note qu'il faut demander les certificats au moins huit semaines avant la célébration de l'anniversaire pour qu'ils parviennent à temps au destinataire. Pour en savoir plus ou pour présenter une demande, veuillez communiquer avec l'un des bureaux de circonscription ou composer sans frais le numéro 1-800-671-6160.

Services de santé

Assurance-maladie du Nouveau-Brunswick

Assurance-maladie
Ministère de la Santé
C.P. 5100

Fredericton (Nouveau-Brunswick) E3B 5G8

Téléphone :

En Amérique du Nord : 1-888-762-8600

À l'extérieur de l'Amérique du Nord : 1-506-684-7900

Site Web : <http://www.gnb.ca/0051/0394/index-f.asp>

Trouver un médecin de famille : Il est important pour votre santé et votre bien-être que vous ayez un médecin de famille pouvant vous offrir des soins de santé, des examens périodiques et des examens de dépistage. Si vous n'avez pas de médecin de famille, veuillez communiquer avec le Programme de registre des patients au numéro 1-866-556-5959.

N'oubliez pas de toujours garder votre carte d'assurance-maladie sur vous.

Plan de médicaments sur ordonnance du Nouveau-Brunswick

Aînés admissibles :

Personnes âgées de 65 ans ou plus :

- qui reçoivent le Supplément de revenu garanti du gouvernement fédéral
OU
- qui sont admissibles en raison de leur revenu annuel selon les critères suivants :
 - personne célibataire dont le revenu annuel ne dépasse pas 17 198 \$;
 - couple dont les deux personnes ont 65 ans ou plus et dont le revenu annuel combiné est de 26 955 \$ ou moins;
 - couple dont une personne a moins de 65 ans et dont le revenu annuel combiné est de 32 390 \$ ou moins.

Les personnes doivent être inscrites auprès de l'Assurance-maladie du Nouveau-Brunswick. Une trousse de demande est automatiquement envoyée à tout résidant du Nouveau-Brunswick 60 jours avant son 65^e anniversaire. Il faut remplir la demande et la faire parvenir à l'Assurance-maladie pour que l'assurance soit prise en considération.

L'assurance restera en vigueur tant que le bénéficiaire satisfait aux critères d'admissibilité et qu'il habite au Nouveau-Brunswick.

Coûts:

- Les bénéficiaires qui reçoivent le Supplément de revenu garanti doivent verser des frais de participation de 9,05 \$ pour chaque ordonnance, jusqu'à concurrence de 250 \$ par année civile.
- Les bénéficiaires qui sont admissibles en raison de leur revenu annuel total doivent verser des frais de participation de 15 \$ par ordonnance, sans plafond annuel en matière de frais de participation.

Prestations pharmaceutiques admissibles :

Le formulaire du Plan de médicaments sur ordonnance du Nouveau-Brunswick contient la liste des médicaments qui sont admissibles. Pour obtenir le remboursement du coût de ces médicaments, il faut que les ordonnances soient exécutées par un pharmacien ou un propharmacien autorisé du Nouveau-Brunswick.

Pour en savoir plus sur le programme, veuillez consulter le site Web du Plan de médicaments sur ordonnance du Nouveau-Brunswick ou communiquer avec le service de renseignements du Plan en composant sans frais le numéro 1-800-332-3692

C.P. 690
Moncton (Nouveau-Brunswick) E1C 8M7
Téléphone : 1-506-867-4515
Sans frais : 1-800-332-3692
Fax : 1-888-455-8322
nbinquiry@nbpdp.ca
<http://www.gnb.ca/0212/NBPDPPFormulary-f.asp>

Hôpitaux et centres de santé

Hôpital régional

L'hôpital régional Dr Everett Chalmers est le centre hospitalier vers lequel la plupart des cas complexes de la région sont référés. Cet établissement de 314 lits offre une gamme complète de soins spécialisés (secondaires, secondaires avancés et tertiaires) et regroupe des services de médecine familiale et de soins chirurgicaux, palliatifs et gériatriques, un service des urgences actif et un important programme de soins ambulatoires.

Fredericton – Hôpital régional Dr Everett Chalmers 506-452-5400

Hôpitaux communautaires

Les hôpitaux communautaires de la Régie Santé de la Vallée dispensent des soins aux patients et des services diagnostiques et thérapeutiques plus pointus que ceux que l'on peut offrir dans les centres de santé communautaires. Tous les établissements fournissent des soins primaires et selon l'endroit, des services chirurgicaux généraux et certains services chirurgicaux spécialisés.

Grand-Sault – Hôpital général de Grand-Sault	506-473-7555
Perth-Andover – Hôtel-Dieu de Saint-Joseph	506-273-7100
Waterville – Hôpital du Haut de la Vallée	506-375-5900

Centres de santé

Les centres de santé de la région de la Vallée offrent des soins primaires en milieu rural et peuvent faire appel à de plus grands établissements de soins de santé au besoin.

Certains centres de santé disposent d'un petit nombre de lits à des fins d'observation. Tous les centres offrent des services d'orientation, de diagnostic et de soins ambulatoires et certains services thérapeutiques.

Les activités des centres de santé sont axées sur la prévention de la maladie, la promotion du mieux-être et la gestion de maladies chroniques comme l'asthme, le diabète et l'hypertension artérielle. Certains programmes d'enseignement sont également offerts, dont des cliniques consacrées aux sujets suivants : désaccoutumance au tabac, surveillance du poids et du cholestérol, ostéoporose, ménopause, soins des pieds et le soin aux mères et nouveau-nés.

Centre de soins de santé Boiestown	506-369-2700
Centre de soins de santé de Nackawic	506-575-6600
Centre de santé communautaire de Tobique Valley	506-356-6600
Centre de soins de santé de Stanley	506-367-7300

Programme extra-mural

Le Programme extra-mural vise à répondre à divers besoins en matière de santé en offrant des soins à domicile. Son personnel comprend des infirmières, des physiothérapeutes, des ergothérapeutes, des orthophonistes, des inhalothérapeutes, des diététistes et des travailleurs sociaux. Vous recevrez la visite d'un ou de plusieurs de ces professionnels en fonction des soins dont vous avez besoin.

Pour avoir accès aux services extra-muraux, vous devez demander à votre médecin de vous y orienter ou, dans les cas concernant les services de réadaptation tels que la physiothérapie, l'orthophonie ou l'ergothérapie, vous pouvez demander vous-même les services ou y être orienté par une autre personne.

Le Programme extra-mural est conçu pour :

- offrir une solution de rechange aux admissions à l'hôpital;
- offrir une solution de rechange à l'admission ou retarder l'admission dans un foyer de soins;
- fournir des soins de santé continus de longue durée aux invalides chroniques;
- fournir des soins de santé continus de longue durée et des services de réadaptation aux personnes handicapées de tous les âges;
- fournir des soins à domicile aux personnes en phase terminale;
- offrir des services d'évaluation et de réadaptation aux personnes âgées;
- faciliter la coordination et la prestation de services de soutien directement ou indirectement (par l'entremise d'autres organismes).

Les services du Programme extra-mural sont couverts par l'Assurance-maladie du Nouveau-Brunswick.

Boiestown	506-369-2711
Fredericton	506-452-5800
Grand-Sault	506-473-7492
Perth-Andover	506-273-4900
Woodstock	506-325-6838

Télé-Soins : 811 ou 1-800-TelCare (1-800-224-8353)

Urgence : 911

Ambulance NB (renseignements généraux) : 1-888-862-2111

Protection des adultes : 1-888-99-ABUSE (1-888-992-2873)

Cliniques sans rendez-vous

Clinique médicale du centre commercial Brookside

475, rue Brookside

Nashwaaksis

Du lundi au vendredi, de 18 h jusqu'à l'atteinte du quota*

Fin de semaine et la plupart des jours fériés, de 13 h jusqu'à l'atteinte du quota

** Selon le médecin et le nombre de patients.*

Clinique médicale de Woodstock

110, rue Chapel

Woodstock (Nouveau-Brunswick)

Composez le numéro 1-506-325-9250 pour connaître les heures d'ouverture

Croix-Rouge canadienne

La Croix-Rouge canadienne offre des services communautaires de soutien à domicile au Nouveau-Brunswick afin d'aider les gens à vivre de la façon la plus autonome possible. Ces services améliorent le bien-être et la dignité des bénéficiaires, qu'il s'agisse de personnes frêles, âgées ou handicapées, d'enfants à risque ou de patients en soins palliatifs. Depuis quelques années, les services de soins à domicile jouent un rôle important dans le système de soins de santé du Canada, l'importante restructuration des hôpitaux ayant raccourci les séjours dans les hôpitaux pour bon nombre de Canadiens.

De nombreuses sections et divisions de la Croix-Rouge offrent, partout au Canada, des services de soutien à domicile selon les besoins de la collectivité concernée. Ces services comprennent des repas et une aide générale aux personnes âgées, des prêts de matériel médical ainsi que des services de transport.

Grand-Sault 506-473-5897
Woodstock 506-328-8881

Programme de matériel de réadaptation à l'intention des personnes âgées

La Croix-Rouge prête plus de 50 000 pièces d'équipement médical annuellement aux résidents des provinces de l'Atlantique. Ces pièces d'équipement peuvent aller des béquilles et des cannes jusqu'aux appareils spécialisés tels que les fauteuils roulants.

Pour en savoir plus sur le Programme de prêt d'équipement médical :

Société canadienne de la Croix-Rouge
Division du Nouveau-Brunswick
C.P. 39
Saint John (Nouveau-Brunswick) E2L 3X3
Téléphone : 1-506-674-6150
Sans frais : 1-800-561-9151
Fax : 1-506-648-5016



Division du Nouveau-Brunswick de l'Association canadienne pour la santé mentale

Il s'agit d'un programme propre à la province. La Division du Nouveau-Brunswick de l'ACSM est dotée de travailleurs communautaires régionaux (TCR) qui dispensent les mêmes services que les filiales, mais principalement dans les régions rurales du Nouveau-Brunswick.

Division du Nouveau-Brunswick
403, rue Regent
Fredericton (Nouveau-Brunswick)
506-455-5231

http://www.nb.cmha.ca/bins/site_page.asp?cid=284-1007&lang=2

Services communautaires de santé mentale

Par l'entremise de ses filiales et de ses travailleurs communautaires régionaux, l'ACSM offre une vaste gamme de programmes et services spécialisés en santé mentale. Ces programmes et services sont conçus en fonction des besoins et des ressources disponibles dans les collectivités où ils sont offerts.

Pour en savoir plus, veuillez communiquer avec un centre communautaire près de chez vous :

Centre communautaire de santé mentale (clinique satellite)

– Perth-Andover 506-273-4701

Centre communautaire de santé mentale de Grand-Sault 506-475-2440

Centre communautaire de santé mentale de Woodstock 506-325-4419

* NOTE : Des cliniques de santé mentale ont périodiquement lieu à Bath, à Plaster Rock, à McAdam, à Harvey, à Doaktown, à Boiestown, à Minto et à Chipman.

Équipe mobile d'urgence après les heures normales

Fredericton 506-453-2132

Woodstock 1-888-667-0444

7 jours par semaine, de 16 h à minuit les jours de la semaine,
et de 15 h à 23 h la fin de semaine.

Foyers de soins dans la circonscription de Tobique-Mactaquac

Lorsque le soutien à domicile n'est plus suffisant pour répondre aux besoins d'une personne, celle-ci pourrait devoir envisager un foyer de soins personnels ou un foyer de soins de longue durée.

Les **foyers de soins personnels** sont destinés aux personnes qui ne peuvent plus tenir une maison mais qui peuvent se déplacer et qui ont besoin de peu de surveillance et de soins personnels.

Les **foyers de soins infirmiers** sont destinés aux personnes qui ont besoin de soins infirmiers et d'un niveau plus élevé de surveillance et de soins personnels que ce qui est offert dans un foyer de soins personnels.

Le ministère du Développement social doit approuver toutes les demandes de services offerts dans les foyer de soins infirmiers, même si vous payez vous-même les frais. Le personnel du ministère décidera si vous êtes admissibles en évaluant vos besoins du point de vue social et du point de vue des soins de longue durée.

Après avoir approuvé votre demande, le ministère du Développement social envoie votre nom à tous les foyers de soins infirmiers qui se trouvent dans un rayon de 100 kilomètres de la municipalité où vous habitez. Lorsqu'une place se libère, ils doivent l'offrir à une personne dont le nom se trouve sur la liste approuvée.

Si le conjoint d'une personne dont la demande a été approuvée souhaite être admis dans le même foyer, il peut présenter une demande au ministère.

Ministère du Développement social
Services offerts dans les foyers de soins infirmiers
Fredericton 1-866-444-8838

http://www.legal-info-legale.nb.ca/fr/index.php?page=going_to_a_nursing_home

Foyers de soins infirmiers dans la circonscription de Tobique-Mactaquac :

Bath – River View Manor	506-278-6010
Boiestown – Central New Brunswick Nursing Home	506-369-7262
Grand-Sault – Manoir de Grand-Sault.....	506-473-7726
Hartland – Central Carleton Nursing Home	506-375-3033
Perth-Andover – Victoria Glen Manor	506-273-4885
Plaster Rock – Tobique Valley Manor.....	506-356-6040/506-356-6042
Stanley – Nashwaak Villa	506-367-7731
Woodstock – Carleton Manor.....	506-325-4375

Foyers de soins infirmiers dans un rayon de 100 km :

Baker Brook - Foyer Ste-Elizabeth	506-258-3020
Edmundston - Villa des Jardins	506-735-2112
Fredericton - Pine Grove	506-444-3400
Fredericton - Thomas Hall	506-447-6440
Fredericton - Windsor Court	506-450-7088
Fredericton - York Care Centre	506-444-3880
Fredericton Junction - White Rapids Manor	506-368-6508

Gagetown - Orchard View	506-488-3544
McAdam - Wauklehegan Manor	506-784-6303
Mill Cove - Mill Cove Nursing Home	506- 488-3033
Minto - W.G. Bishop Nursing Home	506-327-7853
Saint-Quentin - Résidence Mgr. Melanson	506-235-6030
St-Basile - Foyer St-Joseph de St-Basile	506-263-3462
St-Léonard - Foyer Notre-Dame de St-Léonard	506-423-3151

Foyers de soins spéciaux

Certains foyers offrent une expérience de vie commune où les exploitants et les résidants vivent ensemble. D'autres sont des établissements où travaillent des employés et dont les propriétaires vivent ailleurs mais participent de près aux activités quotidiennes. Certains foyers accueillent de trois à six résidants, tandis que d'autres ont suffisamment d'espace pour 60 personnes. Tous les foyers doivent obtenir un permis du ministère du Développement social et suivre un guide des normes en matière de prestation de soins de qualité. Les permis sont renouvelés chaque année, et les ministères concernés doivent procéder à une inspection obligatoire des foyers.

Arthurette

- Mountain View Care Home 506-273-9598

Avondale

- Swim's Adult Residential Facility 506-375-6613

Burntland Brook

- Rivers Edge Lodge 506-356-7252

Douglas:

- Curtis Special Care Home 506-450-3957

Drummond

- Cormier, Thérèse 506-473-4434
- Leclerc Page, Ginette A 506-473-3305

Dsl de Drummond

- Foyer Sylvie Aubut 506-473-8101

Fredericton

- All Needs Special Care Home 506-459-2186
- Austin's Special Care Home 506-455-7699
- Care-A-Lot-Program 506-458-1254
- Donnelly Home 506-472-1504

- Downing Place 506-452-1996
- Hillsley Special Care Home 506-455-6128
- Lohnes Special Care Home 506-455-4744
- Loose's Special Care Home 506-444-8194
- McKay Residence 506-459-5192
- Southside Special Needs Home 506-206-3588
- The Guardians Special Care Home 506-472-1762
- Underhill Residence 506-461-0851
- Victory House 506-461-0851
- Whelan's Special Care Home 506-450-0909

Grafton

- Lang Lodge Grafton 506-328-4699

Grand-Sault

- Caron, Yvon 506-473-5235
- Rioux, Denise 506-473-5772
- Foyer Cindy Roy 506-473-2337
- Foyer Denise Page 506-473-2735
- Foyer Jacinthe Leclerc 506-473-5194
- Foyer L&L Laforgier n° 2 506-475-8112
- Foyer Marc Michaud 506-473-5457
- Foyer O Bons Soins 506-473-4460
- Lucie Michaud 506-473-1339
- Michaud, Lynn 506-473-6041
- Thériault, Lucille 506-473-2726

Hartland

- Ruth Anna's Ladies' Home Care 506-375-9193

Jacksonville

- Burpee Residential Center 506-328-6827

Lansdowne

- Lansdowne Special Care Home 506-375-4229

Limestone

- Boone Home 506-277-6328

Nashwaak Village

- Colfords Senior Care 506-459-7494

Oxbow

- Helping Hands Care Home 506-356-7625

Perth-Andover

- Emily's Special Care Home 506-273-2190

Saint-André

- Foyer L&L Laforge 506-475-8112
- Foyer Linda Larouche 506-473-2143
- Foyer Mariette Ladouceur 506-473-5763
- Foyer Rita Cyr 506-473-6329
- Ouellette, Monique 506-473-5307
- Powers, Germaine 506-473-3647
- Résidence Mont Assomption 506-473-3562

Scott Siding

- Dow's Special Care Home 506-279-2963

Sisson Ridge

- T.L.C. Home Care 506-356-2725

Tay Creek

- Tay Place Special Care Inc 506-367-3062

Temperance Vale

- Koze Corner Special Care Home 506-575-2902
- Maple Villa Special Care Home 506-575-8260

Three Brooks

- Diane's Villa Special Care Home Ltd 506-356-3827

Upper Hainesville

- Cozy Inn Special Care Home 506-463-6344

Waterville

- Shaw's Special Care Home 506-375-8865

Woodstock

- Lang Lodge Upper Woodstock 506-328-2997
- Laskey Home 506-328-3422
- Prince Albert Lodge 506-328-3184
- Riverside Court Retirement Residence Inc..... 506-325-7200

Salons funéraires

Adam's Funeral Home Ltd.

140, rue King
Miramichi (Nouveau-Brunswick)
E1N 2N9

Téléphone : 506-773-3492
Fax : 506-773-4787
<http://www.adamsfh.ca/>

67, allée Everett
Plaster Rock (Nouveau-Brunswick)
E7G 1N2
Téléphone : 506-356-1190

Fax : 506-273-1994
www.brunswickfuneralhome.ca

Bishops Funeral Home

540, chemin Woodstock
Fredericton (Nouveau-Brunswick)
E3B 2J3

Téléphone : 506-458-1885
Fax : 506-459-3823
www.bishopsfuneralhome.com

Carleton Funeral Home

337, chemin Lockhart Mill
Jacksonville (Nouveau-Brunswick)
E7M 3S5

Téléphone : 506-328-8430
www.carletonfuneralhome.ca

Britton Funeral Home

2, rue High
Hartland (Nouveau-Brunswick)
E7P 2L2

Téléphone : 506-375-4343
Fax : 506-375-1656
www.brittonfh.ca

Culberson Funeral Home

188, rue Connell
Woodstock (Nouveau-Brunswick)
E7M 1L8

Téléphone : 506-325-1130
www.culbersonfuneralhome.com

Brunswick Funeral Home

1109, prom. Riverside Ouest
Perth-Andover (Nouveau-Brunswick)
E7H 5G4
Téléphone : 506-273-4155

Flewelling's Funeral Services Ltd.

585, prom. Otis
Nackawic (Nouveau-Brunswick)
E6G 1H6

Téléphone : 506-575-8988
Fax : 506-575-8822
www.flewellingsswan.com

McAdams Funeral Home

160, rue York
Fredericton (Nouveau-Brunswick)
E3B 3N7

Téléphone : 506-458-9170
Fax : 506-450-7968
www.mcadamsfh.com

Miramichi Valley Funeral Home

7681, route 8
New Bandon (Nouveau-Brunswick)
E9C 2A5

Téléphone : 506-365-7577
Fax : 506-365-7443
www.yorkfh.com

Maison funéraire O'Regan

515, boul. Évérard H. Daigle
Grand-Sault (Nouveau-Brunswick)
E3Z 2R5

Téléphone : 506-473-3063
Fax : 506-473-3494
www.oregans.ca

Scott's Funeral Home

815, rue Main
Woodstock (Nouveau-Brunswick)
E7M 2E9

Téléphone : 506-328-3179
www.scottfh.com

White's Funeral Home

20, rue du Parc industriel
C.P. 3031
Perth-Andover (Nouveau-Brunswick)
E7H 5K2

Téléphone : 506-273-3133
Fax : 506-273-4313
www.whitesfh.com

York Funeral Home

York Funeral Home
302, prom. Brookside
Fredericton (Nouveau-Brunswick)
E3A 5K2

Téléphone : 506-458-9538
Fax : 506-452-8805
www.yorkfh.com

Autres services connexes

Dépistage du cancer du sein

La prévention et le dépistage jouent un rôle important dans la réduction de l'apparition du cancer. Le dépistage est la détection précoce du cancer ou de conditions précancéreuses chez des personnes qui ne présentent aucun symptôme du cancer.

Les Néo-Brunswickoises de 50 à 69 ans qui ne manifestent pas de signes cliniques de cancer du sein ou qui n'ont pas reçu de diagnostic de cancer du sein auparavant peuvent s'auto-référencer aux services de dépistage du cancer du sein en communiquant avec un des établissements de dépistage.

Les Néo-Brunswickoises de 40 à 49 ans ou de plus de 69 ans qui ne manifestent pas de signes cliniques de cancer du sein ou qui n'ont pas reçu de diagnostic de cancer du sein auparavant ont besoin d'une référence d'un médecin ou d'une infirmière praticienne.

Service de dépistage du cancer
du sein
Hôpital du Haut de la Vallée
Service d'imagerie diagnostique
14462, route 2
Waterville (Nouveau-Brunswick)
E7P 2T5
1-800-656-7575

Service de dépistage du cancer
du sein
Hôpital général de Grand-Sault
Service d'imagerie diagnostique
625, boul. Évérard H. Daigle
C.P. 7061
Grand-Sault (Nouveau-Brunswick),
E3Z 2R9
Téléphone : 506-739-7346
Sans frais : 1-877-739-7346

Vaccin antigrippal

Un vaccin visant à prévenir l'influenza (grippe) est offert chaque automne aux personnes de plus de 65 ans et à toute personne ayant une maladie chronique qui lui fait courir un risque de complications en cas de grippe. Le ministère de la Santé signale qu'il est important de recevoir le vaccin tous les automnes parce que le vaccin change chaque année. Pour en savoir plus sur le vaccin antigrippal, veuillez communiquer avec votre médecin de famille, votre fournisseur privé de soins de santé ou les Infirmières de l'Ordre de Victoria :

Marie-Jeanne Aubé, gestionnaire de district
Infirmières de l'Ordre de Victoria
55, rue Emerson, bureau 104
Edmundston (Nouveau-Brunswick)
E3V 1R9

Téléphone : 506-739-6318
Fax : 506-739-8732
Courriel : marjolaine.theriault@von.ca

Secteurs desservis :

Régions allant de Saint-François à Drummond, c'est-à-dire les comtés de Madawaska et de Victoria.

Mary Louise Batty, gestionnaire de district

Infirmières de l'Ordre de Victoria

435, prom. Brookside, bureau 8
Fredericton (Nouveau-Brunswick)
E3A 8V4
Téléphone : 506-458-8365
Fax : 506-459-2899
Mary-Louise.Batty@von.ca

Secteurs desservis :

Ville de Fredericton et comté de York, y compris les localités suivantes et leurs environ : Acton, Astle, Bloomfield Ridge, Burt's Corner, Cork, Cross Creek, Douglas, Durham area, Hamtown Corner, Hanwell, Harvey, Island View, Keswick Ridge, Kingsclear, Lincoln, Long Creek, Mactaquac, Magaguadavic, Magundy, McAdam, McGivney, Nashwaak Village, Nasonworth, New Maryland, Parkers Ridge, Penniac, Prince William, Silverwood, Stanley, Thomaston Corner, Taymouth, Tweedside, Upper Brockway, York Mills et Zealand.

Jackie Hulsman, gestionnaire de district

Infirmières de l'Ordre de Victoria

261, rue Connell, bureau 5
Woodstock (Nouveau-Brunswick)
E7M 1L2
Téléphone : 506-328-8224
Fax : 506-328-9936
Courriel : Annette.Dykeman@von.ca

Secteurs desservis :

Vallée du Haut-Saint-Jean et vallée de la rivière Tobique, de Nackawic à Plaster Rock, y compris : Arthurette, Bath, Canterbury, Centreville, Florenceville-Bristol, Hartland, Meductic, Millville, New Denmark, Perth-Andover, Temperance Vale et Woodstock.

Soins des pieds

De nombreux aînés, et plus particulièrement ceux qui sont diabétiques, ont besoin de soins des pieds. Des infirmières qui ont suivi une formation spéciale à cet égard offrent ce services aux aînés à domicile ou dans une clinique.

Les Infirmières de l'Ordre de Victoria dispensent des services d'évaluation, des soins et des conseils à leurs clients. Parmi les soins qu'elles dispensent, elles peuvent notamment coupler les ongles, traiter les cors, les callosités, les ongles incarnés et les ongles épais; elles peuvent également offrir des services de soins préventifs et d'aiguillage vers d'autres professionnels de la santé.

Pour en savoir plus sur les services de soins des pieds dans votre région, veuillez communiquer avec les Infirmières de l'Ordre de Victoria ou avec votre centre de santé local.

Services de soins de longue durée pour les aînés et les adultes

Les services de soins de longue durée comprennent toute une gamme de services de soutien personnel, physique, social ou de santé mentale aux personnes qui, en raison de leurs limitations fonctionnelles à long terme, ont besoin d'aide pour fonctionner avec le plus d'autonomie possible.

Les clients admissibles à ces services sont des personnes âgées dont les limitations fonctionnelles nécessitent un soutien à long terme pour les activités de la vie quotidienne ou pour venir en aide à leur dispensateur de soins.

Pour en savoir plus :

Edmundston 1-866-441-4249
Fredericton 1-866-444-8838

Organismes à but non lucratif

Divers organismes à but non lucratif offrent des programmes, des services utiles et de l'information aux aînés qui ont des besoins particuliers ou des préoccupations bien précises, notamment les organismes suivants :

Société de la SLA du Nouveau-Brunswick

La sclérose latérale amyotrophique (aussi appelée maladie de Lou Gehrig) est une maladie neurodégénérative mortelle. Les personnes atteintes deviennent progressivement paralysées en raison de la dégénérescence des neurones moteurs supérieurs et inférieurs du cerveau et de la moelle épinière.

La Société de la SLA a pour mission :

- d'appuyer la recherche pour découvrir un remède à la SLA;
- de soutenir les sociétés provinciales de la SLA qui fournissent des soins de qualité aux personnes atteintes de cette maladie;
- se sensibiliser la population à la SLA et à ses conséquences.

La Société de la SLA peut fournir de l'information utile aux personnes atteintes de la maladie et à leurs aidants, et elle constitue un réseau de soutien pour les personnes qui en ont besoin.

Téléphone : 506-532-5786
Fax : 506-388-7466
Sans frais : 1-866-722-7700
Courriel : info@alsnb.ca
Site Web : www.alsnb.ca

Société Alzheimer du Nouveau-Brunswick

La maladie d'Alzheimer est la principale cause de démence. Les symptômes comprennent la perte de mémoire, de discernement et de raisonnement ainsi que des changements d'humeur et de comportement. Il arrive parfois que les gens ne reconnaissent pas que ces symptômes sont un signe que quelque chose ne va pas. Ils peuvent penser, à tort, que ces symptômes font partie du processus normal de vieillissement. Les symptômes peuvent aussi apparaître graduellement et passer inaperçus pendant longtemps. Si une personne présente des symptômes, elle doit voir son médecin dans les plus brefs délais afin qu'il procède à un examen complet. S'il diagnostique la maladie d'Alzheimer, la personne peut obtenir de l'aide et du soutien.

La **Société Alzheimer** fournit de l'information et offre des services et du soutien aux familles et aux aidants :

- Trousses et brochures d'information
- Bulletins
- Registre national Sécu-Retour
- Séances de formation
- Programme de soins de relève en cas d'urgence
- Groupe de soutien familial
- Trousse de formation en soins à domicile pour la maladie d'Alzheimer
- Centres de ressources
- Groupes de soutien pour les diagnostics précoces

Il existe des dépliants et des vidéos sur cette maladie, sur des façons de réagir aux problèmes de comportement, sur les préoccupations en matière de sécurité, sur les fugues, etc.

Téléphone : 506-459-4280
Fax : 506-452-0313
Courriel : info@alzheimermb.ca
Site Web : www.alzheimermb.ca

La Société de l'arthrite, Division du Nouveau-Brunswick

L'arthrite peut toucher les gens de tous âges. Elle peut causer des maux et des douleurs aux articulations et aux tissus conjonctifs, ce qui peut rendre difficile l'exécution des activités quotidiennes d'une personne. Il existe de nombreuses formes d'arthrite et le traitement dépend d'un diagnostic exact.

La Société de l'arthrite offre des dépliants, des vidéos et de l'information sur les **groupes de soutien**

La Société de l'arthrite met aussi en œuvre le **Programme d'initiative personnelle contre l'arthrite**. Il s'agit d'un programme de six semaines (à raison d'une séance par semaine) visant à aider les participants à mieux comprendre leur arthrite, à apprendre à composer avec la douleur et à jouer un rôle plus actif dans leur traitement.

Le programme est offert dans de nombreuses collectivités.

La Société donne également un **Atelier de prise en charge de la douleur chronique** qui prend la forme d'une séance de deux heures portant sur un examen du cycle de la douleur et des moyens à prendre pour gérer la douleur causée par l'arthrite. L'atelier est actuellement offert dans un nombre restreint de collectivités. Veuillez communiquer avec la Société de l'arthrite pour connaître l'endroit où il est offert le plus près de chez vous.

Téléphone : 506-452-7191

Fax : 506-459-3925

Aide-info sans frais : 1-800-321-1433

Courriel : info@nb.arthritis.ca

Site Web : www.arthritis.ca

Société canadienne du cancer, Division du Nouveau-Brunswick

Le fait de découvrir qu'un être cher a le cancer ou qu'on est soi-même atteint de la maladie apporte bien des bouleversements. Que vous veniez de recevoir le diagnostic, que vous soyez sous traitement ou que vous vous occupiez d'une personne atteinte de cancer, vous aurez sans doute à régler plusieurs questions d'ordre pratique, à prendre des décisions difficiles et à faire face à toute une gamme d'émotions. La Société canadienne du cancer offre des services d'information et de soutien qui aident les patients atteints de cancer et leurs proches aidants en réduisant leur anxiété et en leur donnant de l'espoir.

Téléphone : 506-634-6272

Sans frais : 1-800-455-9090

Fax : 506-634-3808

Courriel : ccsnb@nb.cancer.ca

Site Web : www.cancer.ca

Information et soutien : 1-888-939-3333
Ligne d'aide pour fumeurs : 1-877-513-5333

Association canadienne du diabète, Division du Nouveau-Brunswick

Aujourd'hui, près d'un Canadien sur quatre est diabétique ou prédiabétique. Le diabète de type 2 se développe plus tard dans la vie.

Facteurs de risque prédisposant au diabète de type 2 :

- Être âgé de 40 ans ou plus.
- Avoir un parent proche (parent, frère ou sœur) atteint de diabète.
- Appartenir à un groupe ethnique à risque élevé, par exemple être d'origine autochtone, latino-américaine, asiatique, sud-asiatique ou africaine.
- Avoir des antécédents de diabète gestationnel ou de prédiabète, ou encore certains signes de complications liées au diabète (p. ex., problèmes oculaires, nerveux ou rénaux).
- Avoir une maladie du cœur, de l'hypertension artérielle, un taux élevé de cholestérol et un surplus de poids (surtout dans la région abdominale).

Téléphone : 506-452-9009
Fax : 506-455-4728
Sans frais : 1-800-884-4232

Courriel : jake.reid@diabetes.ca
Site Web : www.diabetes.ca

Association des malentendants canadiens, Division du Nouveau-Brunswick

L'Association des malentendants canadiens (AMEC) est un organisme national d'entraide sans but lucratif, constitué par et pour des personnes malentendantes. L'AMEC coopère avec des professionnels, des fournisseurs de services et des organismes gouvernementaux, et communique à ses membres de l'information sur les questions et les solutions concernant les personnes malentendantes et devenues sourdes. Elle déploie des efforts pour que les consommateurs malentendants soient bien informés et sachent se servir du système afin qu'il réponde à leurs besoins.

Téléphone : 506-657-7643
Courriel : winslow@nbnet.nb.ca
Site Web : www.chha.ca

Institut national canadien pour les aveugles

L'Institut national canadien pour les aveugles (INCA) est le point de départ de la démarche qu'entreprend une personne qui découvre qu'elle vit avec une perte de

vision. Les personnes qui visitent l'INCA ne sont pas toutes totalement aveugles. En fait, 90 % des personnes que nous aidons voient un peu.

L'INCA offre d'importants programmes et services, un vaste éventail de produits adaptés et une des plus imposantes bibliothèques du monde pour personnes incapables de lire les imprimés.

Que vous soyez à la recherche de moyens pratiques pour demeurer actif et autonome tout en vivant avec une perte de vision ou que vous ayez des questions concernant la santé visuelle, l'INCA est là pour vous.

Téléphone : 1-800-563-2642

Site Web : <http://www.inca.ca>

Fondation des maladies du cœur du Nouveau-Brunswick

La Fondation des maladies du cœur du Nouveau-Brunswick est un organisme bénévole qui a pour mission de réduire les invalidités et les décès dus aux maladies du cœur et aux accidents vasculaires cérébraux en favorisant la recherche et la promotion de la santé.

Aujourd'hui, la Fondation reconnaît qu'en plus du financement de la recherche, la prévention est un élément clé de la lutte contre les maladies du cœur et les accidents vasculaires cérébraux. Elle se fait un devoir d'affecter des fonds considérables à des initiatives de promotion de la santé qui enseignent l'importance d'un mode de vie sain et le dépistage précoce des maladies du cœur et des accidents vasculaires cérébraux.

Téléphone sans frais : 1-800-663-3600

Fax : 506-648-0098

Courriel : health.promotion@hsf.nb.ca

Site Web : www.heartandstroke.ca

Fondation canadienne du rein

La Fondation canadienne du rein se voue aux services aux patients, à l'éducation du public, à la sensibilisation aux dons d'organes et aux communications. Les personnes atteintes d'une maladie rénale peuvent s'adresser à la Fondation en vue de trouver les renseignements et les ressources dont elles ont besoin pour apprendre à mieux gérer leur maladie et son incidence sur leur quotidien.

La section du Nouveau-Brunswick et de l'Île-du-Prince-Édouard de la Fondation canadienne du rein offre un éventail de services, notamment les suivants :

- information et aiguillage
- matériel éducatif
- aide financière à court terme
- entraide

D'autres services peuvent être offerts selon les besoins et les ressources des collectivités locales. Pour connaître les services offerts dans votre région, veuillez communiquer avec la Fondation.

Téléphone : 506-453-0533/1-877-453-0533

Fax : 506-454-3639

Courriel : info@kidney.ca

Site Web : <http://www.kidney.ca>

L'Association pulmonaire du Nouveau-Brunswick

L'Association pulmonaire du Nouveau-Brunswick continue d'offrir à la population les programmes et les ressources les plus récents et accessible en matière de santé et d'environnement. Le centre de ressources compte plus de 1 000 articles et de nombreux programmes et services portant sur une gamme de sujets tels que la qualité de l'air à l'intérieur et à l'extérieur, les maladies pulmonaires ainsi que la recherche et l'information sur la santé respiratoire.

Informez-vous au sujet du programme d'emprunt de matériel de promotion, de fiches de renseignements, de livrets et de brochures, d'ouvrages de référence, de matériel audiovisuel et de ressources de programmes.

Téléphone : 506-455-8961, poste 101

Fax : 506-462-0939

Téléphone sans frais : 1-888-566-LUNG in Canada

Courriel: info@nb.lung.ca

Site Web : www.nb.lung.ca

Société Parkinson de la région des Maritimes

La Société Parkinson de la région des Maritimes est la porte-parole des citoyens des provinces maritimes atteint de la maladie de Parkinson. Elle est la seule organisation enregistrée à but non lucratif qui sert cette population. Elle a pour mission de trouver « Un appui aujourd'hui; une réponse demain » grâce à des services de soutien, à l'éducation à la sensibilisation et à la recherche.

Si vous cherchez de l'information précise au sujet de la maladie de Parkinson ou un aiguillage vers un groupe de soutien local ou si vous voulez savoir vers qui vous tourner, la Société Parkinson de la région des Maritimes peut vous aider.

Téléphone : 1-800-663-2468

Courriel : info@parkinsonmaritimes.ca

Site Web : www.parkinsonmaritimes.ca



Tenir votre maison

Lorsqu'ils vieillissent, la plupart des gens préfèrent demeurer dans leur propre maison le plus longtemps possible, mais les besoins en matière de logement changent au cours d'une vie.

De nombreuses personnes âgées peuvent continuer de vivre dans leur maison en obtenant l'aide de services de soutien ou en apportant certains changements à leur demeure. Dans bien des cas, de légères modifications peu coûteuses suffisent à accroître le niveau d'autonomie dans le logement.

En tant qu'organisme national responsable de l'habitation, la Société canadienne d'hypothèques et de logement (SCHL) aide les Canadiens à améliorer leur logement et leurs conditions de vie depuis plus de 50 ans. En plus de ses programmes d'aide financière, la SCHL offre de l'information et des ressources sur les rénovations et les adaptations domiciliaires qui pourraient répondre à vos besoins changeants.

Voici des programmes d'aide financière en matière de logement de la SCHL :

Programme d'aide à la remise en état des logements (PAREL) pour propriétaires-occupants

La SCHL offre une aide financière aux propriétaires-occupants à faible revenu qui habitent des logements non conformes aux normes et qui n'ont pas les moyens de payer le coût des réparations nécessaires.

En général, les réparations obligatoires liées au chauffage, à la structure, à l'électricité, à la plomberie et à la sécurité incendie sont admissibles à l'aide accordée dans le cadre du PAREL pour les propriétaires-occupants. La qualité des réparations devrait permettre de prolonger la durée de vie utile du logement d'au moins 15 ans.

L'aide prend la forme d'un prêt-subvention que le propriétaire n'aura pas à rembourser s'il accepte de demeurer propriétaire de sa maison et d'y vivre durant la période de gain de la remise du prêt, période qui peut atteindre cinq ans. Le montant auquel le propriétaire peut avoir droit est établi d'après le coût des réparations obligatoires et la région où il habite. Au Nouveau-Brunswick, le programme est administré par la province, et les coûts sont partagés entre les gouvernements fédéral et provincial.

Si votre domicile doit être modifié pour devenir accessible à une personne handicapée, vous pourriez être admissible à une aide accordée dans le cadre du PAREL pour les personnes handicapées.

Pour obtenir plus d'information sur les **PAREL** :
Bureau de la SCHL (Nouveau-Brunswick) : 1-800-668-2642
Sites Web : http://www.cmhc-schl.gc.ca/fr/co/prai/praifi_001.cfm
http://www.cmhc-schl.gc.ca/fr/co/prai/praifi_003.cfm
www.gnb.ca/0017/Housing/index-f.asp

Programme d'aide à la remise en état des logements (PAREL) pour personnes handicapées

Ce programme de la SCHL offre une aide financière pour permettre aux propriétaires-occupants et aux propriétaires-bailleurs de payer le coût des modifications apportées pour rendre leur propriété plus accessible aux personnes handicapées. Ces modifications visent à éliminer les obstacles matériels et les risques imminents pour la sécurité des personnes, et à améliorer la capacité des occupants handicapés d'accomplir leurs activités quotidiennes à la maison.

Les modifications doivent être reliées au logement et se rapporter raisonnablement au handicap de l'occupant (par exemple, les rampes d'accès, les barres d'appui, les monte-escalier, les ascenseurs pour baignoire, les comptoirs surbaissés et les signaux avertisseurs pour les sonnettes de portes et les alarmes-incendie).

Comme dans le cas du PAREL pour propriétaires-occupants, l'aide prend la forme d'un prêt-subvention que le propriétaire n'aura pas à rembourser s'il respecte les conditions du programme. Les propriétaires-bailleurs doivent conclure une entente dans laquelle on précisera le loyer pouvant être demandé pendant la durée de l'entente et on limitera l'occupation des logements autonomes aux ménages dont les revenus sont inférieurs à un niveau établi par la SCHL. Les propriétaires-occupants doivent accepter de demeurer propriétaires de leur maison durant la période de gain de la remise, période qui peut atteindre cinq ans.

Logements adaptés : aînés autonomes (LAAA)

Le programme Logements adaptés : aînés autonomes offre une aide financière pour faire effectuer des adaptations mineures aux logements qui permettront aux aînés à faible revenu de s'acquitter de leurs activités quotidiennes à domicile en toute sécurité et autonomie.

Le propriétaire-occupant ou le propriétaire-bailleur peut être admissibles à une aide si les conditions suivantes sont remplies :

- L'occupant est âgé de 65 ans ou plus et éprouve des difficultés à effectuer ses activités quotidiennes en raison d'une perte de capacités résultant du vieillissement.
- Le revenu total du ménage est égal ou inférieur au plafond de revenu établi pour la région.
- Le logement sert de résidence permanente.

Les adaptations doivent :

- être permanentes ou fixées au logement;;
- améliorer l'accès aux installations de base du logement;
- augmenter la sécurité physiques des résidents.
- Des exemples d'adaptations admissibles sont les mains courantes dans les corridors, les aires de travail et de rangement dans la cuisine qui sont faciles à atteindre, les poignées à bec-de-canne sur les portes et les barres d'appui dans les salles de bains.

Les réparations, modifications ou adaptations non reliées à la perte de capacités du résident ne sont pas admissibles aux termes de ce programme.

Il importe de signaler que les travaux effectués avant que la demande au programme LAAA ne soit approuvée par écrit par la SCHL ne sont pas admissibles.

L'aide financière est offerte sous forme de prêt susceptible de remise pouvant atteindre 3 500 \$. Il n'est pas nécessaire de rembourser le prêt pourvu que le propriétaire-occupant convienne de continuer à vivre dans le logement pour six mois (la période de gain de la remise). Si l'aide financière sert à des adaptations dans un logement locatif, le propriétaire-bailleur doit convenir de ne pas augmenter le loyer à la suite des adaptations.

Pour obtenir plus d'information sur le programme **LAAA** :

Bureau de la SCHL (Nouveau-Brunswick) : 1-800-668-2642

Site Web : http://www.cmhc-schl.gc.ca/fr/co/prafi/prafi_004.cfm

Programme de réparations domiciliaires urgentes

La Société canadienne d'hypothèques et de logement (SCHL) offre une aide financière aux ménages à faible revenu vivant dans les régions rurales, afin de leur permettre d'effectuer des réparations urgentes pour qu'ils puissent continuer de vivre dans leur logement en toute sécurité.

Au Nouveau-Brunswick, le programme est administré par la province, et les coûts sont partagés entre les gouvernements fédéral et provincial. Le propriétaire-occupant ou l'occupant d'un logement situé dans une région rurale, dont le revenu ne dépasse pas les plafonds établis pour la zone où il habite, est admissible à l'aide financière.

Seules les réparations requises de toute urgence pour qu'un logement soit sûr sont admissibles à l'aide. En voici quelques exemples :

- les systèmes de chauffage;
- les cheminées;
- les portes et fenêtres;
- les fondations;
- les toits, les murs, les planchers et les plafonds;
- les événements et les grilles d'aération;
- la plomberie;
- les systèmes électriques.

Toute réparation effectuée avant que la demande ne soit approuvée par écrit n'est pas admissible.

L'aide prend la forme d'une contribution qui n'a pas à être remboursée. La contribution maximale varie selon le coût des réparations et la zone géographique où se trouve la propriété.

La SCHL peut fournir de l'information et des ressources en matière de rénovation et d'adaptation du domicile. Elle offre aussi un éventail de publications concernant la sécurité à la maison, notamment :

Maintenir l'autonomie des aînés par l'adaptation des logements : Guide d'évaluation pour les aînés – Ce guide précise le genre de difficultés auxquelles les aînés peuvent être confrontés et décrit le type d'adaptations qui peuvent les aider à surmonter ces difficultés.

Une habitation accessible dès la conception : les rampes d'accès – Ce guide offre de l'information et des conseils sur l'amélioration de l'accessibilité d'une habitation en y aménageant une rampe d'accès, ainsi que sur la conception, les styles et les dimensions de différents types de rampes d'accès.

La maladie d'Alzheimer chez soi : comment créer un environnement adapté au malade – On peut grandement améliorer la sécurité à domicile des personnes atteintes de la maladie d'Alzheimer en apportant quelques modifications mineures et peu coûteuses à leur logement. Ces adaptations pratiques rendront la vie plus facile tant aux personnes atteintes de la maladie qu'aux fournisseurs de soins.

Feuillets de la série *Votre maison* – Ces feuillets portent sur une gamme de sujets tels que :

- l'efficacité énergétique et la réduction des coûts
- la santé, la sécurité et les urgences
- l'entretien et la réparation
- l'humidité et la moisissure
- la prévention des chutes dans les escaliers.

Pour obtenir plus d'information sur les logements adaptés ainsi que des hyperliens aux ressources et aux services, et pour consulter en ligne les publications susmentionnées, veuillez communiquer avec :

Société canadienne d'hypothèques et de logement

1-800-668-2642

<http://www.cmhc-schl.gc.ca/>

Programme écoÉNERGIE

Programme d'amélioration énergétique des habitations existantes

La plupart des habitations, quel que soit leur âge, peuvent augmenter leur rendement énergétique grâce à des améliorations ciblées et précises. Le Programme d'amélioration énergétique des habitations existantes offre aux propriétaires du Nouveau-Brunswick une subvention ou un prêt sans intérêt pour les aider à améliorer le rendement énergétique de leur maison. La subvention correspond à 20 % des coûts des améliorations admissibles (y compris la TVH) jusqu'à concurrence de 2 000 \$.

Selon une autre formule, il est également possible d'obtenir un prêt sans intérêt jusqu'à concurrence de 10 000 \$. Pour plus d'information sur ce programme, veuillez communiquer avec :

Efficacité NB

35, rue Charlotte, bureau 101

Saint John (Nouveau-Brunswick) E2L 2H3

Téléphone : 506-643-7826

Sans frais : 1-866-643-8833

Fax : 506-643-7835

Site Web : <http://www.efficacitenb.ca>



Supplément de chauffage pour les ménages à faible revenu

Le gouvernement du Nouveau-Brunswick reconnaît qu'il faut aider les Néo-Brunswickois dans le besoin, surtout pendant les mois d'hiver. Si vous ne pouvez assumer les frais de chauffage pendant la saison froide, vous pourriez être admissible à l'un des programmes d'aide du ministère du Développement social.

Supplément de chauffage en cas d'urgence – Un supplément de chauffage en cas d'urgence jusqu'à concurrence de 550 \$ par année civile peut être offert aux ménages admissibles du Nouveau-Brunswick, qu'ils reçoivent de l'aide sociale ou non. Ce supplément est offert aux ménages admissibles, quelle que soit leur source de chauffage.

Voici des exemples de situations d'urgence :

- Vous recevez une facture de chauffage élevée en raison du temps froid, ce qui signifie que vous ne pouvez pas payer votre loyer ou votre hypothèque.
- Vous devez choisir entre nourrir votre famille et payer votre facture de chauffage en hiver.
- Vous devez payer des frais médicaux élevés en raison d'une maladie imprévue, ce qui ne vous permet pas de payer votre facture de chauffage.

Afin de déterminer le besoin pour le supplément de chauffage en cas d'urgence, le ministère évaluera toutes les dépenses du ménage.

Programme d'aide pour l'énergie domestique du Nouveau-Brunswick de 2011 – Le Programme d'aide vise à aider les familles à faible revenu en leur versant une prestation de 100 \$ pour faire face aux coûts élevés de l'énergie domestique. Il sera en vigueur pendant un an et consistera en un paiement unique de 100 \$ pour les familles ayant un revenu de 28 000 \$ et moins. La date limite de présentation d'une demande pour la prestation a été fixée au 30 juin 2011. Vous pouvez vous rendre dans un centre de Services Nouveau-Brunswick pour obtenir un formulaire de demande, ou écrire au ministère des Finances, C.P. 3000, édifice du Centenaire, Fredericton (Nouveau-Brunswick), E3B 5G5. Pour en savoir plus sur ce programme, veuillez communiquer avec la Division du revenu et de l'impôt, ministère des Finances, au 1-800-669-7070.



Retraite et revenu

Au Canada, nous avons un système de pensions qui fournit aux aînés un revenu de retraite modeste, mais sûr. Les deux principaux programmes de prestations sont :

- la Sécurité de la vieillesse;
- le Régime de pensions du Canada.

REMARQUE

Vous devez demander les prestations du Régime de pensions du Canada pour les recevoir.

Elles ne sont pas versées automatiquement.
Communiquez avec Service Canada pour en savoir plus : 1-800-622-1193

Sécurité de la vieillesse

Le programme de la Sécurité de la vieillesse, pierre angulaire du système canadien de revenu de retraite, vous verse une pension modeste à l'âge de 65 ans si vous avez vécu au Canada pendant au moins 10 ans. Si vous êtes un aîné à faible revenu, vous pourriez être admissible à d'autres prestations dès l'âge de 60 ans.

Le programme de la Sécurité de la vieillesse offre quatre sortes de prestations :

1. **La pension de la Sécurité de la vieillesse** : Si vous êtes âgé de 65 ans ou plus, que vous avez vécu au Canada au moins 10 ans après l'âge de 18 ans et que vous êtes un citoyen canadien ou un résident autorisé du Canada, vous devriez demander la pension de la Sécurité de la vieillesse.
2. **Le Supplément de revenu garanti (SRG)** : Si vous avez droit à la pension de la Sécurité de la vieillesse et que vous touchez un faible revenu, voire aucun, vous devriez également demander le Supplément de revenu garanti. Puisqu'il est accordé en fonction de votre situation familiale et de votre revenu, vous pourriez maintenant y être admissible, même si vous n'y aviez pas droit au cours des années précédentes.
3. **L'Allocation** : Si vous avez entre 60 et 64 ans et que votre époux ou conjoint de fait reçoit une pension de la Sécurité de la vieillesse et a droit au Supplément de revenu garanti, vous devriez demander l'Allocation.
4. **L'Allocation au survivant** : Si vous avez entre 60 et 64 ans, que vous avez un faible revenu, voire aucun, et que votre conjoint ou conjoint de fait est décédé, vous pourriez être admissible à l'Allocation au survivant.

REMARQUE

Vous devez demander les prestations de la Sécurité de la
vieillesse pour les recevoir.
Elles ne sont pas versées automatiquement.

Vous voulez plus d'information sur la Sécurité de la vieillesse?

Composez sans frais le **1-800-277-9914** (au Canada et aux États-Unis).

Les personnes malentendantes ou ayant des troubles de la parole qui utilisent un téléscripteur (ATS) doivent composer sans frais le **1-800-255-4786**.

Si vous êtes à l'extérieur du Canada ou des États-Unis, composez le **613-990-2244** (les appels à frais virés sont acceptés).

Vous pouvez aussi trouver de l'information sur le site Web de Service Canada, à l'adresse www.servicecanada.gc.ca/aines

Simplification du processus de demande de prestations liées au revenu

Le **Supplément de revenu garanti** assure un revenu additionnel aux pensionnés de la Sécurité de la vieillesse qui ont un faible revenu. L'**Allocation** et l'**Allocation au survivant** assurent également un revenu additionnel aux personnes à faible revenu âgées entre 60 et 64 ans.

Si vous ne recevez pas actuellement ces prestations, vous pouvez présenter une demande afin de les obtenir. Que vous soyez un nouveau demandeur ou que vous receviez déjà ces prestations, vos prestations seront renouvelées automatiquement chaque année, dans la mesure où vous demeurez admissible et où vous soumettez votre déclaration de revenus dans les délais prescrits. Cependant, si vous ne la soumettez pas dans les délais prévus, ou si nous avons besoin de renseignements supplémentaires, vous recevrez un formulaire de renouvellement par la poste.

Prestations internationales

Si vous avez vécu ou travaillé dans un pays avec lequel le Canada a conclu un accord de sécurité sociale, vous et votre famille pourriez être admissibles aux prestations de vieillesse, de retraite, d'invalidité ou de survivant de ce pays, du Canada, ou des deux.

Vous voulez plus d'information sur les prestations internationales?

Téléphone sans frais : 1-800-454-8731
ATS : 1-800255-4786
Site Web: www.servicecanada.gc.ca

Vous pouvez également communiquer avec Service Canada par la poste. Écrivez-nous à l'adresse suivante :

Opérations internationales
Service Canada
Ottawa (Ontario)
K1A 0L4

Régime de pensions du Canada (RPC)

La majorité des Canadiens qui travaillent versent des cotisations au Régime de pensions du Canada et ont droit à une pension de retraite. Les résidents du Québec sont protégés par un autre régime semblable, le Régime de rentes du Québec. Pour en savoir plus sur le Régime de rentes du Québec, communiquez avec le gouvernement du Québec en composant sans frais le **1-800-463-5185 (1-800-603-3540** pour les utilisateurs d'ATS) ou en visitant le site Web www.rrq.gouv.qc.ca/fr.

Le Régime de pensions du Canada verse des prestations de retraite, de survivant, de décès, d'invalidité et d'enfant aux personnes admissibles.

- **Si vous disposiez d'un faible revenu ou si vous n'aviez aucun revenu pendant la période où vous élevez des enfants âgés de moins de sept ans et nés après le 31 décembre 1958**, la disposition d'exclusion pour élever des enfants pourrait vous rendre admissible à des prestations ou augmenter le montant de vos prestations mensuelles. Au moment du calcul de vos prestations, les périodes pendant lesquelles vous n'étiez pas sur le marché du travail seront prises en compte afin qu'elles ne donnent pas lieu à une réduction de votre pension ni ne vous empêchent d'être admissible.
- **Si vous êtes l'époux ou le conjoint de fait survivant d'un cotisant**, vous pourriez avoir droit à une pension de survivant mensuelle. Les enfants à charge de moins de 25 ans peuvent également être admissibles (les enfants qui sont âgés de 18 à 25 ans doivent être aux études à temps plein). Le Régime de pensions du Canada peut aussi accorder une prestation de décès à la succession du cotisant afin de l'aider à payer les frais funéraires.
- **Si vous êtes divorcé ou séparé**, les cotisations que vous ou votre époux ou conjoint de fait avez versées au Régime de pensions du Canada au cours de votre mariage ou de votre union de fait peuvent être divisées à parts égales entre vous deux.

Cette division s'applique aux contributions que vous avez tous deux faites pendant votre mariage ou votre union de fait. Elle peut être avantageuse puisque plus vous aurez accumulé de crédits de pension, plus vos prestations du RPC seront élevées, jusqu'à concurrence du montant maximal.

- **Si votre époux ou conjoint de fait et vous avez tous deux 60 ans ou plus**, vous pouvez partager vos pensions de retraite du régime de pensions du Canada. Cela pourrait vous aider à réduire votre impôt sur le revenu. Votre époux ou conjoint de fait et vous pouvez demander que les pensions de retraite que vous avez accumulées au cours de vos années de vie commune soient partagées à parts égales. Les montants qui vous seront versés sont calculés en fonction de la durée de votre cohabitation et des cotisations que vous avez versées au RPC pendant tout ce temps.

REMARQUE

Vous devez demander la prestation du Régime de pensions du Canada pour les recevoir. Elles **ne** sont **pas** versées automatiquement. Communiquez avec Service Canada pour en savoir plus.

Pension de retraite du Régime de pensions du Canada

Si vous avez cotisé au Régime de pensions du Canada, vous avez droit à une pension de retraite. Vous pouvez la demander en personne ou par courrier. Vous pouvez aussi télécharger le formulaire de demande sur Internet, à l'adresse http://www.servicecanada.gc.ca/fra/sc/rpc/retraite/reponse_demanderpc.shtml, et l'imprimer.

La plupart des gens commencent à recevoir leur pension du Régime de pensions du Canada à 65 ans, mais vous pouvez la demander dès que vous avez 60 ans. Si vous demandez votre pension avant 65 ans, le montant que vous recevrez sera réduit. Si vous la demandez entre 65 et 70 ans, le montant que vous recevrez sera plus élevé.

Pour plus d'information, composez sans frais le 1-800-277-9914, ou consultez le site Web à l'adresse

<http://www.servicecanada.gc.ca/fra/sc/rpc/retraite/pensionscanada.shtml>

REMARQUE

Vous devez demander votre pension de retraite du Régime de pensions du Canada au moins six mois avant la date à laquelle vous voulez commencer à la recevoir.

Pour obtenir plus d'information sur le Régime de pensions du Canada

Téléphone : 1-800-277-9914

ATS : 1-800-255-4786 (appels à frais virés acceptés)

Site Web : <http://www.servicecanada.gc.ca/aines>

Cliquez sur l'hyperlien « Pension de retraite du Régime de pensions du Canada.

Recevoir les prestations grâce au dépôt direct

Évitez les soucis liés aux éventuels retards du courrier en vous inscrivant au service de dépôt direct de la Sécurité de la vieillesse et du Régime de pensions du Canada. Grâce à ce service :

- vous obtiendrez toujours vos prestations à temps;
- vos chèques ne seront jamais perdus, volés ou endommagés.

Vous pouvez vous inscrire au service de dépôt direct lorsque vous faites une demande de prestations de la Sécurité de la vieillesse ou du Régime de pensions du Canada. Lorsque vous composerez l'un des numéros ci-dessous, ayez en main votre numéro de compte ainsi que le numéro de succursale et le numéro d'identification de votre institution financière. Vous trouverez ces numéros sur vos chèques personnels. Si vous recevez déjà des prestations par chèque, vous pourriez vouloir passer au mode de dépôt direct.

POUR S'INSCRIRE AU DÉPÔT DIRECT

Sans frais : 1-800-277-9914

ATS : 1-800-255-4786

Vous pouvez aussi obtenir le formulaire de demande de dépôt direct sur le site Web suivant :

www.servicecanada.gc.ca

- Cliquez sur « Services en ligne et formulaires » dans le menu de droite.
- Cliquez ensuite sur le lien « Site Web des formulaires » dans le premier paragraphe, puis sur le lien « Liste des formulaires ».
- Faites défiler vers le bas jusqu'à la section « Régime de pensions du Canada ». Cliquez alors sur le lien du formulaire ISP1011CPP, « Dépôt direct, Régime de pensions du Canada et Sécurité de la vieillesse, Demande de ».
- Imprimez le formulaire, remplissez-le et envoyez-le par la poste à l'adresse indiquée sur le formulaire.

Services relatifs aux pensions offerts en ligne

Si vous utilisez un ordinateur et que vous avez accès à Internet, vous pouvez trouver de l'information générale et en savoir plus sur la façon d'avoir accès à certains services en ligne. Vous pouvez :

- présenter votre demande de pension de retraite du Régime de pensions du Canada;
- voir et mettre à jour vos renseignements personnels relatifs à la Sécurité de la vieillesse et au Régime de pensions du Canada;
- consulter votre *État de compte du cotisant* pour connaître le montant de vos cotisations au Régime de pensions du Canada;
- utiliser la Calculatrice du revenu de retraite canadienne pour calculer votre revenu de retraite;
- voir et imprimer vos feuillets de renseignements fiscaux de la Sécurité de la vieillesse et du Régime de pensions du Canada;
- demander un code d'accès personnel pour la Sécurité de la vieillesse et le Régime de pensions du Canada.

Vous pouvez avoir accès à ces services en ligne, à l'adresse suivante :

<http://www.servicecanada.gc.ca/fra/enligne/index.shtml>

Pourquoi avez-vous besoin d'un code d'accès personnel?

Obtenez votre code d'accès personnel pour vous prévaloir des services en ligne de Service Canada. Vous pourrez ainsi consulter plus rapidement votre relevé d'impôt de la Sécurité de la vieillesse ou du Régime de pensions du Canada, modifier votre adresse ou vos renseignements sur le dépôt direct et consulter le montant de vos derniers paiements. Veuillez noter que les personnes qui ne résident pas au Canada peuvent seulement voir leurs renseignements; elles ne peuvent pas les modifier. Pour obtenir votre code d'accès personnel et utiliser les services en ligne, veuillez consulter le site Web www.servicecanada.gc.ca et cliquer sur « Accéder à Mon dossier Service Canada » dans le menu de droite.

Vous avez besoin d'un code d'accès personnel chaque fois que vous voulez avoir accès à ces services en ligne :

- État de compte du cotisant
- Visualisation et mise à jour des renseignements personnels
- Feuillet de renseignements fiscaux.

Vous avez absolument besoin de ce code pour accéder aux services en ligne sécurisés. Gardez-le dans un endroit sûr et ne le dévoilez jamais.

Vous pouvez demander un code d'accès personnel sur le site Web suivant :

<http://www.servicecanada.gc.ca/fra/enligne/cap/infocap.shtml>

Examen gratuit de votre dossier de prestations

Si vous avez des questions concernant votre admissibilité à l'une ou à l'autre des prestations de la Sécurité de la vieillesse ou du Régime de pensions du Canada dont il est question dans le présent document, veuillez communiquer avec nous par téléphone, au numéro 1-800-277-9914 (ou 1-800-255-4786 pour les utilisateurs d'un ATS). Votre dossier sera examiné gratuitement.

N'oubliez pas d'aviser Service Canada si :

- votre adresse ou vos renseignements bancaires changent;
- un de vos proches qui reçoit des prestations n'est plus admissible aux prestations ou décède;
- votre situation familiale change pendant que vous recevez des prestations;
- vous quittez le Canada pour une période de plus de six mois pendant que vous recevez des prestations;
- un enfant de moins de 18 ans pour lequel vous recevez des prestations du Régime de pensions du Canada n'est plus à votre charge.

Prestations d'assurance-emploi

Les aînés qui désirent continuer à travailler après 65 ans ont droit aux mêmes prestations d'assurance-emploi que tout autre travailleur canadien s'ils satisfont aux critères d'admissibilité. Pour en savoir plus, veuillez communiquer avec Service Canada au numéro 1-800-622-6232.

Prestations d'assurance-emploi pour la personne soignante – Programme de prestations de compassion

Si vous êtes admissible aux prestations d'assurance-emploi, vous pourriez aussi avoir à six semaines de prestations de compassion si vous devez vous absenter du travail pour soigner et appuyer un membre de votre famille qui est gravement malade et risque de mourir au cours des 26 semaines suivantes.

Pour en savoir plus, veuillez communiquer avec :

Service Canada

1-800-206-7218

www.sdc.gc.ca/en/ei/types/compassionate_care.shtml

Autres services en ligne utiles

Pour vous informer au sujet d'autres prestations auxquelles vous pourriez être admissible, le gouvernement du Canada présente les services en ligne suivants :

Le **Chercheur de prestations** (<http://www.prestationsducanada.gc.ca>) vous aide à prendre connaissance de l'ensemble des prestations fédérales et provinciales auxquelles vous avez droit.

Le **Calculateur en direct** (<http://www.cra-arc.gc.ca/bnfts/clcltr/gstc/clcltr-fra.html>) vous donne une estimation du crédit pour la TPS/TVH que vous pourriez recevoir.



Épargne-retraite

Calculatrice du revenu de retraite canadienne

Le gouvernement du Canada a conçu cette calculatrice en ligne afin de vous aider à préparer votre retraite. Cet outil vous montre, étape par étape, comment obtenir une estimation de votre revenu de retraite provenant des sources suivantes :

- Sécurité de la vieillesse
- Régime de pensions du Canada ou Régime de rentes du Québec
- régime de pension d'employeurs
- régimes enregistrés d'épargne-retraite (REER)
- autres sources régulières de revenu.

La calculatrice vous permet d'évaluer votre situation financière pour que vous puissiez prendre les mesures nécessaires pour avoir le revenu que vous souhaitez à la retraite. Vous pouvez avoir accès à la calculatrice sur Internet, à l'adresse https://srv111.services.gc.ca/INT_01.aspx

État de compte du cotisant du Régime de pensions du Canada

Si vous gagnez un salaire ou travaillez à votre compte, vous devez verser des cotisations au Régime de pensions du Canada (ou au Régime des rentes du Québec si vous travaillez dans cette province). Le Régime de pensions du Canada enregistre tous les montants que vous avez versés en cotisations et les inscrit sur l'état de compte du cotisant qu'il vous envoie.

L'*État de compte du cotisant* est un document important car il vous donne une estimation du montant de la pension de retraite mensuelle que vous pourriez recevoir à l'âge de 65 ans. Il vous donne aussi une évaluation du montant des prestations d'invalidité ou de surviv ant que votre famille ou vous pourriez recevoir.

DEMANDE D'UNE COPIE PAPIER DE VOTRE *ÉTAT DE COMPTE DU COTISANT AU RÉGIME DE PENSIONS DU CANADA*

Téléphone : 1-877-454-4051 – demandez qu'on vous envoie le document par la poste

ATS : 1-800-255-4786.

Vous pouvez aussi imprimer un formulaire de demande d'état de compte du cotisant à partir du site Web :

<http://www.hrsdc.gc.ca/cgi-bin/search/eforms>

Remplissez-le et retournez-le à l'adresse indiquée sur le formulaire.

Vous pouvez également voir et imprimer votre *État de compte du cotisant* en ligne si vous avez un code d'accès personnel pour le Régime de pensions du Canada et la Sécurité de la vieillesse.

Pour ce faire, rendez-vous à l'adresse :

www.servicecanada.gc.ca

- Cliquez sur « Services en ligne et formulaires »
- Dans la section « Visionner et mettre à jour », cliquez sur « État de compte du cotisant du Régime de pensions du Canada ».

Régimes enregistrés d'épargne-retraite (REER)

Les régimes enregistrés d'épargne-retraite (REER) aident les Canadiens, y compris les travailleurs autonomes, à économiser en vue de leur retraite. Les REER sont des régimes enregistrés au fédéral et ils doivent satisfaire aux exigences de la *Loi de l'impôt sur le revenu*. Vous pouvez verser dans vos REER des cotisations qui seront déduites de votre revenu imposable. Le montant des cotisations que vous avez le droit de verser dépend du revenu que vous gagnez. Le revenu que vous toucherez à votre retraite grâce à vos REER dépendra des cotisations versées et du rendement des placements.

L'année où vous atteignez 71 ans est la dernière année où vous pouvez verser des cotisations à vos REER. À la fin de cette année, vous devez faire l'un des choix suivants :

- transférer vos REER dans un fonds enregistré de revenu de retraite (FERR);
- utiliser vos REER pour acheter une rente viagère;
- utiliser vos REER pour acheter une rente répartie sur un certain nombre d'années;
- encaisser vos REER et payer l'impôt dû sur le montant retiré.

INFORMATION SUPPLÉMENTAIRE SUR LES REER

Demandez un exemplaire du guide intitulé *REER et autres régimes enregistrés pour la retraite* :

Téléphone : 1-800-959-8281

ATS : 1-800-665-0354.

Vous pouvez aussi trouver de l'information sur le site Web de l'Agence du revenu du Canada, à l'adresse :

<http://www.cra-arc.gc.ca/formspubs/menu-fra.html>

Retraite à l'étranger

Si vous comptez prendre votre retraite à l'étranger, vous devez tenir compte de certains aspects, comme le climat, les différences culturelles, les règlements en matière d'immigration, les lois relatives à l'impôt et l'accès aux services, par exemple les soins de santé. Il est essentiel de faire des recherches poussées avant de partir pour vous assurer que vos plans de retraite sont réalistes.

Avec Internet, il est plus facile que jamais d'évaluer précisément le pays de destination. Il est aussi plus facile de cerner les problèmes qui risquent de se poser et de s'y préparer à l'avance que de faire face à une déception ou même à une crise par la suite.

POUR PLUS D'INFORMATION SUR LA RETRAITE À L'ÉTRANGER

Demandez un exemplaire de la publication intitulée *La retraite à l'étranger – Contempler de nouveaux horizons* :

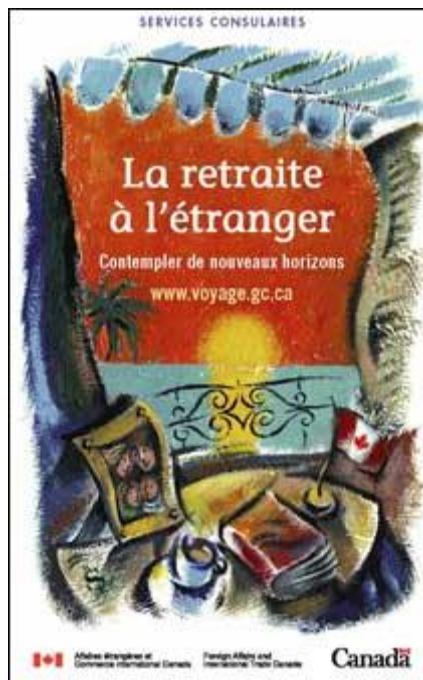
Téléphone : 1-800-267-8376

ATS : 1-800-394-3472

Vous pouvez aussi trouver de l'information dans Internet, à l'adresse :

www.voyage.gc.ca

- Cliquez sur « Publications » dans le menu de gauche, puis sur « Vivre à l'étranger ».



Déclaration de revenus et économies d'impôt

Réductions d'impôt pour les aînés et les pensionnés

Le partage du revenu de pension

Si vous êtes marié ou vivez en union de fait, vous pourriez avoir le droit de fractionner vos revenus de pension afin de réduire votre impôt. Votre époux ou conjoint de fait et vous pourriez également fractionner les revenus ou les rentes de vos fonds enregistrés de revenu de retraite (FERR), y compris de vos fonds de revenu viager, ainsi que les revenus ou les rentes de vos régimes enregistrés d'épargne-retraite (REER) si vous aviez 65 ans ou plus à la fin de l'année ou si vous touchiez ces revenus ou rentes à la suite du décès de votre époux ou de votre conjoint de fait.

Vous pourriez bénéficier de la hausse du crédit en raison de l'âge

Le montant maximal utilisé pour calculer le crédit en raison de l'âge a été fixé à 6 446 \$ pour l'année d'imposition 2010. Ainsi, les personnes âgées de 65 ans ou plus ayant un revenu faible ou moyen bénéficieront d'une réduction d'impôt.

Vous pouvez désormais attendre jusqu'à l'âge de 71 ans pour transférer votre REER

L'âge auquel les aînés doivent transférer le contenu de leur régime enregistré d'épargne-retraite (REER) dans un fonds enregistré de revenu de retraite (FERR) est passé de 69 à 71 ans.

POUR PLUS D'INFORMATION SUR CES NOUVELLES MESURES FISCALES

Communiquez avec l'Agence du revenu du Canada : 1-800-959-8281

ATS 1-800-665-0354

Vous pouvez aussi visiter le site Web de l'Agence du revenu du Canada (ARC), à l'adresse www.cra-arc.gc.ca.

Devez-vous faire une déclaration de revenus lorsque vous êtes à la retraite?

Afin de pouvoir obtenir toutes les prestations auxquelles vous avez droit, vous devez remplir une déclaration de revenus chaque année, même si votre revenu est faible ou si vous n'avez aucun revenu.

Avantages de faire une déclaration de revenus

Si vous faites une déclaration de revenus, vous pourriez recevoir certaines prestations ou certains paiements, par exemple :

- le crédit pour la taxe sur les produits et services/taxe de vente harmonisée (TPS/TVH) qui est versé une fois tous les trois mois et qui est non imposable;
- le Supplément de revenu garanti, l'Allocation ou l'Allocation au survivant du programme de la Sécurité de la vieillesse;
- des prestations provinciales – votre déclaration de revenu pourrait être utilisée pour déterminer si vous êtes admissible à des prestations de votre gouvernement provincial;
- inscription électorale – vous pouvez mettre à jour votre fiche d'électeur à l'échelon fédéral dans votre déclaration de revenus.

REMARQUE

Même si le gouvernement du Canada peut utiliser votre déclaration de revenus pour déterminer si vous avez droit à ces prestations de la Sécurité de la vieillesse, vous devrez quand même présenter une demande pour les recevoir.

Si vous recevez déjà ces prestations et que vous avez fait une déclaration de revenus au plus tard le 30 avril, votre demande de prestations sera automatiquement renouvelée pour l'année suivante. Par contre, si Service Canada vous envoie un formulaire de renouvellement, vous devrez le remplir et le retourner, même si vous avez fait une déclaration de revenus.

Paiements par acomptes provisionnels

Si, au cours d'une année, l'impôt n'est pas retenu sur votre revenu, ou si l'impôt retenu est insuffisant, l'Agence du revenu du Canada pourrait vous demander de payer votre impôt par acomptes provisionnels, par exemple si vous touchez des revenus de location ou de placement ou certains revenus de pension, si vous êtes travailleur autonome ou si votre revenu provient de plusieurs emplois.

POUR PLUS D'INFORMATION SUR LA DÉCLARATION DE REVENUS ET LES ACOMPTES PROVISIONNELS

Composez sans frais le numéro 1-800-959-8281. Les personnes malentendantes ou ayant des troubles de la parole qui utilisent un ATS doivent composer sans frais le 1-800-665-0354.

Vous pouvez aussi trouver de l'information sur le site Web de l'Agence du revenu du Canada, à l'adresse :

www.cra.gc.ca

- Cliquez sur « **Formulaires et publications** » dans la partie supérieure du menu de gauche.
- Choisissez ensuite le lien « **Sujet** ».
- Dans la liste alphabétique, cliquez sur « **Acomptes provisionnels** ».

Envoi de votre déclaration de revenus

En ligne

Si vous prévoyez recevoir un remboursement d'impôt, vous pourriez l'obtenir plus rapidement en envoyant votre déclaration de revenus au moyen d'IMPÔTNET, le service de transmission des déclarations par Internet. Consultez le site Web, à l'adresse www.impotnet.gc.ca.

Par téléphone

Si vous remplissez certaines conditions, vous pouvez envoyer votre déclaration de revenus au moyen d'un téléphone à clavier, grâce au service IMPÔTEL. Vous recevrez des renseignements à ce sujet avec votre trousse de déclaration. Pour plus d'information, composez sans frais le numéro 1-800-714-7258. Les personnes malentendantes ou ayant des troubles de la parole qui utilisent un ATS doivent composer sans frais le numéro 1-800-665-0354. Vous pouvez aussi consulter le site Web, à l'adresse www.arc.gc.ca/impotel.

Pour soumettre votre déclaration de revenus par téléphone, vous aurez besoin de votre code d'accès IMPÔTEL. Pour utiliser ce service, composez le numéro 1-800-959-1110. Si vous n'avez pas de code d'accès, composez le numéro 1-800-714-7258 pour en obtenir un.

Par courrier

Vous pouvez envoyer votre déclaration de revenus sur papier au centre fiscal de l'Agence du revenu du Canada responsable de votre région. Si une étiquette vous a été envoyée, utilisez-la, et prenez en note l'adresse du centre fiscal au cas où vous devriez l'utiliser de nouveau :

Centre fiscal de St. John's
290, avenue Empire
St. John's (Terre-Neuve et Labrador) A1B 3Z1

Aide pour la préparation de votre déclaration de revenus

Afin de pouvoir obtenir toutes les prestations auxquelles vous avez droit, vous devez remplir une déclaration de revenus chaque année, même si votre revenu est faible ou si vous n'avez aucun revenu.

Le **Programme communautaire des bénévoles en matière d'impôt** vient en aide à la plupart des Canadiens qui ont un revenu faible ou modeste et dont la situation fiscale est simple. Pour en savoir plus sur les programmes ou les endroits où se tiennent les cliniques d'impôt, veuillez communiquer avec l'Agence de revenu du Canada au numéro 1-800-959-8281 ou consultez le site Web, à l'adresse www.cra.gc.ca/volunteer.

Vous pouvez obtenir de l'information et des services en médias substitués :

- Les personnes malentendantes ou ayant des troubles de la parole qui utilisent un ATS peuvent composer sans frais le numéro 1-800-665-0354 pour obtenir de l'information générale en matière d'impôt.

- Il est également possible d'obtenir des publications en braille, en gros caractères ou en format électronique (audiocassette ou disquette). Composez sans frais le numéro 1-800-959-2221 du lundi au vendredi, de 8 h 15 à 17 h, heure de l'Est.

Pour en savoir plus, veuillez consulter le site Web de l'Agence du revenu du Canada, à l'adresse http://www.cra-arc.gc.ca/formspubs/hlp/bt_mltpl-fra.html.

Publications d'intérêt

Voici des publications de l'Agence du revenu du Canada qui pourraient vous intéresser :

Vous prenez votre retraite? (P119) Cette brochure fournit des renseignements sur les dispositions fiscales qui pourraient s'appliquer quand vous serez à la retraite. Il y est question des genres de revenus les plus courants que vous pouvez toucher, ainsi que des déductions et des crédits auxquels vous pouvez avoir droit. Il y est aussi question de la façon dont vous pouvez payer votre impôt, soit en le faisant retenir à la source sur vos revenus, soit en versant des acomptes provisionnels.

Résidents canadiens qui séjournent dans le Sud (P151) Cette brochure s'adresse à vous si vous avez séjourné une partie de l'année aux États-Unis en vacances, pour des raisons de santé ou pour d'autres raisons, tout en conservant des liens de résidence au Canada. Elle vous aidera à comprendre les lois fiscales américaines qui peuvent s'appliquer à vous. On y précise aussi certaines de vos obligations fiscales.

Le paiement de l'impôt par acomptes provisionnels (P110) Cette brochure s'adresse à vous si vous devez payer votre impôt par acomptes provisionnels, parce que vous touchez un revenu sur lequel l'impôt n'est pas retenu ou pour lequel l'impôt retenu est insuffisant. Vous y trouverez de l'information sur la façon de calculer vos acomptes provisionnels et sur les dates auxquelles ils doivent être versés.

POUR COMMANDER DES PUBLICATIONS DE L'AGENCE DU REVENU DU CANADA

Téléphone : 1-800-959-2221

ATS 1-800-665-0354

Vous pouvez aussi trouver de l'information sur le site Web de l'Agence du revenu du Canada, à l'adresse :

<http://www.cra-arc.gc.ca/formspubs/menu-fra.html>

Recevez vos paiements de l'Agence du revenu du Canada plus facilement grâce au dépôt direct

Faites déposer votre remboursement d'impôt directement dans votre compte de banque. Pour vous inscrire au dépôt direct, il vous suffit de remplir la section à la dernière page de votre déclaration de revenus ou le formulaire Demande de dépôt direct – Particuliers. Vous pouvez l'obtenir en appelant l'Agence du revenu du Canada (voir ci-dessous).

INSCRIPTION AU DÉPÔT DIRECT DE L'ARC

Téléphone sans frais : 1-800-959-2221.

ATS : 1-800-665-0354.

Vous pouvez aussi trouver de l'information sur le site Web de l'Agence du revenu du Canada, à l'adresse

www.cra.gc.ca.

- Dans la page d'accueil, cliquez sur le lien « **Particuliers** ».
- Sous « **Sujets** », cliquez ensuite sur « **Dépôt direct** ».

Anciens combattants

Le ministère des Anciens Combattants offre un large éventail de services et de prestations aux personnes suivantes :

- anciens combattants et alliés du Canada
- membres des Forces canadiennes et de la GRC, actifs et anciens
- certains civils
- personnes à charge admissibles

Pour savoir si vous êtes admissibles ou pour faire une demande, veuillez communiquer avec Anciens Combattants Canada aux numéros suivants :

1-866-522-2022 (français)

1-866-522-2122 (anglais)

La Loi sur les pensions pour les anciens combattants

En vertu de la *Loi sur les pensions*, administrée exclusivement par Anciens Combattants Canada (ACC), des pensions sont accordées aux personnes qui souffrent d'incapacités résultant du service militaire accompli en temps de guerre ou de paix. La pension est accordée en fonction du degré d'incapacité, confirmé par un examen médical, et est versée selon les taux établis dans la Loi.

Lorsque le bénéficiaire d'une pension d'invalidité décède, le conjoint ou conjoint de fait peut recevoir, pendant un an, le même montant de pension que celui versé au pensionné au moment de son décès. Après un an, le survivant reçoit une pension de survivant. Les conjoints ou conjoints de fait survivants qui se remarient continuent de recevoir des prestations de survivant.

Les enfants survivants peuvent être admissibles à des prestations d'orphelin à la suite du décès d'un pensionné.

Nouvelle Charte des anciens combattants

La *Loi améliorant la Nouvelle Charte des anciens combattants* a été élaborée afin de tenir compte des recommandations formulées par les membres des Forces canadiennes, les vétérans, leurs familles et les familles des défunts.

La Loi vise l'instauration des mesures suivantes :

- améliorer l'accès aux allocations mensuelles pour les vétérans gravement blessés (montant pouvant aller jusqu'à 1 609 \$ par mois, à vie);

- offrir un supplément additionnel de 1 000 \$ par mois à vie pour aider nos vétérans les plus gravement blessés ou malades;
- offrir diverses possibilités pour l'indemnité d'invalidité, soit un paiement forfaitaire unique, des paiements étalés sur un certain nombre d'années ou une combinaison des deux;
- modifier le règlement qui régit la *Nouvelle Charte des anciens combattants* afin d'y prévoir un revenu annuel minimal, avant impôt, de 40 000 \$ pour les vétérans bénéficiaires de l'allocation mensuelle pour perte de revenus.

Programme de pension d'invalidité

Vous pouvez avoir droit à une pension d'invalidité si vous êtes atteint d'une invalidité imputable au service militaire et si vous êtes :

- un ancien combattant des Forces canadiennes (FC) ou de la marine marchande de la Première ou de la Seconde Guerre mondiale, ou de la guerre de Corée;
- un membre actif ou un ancien membre de la Force régulière ou de la Force de réserve;
- un civil ayant servi à l'appui des Forces armées en temps de guerre.

Veillez prendre note que depuis la mise en œuvre de la *Nouvelle Charte des anciens combattants* le 1^{er} avril 2006, les vétérans et les membres des FC reçoivent généralement leurs prestations d'invalidité sous la forme d'un montant forfaitaire dans le cadre du Programme d'indemnité d'invalidité. Toutefois, dans certains cas, il est possible que les décisions concernant des demandes effectuées par les vétérans et les membres des FC soient rendues en vertu de la *Loi sur les pensions*. Cela pourrait comprendre l'examen de votre affection ouvrant droit à pension ou l'examen d'une décision défavorable concernant une demande de pension.

Vous pouvez recevoir des prestations supplémentaires si vous touchez une pension d'invalidité et si vous avez un conjoint, un conjoint de fait ou d'autres personnes à charge admissibles.

Allocation d'ancien combattant

L'allocation d'ancien combattant (AAC) est une forme d'aide financière offerte par Anciens Combattants Canada. En reconnaissance de leur service en temps de guerre, les personnes admissibles reçoivent un revenu mensuel régulier pour subvenir à leurs besoins de base. Le taux mensuel d'allocation est calculé en fonction du revenu, de la situation familiale et du nombre de dépendants.

L'admissibilité est déterminée selon le service en temps de guerre à titre d'ancien combattant ou de civil admissible, l'âge, la santé, le revenu et le lieu de résidence.

Les époux survivants, les conjoints de fait survivants et les orphelins peuvent aussi être admissibles à l'allocation si l'ancien combattant ou le civil décédé satisfait au critère relatif au service.

Prestations de soins de santé

Anciens Combattants Canada offre 14 types de prestations de santé, y compris pour des soins médicaux, chirurgicaux et dentaires, des médicaments sur ordonnance, des prothèses auditives et des soins de la vue. Il offre aussi des prestations de santé supplémentaires liées notamment aux frais de déplacement pour obtenir des soins, aux frais de déplacement d'un accompagnateur et aux frais des examens médicaux demandés par ACC.

Votre admissibilité à ces prestations de soins de santé sera établie en fonction de divers critères.

Programme pour l'autonomie des anciens combattants

Le Programme pour l'autonomie des anciens combattants (PAAC) est un programme national de soins à domicile qu'Anciens Combattants Canada a mis sur pied en 1981 afin d'aider ses clients à demeurer en santé et à vivre de manière autonome dans le confort de leur foyer ou au sein de leur collectivité.

Les conjoints survivants pourraient être admissibles à des services d'entretien ménager, d'adaptations à la résidence principale et d'entretien du terrain offerts dans le cadre du Programme pour l'autonomie des anciens combattants.

Soins de longue durée

Certains anciens combattants ayant servi en temps de guerre et civils admissibles peuvent recevoir des soins intermédiaires ou prolongés dans un établissement avec lequel ACC a conclu un contrat ou dans un des 1 900 établissements communautaires au pays, dont certains ont conclu une entente avec ACC.

Actuellement, ACC fournit de l'aide à plus de 4 300 anciens combattants admis dans quelque 171 établissement de santé comptant des lits retenus par contrat et à 3 500 autres admis dans plus de 1 500 centres locaux de soins de longue durée.

Programme de soins de santé pour anciens combattants

Dans la circonscription de Tobique-Mactaquac, le Programme de soins de santé pour anciens combattants est géré par la Régie Santé de la Vallée au nom d'Anciens Combattants Canada. Un établissement de 47 lits permet de fournir des soins aux résidents, soit des anciens combattants dont les besoins sont plus importants que ceux auxquels les services communautaires peuvent répondre. Une équipe interdisciplinaire fournit des soins de santé et le soutien nécessaire aux résidents ayant besoin de soins à long terme ou de soins particuliers, notamment les personnes souffrant de démence ou nécessitant des soins palliatifs.

En septembre 2003, le Programme de soins de santé pour anciens combattants a ouvert un centre de jour afin d'offrir des soins de relève aux familles qui s'occupent d'un ancien combattant dans leur résidence. L'ancien combattant est évalué et participe à divers thérapeutiques au cours de la journée ou d'une partie de la journée.

Pour obtenir plus d'information :

Unité de santé pour anciens combattants (ACC)

680, rue Priestman

C.P. 9000

Fredericton (Nouveau-Brunswick) E3B 5N5

Tél. : 506-452 5034 fax : 506-452 5189

Courriel : Nicole.Tupper@rvh.nb.ca



Soutien pour traumatismes liés au stress opérationnel

S'entend de traumatisme lié au stress opérationnel (TSO) tout état psychologique persistant consécutif au service militaire. Les TSO incluent des états pathologiques comme l'anxiété, la dépression et le syndrome de stress post-traumatique (SSPT).

Dans le but d'aider les anciens combattants, les membres actifs et les vétérans des Forces canadiennes (FC) à se remettre des traumatismes liés au stress opérationnel, ACC a mis sur pied des cliniques pour traiter ce genre de traumatismes. Les cliniques TSO fournissent des services normalisés d'évaluation, de traitement, de prévention et de soutien. Elles emploient des psychiatres, des psychologues, des infirmières et des travailleurs sociaux qui établissent en équipe un plan d'intervention pour chaque client selon ses besoins particuliers.

Pour être traité dans une de ces cliniques, il faut d'abord obtenir une recommandation du médecin du bureau de district le plus près de chez soi.

Établi dans le cadre du programme Soutien social aux blessés de stress opérationnel (SSBSO), le Réseau de soutien par les pairs vise à aider les membres et les vétérans des FC et leurs familles. Il s'agit en fait d'un groupe de vétérans de partout au pays et de membres de leurs familles qui savent très bien ce qu'est un traumatisme lié au stress opérationnel, ayant eux-mêmes été aux prises avec ce genre de traumatisme ou ayant vécu avec quelqu'un qui l'a été.

S'étant aujourd'hui remises de leur état, ces personnes sont en mesure d'aider les autres et de leur indiquer les ressources offertes à la Défense nationale, à ACC et dans leur collectivité. Pour obtenir de l'aide confidentielle ou être mis en contact avec le coordonnateur du soutien par les pairs le plus près de chez vous, composez le **1-800-883-6094** ou consultez le site Web www.osiss.ca.

Bureau de services juridiques des pensions

Le rôle principal du Bureau de services juridiques des pensions (BSJP) est d'offrir gratuitement des services de consultation, d'aide et de représentation aux clients qui ne sont pas satisfaits des décisions rendues à l'égard de leurs demandes de prestations d'invalidité et qui veulent en appeler de ces décisions.

Pour en savoir davantage sur la décision prise à votre sujet ou sur la façon d'en demander une révision ou d'interjeter appel, veuillez communiquer avec le BSJP au **1-877-228-2250** (service dans les deux langues officielles).

Ombudsman des vétérans

L'ombudsman des vétérans est un agent indépendant et impartial qui relève directement du ministre d'Anciens Combattants Canada. L'autonomie est essentielle si l'ombudsman veut être en mesure de respecter l'engagement qui a été pris à l'endroit des intéressés.

Le Bureau de l'ombudsman des vétérans (BOV) aide les parties intéressées à trouver des solutions aux problèmes qu'elles soulèvent et veille à ce que les sacrifices consentis par les vétérans du Canada et leurs familles soient reconnus grâce à la prestation de services, d'avantages et de programmes de soutien accessibles, offerts avec équité et en temps voulu.

Pour en savoir plus sur l'ombudsman des vétérans ou pour déposer une plainte, veuillez communiquer avec :

Bureau de l'ombudsman des vétérans
C.P. 18, succ. B
Ottawa (Ontario) K1P 6C3
Sans frais au Canada : **1-877-330-4343**
Site Web : <http://www.ombudsman-veterans.gc.ca/>

Trouver ou remplacer des médailles et des décorations

Voici des coordonnées qui vous permettront d'obtenir de l'information sur des dossiers de service et sur le remplacement de médailles et de décorations.

Renseignements au sujet des médailles – Dossiers de service

Bibliothèque et Archives Canada
395, rue Wellington
Ottawa (Ontario) K1A 0N4
Téléphone : 1-866-578-7777



Médailles

(Première Guerre mondiale, Seconde Guerre mondiale, guerre de Corée)

Armée, Marine, ARC, Marine marchande
Anciens Combattants Canada
Section des décorations et des citations
Bureau 1711, 66, rue Slater
Ottawa (Ontario) K1A 0P4
Téléphone : 1-877-995-5003



Autres médailles

Pour l'une des catégories de médailles suivantes :

- Médailles des Nations Unies
- Médaille du service spécial
- Médaille de la Somalie
- Médaille du Golfe et du Koweït
- Médailles de commissions internationales
- Ailes emblématiques de l'ARC
- Médailles de l'OTAN
- Décoration des Forces canadiennes et toutes les décorations et médailles d'ancienneté et de bonne conduite
- Médaille canadienne du maintien de la paix
- Mention élogieuse du Chef d'état-major de la Défense

Direction – Histoire et patrimoine 4-3
Bâtiment 347, site Uplands
Quartier général de la Défense nationale
101, promenade Colonel By
Ottawa (Ontario) K1A 0K2
Téléphone : 1-877-741-8332



Pour l'une des catégories de médailles suivantes :

- Médaille canadienne de service volontaire pour la Corée
- Médaille du 125^e anniversaire
- Médailles du Jubilé
- Décorations de bravoure civiles
- Règlements sur le port de décorations étrangères

Résidence de Son Excellence le gouverneur général du Canada
Chancellerie des ordres et décorations
1, promenade Sussex
Ottawa (Ontario) K1A 0A1
Téléphone : 1-800-465-6890

Forces britanniques

Ministry of Defence Medal Office
Service Personnel and Veterans Agency
Building 250 RAF Innsworth
Gloucester, UK
GL3 1HW

Médaille pour la « Murmansk Run »

Ambassade de la Fédération russe
285, rue Charlotte
Ottawa (Ontario) K1N 8L5
Téléphone : 1-613-235-4341



Vétérans canadiens de la guerre du Golfe Persique

(2 août 1990 - 27 juin 1991)

L'Ambassade du Koweït a commencé à distribuer la Médaille de la libération du Koweït. Pour déterminer si vous avez le droit de recevoir cette médaille et pour obtenir un formulaire de demande, veuillez communiquer avec :

Ambassade du Koweït
333, promenade Sussex
Ottawa Ontario) K1N 1J9
Téléphone : 613-780-9999
Fax : 613-780-9905
Courriel : info@embassyofkuwait.ca

Fonds du Souvenir

L'année 2009 a marqué le 100^e anniversaire du Fonds du Souvenir, un organisme qui joue un rôle important au Canada depuis 1909. Exploité en collaboration avec Anciens Combattants Canada, le Fonds veille à ce que les anciens combattants admissibles obtiennent les fonds nécessaires à la tenue de funérailles, à des services d'inhumation et à des pierres tombales convenables. Le Fonds appuie également des projets de commémoration partout au pays.

Les activités du Fonds du Souvenir prennent appui sur la détermination d'hommes et de femmes prêts à offrir aux anciens combattants la reconnaissance que leur ont valu leur service et leur sacrifice.

Pour en savoir plus au sujet des fonds mis à la disposition des anciens combattants et des pensionnés pour service en temps de paix admissibles, veuillez communiquer avec :

Bureau du Nouveau-Brunswick et de l'Île-du-Prince-Édouard

580, rue Main, bureau 202, immeuble B
Saint John (Nouveau-Brunswick) E2K 1J5
Sans frais : 1-800-561-0505
Téléphone : 506-658-9707
Fax : 506-658-9623
Courriel : lpinfoeast@lastpost.ca



Légion royale canadienne

Des filiales de la Légion royale canadienne jouent un rôle actif dans de nombreux secteurs de Tobique-Mactaquac, offrant des services aux anciens combattants, aux membres des Forces armées, aux aînés et au grand public. Tous sont invités à devenir membres et à participer aux activités sociales tenues au cours de l'année.

Filiale 11 – Woodstock	506-328-2645
Filiale 21 – Grand-Sault	506-473-4716
Filiale 24 – Hartland	506-375-4319
Filiale 27 – Lower Southampton	506-575-2428
Filiale 29 – Plaster Rock (Marble Arch)	506-356-8526
Filiale 36 – Perth-Andover	506-273-6368
Filiale 37 – Florenceville	506-392-5254
Filiale 59 – Millville	506-463-8100
Filiale 78 – Normandy (Boiestown)	506-369-2330
Filiale 80 – Beaverbrook (Nashwaak Bridge)	506-367-2548
Filiale 84 – Centreville	506-276-4214
Filiale 85 – Arthurette	506-273-2750

Questions de droit/Questions de fin de vie

Service public d'éducation et d'information juridiques du Nouveau-Brunswick (SPEIJ-NB)

Le SPEIJ-NB est un organisme sans but lucratif mis sur pied en 1989 pour fournir de l'information juridique d'ordre général à la population du Nouveau-Brunswick. Le fait d'avoir de l'information juridique peut vous aider à prévenir ou à éviter des problèmes juridiques. Toutefois, si vous avez besoin de conseils juridiques particuliers, vous devriez consulter un avocat.

Pour obtenir plus d'information, veuillez communiquer avec :

Service public d'éducation et d'information juridiques du
Nouveau-Brunswick
C.P. 6000
Fredericton (Nouveau-Brunswick)
E3B 5H1

Téléphone : 506-453-5369

Ligne d'information sur le droit de la famille : 1-888-236-2444

Aide juridique du Nouveau-Brunswick

L'Aide juridique du Nouveau-Brunswick fournit des services d'aide juridique aux personnes admissibles qui font face à des accusations criminelles déterminées ou qui sont parties à certaines instances en matière familiale. L'Aide juridique est régie par la [Loi sur l'aide juridique](#) et le [Règlement du Nouveau-Brunswick](#).

Bureaux de l'Aide juridique dans les circonscriptions judiciaires du Nouveau-Brunswick

Bathurst	506-546-5010	Miramichi	506-622-1061
Campbellton	506-753-6453	Moncton	506-853-7300
Edmundston	506-735-4213	Saint John	506-633-6030
Fredericton	506-444-2777	Woodstock	506-328-8127

Cour des petites créances

La Division de première instance de la Cour du Banc de la Reine s'occupe désormais des petites créances lorsque le montant en cause ne dépasse pas 30 000 \$. Pour en savoir plus, veuillez communiquer avec le palais de justice de votre circonscription judiciaire :

Circonscription judiciaire de Woodstock – comté de Carleton et comté de Victoria, sauf la paroisse de Drummond et la ville de Grand-Sault

Palais de justice de Woodstock
689, rue Main
C.P. 5001
Woodstock (Nouveau-Brunswick) E7M 5C6
Renseignements généraux : 506-325-4414
Fax : 506-325-4484

Circonscription judiciaire d'Edmundston – comté de Madawaska, paroisse de Drummond et ville de Grand-Sault

Carrefour Assomption
121, rue de l'Église
C.P. 5001
Edmundston (Nouveau-Brunswick) E3V 1J9
Renseignements généraux : 506-735-2029
Fax : 506-737-4419

Procuration

La procuration est un document juridique écrit qui confère à une ou à plusieurs personnes le pouvoir d'agir en votre nom en ce qui concerne vos biens, vos finances ou vos soins personnels. Elle peut être **générale** ou **nominative**. La **procuration générale** confère au donataire le plein pouvoir d'exercer tous vos droits en ce qui a trait à vos biens, à vos finances et à vos soins personnels. La **procuration spécifique** limite le pouvoir du donataire, qui ne peut agir en votre nom que pour ce qui est de certaines affaires ou dans certaines circonstances précises.

De plus, vous pouvez dresser une procuration qui traite à la fois de vos questions financières et de vos soins personnel, ou vous pouvez produire deux procurations distinctes portant chacune sur une catégorie précise. Dans un cas comme dans l'autre, vous pouvez nommer une seule personne pour s'occuper de vos finances et de vos soins personnels ou des personnes différentes pour s'occuper d'une seule catégorie chacune.

La procuration est habituellement rédigée avec l'aide d'un avocat et confère à la personne désignée le pouvoir de s'occuper de vos affaires de nature financière et juridiques.

Procuration pour soins personnels

Une modification apportée en 2000 à la *Loi sur les personnes déficientes* du Nouveau-Brunswick a rendu possible la création d'une **procuration pour soins personnels** dans la province.

Cette procuration par laquelle le donateur nomme une autre personne pour prendre, en tout ou en partie, les décisions le concernant en matière de soins personnels.

Habituellement, une procuration pour soins personnels entre en vigueur lorsque vous (le donateur) devenez incapable de participer au processus de prise de décisions. Vous pouvez définir dans la procuration les circonstances en vertu desquelles le mandataire commencerait à prendre les décisions vous concernant en matière de soins personnels. Par exemple, vous pouvez préciser si vous désirez subir une évaluation de la capacité mentale avant que le mandataire puisse agir en votre nom.

Pour en savoir plus sur les procurations, veuillez consulter un avocat ou communiquer avec :

Service public d'éducation et d'information juridiques du Nouveau-Brunswick
C.P. 6000
Fredericton (Nouveau-Brunswick)
E3B 5H1

Téléphone : 506-453-5369

Fax : 506-462-5193

Courriel : pleisnb@web.ca

Site Web : http://www.legal-info-legale.nb.ca/fr/index.php?page=powers_of_attorney

Tutelle de l'adulte

La capacité mentale est bien sûr essentielle à la prise de décisions rationnelles. Mais il arrive que la maladie ou une blessure trouble l'esprit et empêche une personne, quel que soit son âge, de prendre des décisions éclairées. Parfois, la personne ne peut plus prendre soin d'elle-même ou voir à ses affaires.

Dans certaines circonstances, un parent ou un ami devra s'adresser au tribunal afin d'être nommé tuteur de la personne. Au Nouveau-Brunswick, ce mécanisme est régi par la *Loi sur les personnes déficientes*. Le SPEIJ-NB publie un livret intitulé *Quand vous ne pourrez pas voir à vos affaires... qui le fera?* qui explique certaines des conséquences juridiques de l'incapacité mentale et qui donne des conseils quant aux dispositions pouvant être prises à l'avance afin de préparer votre bien-être financier et personnel.

Pour commencer le livret, veuillez communiquer avec :

Service public d'éducation et d'information juridiques du Nouveau-Brunswick
C.P. 6000
Fredericton (Nouveau-Brunswick)
E3B 5H1

Téléphone : 506-453-5369

Fax : 506-462-5193

Courriel : pleisnb@web.ca

Site Web :

http://www.legal-info-legale.nb.ca/fr/when_you_cant_manage_your_affairs

Services de protection des adultes

Les Services de protection des adultes du gouvernement du Nouveau-Brunswick offre des services aux personnes âgées et aux adultes ayant une incapacité victimes de mauvais traitements ou de négligence. Les mauvais traitements peuvent être de nature physique, sexuelle ou psychologique. La négligence peut être auto-infligée ou causée par les autres.

Toutes les situations où il y a raison de croire qu'un adulte est négligé ou maltraité font l'objet d'une enquête. Si des services sont requis et que la capacité mentale d'un client ne lui permet pas de le reconnaître et d'accepter ces services, le ministère du Développement social peut demander au tribunal de lui accorder l'autorisation légale de protéger les personnes vulnérables.

Une fois la négligence ou les mauvais traitements confirmés, les services appropriés sont offerts; ils peuvent être fournis par le service de protection des adultes ou un autre programme du ministère si le client accepte de bon gré. Une personne mentalement capable a le droit de refuser les services si elle le désire.

L'exploitation financière n'est toujours pas reconnue comme un mauvais traitement en vertu de la *Loi sur les services à la famille*. Par conséquent, les personnes autorisées à agir au nom du ministre n'ont pas l'autorité nécessaire pour intervenir dans les situations d'exploitation financière sauf si la personne est aussi victime de mauvais traitements ou de négligence tel qu'énoncé dans la Loi.

Il est possible de signaler des cas aux Services de protection des adultes 24 heures par jour, sept jours par semaine, en téléphonant au bureau régional le plus près.

Edmundston :

Sans frais : 1-866-441-4249

Courriel : sd-ds@gnb.ca

Site Web : www.gnb.ca/0017/index-f.asp

Fredericton :

Sans frais : 1-866-444-8838

Courriel : sd-ds@gnb.ca

Site Web : www.gnb.ca/0017/index-f.asp

Sensibilisation aux mauvais traitements envers les aînés

Le gouvernement du Canada a mis en œuvre l'Initiative fédérale de lutte contre les mauvais traitements envers les aînés, qui s'étend sur trois ans et qui vise à aider les aînés et les autres citoyens à reconnaître les signes et les symptômes de mauvais traitements infligés aux aînés. Dans le cadre de cette initiative, le gouvernement du Canada travaille en collaboration avec les provinces et les territoires, des associations professionnelles et des organismes communautaires afin de prendre des mesures concrètes pour déceler et prévenir l'exploitation des aînés canadiens.

La plus récente campagne à cet égard porte sur l'exploitation financière des aînés et vise à fournir aux Canadiens l'information et l'encouragement dont ils ont besoin pour intervenir et obtenir de l'aide.

Pouvez-vous déceler les signes de l'**exploitation financière**?

- Modifications injustifiées aux comptes bancaires;
- signatures douteuses sur les chèques ou les documents;
- essais non autorisés pour ajouter des noms sur une carte bancaire ou d'autres cartes de signature;
- baisse soudaine d'argent ou d'actifs financiers.

Pour contrer l'exploitation financière et contribuer à leur protection, les aînés peuvent prendre les mesures suivantes :

- garder les renseignements financiers et personnels en lieu sûr;
- demander à une personne de confiance d'examiner les contrats et autres documents avant de les signer;
- obtenir des conseils juridiques neutres avant de signer tout document en ce qui a trait aux décisions importantes concernant la résidence ou d'autres biens, même si la famille y participe.

Pour en savoir plus sur les initiatives mises en œuvre par le gouvernement du Canada pour sensibiliser la population aux mauvais traitements dont peuvent être victimes les personnes âgées, veuillez consulter le site www.aines.gc.ca ou communiquer avec le 1-800-O-Canada (1-800-622-6232). Les personnes qui utilisent un appareil de télécommunication pour sourds (ATS) peuvent composer le 1-800-926-9105.

Commission canadienne des droits de la personne

La Commission canadienne des droits de la personne (CCDP) est un organisme indépendant créé par le Parlement en 1977. Elle exerce son mandat en toute indépendance du gouvernement du Canada.

La CCDP applique la *Loi canadienne sur les droits de la personne* et veille au respect de la *Loi sur l'équité en matière d'emploi*. Ces deux lois prévoient l'application des principes de non-discrimination et d'égalité des chances dans tous les secteurs de compétence fédérale, c'est-à-dire les organisations réglementées par le gouvernement fédéral.

Pour joindre le bureau national de la CCDP :

Commission canadienne des droits de la personne
344, rue Slater, 8^e étage
Ottawa (Ontario)
K1A 1E1

Téléphone : 1-613-995-1151
Sans frais : 1-888-214-1090
ATS : 1-888-643-3304
Fax : (613) 996-9661
Site Web : <http://www.chrc-ccdp.ca/>

Commission des droits de la personne du Nouveau-Brunswick

La Commission des droits de la personne est un organisme gouvernemental qui fait la promotion de l'égalité et des droits de la personne et s'emploie à freiner la discrimination en offrant des occasions d'éducation aux employeurs, aux fournisseurs de services et au grand public.

La *Loi sur les droits de la personne* est une loi provinciale qui interdit la discrimination et le harcèlement dans les secteurs suivants :

- l'emploi;
- le logement;
- les services publics (p. ex., les écoles, les magasins, les motels, les hôpitaux, les services de police et la plupart des services gouvernementaux);
- la publicité;
- certaines associations.

Les motifs de discrimination interdite sont :

- la race
- la couleur
- l'origine nationale
- le lieu d'origine
- l'ascendance
- la religion
- l'âge
- l'état matrimonial
- le sexe
- l'orientation sexuelle
- l'incapacité physique ou mentale
- la condition sociale, laquelle comprend la source de revenu, le niveau d'éducation et l'emploi
- les convictions ou l'activité politiques.

Si vous croyez faire l'objet de discrimination ou de harcèlement fondé sur l'un ou l'autre des motifs susmentionnés, vous pouvez déposer une plainte auprès de la Commission des droits de la personne du Nouveau-Brunswick. Le service ne coûte rien et il est illégal d'être pénalisé parce qu'on a déposé une plainte.



COMMISSION DES DROITS
DE LA PERSONNE DU
NOUVEAU-BRUNSWICK

Pour en savoir plus, veuillez communiquer avec :

Commission des droits de la personne du Nouveau-Brunswick
Maison Barry
C.P. 6000
Fredericton (Nouveau-Brunswick)
E3B 5H1
Téléphone : 506-453-2301
Sans frais : 1-888-471-2233
ATS : 506-453-2911
Fax : 506-453-2653
Courriel : hrc.cdp@gnb.ca
Site Web : <http://www.gnb.ca/hrc-cdp/index-f.asp>

Testament

Un testament est nécessaire si vous souhaitez que vos biens soient répartis d'une certaine façon après votre décès. C'est une bonne idée de consulter un avocat avant de faire un testament parce que s'il n'était pas préparé et certifié en bonne et due forme, il pourrait être déclaré sans effet, et le tribunal devrait alors décider de la répartition de vos biens.

Un testament devrait être revu à intervalles réguliers afin de déterminer s'il y a lieu d'y apporter des modifications.

Pour commander un exemplaire gratuit du livret *Faire son testament*, veuillez communiquer avec :

Service public d'éducation et d'information juridiques du Nouveau-Brunswick
C.P. 6000
Fredericton (Nouveau-Brunswick)
E3B 5H1

Téléphone : 506-453-5369
Fax : 506-462-5193
Courriel : pleisnb@web.ca

Vous pouvez également télécharger le livret à partir du site Web du SPEIJ-NB :
[http://www.legal-info-
legale.nb.ca/fr/uploads/file/Files/PDF/Making_a_Will_FR.pdf](http://www.legal-info-legale.nb.ca/fr/uploads/file/Files/PDF/Making_a_Will_FR.pdf)

Actes de naissance, licences de mariage et certificats de décès

La Direction des statistiques de l'état civil de Service Nouveau-Brunswick tient un registre central des naissances, des mariages, des décès et des demandes de changement de nom qui ont lieu dans la province. Il est possible de s'y procurer, moyennant certains frais, des actes de naissance, des licences de mariage et des certificats de décès.

Pour en savoir plus, veuillez communiquer avec :

Statistiques de l'état civil
C.P. 6000
Fredericton (Nouveau-Brunswick)
E3B 5H1
Téléphone : 506-453-2385
Fax : 506-444-4139
Site Web : <http://www.snb.ca/>

Aînés en ligne

Sites Web destinés aux aînés

Il existe beaucoup d'information utile sur la prestation de soins, les voyages, les relations, la santé, le vieillissement et l'emploi dans Internet. Voici un échantillon de sites Web sur ces questions.

Guide des programmes et services
fédéraux destinés aux aînés

www.aines.gc.ca

Site Web sur le mode de vie qui s'adresse
aux aînés et contient de l'information sur
les divertissements, l'argent et les
relations.

www.50plus.com

Association canadienne des individus
retraités

www.carp.ca

Information sur le logement pour les
aînés

www.retirementhomes.com

Information sur les services de santé du
Nouveau-Brunswick

<http://www.gnb.ca/0051/index-f.asp>

Agence de la santé publique du Canada,
information sur le vieillissement et les
aînés

<http://www.phac-aspc.gc.ca/seniors-aines/index-fra.php>



Programmes de financement pour les aînés

Le programme fédéral Nouveaux Horizons pour les aînés, qui s'adresse aux personnes âgées qui souhaitent jouer un rôle plus actif au sein de leur collectivité, permet à de nombreux groupes d'aînés et d'organisations communautaires du troisième âge d'obtenir des fonds. Le programme aide les aînés à préserver les traditions et à réduire l'écart entre les générations en servant de modèles à suivre, en partageant leurs compétences avec leurs pairs et en ayant une influence sur le cours des choses dans la société.

Le programme Nouveaux Horizons pour les aînés (NHA) est un programme fédéral de subventions et de contributions qui soutient les projets dirigés ou proposés par des aînés qui ont une influence positive sur la vie d'autres personnes et sur leur collectivité.

Dans le cadre du programme NHA, le gouvernement du Canada prend des mesures visant à permettre aux aînés de transmettre leurs connaissances, leurs compétences et leurs expériences à d'autres.

Le programme NHA soutient les projets qui visent à répondre à au moins un des cinq objectifs suivants :

- promouvoir le bénévolat chez les aînés et les membres des autres générations;
- faire participer les aînés à leur collectivité par le mentorat;
- accroître la sensibilisation aux mauvais traitements envers les aînés, y compris l'exploitation financière;
- soutenir la participation sociale et l'inclusion des aînés;
- fournir une aide à l'immobilisation destinée aux nouveaux projets communautaires, aux projets communautaires existants ou aux programmes communautaires pour les aînés.

On invite les organisations à présenter une demande de financement au moyen d'appels de propositions.

Pour en savoir plus :

Téléphone : 1-800-277-9914

Site Web : <http://www.aines.gc.ca/>



Rester actif

Rester socialement actif et en bonne forme physique et psychologique est l'un des meilleurs moyens d'éviter les maladies et les affections incapacitantes. Vous n'êtes jamais trop vieux pour augmenter votre niveau d'activité physique et pour en récolter de nombreux avantages pour votre santé. Votre autonomie dépend de votre capacité à mener les activités de votre choix au moment qui vous convient.

Santé Canada conseille de faire 30 minutes d'activité modérée au moins quatre fois par semaine. Cela ne signifie pas que vous devez adhérer à un centre de culture physique et faire des exercices sur le tapis roulant ou suivre un cours de danse aérobique avec sauts.

La marche, la danse, le jardinage et les sports comme le curling, le golf et le ski de fond sont des façons agréables d'intégrer l'activité physique à vos habitudes quotidiennes. Il est bien sûr important de consulter son médecin avant d'entreprendre toute forme d'activité physique inhabituelle.

Utiliser moins la voiture et marcher plus, prendre l'escalier plutôt que l'ascenseur et faire des exercices d'étirement pour garder sa force et sa souplesse nécessitent de la détermination de votre part, mais même de petits changements dans votre façon de faire les choses peuvent avoir une grande incidence sur votre état de santé général.

Services des loisirs : Les services des loisirs et les clubs de bénévoles des diverses municipalités et collectivités organisent souvent des activités spéciales à l'intention des aînés. Ces activités se déroulent sur une base régulière ou concurremment avec des festivals et d'autres activités communautaires telles que des soirées de jeux, des bingos, des concerts, des fêtes et des danses.



Il est facile de se tenir au courant de ce qui se passe dans votre collectivité; il suffit de lire les journaux et les bulletins locaux, d'examiner le tableau d'affichage à l'épicerie ou au bureau de poste, ou d'appeler votre bureau municipal ou votre service des loisirs. Ce sont d'excellentes sources d'information sur les clubs et les activités pour aînés de votre région.

Club pour aînés : Fondée en 1968, la Fédération des citoyen(ne)s aîné(e)s du N.-B. inc. (FCANB) défend les intérêts de ses 20 000 membres.

Objectifs :

- Veiller au bien-être et au leadership des aînés du Nouveau-Brunswick, âgés de 50 ans et plus, sans distinction de langue, de race, de couleur, de sexe ou de croyance.
- Entretenir la communication avec tous les membres.
- Établir de bonnes relations avec le gouvernement, les sociétés et les organisations provinciales et nationales.

Pour en savoir plus sur la FCANB ou pour connaître les clubs pour aînés de votre région, veuillez communiquer avec la FCANB en composant sans frais le numéro 1-800-453-4333 ou en envoyant un courriel à horizons@nbnet.nb.ca.



Garder un esprit alerte

En vieillissant, il est tout aussi important de garder un esprit sain qu'un corps sain. Il est bon pour le corps et l'esprit de rester actif, mais il est possible d'en faire plus pour stimuler l'esprit.

Certains aînés aiment faire des mots croisés ou des mots cachés, tandis que d'autres se tiennent au courant de l'actualité en lisant les journaux tous les jours, en s'informant dans Internet ou en écoutant les nouvelles à la télévision.

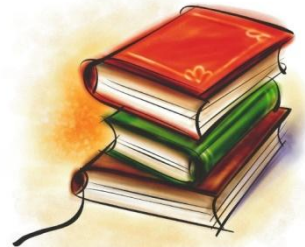
Un excellent moyen de garder un esprit alerte consiste à visiter votre bibliothèque locale qui est une riche source d'information et de divertissement grâce à la multitude de livres que vous pouvez emprunter gratuitement. Votre bibliothèque contient également des livres en gros caractères ainsi que des livres parlés.

Bibliothèques provinciales dans Tobique-Mactaquac

Boiestown – Bibliothèque publique-scolaire de Boiestown	506-369-2022
Florenceville-Bristol – Bibliothèque publique	
Andrew-et-Laura-McCain	506-392-5294
Grand-Sault – Bibliothèque publique de Grand-Sault	506-475-7781
Hartland – Bibliothèque publique Dr-Walter-Chestnut	506-375-4876
Nackawic – Bibliothèque publique-scolaire de Nackawic	506-575-3136
Perth-Andover – Bibliothèque publique de Perth-Andover	506-373-2843
Plaster Rock – Bibliothèque publique-scolaire de Plaster Rock	506-356-6018
Stanley – Bibliothèque communautaire de Stanley	506-367-2492
Woodstock – Bibliothèque publique L.-P. Fisher	506-325-4777

De nombreuses régions rurales profitent des services du Bibliobus qui s'arrête une fois par mois à des endroits précis. Voici la liste des endroits que le Bibliobus dessert dans Tobique-Mactaquac.

Burt's Corner – Bird's Corner Store
Canterbury – Bureau de poste
Durham Bridge – Centre communautaire de Nashwaak Valley
Glassville – Downtown Grocery
Hainesville – Stop & Shop
Juniper – Hill's Convenience
Keswick Ridge – W.B. Coburn Store
Mactaquac – Esso Convenience
Meductic – Cummings Brothers Irving
Millville – Bureau de poste
Mount Pleasant – Centre communautaire
Nashwaak Bridge – Bureau de poste
Penniac – Penniac Recreation Hall



Springfield – VanOord Farm
Taymouth – Taymouth Community Association
Zealand – Zealand Convenience

Pour connaître les dates et les heures d'arrêt du Bibliobus :

Site Web : <http://www.gnb.ca/0003/regions/bibliobus.asp>

Ou communiquez avec votre bibliothèque locale.

Si vous vous intéressez à la généalogie ou à l'histoire, les archives publiques de Fredericton sont une excellente ressource à cet égard.

Archives provinciales du Nouveau-Brunswick
Édifice Bonar Law-Bennett
23, promenade Dineen
Campus de l'Université du Nouveau-Brunswick
506-453-2122



Activité physique chez les aînés

Pourquoi faire de l'activité physique?

- Pour se maintenir en bonne santé et demeurer autonome au fil des années.

À mesure que nous prenons de l'âge, l'activité physique est ce qu'il y a de mieux pour se maintenir en bonne santé, avoir un bon moral et conserver notre qualité de vie. Marcher, faire des étirements et faire travailler vos muscles vous aideront = demeurer autonome au fil des ans.

L'inactivité accélère le vieillissement. L'autonomie, ça veut dire pouvoir accomplir ce que vous voulez, quand vous le voulez. Pour demeurer autonome, vous devez pouvoir vous étirer, vous pencher, soulever et porter des objets et vous déplacer sans difficulté. L'activité physique vous aidera à demeurer mobile et à conserver votre force.

Voici des données qui vous feront réfléchir :

- 60 % des aînés ne font pas assez d'exercice.
- Le fait de rester assis ou couché pendant de longues périodes représente un risque pour la santé (Organisation mondiale de la santé).
- Le manque d'activité physique fait diminuer :
 - la résistance des os;
 - la force musculaire;
 - la bonne condition du cœur et des poumons;
 - la souplesse.
- L'inactivité est aussi néfaste pour votre santé que le tabagisme.

Pratiquez l'activité physique à votre façon : à la maison, dans votre localité, avec des amis, en route vers des activités sociales et au retour.

Plus vous serez actif, plus vous en retirerez des bienfaits

Si vous commencez dès maintenant à être davantage actif, d'ici 4 à 12 semaines, vous devriez commencer à en retirer des bienfaits.

- Commencez lentement et ajoutez graduellement des activités à votre programme.
- Il n'y a pas que les activités qui exigent une grande dépense physique qui sont bénéfiques pour la santé.

Avantages immédiats :

- Faire de nouvelles rencontres

- Se sentir plus détendu
- Avoir un meilleur sommeil
- Se divertir davantage

Voici un aperçu des avantages que procure l'activité physique. Cochez tous ceux dont vous aimeriez bénéficier..

Avantages de l'activité physique régulière :

- | | |
|--|--|
| <input type="checkbox"/> Maintien de l'autonomie | <input type="checkbox"/> Meilleure estime de soi |
| <input type="checkbox"/> Amélioration de la qualité de vie | <input type="checkbox"/> Contrôle du poids |
| <input type="checkbox"/> Énergie accrue | <input type="checkbox"/> Muscles et ossature plus forts |
| <input type="checkbox"/> Meilleure posture et meilleur équilibre | <input type="checkbox"/> Détente et réduction du stress |
| <input type="checkbox"/> Meilleure santé physique et mentale | <input type="checkbox"/> Moins de courbatures et de douleurs |

Selon les chercheurs, l'activité physique contribue à réduire les risques suivants :

- | | |
|---------------------------|-----------------------------------|
| • Maladies du cœur | • Ostéoporose |
| • Chutes et blessures | • Accidents vasculaires cérébraux |
| • Obésité | • Dépression |
| • Hypertension artérielle | • Cancer du côlon |
| • Diabète de l'adulte | • Décès prématuré |

Pour en savoir plus sur l'activité physique, veuillez consulter le **Guide d'activité physique canadien pour une vie active saine pour les aînés** qui se trouve en ligne à l'adresse :

<http://dsp-psd.pwgsc.gc.ca/Collection/H39-429-1999-2F.pdf>

ou composez le numéro 1-888-334-9769 pour en demander un exemplaire.



Déplacements

Permis de stationnement pour personnes handicapées

Les cartes à cet égard peuvent être obtenues dans tout centre de Service Nouveau-Brunswick. Les demandeurs devront prouver leur déficience en personne ou présenter un formulaire rempli par un médecin, un ergothérapeute, un infirmier ou un physiothérapeute. Les cartes de personne handicapée peuvent être attribuées pour une période maximale de cinq ans.

Ces cartes de stationnement sont offertes pour le transport de toute personne ayant une incapacité physique qui l'empêche de se déplacer sur une distance de plus de 50 mètres sans l'aide :

- d'un fauteuil roulant;
- d'une marchette;
- d'une ou de deux béquilles;
- d'une prothèse ou orthèse d'un membre inférieur ou d'un autre accessoire fonctionnel;

ou ayant des troubles respiratoires ou cardiaques graves provoquant des difficultés respiratoires importantes ou des douleurs intenses à la suite d'un effort physique minimal.

Tous les permis et cartes de stationnement pour personne handicapée sont fournis gratuitement.

Pour en savoir plus :

Sans frais : 1-888-762-8600

Site Web : <http://app.infoaa.7700.gnb.ca/gnb/Pub/EServices>
<http://www.snb.ca/f/0001f.asp>

Heures d'ouverture:

Du lundi au vendredi – 8 h 30 – 20 h

Samedi – 9 h – 13 h

Cours de recyclage en conduite automobile 55 ans au volant

Le cours de recyclage en conduite automobile 55 ans au volant vise à aider les Canadiens de 55 ans et plus à conserver leur autonomie et leurs privilèges en tant que conducteurs.

Le cours a pour but d'aider les personnes de 55 ans et plus à avoir plus confiance derrière le volant, à être plus conscients des dangers de la route, à mettre à jour leurs connaissances du code de la route et des nouvelles technologies, à prévoir les réactions des autres conducteurs, à cerner et à corriger les mauvaises habitudes au volant et à exprimer leurs préoccupations dans un milieu amical et détendu.

Chaque cours de six heures est donné en salle de classe par un moniteur formé par le Conseil canadien de la sécurité. Il comprend un ensemble de diapositives, de cahiers d'exercices et de discussions de groupe.

Pour en savoir plus, veuillez communiquer avec :

Services de sécurité Nouveau-Brunswick
440, chemin Wilsey, bureau 204
Fredericton (Nouveau-Brunswick)
E3B 7G5

Sans frais : 1-877-762-7233

Courriel : info@safetyservicesnb.ca

Site Web : www.safetyservicesnb.ca/55alive.php



Mot de la fin

Cette brochure s'adresse aux aînés de la circonscription de Tobique-Mactaquac. Elle contient une liste des clubs et organisations de la région, de l'information sur les nombreux programmes et services fédéraux offerts aux aînés et aux personnes qui arrivent à l'âge de la retraite, de même que les coordonnées pour les rejoindre. Elle pourrait aussi être utile aux amis, à la famille et aux aidants des personnes âgées.

La brochure est un guide contenant une description sommaire des programmes et des critères d'admissibilité. Les coordonnées qui sont fournies permettront aux utilisateurs d'obtenir plus d'information.

Pour me faire part de l'utilité de la brochure, veuillez remplir le formulaire qui se trouve à la page 2. N'oubliez pas que toute correspondance adressée à votre député n'a pas besoin d'être affranchie.

Sans frais : 1-800-671-6160
Courriel : allenm@parl.gc.ca
Site Web : www.mikeallen.ca

Chambre des communes
Pièce 233, édifice de la Confédération
Ottawa (Ontario)
K1A 0A6
Téléphone : 613-947-4431
Fax : 613-947-4434

Bureau de circonscription de Keswick
9, allée Yerxa, pièce 7
Keswick (Nouveau-Brunswick)
E6L 1N7
Téléphone : 506-363-2232
Fax : 506-363-4998

Bureau de circonscription
de Woodstock
672, rue Main, pièce 8
Woodstock (Nouveau-Brunswick)
E7M 2C8
Téléphone : 506-325-2224
Fax : 506-325-2786

Bureau de circonscription
de Grand-Sault
218, boul. Broadway, pièce 105
Grand-Sault (Nouveau-Brunswick)
E3Z 2J9
Téléphone : 506-473-663
Fax : 506-473-3926