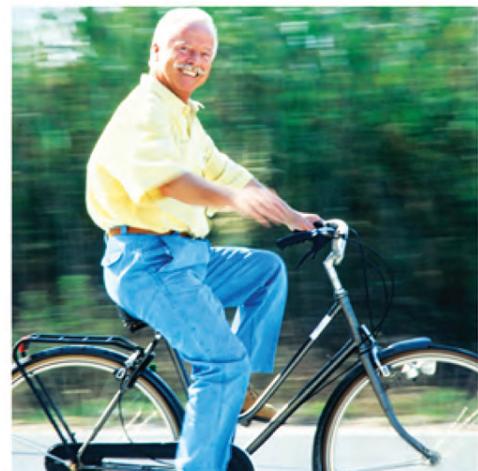


Nos personnes agées à l'honneur

Salute to Seniors



Bulletin
d'Aylmer **The West Québec POST**



L'âge d'or The Golden Years



Honouring our seniors

According to the United Nations, the proportion of older people within the global population will more than

Service personnalisé de prothèses dentaires de qualité. Customized service for quality dentures

Nouveautés
Prothèses de précision
Prothèses sur implants
Rendez-vous en soirée

Claude Lefèvre

New :
Precision dentures
Implant denture
Evening appointment

Pascale Henri

Clinique de denturologie

366, ch. Aylmer, suite 102 • 819.685.0064

Presto Mini Marché

7 days a week : 6 a.m. to 11 p.m.

4 / 500 ml beer cans, many brands from \$6.99
6 pack of beer from \$7.39
12 pack of beer from \$13.99
18 pack of beer \$20.99 • SOL \$13.99/doz.

Groceries • Lottery
Large variety of wine • Vodka • Gin • Rum
Telephone cards Bus tickets

Place Elgin, 10 Belmont • 819 684-1544



double between now and the year 2050. This is actually good news, as it indicates an improvement in health and socio-economic conditions. However, the phenomenon also implies some difficulties for societies around the world, and these issues will have to be tackled during the twenty-first century.

The World Bank reports that life expectancy, which in 2009 had already reached 81 in Canada, is also increasing in developing countries. Healthy seniors are an important resource for families and for the economy, and investing in their health brings benefits to society as a whole. It is important, therefore, to highlight the important contribution of seniors in Canada. Seniors give a lot to their communities and to their families—one senior in four is a caregiver for a family member and the hours that

seniors give to volunteer work exceed those of all other age groups. Sadly, their work often goes unrecognized.

How can we honour these important members of our society? On a personal level, you could send cards to the seniors in your family, visit them, or just pick up the phone and call them. Spending time with someone at a seniors centre is another good idea, as is taking an active interest in their lives and offering to do errands or chores to make life easier for them.

Other ways to make the entire community more aware of their contribution are to organize walks for seniors, set up an intergenerational reading club, plan a commemorative tree planting ceremony, or establish an activity in local schools to facilitate cross-generation cooperation.

Why have a will?

Writing a will/testament is usually the last thing people want to think about. However, your decision to write or not write one will significantly impact your loved ones. In Quebec, there are three ways that your family and/or friends will receive your estate when you die (by way of a will, by way of a marriage contract, and by means of the Civil Code). First, if you leave no will, the civil code of Québec states that your estate will be divided as follows:

- If you have a spouse and children, one third of your estate will go to your spouse and two thirds to your children.
- If you have no spouse, your children will receive the totality of your estate.
- If you have no children but a spouse, your estate

will be divided and two thirds will go to your spouse and one third will go to your parents.

- If you have no children and no parents living, your spouse will receive two thirds and your brothers and sisters will receive one third.
- If you have no spouse and no children, your estate will be divided in half fifty percent to your parents and fifty percent to your brothers and sisters.

The liquidators of your estate will be the people who are designated to inherit your estate according to the Civil Code. They can, however, elect a liquidator by majority vote.

If you decide to leave a will, there are three acceptable forms in Québec. First, you could handwrite your will. It is important that the entire will is handwritten and that it is dated and signed. If you decided to type your will, you could have it witnessed by two witnesses. It is important that the witnesses and you initial or sign each page of the will. This is the second form acceptable in Québec and it can be prepared by a third party. The third form of a will acceptable in Québec is a notarial will. The cost of this type of will depends on the complexity of the arrangements you want to set up for your beneficiaries.

If you do not make a will, the law sets out who will inherit your property. A good reason to write a will is if the law's approach to settling your estate does not meet the needs of your loved ones.

Code civil du Québec, LRQ, c C-1991, sections 666 to 683

Salon Barbara

10, rue Garden, Aylmer
819 682-3043
www.wix.com/salonbarbara/info

ÂGE D'OR SENIORS bienvenue are our specialty

Coupe femme/homme

Cut woman/man 14,50 \$

Couper & placer - Cut & set... 24,00 \$

Coupe, teinture, mise en plis

Cut, colour & set 45,00 \$

Mèches & mise en plis

Highlights & set..... 37,00 \$

Permanente - Permanent 55,00 \$

**Enfants de 12 ans et moins 10 \$
Children 12 and under 10 \$**

Propriétaire/Owner: Barbara Mayhew

Notaire/Conseillère juridique Notary/Legal Counsel

droit immobilier/real estate law
droit des successions/estate settlement
droit commercial/commercial law

Nancy Suominen, LL.L, LL.M
440 boul. St. Joseph Blvd., Gat. QC
(819) 205-0724

nancy.suominen@notarius.net



La Corporation de l'âge d'or d'Aylmer

La Corporation de l'âge d'or d'Aylmer rend hommage à tous les aînés et les invite à participer à ses activités qui débuteront le 5 septembre 2012.

La Corporation de l'âge d'or d'Aylmer wishes to honour all seniors and invites them to participate in its activities starting September 5th, 2012.

Pour plus d'information / for more information:
Reina Bastien (819) 684-5279

AÎNÉS.INFO
VOTRE SOURCE D'INFORMATION

Pour une meilleure qualité de vie des aînés :

www.aines.info

Denis White
Président fondateur

Tél. : (418) 877-2688
Télec. : (418) 877- 5288
Courriel : info@aines.info

Site philanthropique pour entreprises!

Finances • divertissements • voyages • santé • hébergement

10 façons de prendre soin de nos aînés

- 1** Discutez avec vos parents de leurs peurs, leurs besoins et leurs souhaits.
- 2** En cas de besoin, ayez en main le nom et le numéro de téléphone du médecin de vos parents. Faites de même pour leur pharmacien, leur avocat et leur notaire, leur coiffeur, le service de transport adapté, etc.
- 3** Ayez également en main les coordonnées des services offerts aux aînés dans la région où habitent vos parents : popote roulante, aide à l'entretien ménager, soins infirmiers à domicile, zoothérapie, etc.
- 4** Assurez-vous que leur maison est sécuritaire : vérifiez le bon fonctionnement des avertisseurs de fumée, ajustez le chauffe-eau de façon à ce que l'eau chaude ne puisse pas causer de brûlure, créez un environnement sécuritaire pour éviter les chutes, etc.
- 5** Affichez une liste de numéros de téléphone importants, à un endroit bien visible. Cette liste comportera les numéros à composer en cas d'urgence : police, ambulance, centre antipoison, voisin ou ami proche, etc.
- 6** Assurez-vous que leur résidence est adaptée à leur condition physique : installez une robinetterie de type mono-contrôle, des barres d'appui dans le bain, etc.



- 7** Visitez plusieurs résidences pour aînés de la région pour vous familiariser avec ces milieux de vie. Au besoin, inscrivez vos parents sur la liste d'attente d'une résidence qui correspond à leurs besoins et à leurs goûts.
- 8** Assurez-vous que vos parents ont rédigé un testament et un mandat en cas d'inaptitude.
- 9** Chaque jour, passez un coup de fil à vos parents pour avoir de leur nouvelles. Si cela est impossible pour vous, demander à une personne de confiance de le faire.
- 10** Encouragez vos parents à demeurer actifs. De nombreuses activités peuvent les tenir occupés : cours de danse pour aînés, marche, quilles, bingo, club de lecture, voyages organisés, etc.



BOUGEZ en plein air!
Cours pour tous à l'année
Cardio 50+, BootCamp,
Marche nordique, Cardio postnatal.

RESTEZ JEUNE et en SANTÉ!
Renforcez votre immunité et vos os.
Éloignez les maladies chroniques.
Retrouvez vitalité et énergie.

DÉFI 30 jours remise en forme
PERDEZ du poids et gagnez la forme!
avec l'approche gagnante:
nutrition, exercices et motivation.

Entraînement personnel

OFFREZ-VOUS Vitalité, Santé et Forme!

avec
Natalie Rousseau
Bacc. et maîtrise en nutrition
Kinésiologue
Entraîneuse personnelle certifiée,
Coach en alimentation

819.770.2089



www.hoplavie.net



RETRAITÉ OU PRÊT DE L'ÊTRE?

L'Association nationale des retraités fédéraux (ANRF), qui représente 175 000 membres au pays, est le plus important et le plus influent organisme de défense des droits des retraités fédéraux. La **SECTION DE L'OUTAOUAIS** est là pour vous! La cotisation annuelle minime vous assure la protection de vos droits et intérêts et vous donne accès à de nombreux avantages et rabais dans le cadre de programmes d'affinité réservés aux membres, comme

- RÉGIMES D'ASSURANCE (voyage et annulation, soins prolongés, habitation et auto, etc.)
 - VOYAGES (hôtels, location de voitures, agences de voyages, etc.)
 - RESTAURANTS, TRAITEURS, SERVICES FUNÉRAIRES, RÉSIDENCES PRIVÉES POUR RETRAITÉS et beaucoup plus...
- Joinez votre association, profitez des nombreux avantages et **GAGNEZ UN VOYAGE EN TUNISIE**

RETIRED OR NEARING RETIREMENT?

The National Association of Federal Retirees (FSNA), which represents 175,000 members across the country, is the largest and most influential advocacy group for federal pensioners. The **OUTAOUAIS BRANCH** is there for you! For minimal membership dues, you obtain protection of your rights and interests and benefit from many members-only privileges and discounts under affinity programs, such as

- INSURANCE PLANS (travel & trip cancellation, long-term care, group home and auto, etc.)
- TRAVEL (hotels, car rentals, travel agencies, etc.)
- RESTAURANTS, CATERING, FUNERAL SERVICES, PRIVATE RETIREMENT HOMES, and many more...

Join your association, start enjoying many benefits, and **WIN A TRIP TO TUNISIA**

FOR INFORMATION ON MEMBERSHIP/ RENSEIGNEMENTS SUR L'ADHÉSION

FRANÇOISE DOMPIERRE - 819 777-2540 - fmdomp@videotron.ca

www.anrf-fsnaoutaouais.qc.ca



L'âge d'or The Golden Years



Avons-nous pensé à tout avant de partir?

Lorsqu'on se prépare à quitter la maison, on vérifie nos clés, le four, les robinets, tout cela pour quitter l'esprit tranquille. Avons-nous la même attitude face à notre décès? Bien des gens pratiquent encore et toujours à cet égard des pensées magiques de toutes sortes par rapport à leur conjoint. Dans ce texte, je vous ferai des courtes mises en situation sur le décès d'un être cher. Notez qu'il s'agit de situations fictives.

1. Louise vivait depuis près de 15 ans en concubinage avec Charles. Ce dernier décède d'un arrêt cardiaque sans

laisser de testament. Il était séparé de corps de sa première épouse Sarah et avait eu dans cette première union 2 enfants. S'étant rencontré sur le tard, aucun enfant ne naîtra de son union avec Louise. Il possédait une maison en son nom seul, quelques placements, une assurance-vie avec bénéficiaire désignée (Louise) et une pension du gouvernement fédéral. Qui sont ses héritiers? La loi répond à cette question de la façon suivante : 1/3 à l'épouse et 2/3 aux enfants. Le produit de l'assurance-vie ira à Louise. En ce qui concerne la pension du gouvernement, il faut vérifier s'il y a eu désignation ou non de bénéficiaire. Dans la négative, elle rentre dans la succession légale et sera partagée entre les héritiers légaux.

CHANGEONS QUELQUES FAITS

2. Dans le cas où Charles était divorcé de sa première épouse. Il laisse aussi dans le deuil 2 enfants de sa précédente union et deux nés de son union de fait avec Louise. On reprend la même trame factuelle. Qui sont ses héritiers? La loi répond à cette question de la façon suivante: ses enfants en parts égales entre eux. Louise n'aura encore là droit qu'au produit d'assurance-vie dont elle est la bénéficiaire désignée.

3. Cette fois-ci, Charles et Louise n'ont jamais eu d'enfants et ne se sont jamais mariés. Il possédait une maison en son nom seul, quelques placements, une assurance-vie avec bénéficiaire désignée (Louise) et une pension du gouvernement fédéral avec bénéficiaire désignée (Louise). Qui sont ses héritiers? La loi désigne comme héritier dans le cas d'un décès sans testament, les père et mère de Charles. Si ses parents sont décédés, ce sont les frères et soeurs qui héritent.

Ces différentes mises en situation nous démontrent le peu de protection offerte par la loi aux conjoints de fait tout en nous rappelant, l'importance de faire un testament pour bien protéger nos êtres chers.

Véronique Semexant
notaire



T. 819.205.1222 • F. 819.205.1143
v.beaudry@notarius.net

**BEAUDRY
SEMEXANT & ASS
NOTAIRES**

1910 ch. Pink, suite C, Gatineau (Qc) J9J 3N9 • servicenotaire.com

Joignez-vous à notre porte ouverte.
• Rafraîchissements et visite guidée de la résidence.
• Dimanche 8 et 22 juillet, 2012
• 14h00 à 16h00

Join us for an Open Doors.

- Enjoy refreshments and tours of our beautiful residence
- Sundays: July 8th & July 22nd
- 2-4 pm



Bienvenue chez vous. Place to Call Home.

Une panoplie de services à votre disposition sont :

- ✓ Médecin sur place, Dr. André Moreau, B.A., M.D.
- ✓ Personnel infirmier en devoir 24 heures
- ✓ « Programme de loisirs » pour tous les goûts
- ✓ Piscine et salle d'exercice
- ✓ Repas délicieux et nutritifs quotidiens
- ✓ Forfait de soins adapté à vos besoins dans le confort de votre appartement

Our many outstanding amenities include:

- ✓ In House Physician, Dr. Andre Moreau, B.A., M.D.
- ✓ Nursing staff on duty 24 hours
- ✓ Resident Wellness Program
- ✓ Swimming pool & yoga center
- ✓ Nutritious, delicious daily meals
- ✓ Care packages customized to your needs in the comfort of your suite

Maintenant ouvert!
VENEZ VISITER NOTRE AILE SÉCURISÉE
NOW OPEN! COME AND TOUR OUR
NEW SECURE CARE FLOOR

Château Symmes

(819) 682-9090

255 rue North Street
Aylmer, QC

