

Mot de la directrice générale Sylvie Breton



Bonjour,

Je suis très heureuse de vous présenter une nouvelle édition du journal d'information Lueur d'Espoir.

Nous avons reçu de très généreux dons au cours des dernières semaines. Vous trouverez les détails à la page 4.

L'évènement soulignant notre 45^e anniversaire se tiendra le jeudi 11 avril prochain sous forme de cocktail dînatoire. L'invitation se trouve en annexe du journal. N'hésitez pas à vous inscrire. Cette célébration ne pourrait se tenir sans l'appui de plusieurs commanditaires que nous remercions.

Dans le cadre de notre 45^e anniversaire et parce que notre organisme a effectué plusieurs changements importants au cours de la dernière année, nous avons décidé de nous inscrire au Gala Charlevoix reconnaît qui se tiendra le 21 mars. Bonne chance à nous tous !

Le temps des impôts approche, vous trouverez de l'information sur un nouveau service (projet pilote) du Gouvernement du Québec aux pages 10 et 11. Sachez également qu'il y a deux organismes dans Charlevoix qui peuvent vous aider gratuitement pour la production de vos déclarations de revenus soit, le CIRCCO et le Centre d'action bénévole de Charlevoix.

Nouvelle activité cette année, un dîner hivernal se tiendra le samedi 2 mars. Voir les détails à la page 8. L'assemblée générale annuelle se tiendra à la fin mai. Vous recevrez les avis de convocation par la poste ou par courriel en temps et lieu.

N'hésitez pas à nous contacter si vous souhaitez discuter, pour toute information ou question, notre équipe est là pour vous répondre.

Bonne lecture !

Dans ce numéro	P.
Mot de la directrice générale	1
Gala Charlevoix reconnaît	2
Infos en vrac	3
De généreux dons	4
Bingos virtuels	5
Services pour les personnes fibromyalgiques dans Charlevoix	6
Régime canadien de soins dentaires	7-8
Activité à venir - Dîner hivernal	9
Ressource pour les technologies	10
Projet pilote pour les impôts	11-12
Notre équipe Le conseil d'administration Commanditaires	13
Mission - Vision - Valeurs - Nous joindre	14

Gala Charlevoix reconnaît

Notre organisme est parmi les candidats au Gala Charlevoix reconnaît dans la catégorie l'Engagé (organisme à but non lucratif) mais nous ne savons pas encore si nous sommes parmi les finalistes.

Nous avons posé notre candidature cette année car nous sommes fiers du chemin parcouru afin d'améliorer les conditions de vie des personnes ayant des limitations physiques, et ce, depuis 45 ans. Nos actions ont des conséquences directes sur l'ensemble de nos membres mais rejaillissent également sur toute la communauté charlevoisienne puisque nous contribuons à édifier une société plus juste, plus solidaire et plus inclusive au bénéfice de toutes et de tous.

On se souhaite bonne chance !



Gala Charlevoix reconnaît

UNE PRÉSENTATION DU



UN ÉVÈNEMENT SIGNÉ



JEUDI 21 MARS 2024

au Fairmont Le Manoir Richelieu
 & Hôtel Casino Charlevoix

Infos en vrac



Le bingo du mois de mars aura lieu en présentiel lors du dîner hivernal du 2 mars. Les cartes seront données sur place ! Apportez votre étampe de bingo !
Au plaisir !

Rappel

Semaine de relâche

4 au 8 mars 2024

Les trois groupes d'activités de jour seront fermés au courant de cette semaine.

Les bureaux demeurent ouverts.
418 665-0015



De généreux dons



La fondation Malle Baye a remis une somme record de 235 000 \$ à plus d'une douzaine d'organismes de Charlevoix, mardi soir le 9 janvier, à la distillerie et Brasserie Menaud.

C'est 12 500 \$ qui a été remis à notre organisme ! Notre directrice générale et notre président étaient sur place pour recevoir le chèque officiel.

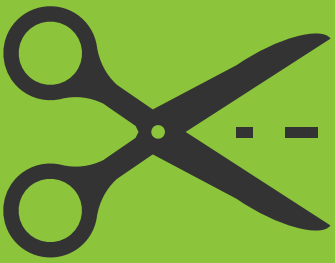
Merci beaucoup à la Fondation Malle Baye !



Un grand merci au Club Lions Clermont-La Malbaie pour le don de 500 \$ effectué à notre organisme en décembre dernier !

**500 X
MERCICI !**





BINGO

42

26

15

83

7

11 H

~~VENDREDI 1 MARS 2024~~

ANNULÉ

VENDREDI 5 AVRIL 2024

VENDREDI 3 MAI 2024

VENDREDI 7 JUIN 2024

B
12

B
12

N
44

30

N
44

30

Services pour les personnes fibromyalgiques dans Charlevoix



COMMUNIQUÉ DE PRESSE

Le 15 janvier 2024, Québec

Un nouveau service pour les personnes fibromyalgiques dans Charlevoix

Au Québec, on estime que 2 à 5% de la population est atteinte de fibromyalgie, soit environ 385 000 personnes. Au Canada, on évalue ce nombre à 900 000 personnes. Si on tient compte des conjoints et autres membres des familles des personnes atteintes, qui sont eux aussi touchés de près par la fibromyalgie, on peut donc calculer que des millions de personnes sont affectées d'une façon ou d'une autre par cette maladie.

La fibromyalgie, qui est un trouble d'hyperexcitabilité du système nerveux, se caractérise par des douleurs chroniques diffuses, de la fatigue invalidante, des troubles du sommeil et des troubles cognitifs. Elle s'accompagne souvent de d'autres troubles tels que le syndrome des jambes sans repos, la migraine et le syndrome du côlon irritable ainsi que d'anxiété et de dépression. Il s'agit d'une maladie partiellement connue de la science et difficile à diagnostiquer, ce qui fait que les personnes atteintes peuvent attendre longtemps avant de savoir de quoi elles souffrent. Cette maladie est pour l'instant incurable, mais on peut traiter les symptômes.

L'Association de fibromyalgie région de Québec, créée en 1992, a pour mission d'aider les personnes atteintes de fibromyalgie et de promouvoir leurs intérêts.

L'Association de fibromyalgie de Québec est fière de vous informer qu'elle offrira des services aux personnes atteintes de fibromyalgie de la région de Charlevoix. En effet, un groupe d'entraide sera offert ainsi que des suivis en individuel avec une travailleuse sociale. Ces services permettront, entre autres choses, de briser l'isolement des malades, d'échanger trucs et astuces pour mieux vivre avec la maladie et permettre de s'adapter plus harmonieusement à sa condition de santé. Les services seront offerts à Baie St-Paul tous les vendredis aux deux semaines. Des suivis téléphoniques et en visioconférence sont également possibles. La date du début des services sera déterminée en fonction des inscriptions.

Nous invitons les personnes intéressées à nous contacter par téléphone, par courriel ou via notre page Facebook. Les services sont ouverts aux personnes membres de l'Association. Le coût du membership est de 25\$ à vie (diagnostic), et de 15\$ à vie pour les membres de soutien.

Marie-Ève Gagnon, T.S.

Association de fibromyalgie de Québec

418-667-2224

marieeve.gagnon.ts@hotmail.ca

[Fibromyalgie Région de Québec – Aider, soutenir et promouvoir les intérêts des personnes atteintes de fibromyalgie. \(fibromyalgie-quebec.com\)](#)

[\(20+\) Facebook](#)

Régime canadien de soins dentaires

Accessible. Abordable. Essentiel.



Admissibilité

Pour être admissible, vous devez :

- ✓ être un résident canadien aux fins d'impôt
- ✓ avoir un revenu familial net rajusté de moins de 90 000 \$
- ✓ ne pas avoir accès à une assurance dentaire privée ou financée par un employeur ou un régime de retraite
- ✓ avoir rempli une déclaration de revenus l'année précédente

Le RCSD aidera à réduire les obstacles financiers à l'accès aux soins de santé buccodentaire pour près de **neuf millions** de résidents canadiens admissibles.



Comment présenter une demande

Phases de présentation de demandes du régime	
Groupe	Début des demandes d'inscription
Invitation à présenter une demande envoyée par la poste	
Personnes âgées de 87 ans et plus	À compter de décembre 2023
Personnes âgées de 77 à 86 ans	À compter de janvier 2024
Personnes âgées de 72 à 76 ans	À compter de février 2024
Personnes âgées de 70 à 71 ans	À compter de mars 2024
Demande présentée en ligne	
Personnes âgées de 65 à 69 ans	À compter de mai 2024
Personnes détenant un certificat valide pour le crédit d'impôt pour personnes handicapées	À compter de juin 2024
Enfants de moins de 18 ans	À compter de juin 2024
Tout les autres résidents canadiens admissibles	À compter de 2025



Des lettres seront envoyées par vague à tous les groupes d'âge entre décembre 2023 et mars 2024 jusqu'à ce que toutes les personnes âgées potentiellement admissibles de 70 ans et plus aient été invitées à présenter une demande auprès du RCSD.

La santé buccodentaire est un aspect important de votre santé globale et de votre bien-être. Des visites régulières auprès d'un professionnel de la santé buccodentaire réduisent les risques de développer des problèmes de santé graves.

En 2022, près d'un Canadien sur quatre déclarait éviter de consulter un professionnel de la santé buccodentaire en raison du coût.

Tous les Canadiens méritent de recevoir des soins buccodentaires accessibles et abordables; ils sont essentiels.



Canada.ca/dentaire



Gouvernement du Canada / Government of Canada





Demande au Régime canadien de soins dentaires (RCSD)

Vous pouvez faire une demande au Régime canadien de soins dentaires seulement si vous avez reçu une lettre vous invitant à le faire. Les lettres seront envoyées par étapes aux personnes de 70 ans et plus qui pourraient être admissibles, en commençant par celles de 87 ans et plus, de décembre 2023 à mars 2024. Appelez le système téléphonique automatisé avant le 30 avril 2024 pour compléter votre demande.

Appelez



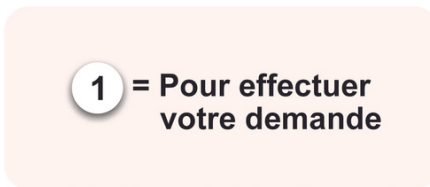
Composez le 1-833-537-4342.

Choisissez votre langue



Pour le service en anglais, faites le 1.
Pour le service en français, faites le 2.

Options relatives à la demande



Pour faire une demande, faites le 1.

Renseignements nécessaires pour présenter une demande

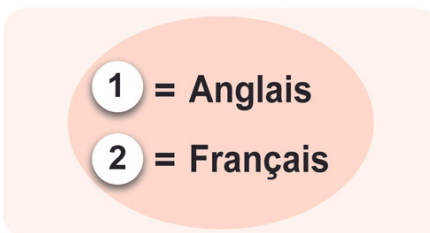


Entrez votre code de demande qui se trouve dans le coin supérieur droit de votre lettre d'invitation.



Entrez votre numéro d'assurance sociale (NAS) qui figure sur votre carte d'assurance sociale ou sur de nombreux documents fiscaux.

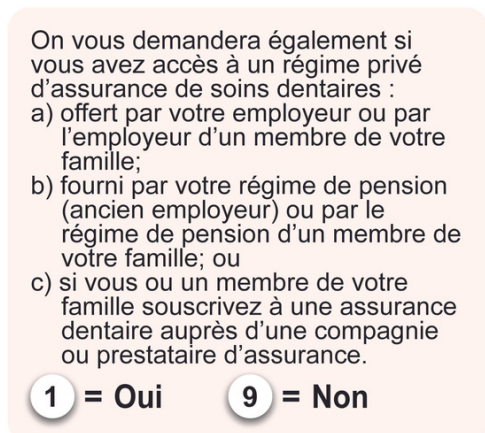
Langue écrite



Sélectionnez votre langue préférée pour la correspondance à venir.

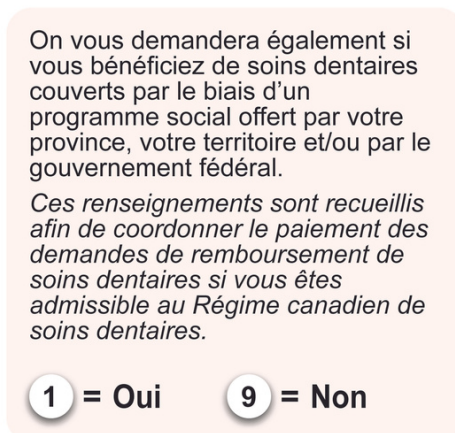
Pour l'anglais, faites le 1.
Pour le français, faites le 2.

Assurance dentaire privée



Si la réponse est « oui », faites le 1.
Si la réponse est « non », faites le 9.

Assurance dentaire publique



Si la réponse est « oui », faites le 1.
Si la réponse est « non », faites le 9.

Décision



Vous entendrez un message indiquant si vous remplissez les conditions requises. Une lettre expliquant cette décision vous sera aussi envoyée dans les 15 jours ouvrables.

Si vous êtes admissible, votre couverture débutera à la date fournie dans votre trousse de bienvenue. La trousse vous sera envoyée d'ici 3 mois par la Sun Life.



Veillez noter que ces renseignements sont valables jusqu'au 30 avril 2024.

Pour obtenir les plus récents renseignements sur le RCSD, veuillez consulter le site Canada.ca/dentaire

Activité à venir

INVITATION

CENTRE DES LOISIRS DE RIVIÈRE-MALBAIE

Dîner hivernal

2 MARS 2024

AU MENU

Potage



poitrine de poulet

Dessert



BINGO

UN PRIX DE 75\$

INSCRIPTION OBLIGATOIRE

 418-665-0015

 Via messenger

 info@envolcharlevoix.co



TRANSPORT ADAPTÉ DISPONIBLE

LES NOUVELLES TECHNOLOGIES VOUS PARLENT-ELLES?



Une ressource à votre disponibilité
tous les vendredis de 8h30 - 11h30



1

Répondre à vos questions concernant les **cellulaires**, les **tablettes**, ou **portables**

2

Faciliter le **magasinage en ligne** et éviter les **pièges sur internet**

3

Utiliser des **services financiers** *AccèsD*

4

Maîtriser la prise de rendez-vous sur internet : **Santé (Clic'santé)** et **Immatriculation (SAAQ'Clic)**

5

Compléter des **formulaires** gouvernementaux ou autres

Lieu
**Centre d'action bénévole
de Charlevoix**
367, St-Étienne, bur. 103
La Malbaie



Pour plus d'informations
Yanik Larochelle
418-633-2982



Centre d'action bénévole de
Charlevoix

Projet pilote pour les impôts



Seules les personnes ayant reçu une invitation peuvent utiliser ce service.

Projet pilote : un service simple et rapide pour faire vos impôts !

Bonne nouvelle ! Vous pourriez avoir la chance d'utiliser un nouveau service en ligne pour faire vos impôts plus rapidement.

Comment ça fonctionne ?

Cette nouveauté sera offerte sur notre site Internet. Vous répondrez à quelques questions, et votre déclaration d'impôt sera remplie pour vous. Vous pourrez ensuite nous la transmettre en un seul clic !

Sans formulaire. Sans frais. Sans calcul à effectuer. Ça vaut le coût de l'essayer !

Comment faire pour en profiter ?

Exprimez votre intérêt dès maintenant !

- 1 Connectez-vous à Mon dossier pour les citoyens, à revenuquebec.ca.
- 2 Cliquez sur le bouton Exprimez-vous dans l'encadré **La déclaration d'impôt simplifiée, ça m'intéresse !**
- 3 Cochez la case « Oui ».

Si vous êtes toujours admissible, nous communiquerons avec vous au début de 2024. Nous vous fournirons plus d'information et nous vous préviendrons quand le service sera disponible.

Odile Darbouze

Vice-présidente et directrice générale des particuliers

<https://justepourtous.revenuquebec.ca/fr/sujets/declaration-dimpot-simplifiee/>

Besoin d'un coup de pouce ?

Nous pourrions vous aider avec plaisir. Pour plus d'information ou de l'aide pour vous inscrire à Mon dossier, vous pouvez



- consulter la page d'information justepourtous.ca/simplement
- communiquer avec nous :
 - 418 780-1502 (Québec)
 - 514 787-1812 (Montréal)
 - 1 844 456-3050 (sans frais)



Projet pilote pour les impôts (suite)

DES QUESTIONS? NOS RÉPONSES!

Je n'ai pas effectué mon inscription à Mon dossier pour les citoyens. Que dois-je faire?

Si c'est la première fois que vous accédez à Mon dossier pour les citoyens, ou si votre dernier accès date de plus de deux ans, vous devrez réaliser quelques étapes.

Vous pouvez vous inscrire ou vous authentifier de nouveau en utilisant l'un des deux services suivants :

- [Service d'authentification via votre institution financière \(partenaire de connexion\)](#)
- [Service québécois d'authentification gouvernementale \(clicSÉCUR\)](#)

Pourrai-je également produire ma déclaration fédérale?

Ce service est offert seulement pour la déclaration provinciale.

Quels documents dois-je avoir en main?

Au moment de produire votre déclaration, assurez-vous d'avoir en main les documents dont vous avez besoin pour faire vos impôts, comme les documents suivants :

- le relevé 1, *Revenus d'emploi et revenus divers*, parfois confondu avec le feuillet T4;
- le relevé 2, *Revenus de retraite et rentes*;
- le relevé 5, *Prestations et indemnités*;
- le relevé 6, *Régime québécois d'assurance parentale*;
- le relevé 19, *Versements anticipés de crédits d'impôt*;
- le relevé 22, *Revenu d'emploi lié à un régime d'assurance interentreprises*;
- le feuillet T4E, *État des prestations d'assurance-emploi et autres prestations*;
- le feuillet T4A, *État du revenu de pension, de retraite, de rente ou d'autres sources*.

Cela facilitera votre tâche au moment de vérifier l'exactitude des renseignements inscrits pour vous dans votre déclaration simplifiée.

Notre équipe



Sylvie Breton
Directrice générale



Valérie Rochefort
Éducatrice
spécialisée



Roxanne Houde
Éducatrice
spécialisée



Le conseil d'administration

Crédits photos : Pierre Rochette



Joseph Lavoie
Président



François Thivierge
Vice-président



Yves Lavoie
Secrétaire-trésorier



Marie-Claude Otis
Administratrice



Nathalie Tremblay
Administratrice



Danielle Bouchard
Administratrice



Merci à nos commanditaires !


**Aubé
Anctil
Pichette
& Associés**
 Comptables professionnels agréés
 Société en nom collectif
aapa.ca

Comptabilité et paye
 Certification d'états financiers
 Fiscalité (particuliers et entreprises)
 Évaluation d'entreprise

965, boul. Mgr-De Laval, bur. 200
 Baie-Saint-Paul
 418 435-3076

505, rue Saint-Étienne, bur. 220
 La Malbaie
 418 202-3076


Jean Coutu

MYLENE AUGER
 PHARMACIENNE - PROPRIÉTAIRE
mauger@jpc.jeancoutu.com

365 BOUL. DE COMPORTÉ, LA MALBAIE (QC) G5A1H9
 Tél. : (418) 665-3072 Fax : (418) 665-5608

FAIRE PLACE À LA DIFFÉRENCE C'EST ENRICHIR NOTRE SOCIÉTÉ !

MISSION

Accompagner, informer, intégrer et offrir des services aux personnes vivant avec des limitations physiques.

VISION

Reconnue pour son expertise et son approche, l'APHC contribue à l'amélioration de la qualité de vie de ses membres et favorise leur autonomie ainsi que le développement de leur plein potentiel.

VALEURS

L'accessibilité
Le respect
L'entraide
L'épanouissement

L'ÉQUIPE

Sylvie Breton, directrice générale—sylvie.breton@envolcharlevoix.com
Valérie Rochefort, éducatrice spécialisée—valerie.rochefort@envolcharlevoix.com
Roxanne Houde, éducatrice spécialisée—roxanne.houde@envolcharlevoix.com

Retrouvez-nous sur nos
différentes plateformes web :

www.envolcharlevoix.com

facebook.com/envolcharlevoix

<https://bit.ly/instaenvol>

Téléphone : 418 665-0015
Télécopieur : 418 665-6787
info@envolcharlevoix.com

367, rue St-Étienne, bureau 428
La Malbaie (Québec)
G5A 1M3



Fièrement associé à :

Centraide
Québec et
Chaudière-Appalaches