

LIAISON

août 2023

Mettre fin au gaspillage alimentaire : pour le portefeuille et la planète



Environ le tiers de la nourriture produite dans le monde est gaspillée chaque année. C'est l'équivalent de 1,3 milliard de tonnes de nourriture jetée ou non consommée! Les déchets alimentaires entraînent aussi un gaspillage de l'eau, de la terre et de l'énergie nécessaires à la production de ces aliments et contribuent à 8 % des émissions mondiales de gaz à effet de serre. Malgré ce gaspillage de nourriture, plus de 4 millions de Canadiens souffrent d'insécurité alimentaire et un nombre croissant de personnes, dont beaucoup d'aînés, doivent recourir aux banques alimentaires. Quatre facteurs influencent la consommation et la gestion des aliments :

Les facteurs psychologiques, comme les émotions positives, les attitudes et les habitudes, ainsi que la sensibilisation environnementale et civique.

Les **normes sociales**, par exemple, si vos parents ont toujours fait attention à ne pas jeter la nourriture, vous aurez tendance à éviter le gaspillage alimentaire.

Les facteurs géographiques, alors que les résidents des régions urbaines ont tendance à gaspiller davantage de nourriture que ceux des régions rurales.

Les facteurs démographiques et socio-économiques, alors que l'information scientifique confirme que les jeunes ont tendance à gaspiller davantage que les personnes plus âgées. Également, plus le niveau d'éducation d'une personne est élevé, plus celle-ci a tendance à gaspiller de la nourriture.

Voici quelques suggestions pour réduire le gaspillage alimentaire :

- **Planifiez** vos menus et dressez une liste d'épicerie. [Cliquez ici](#) pour des conseils.
- **Ne jetez pas systématiquement les aliments dont la date de péremption approche.** La date de péremption n'est qu'une indication de la fraîcheur. [Cliquez ici](#)

pour mieux comprendre la durée de conservation.

- **Utilisez votre réfrigérateur judicieusement.** Certaines parties de votre réfrigérateur sont plus chaudes que d'autres. Connaître les différentes sections du réfrigérateur vous aidera à mieux sauvegarder vos aliments. [Cliquez ici](#) pour un guide afin de mieux connaître votre réfrigérateur.
- **Cuisez en groupe.** Il est difficile de cuisiner pour seulement une personne, car les quantités achetées sont souvent trop importantes. Renseignez-vous sur les initiatives de cuisine en groupe dans votre communauté.

[Cliquez ici](#) pour lire l'article complet sur le portail McMaster Optimal Aging.

Rester actif grâce aux activités récréatives locales

Beaucoup de centres communautaires locaux distribuent des guides d'activités décrivant les possibilités de loisirs et les cours. Vous êtes-vous déjà inscrit à l'une de leurs activités? Dans le cas contraire, vous risquez de rater des occasions de contacts sociaux au niveau local. Pendant l'année, des programmes saisonniers sont offerts à tous les groupes d'âges, notamment des jeux, des groupes d'exercice, des clubs et des événements.



Les activités sociales peuvent inclure des jeux de cartes comme le bridge ou l'euchre, tandis que les programmes peuvent porter sur des cours de cuisine et artistiques. Beaucoup offrent aussi différents programmes d'exercices et sportifs en fonction du niveau d'habileté ou adaptés à l'âge des participants. Ces programmes sont généralement organisés dans les centres communautaires locaux, les bibliothèques ou les centres pour aînés et sont une excellente façon de rester actif et de se faire de nouveaux amis. Ça vous intéresse? Visitez alors votre centre communautaire local et demandez un guide imprimé, ou allez en ligne sur le site Web de votre municipalité pour vérifier les programmes de loisirs disponibles. Certaines municipalités offrent des programmes à prix réduits ou subventionnés. Puisque ces programmes relèvent souvent des municipalités, de l'assistance est disponible si vous avez besoin d'aide pour vous inscrire à l'un d'entre eux. Alors, profitez des services locaux et soyez actif!

La Fondation RTOERO récompense Johnson Inc. pour son partenariat Platine et son soutien

Johnson Assurance est un partenaire exceptionnel de la Fondation RTOERO depuis sa création. Dans les faits, Johnson Inc. est la seule organisation dans la catégorie de donateurs la plus élevée - Partenariat Platine - dont les dons cumulés dépassent 1 million \$. En 2019, Johnson s'est engagé financièrement à verser 375 000 \$ sur cinq ans à la Fondation, le dernier versement ayant officiellement été présenté lors de l'assemblée annuelle de RTOERO en mai 2023.



Johnson Inc. partage avec la Fondation l'objectif commun d'améliorer la vie des Canadiens vieillissants afin qu'ils puissent vivre dans la dignité et le respect. Dans le cadre de ses activités corporatives et ses actions philanthropiques, Johnson Inc. a démontré son engagement à contribuer à résoudre certains des enjeux les plus importants auxquels nous sommes tous confrontés en vieillissant.

L'engagement de Johnson envers la santé et le bien-être des adultes plus âgés a aidé la Fondation à lancer son programme de subventions pour lutter contre l'isolement social. Cet engagement a également fourni le soutien opérationnel de base nécessaire pour que la Fondation reste axée sur sa mission et ait un impact plus important chaque année.

Nous remercions sincèrement toute l'équipe de Johnson Inc. pour son dévouement exceptionnel envers la recherche en gériatrie et les programmes novateurs qui améliorent la vie des aînés pour les générations à venir.



La série de webinaires Focus se poursuit cet automne



Réservez la date à votre calendrier! Le prochain webinaire de la série Focus de RTOERO s'intitule [Conseils sur l'assurance voyage](#) et sera présenté le jeudi 21 septembre de 13h00 à 14h15 (HNE).

Ce webinaire présente les règles essentielles à suivre pour les voyages, les aspects importants en matière d'assurance avant le départ, ainsi que l'utilité de votre police d'assurance. La présentation sera suivie d'une période de questions.

Shane Thom sera le présentateur de ce webinaire sur l'assurance voyage. Shane est membre de la division Direct Distribution Travel d'Intact. Il supervise et dirige une équipe principalement chargée des relations avec les institutions financières et des grands partenariats externes. Ce vétéran du secteur de l'assurance possédant 20 années d'expérience a amorcé sa carrière chez Johnson Inc. et plus particulièrement avec le programme de RTOERO. Il a depuis occupé plusieurs postes à responsabilités croissantes au sein de divisions spécialisées dans les voyages et les avantages collectifs.

[Inscrivez-vous dès maintenant à ce webinaire gratuit!](#)

Connectez-vous au [site RTOERO Apprentissage](#) pour visionner l'enregistrement du webinaire Focus du 28 juin : *Les 7 piliers pour une retraite optimale.*

Sondage 2023 : satisfaction accrue des membres

En mars et avril derniers, plus de 6 400 membres ont répondu à un sondage afin de partager leurs commentaires sur divers aspects de leur expérience en tant que membre de RTOERO.

Des entrevues téléphoniques ont aussi été effectuées auprès de 60 membres n'ayant pas d'adresse électronique dans les dossiers de RTOERO.

Tous les deux ans, RTOERO procède à un sondage exhaustif auprès de ses membres, en vue de recueillir des informations sur les sujets suivants :

- Satisfaction générale envers RTOERO
- Satisfaction envers le régime d'assurance santé collective
- Communications de RTOERO, y compris en français
- Implication des districts et des bénévoles
- Fondation RTOERO
- Considérations futures pour RTOERO

La satisfaction à l'égard des régimes collectifs a augmenté, tout comme la satisfaction envers les communications. Quatre-vingt-six pour cent des membres de RTOERO sont susceptibles de recommander notre organisation à leurs amis et collègues.

Voici les trois principaux enjeux de mobilisation pour lesquels les membres veulent que RTOERO s'implique :

- Sécurité du revenu à la retraite (92 %)
- S'assurer que tous les niveaux de gouvernement ont en place une stratégie globale pour les aînés (90 %)
- Amélioration des soins de longue durée (89 %)

Consultez [l'infographie](#) pour les faits saillants du sondage.

Au cours des prochains mois, le personnel de RTOERO, les comités et le conseil d'administration analyseront les résultats du sondage afin de cerner les points à améliorer. Merci à toutes celles et à tous ceux qui ont répondu au sondage. Votre apport contribue à la renommée de RTOERO.

5 jours de reconnaissance à l'automne



L'automne canadien - une saison qui évoque le changement, les citrouilles et les fêtes en famille et entre amis, mais c'est aussi une période de célébrations culturelles très variées :

Rosh Hashanah - du 15 au 17 sept.

C'est le Nouvel An juif, avec lequel débute une période de dix jours de pénitence qui culmine avec Yom Kippour.

Yom Kippour - les 24 et 25 septembre

C'est le jour de la repentance, considéré comme étant le jour le plus saint et le plus solennel de l'année juive. Il s'agit d'une période de prière, de repentir et de réflexion.

Jour des Franco-ontariens - 25 septembre

Marquant l'anniversaire du premier lever du drapeau franco-ontarien, cette journée est l'occasion de célébrer la riche histoire de la communauté franco-ontarienne.

Diwali - 12 novembre

Cette fête de cinq jours, aussi appelée la fête des Lumières, est un événement important pour la plupart des cultures sud-asiatiques. C'est une célébration joyeuse et colorée qui marque la victoire du bien sur le mal, de la connaissance sur l'ignorance et de la lumière sur l'obscurité.

Naissance de Guru Nanak - 27 novembre

L'un des festivals les plus sacrés du sikhisme, cette fête célèbre la naissance de Guru Nanak, premier gourou et fondateur du sikhisme.

Marquez-nous sur Facebook et partagez avec nous d'autres journées de reconnaissance importantes qui auront lieu cet automne!

Plan d'action vers la vérité et la réconciliation



Texte (anglais) rédigé par Shaneeka Forrester pour RTOERO, artiste, mère et militante crie de la Première Nation de Brunswick House, ayant des racines dans le comté de Simcoe en Ontario

Lors de sa conférence à Ted Talk 2019 à l'Université de Winnipeg, l'universitaire primé Kevin Lamoureux a abordé deux questions essentielles que l'on doit se poser au sujet de la vérité et de la réconciliation. La première est celle-ci : « Pourquoi nous demandet-on cela? » Kevin Lamoureux explique que cette question constituera la partie « vérité » du processus de vérité et de réconciliation, tout en fournissant aux particuliers l'occasion d'être exposés à de nouveaux récits. La deuxième question (paraphrasée) est la suivante : « Notre société, notre communauté et le Canada seraient-ils meilleurs ou pires si les 94 appels à l'action étaient mis en œuvre? »

De nombreux autochtones de l'île de la Tortue reflètent l'impression qu'un premier pas vers la vérité et la réconciliation consiste à lire, dans leur intégralité, les 94 appels à l'action lancés par la Commission de vérité et réconciliation du Canada. Ces résultats sont le fruit du courage des survivants des pensionnats autochtones. M. Lamoureux qualifie ces appels à l'action de « cadeaux » et de « plan d'action » pour la réconciliation. Si nous pouvons collectivement mettre en œuvre ces changements dans l'ensemble de notre pays, nous pouvons l'aider à devenir plus inclusif.

En préparation à la Journée du chandail orange et la Journée nationale de la vérité et de la réconciliation le 30 septembre :

Regardez Kevin Lamoureux à [TedTalk](#)

[Lire un article](#) de Kevin Lamoureux sur la réconciliation

Accéder aux rapports de la [Commission de vérité et réconciliation](#)

Enregistrement du webinaire maintenant disponible : Comment devenir un agent de changement



Beaucoup d'entre nous veulent créer un changement dans nos communautés et au-delà, mais ignorons comment procéder. Les problèmes semblent importants, les systèmes sont confus et le cynisme est omniprésent.

Mais il y a une voie à suivre. Dave Meslin, auteur de l'ouvrage à succès *Teardown: Rebuilding Democracy from the Ground Up*, a offert des conseils aux membres et aux invités de RTOERO dans le cadre de la série de webinaires [Mobilisation Voix vibrantes](#). Les membres peuvent accéder à cet enregistrement dans notre [communauté d'apprentissage](#).

En puisant dans son passé de militant, Dave Meslin a expliqué aux participants comment des citoyens ordinaires peuvent transformer des idées en actions. Il a fourni des considérations pratiques, et notamment :

- L'intérêt de commencer au niveau local, parce qu'il est plus facile de changer les choses dans sa propre communauté
- Pourquoi nous devons limiter la portée de notre champ d'action et nous assurer d'être passionnés par ce que nous défendons
- Comment créer une équipe de base et une communauté de sympathisants à votre cause
- L'avantage de commencer de façon modeste et de progresser en fonction des succès obtenus
- S'assurer d'avoir du plaisir à s'impliquer, car le changement est un travail de longue haleine.

Accédez dès maintenant à l'enregistrement complet sur le site [RTOERO Apprentissage](#).

Profil du personnel de RTOERO



Nom : Ashley Violo-Pato

Titre : Spécialiste des services aux membres

Depuis combien de temps êtes-vous à l'emploi de RTOERO? 4 mois

Comment aidez-vous les membres de RTOERO?

Je fournis un service amical, poli et accommodant aux bénévoles, aux membres actuels et éventuels du district, tant par téléphone que par courriel. Je participe aussi au traitement des demandes d'adhésion afin d'assurer un processus transparent, simple et agréable. Nous voulons que nos membres aient la paix d'esprit tout au long du processus de planification de leur retraite et je m'efforce d'y contribuer dans le cadre de mes fonctions.

Qu'appréciez-vous le plus dans votre emploi pour RTOERO?

Ayant récemment joint l'équipe des services aux membres, je suis très reconnaissante de travailler avec le personnel de RTOERO, qui est d'un grand soutien et dévoué, et qui se soucie vraiment de l'organisation et de l'aide apportée aux personnes à la retraite. Je suis heureuse de travailler avec une équipe aussi talentueuse et de m'assurer que tout le monde est prêt à prendre sa retraite le moment venu.

Liaison est publié par RTOERO. Droits réservés 2023.

La publication d'une annonce ne signifie pas que RTOERO appuie un produit ou un service.

www.rtoero.ca