



---

# COLLECTIF 55+

## RAPPORT D'ACTIVITÉ 2017-2018

---

### **INTRODUCTION**

---

Créé en 2012, le Collectif 55+ est un organisme à but non lucratif. Il s'est donné pour mission de regrouper des aînés désireux de mettre à profit leurs connaissances et expériences au moyen d'échanges stimulants et constructifs visant à favoriser la réflexion, le savoir et l'action autour d'enjeux de société.

Depuis, le Collectif a tablé sur le bouillonnement d'idées qui animent ses membres, sur leur créativité et sur certaines réalisations porteuses de succès. Au fur et à mesure, le conseil d'administration a senti le besoin d'étendre l'influence du Collectif et d'augmenter le nombre de ses adhérents et de ses groupes.

Voici le rapport d'activité présentant le Collectif, ses réalisations et celles de ses groupes au cours de son exercice financier s'échelonnant du 1<sup>er</sup> avril 2017 au 31 mars 2018.

### **1. LES MEMBRES**

---

Au 31 mars 2018, le Collectif compte 117 membres réguliers et 250 personnes ou organismes abonnés à son infolettre. Parmi les membres, 73 personnes sont inscrites dans des groupes, et certaines d'entre elles participent à plus d'un groupe.

Le conseil d'administration et les six groupes du Collectif ont tenu au total 70 réunions au cours de la période concernée, ce qui constitue un recul important sur la période précédente où nous avons 11 groupes en action qui avaient tenu 134 rencontres.

### **2. LE CONSEIL D'ADMINISTRATION**

---

En 2017-2018, les six membres du conseil d'administration sont : Cécile Gaudreault, Daniel Guay, Jean Laliberté, Pierre Robichaud, Gilbert Tessier et José C. Velasco.

Durant cette période, le conseil s'est réuni à 15 reprises au Centre communautaire de Cap-Rouge. Il a aussi tenu deux journées de réflexion avec les responsables de groupe.

Depuis janvier 2018, la fréquence des rencontres du conseil a été réduite. Elles se tiennent maintenant à toutes les trois semaines.

### **3. LE COLLECTIF A AGI**

---

Le Collectif 55+ a organisé certaines activités et continué l'amélioration de son site Web. En voici le détail.

#### **3.1 ATELIERS ET CONFÉRENCES**

---

En 2017-2018, le Collectif 55+ a tenu trois ateliers et organisé quatre conférences, en incluant celle de M. Denis Angers lors de l'AGA de 2017, qui ont attiré en tout 282 personnes.

Pour rappel, voici la liste de ces activités ouvertes au grand public :

- Québec : 1759 (Conquête britannique), et après? Par Denis Angers, le 11 avril 2017;
- Amorce de réflexion sur le récit de vie, par Lucie Mercier, les 4 et 25 avril 2017;
- La densification à Québec : atelier de discussion par Mireille Bonin le 11 mai 2017;
- Le 4 à 7 de la Rentrée, le 13 septembre 2017;
- Multiculturalisme, diversité, islam : comment y voir plus clair? Par Guillaume Blanchet-Gravel le 2 novembre 2017;
- L'ADN de nos habitudes alimentaires : de la Nouvelle-France à nos jours, par Yvon Desloges le 3 novembre 2017;
- Le pape François, avant et après, par Alain Crevier, le 7 décembre 2017.

#### **Communication**

Mis à part les éléments déjà acquis et les communications via notre site Web ou l'émission d'infolettres, nous n'avons pas amélioré ou mis d'accent particulier sur nos activités de communication au cours de cette période.

Nous tenterons d'améliorer cet aspect dans les années futures, car nous sommes très conscients que c'est l'une des raisons qui ont fait que nos activités ouvertes au public n'ont pas augmenté et que notre membership a stagné pour la période.

Pour améliorer cette situation pour le prochain exercice financier, il y aurait peut-être lieu de créer un groupe de communication chargé de faire connaître le Collectif, d'organiser des activités et de s'occuper des relations avec les médias.

#### **3.1.1 SITE WEB DU COLLECTIF 55+ (COLLECTIF55PLUS.ORG)**

---

##### **Statistiques d'achalandage 2017-2018 du site Web du Collectif 55+**

En 2017-2018, le site Internet a reçu 7 234 visites, soit 25 % moins de visites que l'an dernier (9 595 visites) ou une moyenne mensuelle de 603. Au cours de ces visites, 17 916 pages Web ont été consultées (soit 45 % moins de pages que l'an dernier) pour une moyenne de presque 1 500 pages par mois. Un visiteur consulte en moyenne 3 pages du site Web et la durée moyenne d'une visite est de trois minutes.

Tout comme l'an dernier, les visites coïncident fortement avec la tenue des 7 activités ouvertes au public en 2017-2018 et l'envoi de 18 infolettres à nos 248 abonnés. Ces infolettres ont été l'unique moyen de communications externes du Collectif dans la

dernière année. Faisons l'hypothèse que la baisse de l'achalandage provient largement d'une absence d'activités de communications externes.

Les pages les plus vues entre avril 2017 et mars 2018 sont identifiées dans le tableau qui suit. Ces données ne sont pas exhaustives, mais fournissent une indication des tendances quant à l'achalandage des pages Web du Collectif 55+.

**Pages les plus vues, par groupe ou activité,  
entre le 1<sup>er</sup> avril 2017 et le 31 mars 2018**

Groupe/activité/thème/sujet	Nombre
Page d'accueil	2 952
Nutrition (approche 244, glucides 237 et déjeuner 211)	1 874
Habitat (page sur les coûts de l'habitat 1052, guide 305)	1 656
Gouvernance et démocratie (dont politique américaine (800)	1 256
Retraite (dont changement d'identité 191)	1 181
Réflexion sur l'économie	918
Pont de Québec	809
Formulaire d'inscription à un événement	695
Qui sommes-nous? (mission et c.a. 492, historique 47, règlements 16)	555
Blogue	555
Agenda	468
Nous joindre (page 285 et formulaire 178)	463
Spiritualité et quête de sens	444
Activités (page d'ensemble)	414
Conférence sur le pape François	350
Échanges 360 degrés	301
Conférence sur le multiculturalisme, la diversité et l'islam	273
Conférence sur l'ADN de nos habitudes alimentaires	253
Atelier sur la rentrée de septembre 2017	225

Les AGA	208
Plan d'action sur les aînés et Maison des aînés	192
Aménagement du territoire	187
Activités passées (élections, mourir digne et libre, etc.)	141
Devenir membre (page 125 et formulaire 61)	186
Liens utiles	176
Reliance	146
Les groupes (page générale)	145
Infolettre (s'abonner ou se désabonner)	143
Plan du site	126
Santé	122
Atelier récit de vie	104
Développement durable	55
Outil de recherche	53
Médias	41
Vidéos	36

### **Téléchargement de fichiers**

Parmi les 1 238 fichiers téléchargés entre avril 2017 et mars 2018, les simulateurs d'habitat et le guide de sélection d'un habitat représentent 72 % des fichiers téléchargés, soit un total de 896 fois. L'ensemble des documents relatifs aux AGA 2016 et 2017 ont été téléchargés 80 fois (6 % des fichiers téléchargés). On note donc une baisse de 33 % dans le nombre de fichiers téléchargés par rapport à l'an dernier (1 845).

### **Provenance des visites**

Les visiteurs proviennent surtout de la ville de Québec et des environs (45 %) par rapport à 40 % l'an dernier. Un autre 10 % provient du grand Montréal. L'ensemble des visites en provenance du Québec représente quelque 62 % des visites canadiennes.

Les trois principaux pays d'où proviennent les visites sont le Canada (63 %), la France (17,5 %) et les États-Unis (4 %). Ces trois pays représentent près de 85 % du total des visites.

### **Navigateurs Web**

Voici le portrait des principaux navigateurs utilisés pour visiter notre site Web. Ces données sont utiles pour s'assurer de l'affichage adéquat des pages et fichiers pour tous les utilisateurs.

#### **Principaux navigateurs Web utilisés lors des visites du site du Collectif 55+**

<b>Navigateurs Web</b>	<b>Pourcentage (%)</b>
Google Chrome	41,5
Safari	28,0
Mozilla Firefox	12,6
Internet Explorer	7,3
Autres (Opera, Edge, Samsung, Android Webview)	11,6

Le logiciel d'analyse statistique utilisé indique que Google Chrome est le navigateur qui offre le meilleur temps de chargement de nos contenus Web.

### **Technologies utilisées**

Quelque 33 % de toutes les visites de notre site Web sont faites à l'aide d'appareils mobiles (ex. : iPad, iPhone, etc.). Ces visites se répartissent ainsi : 17 % à l'aide de tablettes et 16 % avec des téléphones intelligents. Les ordinateurs de table et portables demeurent les plus populaires parmi notre clientèle : ils sont utilisés dans un peu plus de 67 % des visites. Les données sur les appareils mobiles confirment l'importance de maintenir une programmation adéquate du site Web pour assurer l'affichage adéquat des pages Web sur les appareils mobiles.

## **3.2 RELATIONS PUBLIQUES**

---

En 2017-2018, le Collectif 55+ n'a malheureusement pas bénéficié des services bénévoles d'une personne compétente en communications pour faire connaître notre organisme, sa mission et ses activités auprès des médias et d'autres organismes ciblés. Ce profil de compétence serait aussi fort utile pour accroître la communication interne entre le C.A. et les groupes.

## **4. SES GROUPES ONT AGI**

---

Au cours de l'exercice financier, six groupes du Collectif 55+ ont mené leurs activités. Voici le bilan des réalisations de chacun des groupes.

### **4.1 GROUPE AVENIR DU PONT DE QUÉBEC** (RESP. : GILBERT TESSIER)

---

Le Groupe avenir du pont de Québec a tenu huit rencontres depuis la dernière assemblée générale du Collectif. Sa mission reste toujours la même, c'est-à-dire s'assurer que les meilleures décisions soient prises et suivies quant à l'entretien du pont et à son avenir.

Au cours de l'année, un membre a quitté le groupe, soit M. Michel Duguay, et nous avons recruté une nouvelle membre, Mme Liv Ouellet.

Voici la liste des principales actions et l'état d'avancement des dossiers :

- Le 25 mai 2017, M. Joël Lightbound a rencontré notre groupe et a confirmé que des négociations sont en cours avec le CN et aussi que le gouvernement fédéral libéral a bien l'intention de donner suite à sa promesse électorale concernant le pont. Cette rencontre a donné le ton et nous avons pu, au cours de la période, avoir de l'information et rester en contact avec son bureau. Toutefois, il faut noter que ceci n'a pas mené à ce jour à des actions concrètes.
- Le 23 septembre, participation aux Fêtes du centenaire du pont de Québec organisées principalement par la Chambre de commerce et d'industrie de Québec. Ces fêtes furent un succès, mais l'implication de la Chambre s'est arrêtée là avec le départ de son président, M. Alain Aubut. Nous maintenons le contact avec l'organisme qui pourrait jouer un rôle important dans une société de valorisation du pont.
- Intervention auprès de la ministre déléguée au MTQ pour lui faire part de notre vision du rôle de coordination que devrait jouer le MTQ dans le développement du transport interrives qui inclut le pont de Québec. Depuis, le MTQ a formé une équipe du troisième lien chargé de faire une étude exhaustive devant mener en 2020 à un programme complet de développement du transport interrives incluant le troisième lien, s'il est justifié. Notre groupe a obtenu le document d'appel d'offres pour mener l'étude et en est satisfait.
- Nous avons aussi assisté à la rencontre de Justin Trudeau avec la population de Québec et avons réagi suite à la réponse donnée par celui-ci sur le dossier. Nous avons fait valoir le fait que de déclarer que le pont est sécuritaire pour plusieurs années avec l'entretien actuel favorise l'inaction.
- Le dernier document émis par notre groupe a été envoyé au responsable du groupe du troisième lien et beaucoup d'autres intervenants et est intitulé « Évolution du dossier du transport dans l'axe Québec-Lévis au cours des 4 dernières années ». Il vise à sensibiliser les intervenants à toutes les études en cours et propose une concertation.

Nous maintenons le cap!

#### **4.2 GROUPE GOUVERNANCE ET DÉMOCRATIE** (RESP. : JEAN LALIBERTÉ)

---

Le Groupe gouvernance et démocratie compte sept membres. Il se réunit à toutes les deux semaines. Au cours de l'année 2017-2018, il a tenu 17 réunions.

En avril dernier, grâce aux bons contacts d'un de ses membres, le Groupe a rencontré le député fédéral de Portneuf, M. Joël Godin. Les participants ont, entre autres, parlé avec lui du rôle d'un bureau de comté d'un député fédéral, de l'emploi du temps d'un député, de son travail dans son comté et à Ottawa, de même que de ses autres activités. Ils ont aussi discuté de sujets plus politiques comme la course à la chefferie du Parti conservateur et la légalisation de la marijuana.

Habituellement, la première heure des rencontres du Groupe est consacrée à une discussion de sujets d'actualité. Ces sujets couvrent aussi bien la politique québécoise que la politique fédérale, la politique américaine et la politique internationale. Voici quelques exemples de sujets traités:

- les élections complémentaires dans Louis-Hébert;
- la renégociation de l'ALENA;
- l'enquête Mueller au sujet de l'ingérence russe dans l'élection américaine;
- le référendum en Catalogne;
- les Paradise Papers;
- la conférence internationale de Bonn sur le climat;
- l'expérimentation de nouveaux processus démocratiques en Australie.

La plus grande partie des réunions porte cependant sur un sujet de fond qui permet d'examiner une question en profondeur. Puisqu'il y avait des élections municipales le 5 décembre 2017, le thème de discussion durant l'automne a été la politique municipale.

Au début de cette année, le thème qui s'imposait était bien sûr la politique provinciale étant donné qu'il y aura des élections au Québec le 1<sup>er</sup> octobre prochain. Les enjeux politiques ne manquent pas et il faudrait se réunir tous les jours le Groupe voulait les discuter tous!

Le premier sujet discuté a été l'enjeu identitaire qui met en cause l'immigration, la promotion des valeurs québécoises, la défense de la langue française et bien d'autres sujets. Le Groupe a dressé une liste d'une vingtaine de domaines de politiques publiques parmi lesquels les membres choisiront ceux qui les intéressent le plus.

#### **4.3 GROUPE RÉFLEXION SUR L'ÉCONOMIE** (RESP. : LUCIE MARMEN ET SYLVAIN MELANÇON)

---

Ce groupe compte 25 membres. Du 1<sup>er</sup> avril 2017 au 31 mars 2018, neuf réunions mensuelles ont eu lieu, sauf juillet, août, et décembre pour cause de tempête. En tout, 16 membres ont participé à au moins une rencontre, pour un total de 80 participants. Les réunions mensuelles donnent lieu à des présentations de sujets ayant fait l'objet de recherches plus approfondies et à des discussions animées sur des thèmes d'actualité. Sept personnes différentes ont préparé des présentations formelles. La dynamique du groupe

permet l'écoute de tous les points de vue, d'enrichir la réflexion individuelle et de partager les connaissances de tous.

Ces présentations et échanges nous permettent de mieux comprendre ces sujets et apprécier avec un esprit plus critique les nombreux articles des journalistes et discours des politiciens sur ces questions, et surtout pouvoir mieux rayonner et éclairer ces débats publics, chacun dans notre milieu et nos réseaux respectifs.

Les sujets suivants ont fait l'objet d'une présentation formelle :

- Lucie Marmen : Un bilan de la mondialisation sous l'angle des inégalités;
- Jean-Claude Cloutier et Robert Bergeron : Les propositions de Tony Atkinson (*Inequality: What Can Be Done?;*) pour réduire les inégalités;
- Bernard Frigon : Les calculateurs de revenus de retraite;
- Sylvain Mélançon : *Salaire minimum, suppléments de revenus et fiscalité;*
- Jean-Pierre-Furlong : L'histoire de la politique monétaire canadienne et Les 150 ans du marché commun canadien;
- Jean-Claude Cloutier : *The Empire of Things de Frank Trentman, évolution de la consommation;*
- Jacques Larochelle : Comment faire de mauvaises affaires avec la Chine, Libre-échange avec la Chine, Partenariat Transpacifique (PTP);
- Jean-Claude Cloutier : La robotisation du travail;
- Jacques Lebuis : résumés des livres de T.L. Friedman « Merci d'être en retard », et de Niko Paech « Se libérer du superflu »;
- Jacques Larochelle : le nouveau Bureau des infrastructures du Canada;
- Sylvain Mélançon : la réforme fiscale Morneau;
- Jacques Larochelle : le cas historique de la Commission canadienne du blé;
- Jean-Claude Cloutier : « Trop ou pas assez de diplômés universitaires au Québec ? ».

#### **4.4 GROUPE SPIRITUALITÉ, RELIGIONS ET QUÊTE DE SENS** (RESP. : GINETTE GARON ET JEAN LALIBERTÉ)

Le Groupe spiritualité, religions et quête de sens compte 15 membres et les réunions regroupent généralement entre six et dix participants. Il se réunit habituellement à toutes les trois semaines. Au cours de l'année 2017-2018, le Groupe a tenu 11 réunions.

Le Groupe traite un sujet différent à chacune de ses réunions. Une présentation est faite par un membre du Groupe ou un invité de l'extérieur. Au cours de la dernière année, quatre personnes-ressources ont été reçues à nos rencontres:

- M. Michel Virard, président de l'Association humaniste du Québec, qui est venu tout spécialement de Montréal pour présenter un court exposé et répondre aux nombreuses questions des participants sur son Association qui fait la promotion de la pensée critique;

- M. Alain Crevier qui a fait une présentation ayant pour titre « Le pape François, avant et après »; cette réunion du Groupe a été ouverte exceptionnellement à tous les membres du Collectif, de même qu'au public en général. Elle a rassemblé une centaine de personnes, ce qui en fait l'activité qui a attiré le plus de participants de toute l'histoire du Collectif;
- M. Claude Tétrault, un citoyen de Cap-Rouge, qui est venu témoigner de son histoire de vie marquée par toutes sortes d'épreuves et de ses expériences spirituelles absolument hors du commun;
- M. Jean-Pascal Vesin, instructeur de yoga et de méditation, qui a expliqué au Groupe la nature à la fois physique, psychique et spirituelle du yoga, en plus de faire effectuer aux participants un exercice de méditation.

Les autres réunions ont été animées par un ou une membre du Groupe et ont porté sur les sujets suivants :

- la liberté individuelle et théorie des scripts;
- le cours d'éthique et culture religieuse;
- l'immigration et l'intégration;
- la place de la religion dans la société, neutralité et laïcité;
- la mort, l'accompagnement des mourants et l'aide médicale à mourir;
- les cinq perles de la sagesse;
- les arbres et la spiritualité.

À travers tous ces sujets, le Groupe permet aux membres d'explorer les thèmes de la spiritualité, des religions et de la quête de sens. Les participants y trouvent une occasion unique d'échanger sur des sujets enrichissants et en retirent de nombreux bénéfices et une grande satisfaction.

#### **4.5 GROUPE NUTRITION** (RESP. : RICHARD BEAUDOIN, SYLVIE VACHON)

---

Le Groupe nutrition a pour mission d'aider les participants à acquérir une santé optimale, à la conserver leur vie durant et à influencer les personnes de leur entourage qui le désirent. Il compte une quinzaine de membres qui se sont rencontrés à dix occasions en 2017-2018, toujours le troisième jeudi du mois.

Au cours de cet exercice, la section « Nutrition » du site Web du Collectif 55+ a été complètement revue. Outre la mission et les objectifs, on y précise l'approche alimentaire qui y est véhiculée. Sont également traitées dans le site des notions importantes en nutrition telles que les glucides, les céréales et produits à base de céréales, et les amidons. Une synthèse de la hausse de l'index glycémique des céréales et des produits à base de céréales y est aussi présentée. En dernier lieu, on y retrouvera un texte traitant spécifiquement du déjeuner équilibré et présentant quatre nouvelles recettes de mueslis. Pour consulter cette section, on visite le [www.collectif55plus.org/pages/groupes/nutrition](http://www.collectif55plus.org/pages/groupes/nutrition).

Lors de ses rencontres, le Groupe a continué d'acquérir des connaissances sur les macronutriments (lipides, protéines et glucides) et les micronutriments (vitamines et minéraux), sur l'index glycémique (glucides), sur la densité énergétique (lipides) et sur le microbiote. De plus, les participants se sont tout particulièrement intéressés à la qualité des fruits et des légumes, à leur provenance, à leur mûrissement, à leur valeur nutritive et aux méthodes de conservation.

Enfin, le Groupe a poursuivi ses travaux concernant les notions liées à la proportion de protéines, de lipides et de glucides à prendre chaque jour, chaque repas et chaque collation. À cet égard, les recettes équilibrées ont fait l'objet de discussion, notamment celles comprenant des œufs, ces derniers ayant une grande valeur nutritionnelle.

Pour le prochain exercice financier, tous ces sujets seront davantage approfondis et un accent sera mis tout particulièrement sur des visites d'entreprises, telles que des serres, et sur des exposés donnés par des experts, notamment sur la qualité de l'eau, la germination, les types d'huile, le métabolisme, l'absorption des minéraux et des vitamines naturels par rapport à ceux qui sont ajoutés dans des aliments, etc.

#### **4.6 GROUPE ÉCHANGES 360 DEGRÉS** (RESP. : COLETTE-MARIE DOUCET)

---

Le groupe Échanges 360 degrés, un nouveau groupe de réflexion et de discussion, créé en février 2017 permet d'aborder tout thème à caractère social, économique, politique et culturel. Ce Groupe est destiné aux membres qui souhaitent échanger sur des sujets diversifiés plutôt que sur un seul domaine donné.

Le groupe est présentement composé de 5 membres qui se réunissent aux 3 semaines, de septembre à juin. En 2017-2018, il y a eu 12 rencontres portant sur des sujets aussi variés que : l'islamophobie, l'évolution des technologies de l'information et leur influence sur l'évolution de la société, être politicien ne peut être un métier, le monde de l'éducation, les difficultés d'intégration des immigrants, l'intelligence artificielle et ses conséquences, les changements climatiques, le capitalisme sauvage et le phénomène de la désinformation.

Depuis le début de l'année 2018, le Groupe s'est doté d'un nouvel outil commun très intéressant et qui permet à ses membres d'avoir une base commune pour échanger c'est-à-dire la revue l'ACTUALITÉ. En effet, chaque mois, un ou des dossiers sur des sujets d'intérêt public y sont traités.

#### **REMERCIEMENTS A LA VILLE DE QUÉBEC**

---

Le Collectif 55+ remercie la Ville de Québec qui lui donne accès à ses locaux afin d'y tenir les réunions de son conseil d'administration et de ses groupes ainsi que les ateliers et les conférences qui sont ouverts à la population. Grâce à cet appui, le Collectif a pu prendre son envol et augmenter ses activités au fil des ans.

**LE 3 MAI 2017**