



VOIX DE FEMMES

Cercle de Fermières Montréal-Nord

Vol. 2024-2025 Numéro 5
FÉVRIER

Bonjour chères amies,

C'est l'hiver et jusqu'à maintenant nous avons une saison froide normale, avec de la neige et des températures sous zéro. Nous avons un peu perdu l'habitude mais il faut profiter des belles journées pour sortir à l'extérieur et faire des sports d'hiver, ski raquette, patin, hockey, glissade, etc....

Une loi sera bientôt proposée puis **on l'espère** adoptée à l'Assemblée Nationale afin que le hockey sur glace devienne le sport national du Québec. Le premier samedi de février deviendra alors la journée nationale du hockey sur glace.

La nouvelle ligue des femmes suscite beaucoup d'intérêt et notre équipe locale La Victoire de Montréal détient actuellement la première place au classement général. Cette réussite a grandement encouragé la participation des jeunes filles dans les clubs de hockey partout au Québec.



a

Le mois de février est reconnu pour être le mois de la purification qui nous permet de nous purger des mauvais esprits et des influences néfastes de l'année précédente. Dans cet état d'esprit, il y a le défi 28 jours sans alcool. Ce défi lancé depuis 2014 par la Fondation Jean Lapointe encourage les participants à réduire ou arrêter leur consommation d'alcool durant février. On ramasse des fonds pour sensibiliser la population aux problèmes liés aux dépendances et permettre à la Fondation d'aider des personnes dépendantes.

Une autre activité qu'on ne peut pas éviter est la période de l'impôt qui débute en février. Nous devrions recevoir nos feuillets fiscaux au plus tard à la fin du mois. Vous êtes en couple, pensez à consulter le même expert ensemble, il pourra vous guider et peut-être diminuer le montant global d'impôt à payer pour la famille. De plus pour réduire votre facture, vous pouvez contribuer à vos REER (déductions) ou CELI (réduction du revenu imposable) lorsque possible. Michelle Gagnon, notre trésorière, vous présente les crédits dont vous pouvez bénéficier pour alléger votre fardeau fiscal.

La loi 25, ce mal nécessaire, auquel il faut se conformer. Je vous explique en quoi son application affecte nos activités et pourquoi vous devez signer le formulaire de consentement.

Vous trouverez encore plus de nouvelles et d'information sur nos activités en consultant la section activités à venir et en lisant les nouvelles du CAL.

Bon hiver à toutes,

Francine Aubé, responsable Comité Communications et Recrutement

Dossiers: Impôt

PETIT MÉMO POUR VOS IMPÔTS (source Revenu Québec)

CRÉDIT D'IMPÔTS POUR MAINTIEN À DOMICILE DES AÎNÉS, ligne 458 de votre déclaration (source IN- 151)

Le crédit d'impôt pour maintien à domicile des aînés s'adresse aux personnes âgées de 70 ans et plus qui sont propriétaires ou locataires, ou qui habitent chez une ou un proche. Il permet à ces personnes de recevoir une aide fiscale pour certaines dépenses liées à des services de maintien à domicile **quelque soit leur niveau d'autonomie.**

POUR UNE PERSONNE SEULE:

Maximum des dépenses admissibles 19,500\$ qui vous donne un crédit maximum de 7410\$ (pour 2024), si votre revenu annuel familial ne dépasse pas 69,040\$, sinon une déduction de 3% de l'excédant de 111 845\$

POUR UN COUPLE:

Maximum des dépenses admissibles 39 000\$ qui vous donne droit à un crédit maximum de 14 820\$ (pour 2024), si votre revenu annuel familial ne dépasse pas 69,040\$, sinon une déduction de 7% du revenu familial excédant 111 845\$

DÉPENSES ADMISSIBLES :

Si vous habitez votre propre maison:

- Déneigement et entretien du terrain, la pose et l'enlèvement d'un abri d'auto
- Services d'entretien ménager
- Livraison d'épicerie
- Livraison de repas
- Services de soins infirmiers

Si vous êtes locataire: Vous avez droit à un crédit de 5% du coût du loyer (maximum 1200\$). De plus si vous payez des frais additionnels pour les services ici-bas, ces dépenses sont aussi admissibles.

- Services d'entretien ménager
- Livraison d'épicerie
- Livraison de repas
- Services de soins infirmiers

Si vous êtes en RPA:

- normalement vous avez des versements anticipés qui sont réduits de votre loyer. Le montant du crédit d'impôt est calculé selon les services inclus dans votre loyer selon l'annexe au bail. (ex: services alimentaires, buanderie, entretien ménager, soins infirmiers et soins personnels)

MONTANT DU CRÉDIT D'IMPÔT POUR SOUTIEN AUX AINÉS, ligne 463 de votre déclaration.

Le montant maximal est de 2,000\$ par personne de plus de 70 ans au 31 décembre 2024

Pour une personne seule, le crédit est réduit de 5.31% du revenu familial qui dépasse 27,065\$

Pour un couple, si les 2 personnes ont 70 ans et +, le crédit est réduit de 5.31% du revenu familial qui excède 44,015\$

Bonne chance avec vos impôts

Michelle Gagnon, trésorière



Information sur la Loi 25

La Loi 25 est une loi québécoise, mise en place en septembre 2022. Elle vise à **protéger nos renseignements personnels** et assurer que nos **informations** soient traitées de manière **sécurisée** et **respectueuse de notre vie privée**.

Cette loi s'applique à tout individu ou organisation qui collecte des données personnelles d'une personne (par exemple : nom, adresse postale ou électronique, numéro de téléphone, etc...). Des sanctions monétaires peuvent être imposées en cas de non-conformité allant de \$600.00 à plus de \$10,000,000.00.

Une personne doit être identifiée comme responsable de la protection des renseignements personnels et ses coordonnées doivent être disponibles. Pour notre Cercle c'est Francine Aubé, vice-présidente et responsable des communications.

Les renseignements personnels recueillis doivent être identifiés, un plan de gestion des incidents à suivre en cas de bris de confidentialité doit être en place et ces incidents doivent être rapportés dans un registre. Ce registre doit être disponible en cas de vérification. Dans le cas d'une fuite de données majeure, la Commission de l'accès à l'information et les personnes concernées doivent être avisées. Un processus d'évaluation de facteurs relatifs à la vie privée doit être aussi développé et appliqué.

Des politiques et des pratiques encadrant la gouvernance des renseignements personnels doivent être accessibles aux membres et internautes utilisant notre site web. Un consentement doit être obtenu pour la collecte d'informations, son utilisation et la communication de celles-ci. C'est pourquoi nous demandons présentement à toutes nos membres ou participantes à nos activités de signer un formulaire de divulgation. (voir formulaire ici-bas).

Toutes les membres qui sont venues au Cercle depuis le début de la session hiver ont signé ce formulaire. Nous expédierons sous peu ce formulaire à toutes nos membres qui ne l'ont pas encore signé et nous leur demanderons de nous le retourner par la poste dès que possible à l'adresse suivante Cercle de Fermières Montréal-Nord, 3150 Desautels, Montréal, H1N 3B7.

Nous devons respecter les obligations que la loi 25 nous impose afin de mieux protéger vos données personnelles. Il est très important pour nous d'obtenir votre consentement car autrement il nous est impossible par exemple de fournir vos coordonnées à un professeur qui désire vous joindre pour vous donner de l'information en relation avec la formation que vous suivez présentement.

Nous vous demandons de signer le formulaire dès que possible si ce n'est pas déjà fait, merci d'avance de votre collaboration.

Francine Aubé, Vice-présidente et responsable Loi 25

Tél. 514-387-5945

Courriel : francineaube@videotron.ca



Rappel des prochaines activités : **A inscrire à votre agenda**

11 février : Réunion Bazar à 10h

Responsables : Nicole Pouliot et Diane Forest



18 février : Réunion pour les membres qui veulent participer aux ateliers pour enfants de la semaine de relâche. 10h

1 mars : Début pour ramasser les dons de matériel pour le bazar

5 mars : **Ateliers pour les jeunes de 6 ans à 14 ans**, inscriptions obligatoire, les places sont limitées

1^{er} choix de 9:30 à 12:00

2^{ème} choix de 13:30 à 16:00

Voir affiche

10 mars : Réunion régulière pour les membres, 19h, approbation du rapport annuel.

12 mars : Journée de la femme, 10h à 15h30

Potluck ou dîner communautaire, chacune apporte un plat à partager

Conférences : 10h30 sur l'intelligence artificielle par Lucie Provencher

13h30 sur les fraudes possibles dans les institutions bancaires par Anne-Marie Gauvreau,
agent socio communautaire de la SPVM



9 avril : Ateliers du mercredi modification : l'atelier de finition de tricot déjà à l'horaire est changé pour **moufles pour enfants**, tricotées dans le cadre de notre participation à la Fondation de la Visite.

3 mai : Congrès de la Fédération , inscription à la trésorière

Des nouvelles de votre CAL

Arts textiles :

Différence entre ateliers, cours et club

Ateliers du mercredi PM : différentes activités, présences gratuites pour les membres à moins d'un avis. Inscriptions et annulations obligatoires afin de mieux vous servir et d'être équitable pour toutes.

- Apprentissage d'une pièce dans une technique d'artisanat ou de bricolage. Le matériel est fourni (à moins d'un avis) et on rapporte nos œuvres à la maison.
- Sorties : musées, expositions, quilles, etc.
- Blitz pour le marché de Noël : On peut apprendre une technique mais les pièces sont pour la vente lors de notre Marché de Noël.
- Concours d'artisanat textile : Explications et mise en œuvre d'une pièce du concours. Le matériel n'est pas fourni mais pour apprendre la technique il peut l'être.





Cours : Inscription et paiement du cours, minimum 1 semaine avant le début. (Membre ou non membre)

Le professeur a un plan détaillé pour son cours et tous les élèves suivent ensemble, ou les élèves ont un projet et le professeur les dirige tout le long du cours afin qu'elles réussissent.

Club : Les membres, qui ont déjà une connaissance de la technique, se réunissent afin de socialiser autour de leurs œuvres. Inscription et paiement à l'avance non obligatoire mais le coût est moindre si c'est fait.

L'animatrice du Club n'a pas la fonction de professeur et doit s'occuper du bon déroulement de l'activité. Elle peut, à l'occasion, donner des informations.



Demande de chapeaux d'époque (≥ 1950)

Lors du Congrès de notre Fédération nous aurons besoin de chapeaux d'époque. Si vous en avez un à prêter svp communiquer avec la présidente.

Pièces du Concours d'artisanat textile 2023-2025

Toutes les membres qui ont terminé ou sont en train de confectionner une pièce, SVP noter que la présidente aurait besoin de vos noms rapidement. Les pièces sont dues pour le 15 mars au Cercle.

Trésorière :

Commande cahier de concours d'artisanat textile des CFQ 2025-2027

Vous devez commander votre cahier auprès de la trésorière, au coût de 13\$, avant le **15 mars 2025**.

Billets de loterie du 110ème anniversaire des CFQ

Nous avons des billets à vendre qui financeront le Congrès provincial de l'an prochain qui soulignera nos 110 ans d'existence. Chaque Cercle a reçu une quantité limitée de billets au coût de \$5.00. Les billets vous seront proposés lors de vos visites au local. Mais vous pouvez en faire la demande à la trésorière.



Les prix à gagner sont les suivants:

1er prix \$10,000.00, 2ème prix \$3,000.00, 3ème prix \$2,000.00.



Activité parent/enfant semaine de relâche 2025



Tu as entre 6 et 14 ans, tu vas adorer nos activités de création.

Apprends de nouvelles techniques telles que la broderie, le tissage, et la couture pour les jeunes 10 à 14 ans. Tu rapportes ce que tu as fabriqué à la maison à la fin de l'atelier.



OÙ : Cercle de Fermières Montréal-Nord
10660 Saint-Michel (chalet du parc Oscar)

QUAND : Mercredi 5 mars 2025
1^{er} choix de 9:30 à 12:00
2^{ème} choix de 13:30 à 16:00

COÛT: Gratuit



Inscription obligatoire au 450-625-5182 ou 514-387-5945, tu dois fournir ton nom, ton âge, le nom de ton accompagnateur et son numéro de téléphone (obligatoire) et à quelles heures tu désires assister.

Conseil d'Administration Local (CAL)

Présidente :	Louise Lagarde,	louiselagarde@videotron.ca ,	tél : 450-625-5182
Vice-présidente :	Francine Aubé,	francineaube@videotron.ca ,	tél : 514-387-5945
Secrétaire :	Martine Gagnon,	martinegagnon0505@gmail.com ,	tél : 438-863-6038
Trésorière :	Michelle Gagnon,	michou1949@hotmail.com ,	tél : 514-252-1336
Conseillère 1 :	A combler		
Conseillère 2 :	Ginette Archambault	ginette.a@live.ca ,	tél.: 514-327-3631



Soupe aux légumineuses (Qu'est-ce qu'on mange Livre vert, page 430)

Soupe aux légumineuses

Parsemez la soupe d'un peu de cheddar râpé.

environ 1 L (4 tasses)

15 ml	(1 c. à s.) beurre
2	oignons, émincés
1	gousse d'ail, émincée
398 ml	(14 oz) fèves de lima, en conserve
398 ml	(14 oz) pois chiches, en conserve
540 ml	(19 oz) tomates, en conserve
30 ml	(2 c. à s.) pâte de tomates
2 ml	(1/2 c. à t.) origan
2 ml	(1/2 c. à t.) sel
2 ml	(1/2 c. à t.) poivre

■ Dans une casserole, faites chauffer le beurre ; faites revenir les oignons et l'ail ; ajoutez les légumineuses ; mélangez. Ajoutez les tomates et la pâte de tomates ; assaisonnez d'origan, de sel et de poivre ; laissez mijoter environ 20 minutes.

■ Vérifiez l'assaisonnement ; servez.





Renseignements personnels de la membre et autorisation de divulgation

- Nul ne peut communiquer à un tiers les renseignements personnels contenus dans un document qu'il détient sur autrui ni les utiliser à des fins non pertinentes à l'objet du document, à moins que la personne concernée n'y consente ou que la présente loi ne le prévoie.
- Ce document devient confidentiel lorsqu'il est complété.
- Ce document doit être conservé par la secrétaire du Cercle.
- Ce document doit être complété par chacune des membres du Cercle

Fédération No : 14 Nom : Laval Montréal Vaudreuil-Soulanges
Cercle No : 17 Nom : Montréal-Nord

Avez-vous déjà été membre des CFQ ? si oui, sous quel nom de famille ? _____

Nom de la membre : _____ No. de membre : _____

Date de naissance (AAAA-MM-JJ) : _____ No. de téléphone : _____ Adresse courriel : _____

Adresse : # : _____ rue _____ app. : _____

Ville : _____ Code postal : _____

Conformément à la Loi 25 – « Protection des renseignements personnels » et l'article 53 des Règlements généraux des CFQ, la soussignée autorise les membres du CAL à rendre disponible aux membres faisant partie du Cercle Montréal-Nord et qui en ferait la demande, les informations suivantes :

mon numéro de téléphone pour me joindre, tel qu'indiqué ci-haut ;

oui

non

mon adresse courriel, telle qu'indiquée ci-haut ;

oui

non

prendre et afficher ma photo sur les réseaux sociaux.

Oui

non

En signant le présent formulaire, je dégage les CFQ et ses représentantes de toute responsabilité qui pourrait découler directement ou indirectement de la communication de mes renseignements personnels à une membre qui en ferait la demande.

En foi de quoi je signe à _____ le _____
Localité / Ville _____ AAAA/MM/JJ _____

Signature