

# LE GLANEUR

« L'AREQ, une force pour notre société »

Édition numéro 56

Septembre 2010



Photo : Jeannette Desbiens

## TABLE DES MATIÈRES

Billet de la responsable	3
Mot de la présidente	4-5
Membres du comité directeur	5
Le comité directeur vous informe	6
Écho régional	7-8
Atelier de théâtre	8
Cette page vous appartient	9
À mettre à votre agenda	10
Santé	10
Mes lectures	11
Glanures	12
In Memoriam	13
Fondation Laure-Gaudreault	13
Chœur Euphonie	14
Condition masculine	15
Danse en ligne	15
Environnement / orientations	16
Assurances	17
Voyage	17
Déjeuners mensuels	18
Pour nous joindre	18
Changement d'adresse	18
Nouveaux retraités	19
Responsables des comités	20
Merci à nos partenaires	20

**Mise en page : Huguette Girard, Claire Hamel**

### **Publicité dans Le Glaneur**

Toute sollicitation provenant du secteur privé à des fins publicitaires ne pourra être publiée dans notre bulletin Le Glaneur. Seulement les messages d'intérêt général et utiles pour les membres de notre association seront mentionnés dans notre journal. (*Extrait des Politiques de L'AREQ 02-A Chicoutimi-Valin*)

## BILLET DE LA RESPONSABLE

### UNE NOUVELLE SAISON PLEINE DE PROMESSES

Après un si magnifique été, on a du mal à croire que ce sera l'automne très bientôt. Et pourtant... il est l'heure!

Depuis la mi-août, plusieurs membres de notre association ont accepté de mettre l'épaule à la roue afin de vous informer sur les activités de notre secteur. Encore cette année, nous joignons à notre bulletin, un dépliant « à conserver » vous donnant un aperçu général de notre calendrier 2010-2011, ainsi que la liste des personnes et organismes susceptibles de vous rendre service.

Tel que nous l'avions annoncé à l'assemblée générale de mai, nous avons apporté quelques petits changements. Nous avons donc grossi un peu les caractères, ajouté une table des matières et quelques rubriques en espérant que Le Glaneur soit facile à lire et à consulter. Nous avons aussi décidé d'utiliser la photo de Jeannette Desbiens sur notre page couverture pour deux raisons. Cette photo traduit bien la réalité physique de notre secteur, d'une part et, d'autre part, elle s'identifie à notre site Web.

Dans cet envoi, vous trouverez aussi un formulaire d'inscription pour l'activité de Noël. J'attire votre attention sur l'adresse de la personne à qui vous retournerez ce formulaire dûment rempli et votre chèque dûment libellé.

Toute l'équipe du Glaneur vous souhaite beaucoup de plaisir et espère vous revoir en santé et remplis d'enthousiasme.

***Lise Roy, responsable du bulletin sectoriel***



Membres du comité du bulletin sectoriel : Lise Roy, responsable, Claudette Deschênes, Huguette Girard, Françoise Simard, Claire Hamel et Carmen Dallaire.

À ces membres s'ajoutent de nombreux collaborateurs que ce soit pour l'expédition du Glaneur ou pour la rédaction de textes. .

## MOT DE LA PRÉSIDENTE

### LE DROIT DE VIEILLIR EN TOUTE FIERTÉ

Au moment où vous lirez ces lignes, la Commission spéciale sur ***Mourir dans la dignité*** aura siégé à Chicoutimi pour entendre tous les citoyens intéressés à cette consultation populaire. C'est un débat nouveau et très important dans notre société et, il faut le dire, qui nous concerne plus particulièrement.

J'aimerais, en ce début de septembre, vous parler davantage du **droit de vieillir en toute fierté**. Vous constatez avec moi, que beaucoup de préjugés circulent au sujet du vieillissement de notre société. Une image négative est liée à cette nouvelle réalité démographique, image entretenue par des affirmations erronées véhiculées par des groupes influents. Dernièrement, l'association médicale canadienne publiait un sondage montrant que les Canadiens âgés de 40 ans et moins craignaient de payer de plus en plus cher à mesure que les baby-boomers prendront leur retraite et deviendront de plus en plus dépendants de l'État. Cette information était contenue dans un article de Claude Picher (La Presse du 31 août dernier) intitulé : ***Pour en finir avec « le tsunami gris »***.

J'ai le goût de partager avec vous quelques réflexions visant à corriger cette vue déformée de la réalité.

Premier préjugé à défaire : **L'image des « retraités-dépendants » de l'État.**

Contrairement à ce que l'on véhicule, les personnes âgées ne sont pas à la charge de l'État. Pourquoi ? Parce qu'elles disposent de bien meilleures caisses de retraite que les générations précédentes. Nous sommes des citoyens à part entière parce que nous payons des impôts et des taxes. Nous participons activement à la croissance économique de notre pays au même titre que l'ensemble des contribuables canadiens.

Deuxième préjugé à défaire : **Les personnes âgées ne produisent plus et sont inactives.**

Une enquête chez les retraités de l'AREQ révélait en 2007 que 45 % de nos membres font du bénévolat au Saguenay-Lac-Saint-Jean. Près de 20 % de ces bénévoles donnent de 4 à 7 heures par semaine à des activités ou des organismes d'entraide, de services sociaux, d'engagement spirituel ou religieux, d'éducation, de loisir, etc... Plus de la moitié exercent leur engagement depuis plus de 9 ans. Lors d'un colloque tenu à Québec en 2007, des chercheurs nous affirmaient que si le Gouvernement devait payer pour tout le bénévolat exercé, ce serait des milliards qu'il devrait ajouter à son budget.

## Mot de la présidente (suite...)

Troisième préjugé à défaire : **Les personnes âgées vont contribuer à l'augmentation du coût des soins de santé dans les années à venir.**

La réalité est quelque peu différente. Selon les chiffres publiés par Statistique Canada, les baby-boomers seraient en meilleure santé que les générations précédentes. Bien sûr, il nous faut constater que le besoin en soins et en médicaments peut augmenter avec le vieillissement mais ce n'est pas automatique. Le problème n'est pas là! Si notre système de santé se porte si mal, c'est en partie parce qu'il y a une mauvaise gestion des ressources à court et long terme. Nous nous préoccupons davantage du curatif au détriment de la prévention.

En conclusion. **Nous avons besoin plus que jamais d'un contrat social intergénérationnel afin que tous les groupes trouvent leur place dans notre société dans le respect des uns et des autres.**

Voilà ce que je voulais partager avec vous. Je vous souhaite une bonne rentrée et une participation accrue à toutes les activités programmées pour 2010-2011.

Au plaisir de vous y rencontrer!

*Françoise Simard, présidente du secteur*



## COMITÉ DIRECTEUR 2010 - 2011

Présidente :	<b>Françoise Simard</b>
1 <sup>er</sup> vice-président :	<b>Jacques Simard</b>
2 <sup>e</sup> vice-présidente :	<b>Denise Côté</b>
Secrétaire :	<b>Alain Gilbert</b>
Trésorière :	<b>Hélène Tremblay</b>
1 <sup>ère</sup> conseillère :	<b>Lorraine Houde</b>
2 <sup>e</sup> conseillère :	<b>Esthel Tremblay</b>



## LE COMITÉ DIRECTEUR VOUS INFORME

Bon début d'année aux activités 2010-2011 de l'AREQ Chicoutimi-Valin!

Votre comité directeur vous prépare de belles rencontres sociales où il fera bon fraterniser, s'amuser, échanger les dernières nouvelles...

- ✓ Prenez note que le coût des activités, pour les amis et les conjoints, est de 25% de plus que pour les membres. Cette augmentation a été votée à l'assemblée générale de mai dernier.
- ✓ Les 30, 31 mai et 1<sup>er</sup>, 2 juin 2011, ce sera le Congrès de l'AREQ à Québec. L'assemblée générale a délégué 9 membres : les 7 membres du bureau de direction et 2 membres actifs de l'AREQ sectorielle. Cette rencontre est très importante et exige un travail consciencieux. Il sera question des Statuts et Règlements, des orientations de l'AREQ provinciale pour le prochain triennat, des priorités pour les différents comités et des dossiers à défendre.

### Voici un aperçu de quelques activités automnales :

Le mercredi **6 octobre** de 16 h à 19 h : la **Rentrée et l'Accueil des nouveaux membres**. Ce sera un buffet chaud et froid, au Montagnais. Au cœur de la fête, nos nouveaux membres seront reçus et honorés... En plus des échanges amicaux autour d'un verre de vin et de la bonne « bouffe », il y aura la prestation de la chorale. Venez en grand nombre fraterniser, accueillir nos nouveaux membres et revoir les anciens!

Le mercredi **3 novembre**, ne manquez pas la conférence de monsieur Marcel Melançon sur **Le droit de mourir en toute dignité** de 13 h 30 à 16 h au Montagnais.

La retraite est le moment privilégié de prendre du temps pour soi, de côtoyer ceux que l'on aime, de profiter de la vie, de rencontrer nos amis, de nous faire plaisir...

Bonne rentrée!

**Denise Côté**



# ÉCHO RÉGIONAL

## **Mot de la présidence :**

L'heure de la rentrée est sonnée évoquant beaucoup de souvenirs des années passées. Les chauds rayons de soleil installés déjà depuis plusieurs semaines tardent à se « retraiter », à notre grande satisfaction, nous permettant d'entamer une nouvelle année où les activités sectorielles et régionales ne manqueront pas. Les rendez-vous seront nombreux.

À vous toutes et tous, au plaisir de vous rencontrer au cours de l'année. Je souhaite particulièrement la bienvenue à toutes les personnes nouvellement retraitées en espérant vous voir nombreux aux activités proposées.

*Lise Lapointe, présidente régionale*

## **Quelques nouvelles <sup>1</sup> :**

### **Indexation :**

Un premier pas : « ...la Commission des finances publiques propose la création d'un comité consultatif, à la Carra, sur les services aux retraités et les enjeux de l'indexation. L'AREQ voit d'un bon œil que la CARRA se dote d'un comité consultatif notamment pour rendre disponible et faire circuler l'information. »

Un deuxième pas : « L'entente survenue le 25 juin 2010 entre le Front commun et le Gouvernement concernant le dossier de la retraite... à l'effet que les surplus de la caisse de retraite des salariés soient affectés à l'indexation de leur rente pour les années 1982 à 2000. »

### **Revenu garanti :**

Les « ministres responsables des aînés ont décidé d'examiner les différents programmes et mesures destinés aux aînés les plus vulnérables... À suivre...»

### **Municipalité amie des aînés :**

« Le 27 août dernier, Marguerite Blais, ministre des Aînés, a annoncé la signature d'une entente permettant à la Ville de Saguenay d'entreprendre les démarches pour être reconnue *Municipalité amie des Aînés*. »

## Écho régional (suite...)

**Loi C-84** : De quoi parlons-nous lorsque nous évoquons cette loi? Nous faisons référence à des modifications mineures à la loi de l'assurance-emploi.

### **Journée internationale des personnes âgées :**

Cette journée a été fixée par l'ONU le vendredi 1<sup>er</sup> octobre. Cette année, la Table de concertation des aînés du Saguenay-Lac-Saint-Jean organise une journée-rencontre qui se tiendra à Alma le 28 septembre. Thème : *Plus on marche longtemps, plus on laisse de traces*; conférencier invité : Gilles Proulx.

Sources : Lise Lapointe



## ATELIER THÉÂTRE



Les activités de la troupe de théâtre de l'AREQ débiteront le mercredi 22 septembre au Centre des arts et de la culture (Bibliothèque de Chicoutimi). Ceux et celles qui sont intéressés à se joindre à nous sont les bienvenus.

La personne à contacter est madame **Angèle Dallaire au 418-544-8678**. Vous pouvez laisser un message.



« *Rêve ta vie en couleurs, c'est le secret du bonheur.* ». (Walt Disney)



# CETTE PAGE VOUS APPARTIENT

## Le rosier et l'humble violette



Une violette avait élu domicile sous un rosier. Ses épines me protégeront contre les visiteurs, de penser l'humble violette. Je passerai inaperçue, les gens seront simplement attirés par les roses.

Un matin ensoleillé, le rosier ayant senti la présence sympathique de la violette, lui confie l'objet de sa tourmente :



- Humble violette, comme tu me sembles heureuse et tu ne crains même pas mes épines. Moi, au contraire, je suis triste car j'appréhende toujours les journées ensoleillées.
- Alors tu redoutes le soleil, cher ami! D'où vient cette inquiétude, d'ajouter la petite violette?
- C'est que je sombre dans la tristesse à chaque fois que le jardinier visite la roseraie. Je tremble lorsqu'il referme les grands bras du sécateur sur une de mes tiges. Je ressens cette douleur jusqu'aux racines. Heureusement que mes feuilles s'empressent de recueillir les gouttes de sève qui s'écoulent de mes blessures.
- Je comprends ta souffrance, petit ami. Néanmoins, puis-je te partager le beau côté de cette ablation ? Tes roses sont d'une beauté extraordinaire et les gens les préfèrent à toutes autres fleurs pour les offrir à des êtres chers. La rose, n'est-elle pas le symbole de l'amour!
- Ta philosophie me console vraiment, lui révèle le rosier. Vu de cet angle, j'accepterai plus facilement cette cruelle séparation. Je laisserai partir mes roses avec amour afin qu'elles réalisent fidèlement leur propre mission. Moi, je continuerai à produire de magnifiques roses qui réjouiront le cœur de tous les humains.

**Carmen Dallaire**

## À METTRE À VOTRE AGENDA

- Le mercredi 6 octobre :** La Rentrée et l'Accueil des nouveaux membres.
- Le jeudi 7 octobre à 9 h :** Déjeuner au Légendaire de l'Hôtel Le Montagnais.
- Le mercredi 3 novembre à 13 h 30 :** Conférence de monsieur Marcel Melançon : ***Le droit de mourir en toute dignité*** à l'Hôtel Le Montagnais.
- Le jeudi 4 novembre à 9 h :** Déjeuner au Légendaire de l'Hôtel Le Montagnais.
- Le jeudi 11 novembre à 14 h 30 :** Messe du souvenir pour nos membres défunts en l'église Notre-Dame-du-Royaume.



### **SANTÉ : JE BOIS, TU BOIS, IL OU ELLE BOIT, NOUS BUVONS...**

Buvons-nous, tous les jours, la quantité d'eau que nous devrions?

**Le manque d'eau est le facteur no 1 de la cause de fatigue pendant la journée.**

Des études préalables indiquent que de 8 à 10 verres d'eau par jour pourraient soulager significativement les douleurs de dos et d'articulations pour 80% des personnes qui souffrent de ces maux. Une simple réduction de 2% d'eau dans le corps humain peut provoquer une incohérence de la mémoire à court terme, des problèmes avec les mathématiques et une difficulté de concentration devant un ordinateur ou une page imprimée. Boire 5 verres d'eau par jour diminue le risque de cancer du colon de 45 % et peut diminuer le risque de cancer du sein de 79% et de 50% la probabilité de cancer à la vessie.



***Esthel Tremblay pour le Comité de l'Environnement***

Source : Institut Pasteur Unité de Génétique Mycobactérienne

## MES LECTURES

### ***Le livre d'Hanna*** de Géraldine Brook

Magnifique livre qui mêle romance et recherche. Le livre d'Hanna est une Haggada (livre de la Pâque juive) de l'époque médiévale. Hanna, une Australienne, spécialiste de la restauration et de la conservation de Livres anciens, accepte à la demande de l'ONU, d'examiner cette Haggada. Elle cherche alors à reconstituer l'Histoire fabuleuse du manuscrit. *Le Livre d'Hanna* est un roman intelligent, profond, qui nous entraîne dans le temps et dans l'espace. Publié chez Belfont.



### ***Le dérèglement du monde*** de Amin Maalouf

« L'Humanité va mal! Amin Maalouf n'est pas le premier à l'écrire. La thèse centrale de ce vaste essai pourrait être ainsi résumée : le dérèglement du monde tient moins à "la guerre des civilisations" qu'à l'épuisement simultané des civilisations. L'humanité ayant atteint en quelque sorte son "seuil d'incompétence morale". » (Extrait du résumé du livre). Paru chez Grasset. Personnellement je suis en accord avec cette opinion. Cette lecture m'a appris beaucoup et j'ai compris le comportement de pays tels l'Iran, l'Égypte, Israël... Je suis une incondionnelle du style d'Amin Maalouf.

### ***La maison de l'été*** de Patrick Cauvin

Depuis 25 ans, Patrick Cauvin passe ses étés dans un manoir du XVIIe siècle. C'est ce qu'il nous raconte dans ce livre imprégné de la douceur angevine. Paru chez Robert Laffont.

### ***Mon enfant de Berlin*** d'Anne Wiazensky

Ce livre, qui n'est pas un roman, nous relate la vie de Claire Mauriac (la fille de François) durant la guerre alors qu'elle était ambulancière pour la Croix-Rouge dans les années 44-45. Claire rencontre un russe, Wia Wiasensky, qu'elle a épousé. De cette union naquit Anne Wiazensky qui nous donne ce livre magnifique. Dans ce récit, nous pouvons lire des lettres que Claire a écrit à ses parents ainsi que des extraits de son journal. Paru chez Gallimard.

Bonne lecture!

### ***Berthe Pedneault***

## LES GLANURES

**Parlement des Sages** : Lors du Conseil national de juin dernier, madame Françoise Simard, notre présidente, a été nommée par l'AREQ pour représenter le Saguenay-Lac-Saint-Jean au Parlement des Sages.

**À lire dans le Quoi de Neuf** de juin-juillet 2010 :

- l'excellent dossier : **À la retraite, le bonheur est dans l'action** ;
- l'article de Thérèse Lavoie, membre de notre secteur : **Quand la floriculture innove et mène à l'humanitaire** ;
- et, puisque Ville de Saguenay en a fait la demande, l'article de Karine Morrier : **Une démarche Municipalité amie des aînés, c'est quoi ?**

**Marche mondiale des femmes** : Suzanne Lemieux et Lise Roy représenteront notre secteur lors de cette marche qui aura lieu à Rimouski le 17 octobre 2010. La MMF demande « l'autonomie économique, la non-violence, la paix et la démilitarisation ainsi que le bien commun et l'accès aux ressources » pour toutes les femmes.



**Projets AREQ en action** : Deux projets ont été acceptés dans le cadre de ce programme. Le premier est la conférence Mourir en toute dignité. Le deuxième, Danse en action s'inscrit dans le volet santé des orientations de l'AREQ.

**Club de marche L'École buissonnière** : En septembre et octobre, nous continuerons nos randonnées pédestres les **lundis** (plus éloignées en distance) et les **vendredis** (de retour vers midi). Départ du quai de La Marjolaine à 9 h (se présenter à 8 h 50) ; covoiturage. Pour de plus amples informations : Jacinte Lavoie (418-549-6966) ([jaclavoie@videotron.ca](mailto:jaclavoie@videotron.ca))



**Société d'étude et de conférences** : Pour célébrer son 70<sup>e</sup> anniversaire, la SÉC a préparé un programme spécial dont un concours littérature jeunesse, une conférence de madame Diane Wilhelmy et un brunch de Noël. Pour de plus amples informations, contactez Monique Tremblay au 418-545-3722.

**Salon du Livre du Saguenay-Lac-Saint-Jean** : La 46<sup>e</sup> édition se tiendra du 30 septembre au 3 octobre 2010, au Centre des congrès Holiday Inn Saguenay.

## IN MÉMORIAM

Nous ont quittés :

**Carmen Bergeron**  
**Yves Fortin**  
**Louis Savard**

**Marguerite Desgagné**  
**Fortunate Ouellette**

**François Fortin**  
**Clairette Tremblay**



Une messe pour les défunts de l'AREQ sera célébrée le jeudi 11 novembre à 14 h 30 en l'église Notre-Dame-du-Royaume. La partie musicale sera assurée par le chœur Euphonie.

Nous vous rappelons que lors du décès de l'un de nos membres ou de l'un de nos proches, il est possible de faire des dons à la Fondation Laure-Gaudreault.

*Andrée Gauthier, responsable du Souvenir*



### FONDATION LAURE-GAUDREULT

Grâce à votre générosité, la fondation Laure-Gaudreault a pu aider plusieurs organismes de notre région dont trois dans notre secteur soit :

Le Domaine de l'Amitié :	385 \$
La Maison des Jeunes de Laterrière :	385 \$
Palli-Aide :	200 \$

Le Golf régional qui s'est tenu le 14 juin dernier a généré des profits de 4 600 \$. Un grand merci à tous les participants et participantes car c'est à vous que revient le succès de ce tournoi. Un merci tout spécial à nos supporteurs et à ceux et celles qui ont pris part au souper.

*Nicole Tremblay, responsable de la Fondation Laure-Gaudreault*  
*Monique Boisvert, responsable du tournoi*

## CHOEUR EUPHONIE

**Lieu** des répétitions : Centre des arts et de la culture (Bibliothèque de Chicoutimi)  
**Quand?** Tous les mardis de 9 h 15 à 11 h 15, à partir du 31 août.

Cette année la chorale fête son 15<sup>e</sup> anniversaire. Le chœur ayant été fondé en 1995. Pour marquer cet évènement la chorale enregistre un deuxième CD.

### Pourquoi participer à la chorale ?

- Pour le plaisir de chanter
- Pour rencontrer des amis
- Pour appartenir à un groupe



C'est vrai tout ça, mais il y a plus encore : pour les bienfaits physiques et mentaux que chanter peut nous apporter en nous apprenant :

- à mieux respirer;
- à mieux nous tenir,
- à tenir nos abdominaux, etc...

Lorsque nous sortons des répétitions, nous sommes fatigués mais c'est une bonne fatigue. Nous sommes plus détendus et plus sereins et sereines.

**Pour vous inscrire à la chorale :** Monique Boisvert au 418-545-1179 ou  
deschenesceline@hotmail.com

**N.B.** Messieurs, l'invitation est également pour vous. En plus d'en retirer les bienfaits, vous aurez le plaisir de chanter sous la direction de Micheline Hamel.

**Monique Boisvert**, responsable de la chorale



## CONDITION MASCULINE ET SANTÉ MENTALE

Monsieur Gervais Soucy, retraité de l'enseignement et journaliste d'un jour à Radio-Canada, tenait une conférence sur le suicide chez les aînés le 20 mars dernier à Alma dans le cadre d'une activité régionale de la Condition des Hommes.

Se référant à de nombreuses statistiques sur le suicide chez les aînés, il sut convaincre les quelques 80 participants de l'importance de ce phénomène préoccupant. Après nous avoir exposé pourquoi les hommes se suicidaient plus que les femmes, monsieur Soucy a terminé sa conférence en abordant les moyens pour contrer le suicide et apporter de l'aide à ceux et celles qui seraient tentés de passer à l'acte.

Des questions et des échanges ont clôturé cette rencontre fort appréciée des participants.

Voir le dossier complet et l'entrevue de monsieur Soucy dans le magazine *Quoi de neuf?* Décembre 2008 - Janvier 2009 ou sur le site de l'AREQ provinciale : [http:// areq.qc.net/index.php?=57](http://areq.qc.net/index.php?=57)

**Réal Cyr**



### DANSE EN LIGNE

**BOUGER... TOUT EN S'AMUSANT...  
QUOI DE PLUS FACILE ET DIVERTISSANT  
QUE LA DANSE EN LIGNE!**



Nous aimerions former un groupe de 30 à 50 personnes (hommes et femmes) pour participer à des cours de danse en ligne. Ceux-ci seront offerts les mardis, de 14 h à 15 h et ce, du 28 septembre 2010 à mai 2011, au coût de 5\$ / heure (paiement à chaque cours, pas de frais si absence).

**ENDROIT :** Pavillon Léonard-Chrétien - 1410, Des Cèdres, Rivière-du-Moulin.  
Les personnes intéressées peuvent communiquer avec :

**Marie-France Veillette** 418 545-9250 - [marie.francev@hotmail.com](mailto:marie.francev@hotmail.com)

**Réal Cyr** 418 545-8754 - [rrealc@yahoo.ca](mailto:rrealc@yahoo.ca)

## ENVIRONNEMENT : ORIENTATIONS 2010-2011

Lors de sa planification triennale, l'AREQ provinciale a privilégié les deux objectifs environnementaux suivants : le développement durable et la consommation responsable. Pour la troisième année, ils seront au cœur des préoccupations de notre Comité de l'environnement.

**L'EAU** sera le thème vedette des prochains mois. Nous l'avons amorcé quelque peu l'an passé et nous désirons l'exploiter davantage cette année. À cet effet, nous vous invitons à lire l'article *Je bois, tu bois, il ou elle boit, nous buvons...* une étude pratique et surprenante de l'Institut Pasteur.

Nous soulignerons aussi la **Journée mondiale de l'eau le 22 mars** et le **Jour de la Terre le 22 avril**.

Pour remédier aux effets nuisibles causés par la consommation de l'eau embouteillée, nous prévoyons la vente de bouteilles réutilisables que vous pourrez vous procurer pour 3\$, grâce à une subvention de l'AES.

De plus, nous assurerons encore notre présence à l'Événement éco-conseil de l'UQAC en janvier prochain.

Étant témoins des progrès accomplis par les membres de notre secteur, nous jugeons important de conserver les objectifs des années antérieures qui sont toujours pertinents. Rappelons-nous ces petits gestes écologiques : le compostage, le ramasse-feuilles à l'automne, les sacs réutilisables, le « jeter autrement », le suremballage (à éviter) et la récupération des piles usées (que vous pouvez apporter lors de nos activités).

*Esthel Tremblay, avec la collaboration de  
Pauline Bolduc, Guy Pouliot, Julie Gagné et Louise Denis*



*« Le bonheur est une petite chose que l'on grignote, assis par terre au soleil »*

(Jean Giraudoux)



## LES ASSURANCES

En avril dernier, notre association a organisé une rencontre d'information sur l'inquiétant passage du 65 ans pour l'assurance-médicament. Ce fut un énorme succès. Nous avons pensé récidiver si cela répond à un besoin. Nous effectuerons un sondage lors de notre prochaine rencontre.

Pour toutes les personnes qui atteindront cet « âge doré » et qui voudraient des informations plus rapidement, je suis à votre disposition au 418-547-8036.

*Henriette Gauthier, responsable des assurances*



### VOYAGE AREQ 2011



À la demande de plusieurs d'entre vous, nous vous proposons cette année « **CHICAGO** ». Réservez à votre agenda : **Du 21 au 26 mai 2011 (6 jours, 5 nuits)**

Entre temps, nous aimerions savoir si nous sommes en mesure de compléter un autobus de 40 personnes. Les personnes intéressées peuvent manifester leur intérêt en complétant le formulaire ci-dessous. Les détails de ce voyage vous seront dévoilés ultérieurement.



### PRÉINSCRIPTION (Date limite 15 octobre 2010)

**Pour réserver une place** : Faire parvenir ce formulaire accompagné d'un chèque de 100\$ (daté de janvier 2011). Ce montant vous sera remboursé si le trajet ou le prix final ne vous convient pas (aucune raison requise).

**Faire le chèque au nom de AREQ 02-A**, adressé à :  
Marie-France Veillette, 700, rue Des Perdrix, Chicoutimi, G7H 6Y3.

Nom : \_\_\_\_\_ Tél. : \_\_\_\_\_

Courriel : \_\_\_\_\_

## DÉJEUNERS MENSUELS



Ça continue en 2010-2011. À 9 h, dans la verrière du restaurant *Le Légendaire* de l'hôtel *Le Montagnais*, les **premiers jeudis du mois**, déjeunons ensemble, les retraités de l'AREQ (en solo ou en duo), discutons, bavardons, rigolons.

Nos rendez-vous:

6 octobre 2010  
3 février 2011

4 novembre 2010  
3 mars 2011

2 décembre 2010  
7 avril 2011

Invitation spéciale aux messieurs. Pour avoir une idée de l'ambiance, consultez <http://chicoutimi.areq.ca/dejeunersmensuels.htm>

*Louise Denis*, responsable des déjeuners



## POUR NOUS JOINDRE

Si vous désirez faire paraître un article dans *Le Glaneur*, vous pouvez :

- Déposer votre texte dans une enveloppe au SES en ayant soin de noter le destinataire;
- Téléphoner à Lise Roy 418-545-1395;
- Envoyer un message électronique à : [lisefroy@videotron.ca](mailto:lisefroy@videotron.ca);
- Faire parvenir par la poste à l'adresse suivante :  
L'AREQ 02-A, C. P. 483, Succursale Racine, Chicoutimi, G7H 5C8.



## CHANGEMENT D'ADRESSE

**Très important :**

Malheureusement, votre association locale ne peut faire les démarches pour vous. Vous devez donc communiquer avec l'AREQ provinciale au **1-800-663-2408**.

## NOS NOUVEAUX RETRAITÉS

Asselin, Michel

Bédard, Céline

Bernard, Agathe

Bérubé, Huguette

Blackburn, Alain

Boivin, Yolande

Boulianne, Jean-Denis

Boutevin, Jackie Robert

Claveau, Alain

Côté, Élisabeth

Deschênes, Louise

Dufour, André

Dufour, Lisette

Fournier, Jocelyne

Gagné, Pierre

Gauvreau, Nicole

Girard, Hugues

Guyaz, Gilbert

Laprise, Diane

Laprise, France

Larouche, Henriette

Lemieux, Line

Lemieux, Sylvie

Lespérance, Lise

Martel, Lorraine

Morin, Christian

Pilote, Jean-Claude

Simard, Carmen

St-Pierre, Lisette

Tremblay, Henriette

Tremblay, Yvon

Wauthier, Cécile

William, Wendy



*BIENVENUE PARMI NOUS!*

## RESPONSABLES DES COMITÉS 2010-2011

<b>Assurances :</b>	Henriette Gauthier	547-8036
<b>Bulletin sectoriel :</b>	Lise Roy	545-1395
<b>Chorale :</b>	Monique Boivert	545-1179
<b>Conditions des femmes :</b>	Réjeanne Maltais	690-0443
<b>Condition des hommes :</b>	à venir	
<b>Décoration :</b>	à venir	
<b>Environnement :</b>	Pauline Bolduc	543-5016
<b>Fondation Laure-Gaudreault :</b>	Nicole Tremblay	699-7734
<b>Indexation :</b>	Lucie Morissette	549-6177
<b>Reconnaissance :</b>		
<b>Accueil :</b>	Georgette Gagnon	549-7530
<b>Reconnaissance :</b>	Hélène Tremblay	549-4112
<b>Des Sages :</b>	à venir	
<b>Communications :</b>		
<b>Courriels :</b>	Mario Baillargeon	602-1392
<b>Site Web :</b>	Jeannette Desbiens	543-2390
<b>Téléphones :</b>	Claire Gauthier	690-3198
<b>Sociopolitique :</b>		
	Constance Paradis	543-8117
<b>Socioculturel :</b>		
<b>Loisirs :</b>	à venir	
<b>Théâtre :</b>	Angèle Dallaire	544-8678
<b>Voyages :</b>	Pauline Bolduc	543-5016
	Suzie Morin	690-2510
	Marie-France Veillette	545-9250
	Lise Lapointe	549-9370
<b>Souvenir</b>	Andrée Gauthier	549-5978



## MERCI À NOS PARTENAIRES

**SYNDICAT DE L'ENSEIGNEMENT DU SAGUENAY**, Chicoutimi 418-549-8523  
**VILLE DE SAGUENAY, CHICOUTIMI** 418-541-4500  
**LA COMMISSION SCOLAIRE DES-RIVES-DU-SAGUENAY** – Service de reprographie

*(Association des retraitées et des retraités de l'éducation et des autres services publics du Québec – AREQ (CSQ) – secteur Chicoutimi-Valin, #56, 2010)*