

L'ENTREFILET

Vol. 1, No 1
Septembre 2015

BULLETIN D'INFORMATION DU-HAUT-DE-L'ISLE

Explication des noms	p. 2
Mot du président	p. 3
Hommage à Monique St-Onge	p. 4
Nous avons le plaisir d'accueillir	p. 4
In Memoriam	p. 4
FLG	p. 5
Environnement	p. 6
The Newsletter	p. 7
Votre conseil sectoriel	p.10
Calendrier des activités 2015/2016	p.11
Bottin de référence	p.12
Crédits	p.12



Secteur H

ASSOCIATION DES RETRAITÉES ET RETRAITÉS
DE L'ÉDUCATION ET DES AUTRES SERVICES
PUBLICS DU QUÉBEC

Région 06



Explication des noms

DU-HAUT-DE-L-ISLE

Le choix du nom du nouveau secteur a été guidé par la référence que ce nom fait aux découvreurs et explorateurs de cette région de l'île de Montréal. En effet, au 17^e siècle, dans les écrits relatant les découvertes réalisées par les explorateurs qui empruntaient le fleuve, on peut y lire l'expression « haut de l'isle » (en opposition à « Bas-du-Fleuve ») pour la région découverte en « s'éloignant » de la mer et en amont des rapides de Lachine.

Notez que nous avons conservé l'orthographe de l'époque quant au mot « isle ». Même la représentation graphique que l'on trouve sur le site internet de l'AREQ-Montréal pour les secteurs, on peut constater que le secteur H « pointe » vers le haut.

L'assemblée générale de fondation a donc voté majoritairement pour ce choix au lieu de secteur « Des grands parcs » qui était l'autre choix retenu par le comité de sélection parmi les suggestions des membres lors du concours.

La suggestion est venue de Mme Mariette Vincent-Tourigny.

L'ENTREFILET :

Dans le contexte de la configuration géographique de notre secteur qui est borné à 90% par l'eau (lac St-Louis, lac des Deux-Montagnes, rivière des Prairies) l'image du filet s'imposait presque.

De plus, la symbolique du filet suggère l'idée d'un regroupement de fils harmonieusement disposés pour en faire un outil de rassemblement. Ne dit-on pas que la force d'une chaîne c'est la force de son plus faible maillon; il en va de même pour un filet. Ce n'est pas une maille qui fait sa force mais bien l'ensemble.

L'assemblée générale de fondation a voté majoritairement pour ce choix au lieu de « L'Entre-nous » qui n'apparaissait pas assez distinctif. D'autres suggestions avaient été faites lors du concours mais rejetées par le comité parce que d'autres secteurs avaient déjà ce nom pour leur journal.

La suggestion est venue de Mme Mariette Vincent-Tourigny

Notez qu'il avait été convenu par les deux anciens conseils que nous voulions un nouveau nom de secteur et de journal question de montrer clairement la nouveauté.



Mot du président



Richard Raymond

Le 15 mai 2015, en avant-midi, lors des assemblées générales des anciens secteurs Lachine et Ouest-de-l'Île, les membres présents ont approuvé le projet de regroupement des deux secteurs proposé par leurs conseils respectifs.

S'en est suivi un dîner regroupant les 70 personnes présentes; dîner pendant lequel les membres ont fraternisé. Vers 14 h, l'assemblée générale de fondation du nouveau secteur débutait. Nous avons procédé à l'élection du nouveau conseil (voir page 10), du dévoilement des nouveaux noms (pour le secteur et pour le journal). Finalement, un plan d'action et des prévisions budgétaires furent entérinés. Voilà pour la partie administrative de cette journée mémorable. Quant à l'aspect humain de toute cette démarche de regroupement, qui a duré une année complète, je peux vous assurer que la camaraderie, la collaboration réciproque et surtout l'objectif de « réussir » le regroupement a guidé notre action. Ce 15 mai 2015, en après-midi, le secteur Du-Haut-de-l'Isle était né. Aujourd'hui, c'est l'« Entrefilet » qui naît! Vous trouverez plus loin, dans ce premier numéro, les raisons du choix de chaque nom.

La première activité du nouveau secteur a eu lieu le 5 juin : 68 personnes ont participé à un premier petit déjeuner à la Brasserie Le Manoir de Lachine. Il a fallu se lever quand le service du dîner commençait! Quelle ambiance annonciatrice de la vie qui règnera dans le secteur durant l'année qui vient!

Votre conseil s'est déjà réuni à deux reprises pour élaborer le contenu des activités 2015-2016. Vous trouverez en page 11 les dates à inscrire à votre agenda pour le premier semestre. Je compte sur votre présence et votre dynamisme pour faire du secteur Du-Haut-de-l'Isle un secteur où, selon l'expression usuelle, il fait bon vivre.

Sachez finalement que tous les membres de votre conseil ainsi que les responsables des différents comités sont à votre écoute pour toutes suggestions et commentaires. Leurs coordonnées se trouvent dans le bottin ci-inclus.

Sur ce, je vous souhaite une superbe année remplie de respect, de joie et de dynamisme.

Hommage à Monique St-Onge

Thérèse Labossière

Les cahiers de présence du secteur nous rappellent de bons souvenirs à ton sujet. Sans doute, tu préférerais les laisser enfermer dans les archives, mais c'est plus fort que nous.

En 1992, tu fais partie de la fête des nouveaux retraités de la région de Montréal. À la fête des Sages en 2000, tu avais composé un chant intitulé "Vivre sa vie". Un extrait de cette chanson reflète bien ton optimisme " garder son cœur ouvert et accueillant... regarder vers l'avenir... " Entre nous, ces mots coïncident à ce que nous allons bientôt vivre, n'est-ce pas?

Les années que tu as consacrées comme bénévole au Centre d'accueil de Lachine nous ont permis de profiter de leur salle pour nos rencontres festives. Comment ne pas souligner ton goût esthétique dans la décoration des salles? Tu as toujours eu le tour de nous surprendre et nous faire vivre des moments inoubliables. Ton dévouement ne s'arrête pas là : un moment donné, tu as aussi assumé le rôle de première vice-présidente.

Toujours à partir des archives, nous constatons que tu as été l'organisatrice de la messe souvenir en mémoire de nos membres et parents défunts.

Pour terminer, nous ne pouvons passer sous silence toutes les petites attentions apportées discrètement lors de certaines fêtes. Au nom de tous, Monique, je te dis merci pour ces gestes de générosité, tu as su agrémenter la vie de notre secteur!

NOUS AVONS LE PLAISIR D'ACCUEILLIR

Lise Bélanger

Marguerite Corrigan

Nancy Houghton

J. Ezzat Shenouda

Reesa Benderoff

Lynne Cunliff

Micheline Lacroix

Anastasia Tzotzis.

Wendy Cloutier

Denis Daigneault

Sergine Renaud

IN MEMORIAM

Rita Hague, Thérèse Lavigne, Elizabeth Mackay.
Également le frère de Dorothée et Henriette Morin.





Fondation Laure-Gaudreault

Thérèse Labossière



25^e anniversaire de la Fondation Laure-Gaudreault

L'année 2015 marque le 25^e anniversaire de la Fondation Laure-Gaudreault (1961). C'est aussi le 40^e anniversaire du décès de Laure-Gaudreault, fondatrice de l'AREQ. La mission de cette fondation est d'aider :

- ✦ Les personnes retraitées dans le besoin;
- ✦ La recherche médicale dans les maladies qui frappent les personnes âgées;
- ✦ Des œuvres de jeunesse enregistrées ou des jeunes dans le besoin.

En juin 2015, la FLG a distribué à la région de Montréal 18 262\$ à divers organismes et le national a distribué 6 932\$ à des organismes montréalais dont la mission est la recherche médicale.

Voici les noms de huit organismes qui ont reçu un don de la FLG avant le regroupement pour les ex-secteurs de Lachine et Ouest-de-l'Île:

- ✦ IN'AFU (Centre d'animation jeunesse)
- ✦ Le Refuge des Femmes de l'Ouest
- ✦ Le WIAIH (handicapés intellectuels)
- ✦ La Maison des jeunes L'ESCALIER de Lachine
- ✦ La Maisonnnette des Parents
- ✦ Le Parados inc.
- ✦ Projet communautaire de Pierrefonds
- ✦ Les Productions Multisens inc.

Merci pour vos dons! Il est réconfortant d'emprunter et de faire nôtre cette pensée de Ernesto Che Guevara : "*La solidarité c'est la tendresse des peuples*". Actuellement la région de Montréal a recueilli la somme de 11 265\$; ce n'est pas terminé, il faut donner un dernier coup de cœur.

La collecte annuelle se continue jusqu'au 30 septembre. Une suggestion de 25\$ ou de multiplier ce montant pourrait faire une différence. Tout don est important! Un reçu pour fins fiscales sera émis pour les dons de 15\$ et plus. Les chèques doivent être libellés à l'ordre de **FONDATION LAURE-GAUDREAUULT** et postés à l'adresse suivante : Micheline Schinck, 10528, Georges Baril, Montréal, Qc, H2C 2N3.

Vous êtes invités à l'assemblée générale et au dîner bénéfique de la Fondation Laure-Gaudreault :

le mercredi 11 novembre à 9h30,
au sous-sol de l'église Notre-Dame d'Anjou,
8200 Place de l'Eglise, Anjou, Montréal



Environnement

Mario Sauvé

Jusqu'à récemment, la médecine moderne considérait cinq facteurs de risque comme causes classiques des maladies cardiovasculaires : hérédité, tabagisme, hypertension, haut cholestérol et diabète.

Ces facteurs avaient été identifiés suite à une étude imposante effectuée aux États-Unis où on a étudié, scruté et analysé les 8000 habitants d'une ville sur une période de 50 ans (Framingham, Mass.) Mais une observation s'est ajoutée suite à cette étude : la montée inquiétante des maladies coronariennes entre les années 1900 à 1950 pour diminuer dans la deuxième moitié du vingtième siècle pour remonter au début des années 2000.

Saviez-vous que l'on considère maintenant que l'endroit où l'on vit est un facteur aussi important sinon plus que les autres facteurs nommés précédemment.

En Russie, le taux de mortalité cardiovasculaire est de 762 pour 100 000 habitants, en Ukraine, de 595 alors qu'en France, en Norvège et au Canada de 68,75 et 42 respectivement, une différence d'à peu près 1000% que l'on ne peut attribuer seulement à la génétique ou à la cigarette.

Saviez-vous que la pollution atmosphérique tuerait jusqu'à 20 000 Canadiens par année, la plupart par accident cardiovasculaire.

Saviez-vous que l'ère industrielle a tout changé incluant air et alimentation et que la nourriture et les boissons industrielles sont de plus en plus désignées comme la cause principale de l'obésité et du diabète en particulier, facteur majeur de maladie cardiaque.

D'autres points sur l'environnement à venir dans les prochaines parutions.

(réf. : Planète cœur, santé cardiaque et environnement, Dr François Reeves; éditions MultiMondes, 2011.)

Concert Ensemble vocal Opus 16

Le 12 décembre prochain Opus 16 donnera son concert de Noël (Gloria de Vivaldi et plus, accompagné à l'orgue par Philip Crozier et 2 solistes) à l'église St Andrews & St Marks Anglican Church, 865, Lakeshore Dr à Dorval.

(250 places seulement) réservez-tôt

Réservation : Jacques Ready 514-620-8870



The Newsletter - A Word from the President

Eva Bury

On May 15th, in the morning, during the General Assembly of the former sectors Lachine and Ouest-de-l'Île, the members who were present approved the project of regrouping the two sectors, as had been proposed by their respective councils.

This was followed by a luncheon for about 70 people. Around 2 p.m. the General Assembly of the foundation of the new sector started. We then proceeded with the election of the new council (page 10), the unveiling of the new names (for the sector and for the journal) and, finally, an action plan and budget estimates were endorsed. That was the administrative part of this memorable day.

As for the human side of this process of regrouping, which took a whole year, I can assure you that the mutual cooperation and, above all, the wish "to make a success" of our regrouping, has been our guideline. That May 15th, in the afternoon, the sector Du-Haut-de-l'Île was born. Today, it is "L'Entrefilet" that was created. Later on, in the first number, you will find the reasons for the choice of each name.

The first activity of the new sector took place on June 5th. 68 people participated in a breakfast at the Brasserie Le Manoir in Lachine, and we had to leave when lunch began to be served. What promising harbinger of life in this sector for the coming year!

Your council has already met two times to discuss the contents of the 2015-2016 activities. On page 11 you will find the dates to mark down on your agenda for the first semester. I am counting on your presence and your dynamism to make the sector Du Haut-de-l'Île a sector where, as we say, "life is good".

Please know that all members of your council as well as the people responsible for the different committees are ready to listen to all suggestions and comments. You will find their coordinates in the enclosed booklet.

And with that, I wish you a wonderful year, filled with respect, happiness and dynamism.

Richard Raymond, President.

A TRIBUTE TO MONIQUE ST-ONGE

Fond memories of you can be found in the archives of the sector. You would probably prefer to leave them there, but we can't let that happen.

In 1992, you took part in the celebration of the new retirees of the Montreal region. On the occasion of the "Fete des Sages" in 2000, you had composed a song called "Vivre sa vie". An excerpt of this song shows your optimism, "keeping your heart open and welcoming....looking into the future...."

These words express what will soon happen, right?

The many years that you have volunteered at the Centre d'accueil of Lachine have given us the opportunity to use their rooms for our festive gatherings. How can we overlook your good taste in decorating the rooms? You were always able to surprise us and to create unforgettable moments. Your devotion did not stop there either: at one point, you even took over the role of First Vice-President.

Again, based on the archives, we see that you were the organizer of the Souvenir Mass in memory of our members and parents who have passed.

In closing, we do not want to overlook all the little contributions you made discretely during certain celebrations. Permit me, in the name of all of us, Monique, to thank you for your generosity! You have embellished life in our sector!

25th Anniversary of the Laure-Gaudreault Foundation

The year 2015 marks the 25th anniversary of the Laure- Gaudreault Foundation (1961). This is also the 40th anniversary of the death of Laure-Gaudreault, founder of the AREQ. The mission of this foundation is to help:

- ↻ needy retirees,
- ↻ medical research into diseases that hit the elderly;
- ↻ registered youth projects or needy youth.

In June 2015, the FLG has distributed \$18 262 in the Montreal region to various organizations , and the national has given \$6 932 for medical research to organizations in Montreal . The names of the 8 organizations that have received a donation of the FLG for the ex-sectors of Lachine and Ouest-de-l'Île before regrouping are:

- ↻ IN'AFU (Centre d'animation jeunesse)
- ↻ Le Refuge des Femmes de l'Ouest-de-l'Île
- ↻ WIAIH
- ↻ La Maison des jeunes L'ESCALIER de Lachine

-
- ↪ la Maisonnnette des Parents
 - ↪ Le Parados Inc
 - ↪ Projet communautaire de Pierrefonds
 - ↪ Les Productions Multisens Inc

Thank you for your donations!

Remember Ernest Che Guevara's expression: "*Solidarity is the caress of the people*". The Montreal region has presently collected the sum of \$11 265. However, this is not yet the end; another little push would help!

The annual collection continues until September 30th. A \$25 suggestion or a multiple thereof can make a difference! Every donation is important! You will get a tax receipt for any amount over \$15. Please make out your cheque to: **FONDATION LAURE-GAUDREAU** and send it to the following address: Micheline Schinck, 10528 Georges Baril, Montreal, H2C 2N3.

You are cordially invited to the general assembly and to the benefit luncheon of the Laure-Gaudreault Foundation on Wednesday, Nov. 11, 2015, at 9:30a.m. in the basement of the church Notre-Dame Anjou 8200 Place de l'Eglise, Anjou, Montreal

Environment, Mario Sauvé, environment comitee

Until recently, five risk factors were considered the classic causes of cardiovascular diseases by modern medicine. They were: heredity, smoking, hypertension, high cholesterol and diabetes.

These factors had been identified following an impressive study done in the United States where 8000 city inhabitants (Framingham, Mass.) were studied, scrutinized and analyzed over a period of 50 years. However, one observation was added following this study: the worrisome increase in the coronary heart diseases between the years 1900 and 1950, only to diminish in the second half of the 20th century, and to increase again at the beginning of the years 2000.

Did you know that now another consideration is the factor where you live, a consideration as important if not more, than the other factors named previously? In Russia, the cardiovascular mortality rate is 762 per 100 000 inhabitants; in the Ukraine 595, while in France, Norway and Canada it is 68, 75 and 42 respectively, which is a difference of about 1000%; this cannot possibly be attributed only to genetics or to smoking.

Did you know that the industrial age has changed everything including air and food, and that food and industrial drinks are more and more considered the principal cause of obesity and, in particular, diabetes, a major factor of coronary heart disease.

More to come on the environment in the next issues

(ref.: Planète coeur, santé cardiaque et environnement, Dr. Francois Reeves, éditions MultiMondes, 2011)

Votre conseil sectoriel



De gauche à droite:

1^{re} rangée: Thérèse Labossière, 1^{re} vice-présidente,
Annette Fragman, conseillère, Carmen Dumont, 2^e vice-présidente

2^e rangée: Jacques Ready, trésorier, Richard Raymond, président,
Gaétan Dubois, secrétaire, Mario Sauvé, conseiller.



CALENDRIER DES ACTIVITÉS 2015 - 2016

ACTIVITÉ	DATE HEURE	LIEU	DÉTAILS INSCRIPTIONS
Activité sectorielle Dîner de la rentrée	Lundi 21 septembre 11h 30	Restaurant Table 09 (anciennement Le Chambertin) 9 Place Frontenac, Pointe-Claire	Membres : \$ 20 non-membres : \$ 35 Réservation <u>avant le</u> <u>17 septembre</u> : Jacques Ready 514-620-8870
Activité sectorielle Déjeuner mensuel	Vendredi 2 octobre 9h00	Brasserie Le Manoir 625, 32 ^e Avenue, Lachine	Réservation : Thérèse Labossière 514-637-1725
Activité sectorielle Messe du souvenir	Mercredi 4 novembre 11h	Eglise St-Joachim	
Activité sectorielle Déjeuner mensuel	Vendredi 6 novembre 9h00	Brasserie Le Manoir 625, 32 ^e Avenue, Lachine	Réservation : Thérèse Labossière 514-637-1725
<u>Activité régionale</u> <u>Journée des arts</u>	Vendredi 6 novembre	Centre de loisirs St-Laurent 1375 rue Grenet St-Laurent	Voir Echos l'île
<u>Activité régionale</u> FLG AG et dîner bénéfice	Mercredi 11 novembre 9 h 30	l'église Notre-Dame d'Anjou, 8200 Place de l'Eglise, Anjou, Mtl	Réservation : Thérèse Labossière 514-637-1725
<u>Activité régionale</u> Journée interna- tionale des hommes	Judi 19 novembre	À déterminer	Réservation : Richard Bastien 514-683-5244
Activité sectorielle Déjeuner	Vendredi 4 décembre 9h00	Brasserie Le Manoir 625, 32 ^e Avenue, Lachine	Réservation : Thérèse Labossière 514-637-1725
<u>Activité régionale</u> Journée d'action contre la violence faite aux femmes	Vendredi 4 décembre	À déterminer	
Activité sectorielle Dîner de Noël	Lundi 14 décembre 11h30	Restaurant Table 09 9 Place Frontenac Pointe-Claire	



Bottin de références

CONSEIL SECTORIEL			
Richard Raymond	président	514-685-6621	liseetrichard@videotron.ca
Thérèse Labossière	1 ^{ère} vice-prés.	514-637-1725	laba@videotron.ca
Carmen Dumont	2 ^e vice-prés.	514-426-4426	carmen_dumont@hotmail.com
Jacques Ready	trésorier	514-620-8870	jacready@videotron.ca
Gaétan Dubois	secrétaire	514-637-7332	duboisq@videotron.ca
Annette Fragman	conseillère	514-696-8711	awf42@hotmail.com
Mario Sauvé	conseiller	514-639-6446	mario.sauve@videotron.ca
COMITÉS ET ACTIVITÉS SECTORIELS			
Entraide	Eva Bury	514-457-5272	evabury@live.ca
Condition des femmes	Annette Fragman	514-696-8711	awf42@hotmail.com
	Lise Longpré	450-623-6826	michel.tache@gmail.com
Condition des hommes	Richard Bastien	514-683-5244	ribas@videotron.ca
FLG	Thérèse Labossière	514-637-1725	laba@videotron.ca
Retraite	Claude Clavette	450-455-1177	claudette.clavette@yahoo.ca
Environnement	Mario Sauvé	514-639-6446	mario.sauve@videotron.ca
	André Labossière	514-637-1725	andrelabossiere@gmail.com
Action socio-politique	Luc Brunet	514-696-2716	boulet.brunet@videotron.ca
	Edmond Pauly	514-683-3818	edmond.pauly@gmail.com
Assurances	Carole Lefort	514-631-9004	paco-jazz@hotmail.com
	Jacques Ready	514-620-8870	jacready@videotron.ca
Arts visuels	À combler		
Communications	Robert Boulet	514-626-3727	bouletrobert@gmail.com
	Louise Choquette-Dinello	514-634-3393	louisechoquette@videotron.ca
	Jean-Claude Bournival	514-626-2185	icbour@videotron.ca
Site internet	Edmond Pauly	514-683-3818	edmond.pauly@gmail.com
Cartes anniversaires	Ginette Pomerleau	514-626-0800	
	Thérèse Labossière	514-637-1725	laba@videotron.ca
AUTRES SERVICES		SITES WEB	
AREQ	1-800-663-2408	National	areq.qc.net
CARRA	1-800-463-5533	Regional	regioniledemontreal.areq.ca
	1-800-368-9883	Sectoriel	(à venir)
RAMQ	514-864-3411		
SSQ - Soins médicaux	1-800-380-2588		
SSQ - Voyage	1-800-465-2928		
Sécurité de la vieillesse	1-800-277-9915		



Crédits

Collaborateurs : Eva Bury, Thérèse Labossière, Richard Raymond, Mario Sauvé.

Mise en page: Céline Allard

Coordonnateur: Richard Raymond

