

L'ENTREFILET

Vol. 2, No 3
Février 2017

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

Poème de Louise Myre	p. 2
Nous avons le plaisir d'accueillir	p. 2
In Memoriam	p. 2
Mot du président	p. 3
Convocation AGS	p. 4
Élection au conseil - procédure	p. 4
Ordre du jour AGS	p. 5
Comité de l'action socio-politique	p. 6
Conférence sur la démocratie	p. 7
FLG	p. 8
Environnement	p. 9
Comité de la condition des hommes	p. 10
Crédits	p. 11
Calendrier des activités	p. 12



Secteur H
ASSOCIATION DES RETRAITÉES ET RETRAITÉS
DE L'ÉDUCATION ET DES AUTRES SERVICES
PUBLICS DU QUÉBEC
Région 06



Valentin naturel

Louise Myre

Au grand matin de février,
Le Ciel décide enfin d'oser
Déclarer son amour enflammé
Gentiment, à sa dulcinée.

Il s'apprête donc à faire neiger
Des flocons blancs pour la marier.
Voilà que la terre endimanchée
S'habille de ses plus belles pensées.

Réchauffée par l'amoncellement,
La protégeant du vent, du froid,
Celle-ci découvre le mot BONHEUR
La joie de vivre avec son cœur.

Le soleil joint cet engagement,
C'était prévu, il y a bien longtemps
Dans le grand livre du temps des ans,
Était inscrit ce dénouement.

Depuis, ils déballet ce présent,
Émerveillés comme des enfants,
Pour mieux s'aimer à l'horizon
Furtivement, dans une chanson.



NOUS AVONS LE PLAISIR D'ACCUEILLIR

Gilda Di Murro Gangai
Wilfred Lalchan

Peter Gilson
Gale Martin

Helen Krutz
France Ouellet.



IN MEMORIAM

Luc Brunet
Francine Valois

Jean Ernzer

Andrée Legris

Jean Rochefort



Mot du président



Richard Raymond

Permettez-moi, même si l'année est entamée depuis 2 mois, de vous souhaiter une bonne et heureuse année 2017 et, selon la formule habituelle, de la santé pour réaliser tous vos rêves.

Il se peut que ce soit la dernière fois que vous me lisez à titre de président du secteur. En effet, comme vous le lirez dans les pages qui suivent, le 25 avril prochain, lors de notre assemblée générale annuelle, le poste à la présidence est soumis au scrutin des membres présents. Pour l'instant, ma décision n'est pas prise de solliciter un autre mandat. Plusieurs autres postes seront aussi en élection. Je ne vous cache pas que la tâche devient plus lourde et que l'énergie physique décroît lentement. Je ressens toujours une fierté de « militer » activement et de mettre mon temps et mes énergies au service des 894 membres du secteur. Il n'en demeure pas moins vrai que, plus nous sommes nombreux à nous engager activement, plus légère est la tâche. Je ressens aussi beaucoup de plaisir à rencontrer les membres participant à nos activités.

Et ces activités régionales ou sectorielles sont très nombreuses; les petits déjeuners mensuels tous les premiers vendredis du mois, la journée internationale de la femme le 8 mars, la conférence sur la démocratie du comité d'action socio-politique le 23 mars, la conférence sur les actions à notre portée pour le jour de la terre le 21 avril, l'assemblée générale sectorielle le 25 avril, la conférence sur les changements cognitifs reliés à la vieillesse le 11 mai, l'assemblée générale régionale le 18 mai. Voilà autant d'occasions pour démontrer notre solidarité avec notre association. Consultez régulièrement le calendrier de nos activités à la page 12 de l'Entrefilet.

Pour terminer ce mot, je vous invite fortement aussi à consulter le site internet de l'AREQ nationale pour constater jusqu'à quel point nous pouvons être fiers de l'engagement de nos élus dans la société québécoise.



Nous sommes rendus à la période de l'année où nous vous convoquons à l'assemblée générale annuelle pour faire la reddition des comptes de l'année en cours.

Nous devons, en conformité avec l'article 23.02A) de nos statuts et règlements, procéder à l'élection des personnes à la présidence, à la deuxième (2^e) vice-présidence, au secrétariat et de la personne deuxième (2^e) conseillère.

Si vous voulez savoir ce qui s'est passé dans notre secteur, comment votre argent a été dépensé, à quel point les responsables de comités ont travaillé pour vous et pour l'ensemble des membres, et être les premiers à être informés des projets pour 2017-2018, vous vous devez d'assister à cette assemblée.

Sachez aussi que votre présence représente un encouragement pour tous les membres du conseil sectoriel.

Celles et ceux qui assisteront à l'assemblée générale du début à la fin, se verront offrir le dîner par le secteur.

Nous vous attendons **le mardi 25 avril 2017 dès 9 heures, au restaurant la Casa grecque, 13081 boul. Gouin ouest, Pierrefonds.**

Richard Raymond, président



Élections au conseil sectoriel: Procédure

Selon nos statuts et règlements, à notre prochaine assemblée générale (25 avril), nous procéderons à l'élection de plusieurs postes à notre conseil sectoriel. Voici donc la procédure à suivre pour manifester votre intérêt à briguer l'un ou l'autre des postes à combler.

Remplir un formulaire de mise en candidature que vous pouvez vous procurer en communiquant avec

↳ Louise Dinello (dinellolouise@gmail.com; 514-634-3393)

↳ ou Jeannine Beaudry-Hamelin (janinehamelin@gmail.com; 514-685-4688).

Le remplir et le retourner avant le 25 avril.

ASSEMBLÉE GÉNÉRALE DU-HAUT-DE-L'ISLE

Projet d'ordre du jour

1. Vérification du quorum et mot de bienvenue
2. Nomination d'une personne à la présidence d'assemblée et d'une personne secrétaire d'assemblée
3. Lecture et adoption de l'ordre du jour
4. Lecture et adoption du procès-verbal de l'assemblée du 17 mai 2016
5. Présentation des rapports
 - 5.1 Rapports des activités 2016 - 2017
 - 5.2 Rapport de la présidence
 - 5.3 Rapports des responsables des comités
 - 5.4 Fondation Laure-Gaudreault
6. Présentation et réception des états financiers
7. Présentation et adoption du plan d'action 2017-2018
8. Présentation et adoption des prévisions budgétaires 2017-2018
9. ÉLECTIONS
 - 9.1 Conseil sectoriel
 - 9.2 Personnes déléguées au Congrès 2017
10. Questions diverses
11. Mot de la personne présidente régionale
12. Mot de la personne présidente du secteur
13. Levée de l'assemblée

À l'item 9.1 les postes à combler sont les suivants :

- 1) présidence : mandat de 3 ans
- 2) 2^e vice-présidence : mandat de 3 ans
- 3) secrétariat : mandat de 3 ans
- 4) conseiller : mandat de 3 ans
- 5) conseiller : mandat de 2 ans



Luc Brunet et Edmond Pauly

Dans ce numéro de l'Entrefilet, nous jetons un coup d'œil sur certains outils utilisés pour mesurer la pauvreté.

Couvrir ses besoins de base

Depuis 2009, la Mesure du Panier de Consommation (MPC) est utilisée au Québec comme repère pour suivre les situations de pauvreté du point de vue de la couverture des besoins de base. On calcule la MPC en additionnant les coûts des différents besoins: logement, alimentation, vêtements, transport, autres biens et services (ex. téléphone, ameublement, soins d'hygiène, frais scolaires, etc.). Le gouvernement et les groupes sociaux s'entendent pour dire que si le revenu annuel d'une personne ne lui permet pas de se procurer les biens et services que contient ce panier, elle ne dispose pas du nécessaire pour couvrir ses besoins de base. Elle se trouve dans une situation qui affecte à la fois sa santé et sa dignité.

Vous aimeriez vous situer approximativement par rapport à la MPC? D'abord, calculez quel est votre revenu annuel, après avoir payé vos impôts et encaissé les transferts gouvernementaux. Comparez ensuite ce montant avec celui correspondant à votre situation dans le tableau ci-dessous.

Seuils MPC pour le Québec (estimés en \$ de 2013)

	Régions rurales	Villes moins 30 000	Villes 30 000- 99 999	Villes 100 000- 499 999	Québec	Montréal
1 personne	\$17,011	\$17,055	\$16,082	\$16,111	\$16,703	\$17, 246
2 personnes	\$24,056	\$24,119	\$22,743	\$23,314	\$23,621	\$24,390
3 personnes	\$29,463	\$29,539	\$27,855	\$28,554	\$28,930	\$29,871
4 personnes	\$34,021	\$34,109	\$32,164	\$32,971	\$33,405	\$34,493

Pour en savoir plus sur la Mesure du panier de consommation, nous vous invitons à consulter le dossier que le Collectif lui a consacré :

<http://pauvrete.qc.ca/?-Autour-de-la-Mesure-du-panier-de-consommation>

Sortir de la pauvreté

On peut couvrir ses besoins de base sans pour autant être sorti de la pauvreté. À ce jour, aucun consensus n'existe autour d'un seuil qui indiquerait le revenu annuel nécessaire pour sortir de la pauvreté, c'est-à-dire le revenu qui permettrait à une personne ou une famille de disposer des moyens, du choix et du pouvoir nécessaires pour exercer l'ensemble de ses droits. Sortir de la pauvreté, ça devrait aussi signifier pouvoir organiser sa vie personnelle et sociale de manière à répondre à ses diverses aspirations.

Néanmoins, parmi les différents indicateurs qui servent à mesurer la pauvreté, plusieurs convergent. Ils marquent une zone de seuils de faible revenu variant, pour 2013, entre 19 774 et 22 199 \$ (après impôt). Sortir de la pauvreté, selon sa situation personnelle, ce serait donc possiblement atteindre un seuil se situant quelque part dans cette zone.

Extrait du Collectif pour un Québec sans pauvreté



Comité d'action sociopolitique La démocratie en question et participation citoyenne

Le 23 mars prochain venez assister à une conférence portant sur la démocratie dans nos sociétés actuelles.

Nous pensons que la démocratie est en perte de vitesse et que nos dirigeants répondent mal à nos attentes. Nous nous intéresserons à la représentation et à la participation citoyenne surtout en milieu urbain.

Madame Anne Latendresse, professeure à l'UQAM sera la conférencière invitée. Le 23 mars prochain de 13 h à 15 h 30, on vous attend à la bibliothèque de l'Institut culinaire St-Pius X, 9955, avenue Papineau, stationnement par la rue Sauriol Est.

Inscription avant le 16 mars auprès d'Edmond Pauly (514-683-3818)





Fondation Laure-Gaudreault



Thérèse Poirier-Labossière

¹ La Fondation a été créée dans le but de créer un élan de solidarité et de générosité envers les plus démunis (Louissette Fournier, Congrès 2011 de l'AREQ).

Adhérer à la Fondation, c'est faire un geste de solidarité et de reconnaissance envers cette pionnière dont la lutte a valu à notre profession un statut respectable. C'est aussi un moyen de se montrer unis et fiers de notre association....

Participation à la fondation Laure-Gaudreault

- 1- Nous pouvons participer à notre Fondation en s'inscrivant comme membre à vie (membre ou non membre de l'AREQ) par une seule cotisation de 10\$.
- 2- En souscrivant au fonds :
 - a) en faisant des dons en argent
 - b) en achetant des cartes de condoléances (10\$ / l'unité)
 - c) en achetant des objets promotionnels;
 - le livre de Laure-Gaudreault (10\$/ l'unité)
 - la Revue d'histoire de Charlevoix (avril 2002) (10\$ / l'unité)

Une nouveauté à notre Fondation :

Il y aura un tirage national en 2017 à l'occasion du 46^e Congrès de l'AREQ. Cette bonne nouvelle nous parvient d'une recommandation du bureau provincial de la Fondation lors d'une réunion tenue en juin dernier. Cette activité est approuvée et appuyée par l'AREQ. L'objectif du tirage est de remettre ²un montant total de 5000\$.

1^{er} prix : un chèque de 2000\$.

2^e prix : un chèque de 1000\$.

3^e prix : un chèque de 1000\$.

4^e prix : un chèque de 500\$.

5^e prix : un chèque de 500\$.

Prix des billets :

5\$ un (1) billet, 20 \$ pour 5 billets (si acheté par la même personne), 40\$ pour (10) billets (si acheté par une même personne). Veuillez communiquer avec moi au 514-637-1725 pour en acheter.

La région de Montréal de l'AREQ a amassé la somme de 14 429,25\$ lors de la campagne 2016. Nous pouvons être fiers de cette générosité qui peut permettre à la Fondation de poursuivre sa mission.

¹ Inspiré du document au service des responsables de la Fondation Laure-Gaudreault dans les 11 secteurs de la région 06 de Jean Falardeau, président de la FLG –région de Montréal.

² Les renseignements sur le tirage sont de Robert Gaulin, président du bureau provincial de la FLG.



Environnement



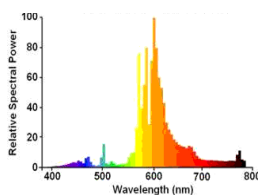
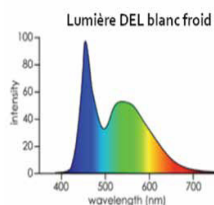
André Labossière

S'éclairer et éclairer de la bonne façon!

Pour des raisons d'économie d'énergie Montréal a décidé de remplacer les luminaires des 132 000 lampadaires de son territoire. Les DEL à 4000°K (Kelvin : $0^{\circ}\text{K} = -273^{\circ}\text{C}$) étaient tout désignés! En effet comparativement aux luminaires actuels (sodium haute pression) l'économie d'énergie serait autour de 50%. Mais voilà, ce type de DEL a l'inconvénient d'émettre davantage de lumière bleue comparativement au sodium haute pression : la lumière blanche créée par les DEL est le résultat d'une combinaison de plusieurs types de longueur d'onde. Or, la composante bleue est beaucoup plus énergétique. Voilà ce qui en fait sa dangerosité potentielle.

Les deux figures ci-dessous représentent bien ce qui a été énoncé :

Lumière au sodium haute pression



Suite à l'intention des autorités montréalaises de procéder avec ce type de DEL, plusieurs personnes ont réagi auprès de celles-ci soulignant ses effets indésirables.

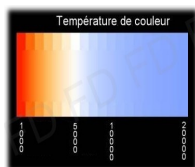
Des études sérieuses ont démontré que la lumière nocturne intrusive peut causer des problèmes reliés au sommeil favorisant ainsi l'obésité, le diabète, et une diminution de l'efficacité du système immunitaire. Des effets négatifs sont également rapportés sur la santé animale et la flore.

Ceci est parfaitement plausible du fait que depuis des millénaires l'espèce humaine, les animaux et la flore avaient toujours vécu en harmonie avec les

cycles naturels de la nature, sans artifices, entre autres les nuits non éclairées artificiellement.

Après considération des effets potentiellement dangereux de l'utilisation des DEL à 4000°K l'administration Coderre en est venue à la conclusion qu'elle opérerait pour des DEL à 3000°K. Les critères qui ont guidé son administration à prendre une meilleure décision sont : Ambiance- Environnement- Qualité de vie- Santé- Sécurité.

En faisant référence aux chiffres en question (3000°K contre 4000°K) vous pouvez constater la différence de couleur :



Ce ne sont pas seulement les DEL des lampadaires qui peuvent causer problèmes. Il y a également depuis quelques années des autos qui sont équipées de phares bleutés. Ils peuvent représenter, à plusieurs occasions, un réel danger pour les conducteurs qui circulent sens inverse.

En fait, ces phares sont devenus populaires auprès des automobilistes, tellement que les compagnies se sont empressées à offrir des ampoules excessivement bleutées qui sont contre indiquées pour des voitures qui n'ont pas les spécificités requises.

En effet ce type d'ampoule devrait être prescrit pour des phares lenticulaires qui veillent à focaliser le faisceau de façon à mieux éviter l'éblouissement.



Comité de la condition des hommes (CCH)

Richard Bastien

1- **Conférence** : « Vieillir avec un cerveau en santé », Dr Louis Bérher
Jeudi le 11 mai 2017 à 13h30.

Le Dr Bérher est chercheur au CRIUGM (Centre de Recherche de l'Institut Universitaire de Gériatrie de Montréal). C'est un conférencier très dynamique. La conférence aura lieu à la bibliothèque de l'Institut culinaire St-Pius X. L'accueil débutera à 13h00 et la conférence à 13h30. **Les femmes sont bienvenues.**

Inscription au plus tard le 4 mai 2017

Richard Bastien : 514-683-5244 ou ribas@videotron.ca

2-Marche du courage Procure : pour aider à contrer les cancers masculins

Dimanche, 18 juin 2017, fête des pères

Invitation à tous les membres de l'AREQ de Montréal femmes et hommes) à participer à cette marche de 5 km pour aider à contrer les cancers masculins. Si

les grands-pères surveillent leur prostate...les jeunes hommes doivent examiner leurs testicules.

À l'occasion de la fête des pères, le dimanche 19 juin 2016, l'organisme Procure organise chaque année la Marche du Courage PROCURE pour recueillir des fonds pour la recherche afin de lutter contre le cancer de la prostate qui tue en moyenne 85 canadiens par semaine ! L'année dernière, le comité de la Condition des Hommes a pris part à cet événement et quelques retraités de l'AREQ de notre région y ont participé, en y amenant des membres de leurs familles (femme et enfant). Nous avons récolté quelques centaines de dollars. L'organisation de cette activité Procure a été impeccable et l'expérience a été très agréable. Nous voulons participer à nouveau en espérant être plus nombreux et que, cette fois, tous les secteurs seront représentés.

Cette marche pour enrayer les cancers masculins, est ouverte à tout le monde. D'ailleurs, nous avons déjà une femme d'inscrite. Elle a décidé de joindre l'équipe «Comité de la Condition des Hommes, AREQ Montréal». Chez les membres de l'AREQ, 2/3 des membres sont des femmes et 1/3 des membres sont des hommes. Je ne serais donc pas surpris que cette année, nous retrouvions plus de marcheuses que de marcheurs.

Tout le monde peut contribuer à la Marche du Courage Procure :

-Soit en vous inscrivant vous-même en tant que marcheur ou marcheuse.

Pour vous inscrire comme marcheur ou marcheuse, allez au site : <https://marcheducourage.ca/fr/register/> l'inscription coûte 50\$; Puis joignez-vous à l'équipe «Comité de la Condition des Hommes, AREQ Montréal».

-Soit en parrainant un marcheur : <https://marcheducourage.ca/fr/> Puis, cliquez sur le bouton FAIRE UN DON pour ensuite choisir le marcheur que vous voulez parrainer, puis suivez les instructions.

Merci de vous joindre à nous.



Crédits



Collaborateurs : Richard Bastien, Luc Brunet,
Micheline Jourdain, André Labossière,
Louise Myre, Edmond Pauly
Thérèse Poirier-Labossière et Richard Raymond

Mise en page: Céline Allard

Coordonnateur: Richard Raymond

CALENDRIER DES ACTIVITÉS 2016 - 2017

Mars			
Vendredi 3	<u>Activité sectorielle</u> Déjeuner mensuel	9 h 00 Restaurant Eggsquis	Réservation : Thérèse Labossière 514-637-1725
Mercredi 8	<u>Activité régionale</u> <u>Journée int. De la femme</u>	9 h 00 4000, rue Bossuet, Montréal Voir les Échos de l'île	Réservation <u>avant le 3 mars</u> Annette Fragman 514-696-8711
Jeudi 23	<u>Activité régionale</u> <u>Conférence sur la démocratie</u>	Voir les Échos de l'île	Inscription : <u>avant le 16 mars</u> Edmond Pauly 514-683-3818
Avril			
Vendredi 7	<u>Activité sectorielle</u> Déjeuner mensuel	9 h 00 Restaurant Eggsquis	Réservation : Thérèse Labossière 514-637-1725
Vendredi 21	<u>Activité régionale</u> <u>Jour de la terre</u>	Voir les Échos de l'île	Réservation <u>avant le 14 avril</u> André Labossière 514-637-1725
Mardi 25	<u>Activité sectorielle</u> <u>Assemblée générale</u>	9 h 00 Casa grecque, 13081 boul. Gouin O. Pierrefonds	Réservation <u>avant le 17 avril</u> Jacques Ready 514-620-8870
Mai			
Vendredi 5	<u>Activité sectorielle</u> Déjeuner mensuel	9 h 00 Restaurant Eggsquis	Réservation : Thérèse Labossière 514-637-1725
Jeudi 11	<u>Activité régionale</u> <u>Conférence sur les changements cognitifs</u>	Voir les Échos de l'île	Réservation <u>avant le 4 mai</u> Richard Bastien 514-683-5244
Jeudi 18	<u>Activité régionale</u> <u>Assemblée générale</u>	Voir les Échos de l'île	Réservation <u>avant le 11 mai</u> Jacques Ready 514-620-8870