

Enfilante le temps...



Le Sommaire

LE DROIT FIL- Mot de la présidente, Secteur D, Petite-Nation	3
Mot de notre président régional	5
LE FIL CONDUCTEUR	
Nouvelles nationales	6
Conseil d'administration	7
Nouvelles régionales	9
Nouvelles sectorielles	11
LE FIL DE LA RECONNAISSANCE par Juliette Langlois	17
LE FIL DE MES PENSÉES par Denise Fahey	19
par Georgette Ménard	21
LE FIL SE TISSE	23
LE FIL DE MES DÉCOUVERTES par Francine Labrosse	25
LE FIL CASSÉ-LE FIL NOUÉ	31

L'équipe du journal

Rollande Hébert-Corbeil	Suzanne Gauthier-Lalonde
Denise Fahey	Lucie Lacoste-Monfils
Ginette Labrosse-Lafleur	Micheline Maillé
Suzanne Séguin	

Nos collaboratrices

Francine Labrosse, Juliette Langlois, Georgette Ménard

Photo-couverture : La rentrée par Ginette Labrosse-Lafleur

La version intégrale du bulletin se trouve sur le site web de l'AREQ Petite-Nation à:

www.areqpn.infadfranc.qc.ca

Le droit fil...



De nouveaux papillons... !

Maintenant c'est fini pour nous. Mais *les papillons dans l'estomac* causés par la rentrée scolaire ne sont pas très loin : nouveaux élèves, nouveaux collègues, nouvelle direction, nouvelle classe, nouvel horaire, nouvelles matières et j'en passe... Pendant de nombreuses années, notre capacité d'adaptation a été soumise à rude épreuve et nous avons, tout de même, tenu le flambeau de la connaissance et aidé des milliers de jeunes Québécoises et de jeunes Québécois à progresser dans leurs apprentissages scolaires. Bien que nos petits-enfants nous rappellent cette réalité, nous, retraités de l'éducation, entrevoyons l'automne d'un autre point de vue, et de nouveaux papillons envahissent notre espace.

Nous cherchons à consolider nos acquis et à protéger notre avenir...

Avec l'AREQ, nous aurons à établir un nouveau plan d'action sectoriel, donnant ainsi suite au congrès de juin 2014. Le nouveau conseil sectoriel se mettra au travail dès que les orientations 2014 - 2017 seront officialisées et élaborées plus concrètement au Conseil régional.

En attendant, les membres des différents comités reprennent leurs activités et font toujours du recrutement. Avis aux intéressés. On sort de notre cocon.

En tant que nouvelle présidente, soutenue par mon conseil, je m'engage à être fidèle à celles qui m'ont précédée en continuant de faire de l'AREQ Petite-Nation, une association forte et pro-active, tout en respectant les orientations nationales.

Je tiens à souligner l'apport important de Lucie Lacoste-Monfils au sein du conseil sectoriel à titre de 2^e vice-présidente de 2008 à 2014. Merci pour ta générosité et le partage de tes différents savoirs.

Rollande, en continuant de siéger au conseil sectoriel comme secrétaire, assure la conservation des acquis. Jean-Paul, en tant que 1^{er} vice-président, avec son

assurance, me remplace avec plaisir au conseil régional, à l'occasion...Joël , notre nouveau 2^e vice-président, toujours préoccupé par l'environnement, veille à ce que le répertoire des membres soit mis à jour, que de nouvelles inscriptions soient identifiées, Nicole avec ses nombreux chapeaux donnent la note juste, notre trésorier, Yvelin, assure la bonne gestion de notre argent et puis, fort nombreux, il y a vous, membres de l'AREQ Petite-Nation, celles et ceux qui œuvrent plus discrètement. ...Nous attendons votre point de vue, vos commentaires, votre appréciation et surtout votre participation. C'est l'ENVOL. Notre association, nous la voulons vivante et dynamique.

Les saisons se suivent mais ne se ressemblent pas toutes. Je vous souhaite un automne lumineux et coloré, à l'image des nouveaux papillons qui nous amènent au rêve, au dépassement et à faire équipe pour entreprendre le grand voyage de la saison.

Bonne rentrée d'automne,

Micheline Maillé, présidente Conseil sectoriel Petite-Nation





Le droit fil...

Mot du président régional

D'hier à demain, l'AREQ toujours en action

Tel était le thème du 45^e congrès qui s'est tenu à Sherbrooke, du 2 au 5 juin dernier. Une délégation d'une trentaine de personnes de l'Outaouais vous y a représentés. Vous avez eu un aperçu de cette rencontre dans le dernier Quoi de Neuf du mois de juin. Je vous recommande de lire l'article signé par monsieur Denys Bergeron qui nous en a fait un excellent compte-rendu.



Après un été qui a passé à la vitesse de l'éclair et qui fut plus tiède que chaud, nous voici repartis pour le triennat 2014-2017, face à de nouveaux défis. Les orientations ressemblent à celles du triennat précédent, mais elles sont teintées d'un esprit différent. Les droits et les intérêts de nos membres et des personnes âgées, la vie associative ainsi que la participation et l'engagement citoyen au mieux-être de la collectivité serviront à l'élaboration du plan d'action de l'Association pour les trois prochaines années.

En tant que nouveau président de la région de l'Outaouais, il me tient à coeur, pendant ce premier triennat, de travailler à la consolidation du « membership ». La promotion de l'Association, le renforcement des liens auprès des instances syndicales locales et, non le moindre, l'exploration de perspectives d'avenir pour notre Association dans la région seront une priorité. Un deuxième objectif sera de vous assurer des services de qualité en effectuant l'analyse et le suivi des besoins des membres actuels et futurs et en vous informant sur les dossiers d'actualité défendus par l'AREQ.

Il me tient à coeur également, de soutenir vos présidentes dans leurs actions et de les instrumenter par des formations appropriées. Dans cette optique, nous aurons en novembre une rencontre que nous pourrions appeler « un petit lac à l'épaule » et qui viendra les soutenir dans leurs actions.

Comme le dit si bien la devise de la Société américaine de gérontologie : « *Pour vieillir heureux, il ne suffit pas d'ajouter des années à la vie, il faut donner de la vie aux années.* » J'essaierai à travers mon engagement de donner de la vie à notre vécu associatif régional afin que vous soyez fiers et fières d'être membres de cette belle association qu'est l'AREQ.

Avant de terminer, je tiens à remercier sincèrement en votre nom, la présidente sortante Madame Nicole Morin-Laplante qui a oeuvré auprès de l'Association pendant plusieurs années, dont trois ans à la présidence régionale. Elle y a mis son coeur, son temps et son énergie.

J'offre également nos félicitations à tous ceux et celles qui ont renouvelé leur mandat ou qui s'engagent pour la première fois dans un poste de responsabilités auprès de l'Association.

J'aurai le plaisir de vous revoir lors de vos prochaines rencontres sectorielles. Je vous souhaite, en tant que membre de l'AREQ, une vie plaisante. J'espère que votre automne sera rempli de rires et de sourires.

Bien vôtre,
Michel Tessier Président régional



Nouvelles nationales

Conseil exécutif 2014-2017



Le Conseil exécutif (CE) se compose des cinq personnes élues par le Congrès.

Il administre les biens de l'Association.

Il maintient un secrétariat.

Il voit à la bonne marche des différents services.

Il exécute les décisions du Conseil d'administration.

Voici la liste des membres du CE de l'AREQ pour le triennat 2014-2017 :

Président : [M. Pierre-Paul Côté](#)

1^{er} vice-président : [M. Michel A. Gagnon](#)

2^e vice-présidente : [Mme Claire Bélanger](#)

Secrétaire : [Mme Nicole Gagnon](#)

Trésorière : [Mme Nicole Patry-Lisée](#)

Conseil d'administration 2014-2017



Le Conseil d'administration (CA) de l'AREQ se compose de quinze personnes, soit les cinq membres du Conseil exécutif et les dix conseillères ou conseillers, qui ont été élus à la présidence de chaque région. Le CA s'occupe activement de la mise en application des décisions du Congrès.

Voici la liste des membres du CA de l'AREQ pour le triennat 2014-2017 :

Président : [M. Pierre-Paul Côté](#)

1^{er} vice-président : [M. Michel A. Gagnon](#)

2^e vice-présidente : [Mme Claire Bélanger](#)

Secrétaire : [Mme Nicole Gagnon](#)

Trésorière : [Mme Nicole Patry-Lisée](#)

Conseillère : [Mme Monique Blais](#), Région Bas-St-Laurent–Gaspésie–Les Îles–Côte-Nord (01)

Conseillère : [Mme Francine Tremblay](#), Région Saguenay–Lac-St-Jean (02)

Conseillère : [Mme Pierrette Simoneau](#), Région Québec–Chaudière-Appalaches (03)

Conseillère : [Mme Mariette Gélinas](#), Région Cœur (Mauricie) et Centre-du-Québec (04)

Conseiller : [M. Fernand Grenier](#), Région Estrie (05)

Conseillère : [Mme Micheline Jourdain](#), Région Île de Montréal (06)

Conseiller : [M. Michel Tessier](#), Région Outaouais (07)

Conseillère : [Mme Aline Castonguay](#), Région Abitibi-Témiscamingue (08)

Conseillère : [Mme Christiane Potvin-Lapalme](#), Région Montérégie (09)

Conseillère : [Mme Mireille Ménard](#), Région Laval–Laurentides–Lanaudière (10)

Commission sur la fiscalité : l'AREQ demande l'abandon d'une mesure du dernier budget qui pénalise lourdement des personnes retraitées

12 juin 2014

Dans la foulée du lancement des travaux de la Commission d'examen sur la fiscalité québécoise, l'Association des retraitées et retraités de l'éducation et des autres services publics du Québec (AREQ-CSQ) réclame l'abandon d'une mesure fiscale du budget 2014-2015 qui aura pour effet de pénaliser lourdement des personnes retraitées.

En effet, dans le *Discours sur le budget 2014-2015*, le ministre des Finances Carlos Leitao a annoncé que « l'âge d'admissibilité au fractionnement du revenu entre conjoints sera dorénavant établi à 65 ans à l'égard de toutes les sources de revenu de retraite ». Cette décision touchera environ 85 000 ménages et permettra au gouvernement, selon ses prévisions, de récupérer 52 M\$ d'impôt en 2014-2015 et 55 M\$ en 2015-2016.

Actuellement, une personne qui prend sa retraite peut fractionner son revenu tiré d'un régime de retraite (régime de retraite public, régime complémentaire privé, etc.) pour en transférer une partie à sa conjointe ou à son conjoint ayant un revenu plus bas. Or, le ministre des Finances juge cette mesure « inéquitable » et a décidé d'en priver toute personne avant l'âge de 65 ans.

Oui aux incitatifs, non aux pénalités

« Nous sommes d'accord avec des incitatifs aux gens qui veulent demeurer plus longtemps sur le marché du travail. Toutefois, nous sommes totalement en désaccord avec l'imposition de pénalités à ceux qui prennent leur retraite avant 65 ans. À cet égard, l'évocation d'une soi-disant iniquité nous paraît davantage un prétexte qu'un argument fondé. Si on veut parler d'iniquité, la non-indexation de notre rente en est une que le gouvernement refuse de corriger! », souligne le président de l'AREQ, Pierre-Paul Côté.

L'AREQ rappelle que certaines travailleuses et travailleurs se voient contraints, pour toutes sortes de raisons, de prendre leur retraite avant 65 ans, par exemple à 62 ou 63 ans. Pour un couple dont le revenu de retraite familial est de 45 000 \$ et dont l'un des deux conjoints n'a pas de revenu, l'impôt supplémentaire à payer avoisine 600 \$ par an. Sur une période de cinq ans, la hausse atteint près de 3 000 \$.

« Par cette décision, des milliers de personnes retraitées seront privées de sommes nécessaires pour assurer la protection de leur pouvoir d'achat, dans un contexte où leurs revenus stagnent et le coût de la vie augmente sans cesse. Aussi, on ne comprend tout simplement pas pourquoi les personnes retraitées sont ciblées. Nous demandons donc au gouvernement de revenir sur sa décision. Celle-ci est d'autant plus surprenante que la Commission d'examen sur la fiscalité québécoise n'a même pas encore entrepris ses travaux », a conclu le président de l'AREQ.

À propos de l'AREQ

Fondée en 1961, l'Association des retraitées et retraités de l'éducation et des autres services publics du Québec (AREQ) regroupe plus de 56 000 personnes âgées partout sur le territoire québécois. L'AREQ est affiliée à la Centrale des syndicats du Québec (CSQ).

Source : Dominic Provost, Conseiller en communication – AREQ , Cell. : 418 929-4082
provost.dominic@csq.qc.net

Plan d'action 2014-2017

Lors de son 45^e congrès, tenu en juin 2014, l'AREQ a adopté des orientations stratégiques pour le triennat 2014-2017. Les orientations s'orienteront autour de ces axes

- Les droits et les intérêts de nos membres et des personnes âgées au coeur de nos préoccupations
- La vie associative
- La participation et l'engagement au mieux-être de la collectivité

Un plan d'action s'articulera, à l'automne, autour de ces orientations. À suivre.

Nouvelles régionales

Conseil régional 2014-2017



PRÉSIDENT RÉGIONAL : Monsieur Michel Tessier Courriel : micheltessier@videotron.ca

PRÉSIDENTES DES CONSEILS SECTORIELS	
A – Haute-Gatineau	Mme Francine Guy
B – Pontiac	Mme Gisèle Amyotte-Ladouceur
C – Du Lièvre	Mme Madeleine Madore-Trudel
D – Petite-Nation	Mme Micheline Maillé
E – Hull-Aylmer	Mme Nicole Tremblay
G – Des Draveurs	Mme Lise Brunet
H – Ottawa	Mme Micheline Hamel

Rencontre régionale automnale

La rencontre automnale aura lieu au Château Logue, à Maniwaki, le 16 octobre prochain. Des informations vous seront communiquées sous peu.

AREQ régionale

Gagnant et gagnante des bourses à la formation de l'AREQ nationale dans le cadre de son 50^e en 2011.

Manon Belleau, fille de Denise Gunville-Belleau, membre du secteur B, Pontiac.

Jérôme Barbeau, petit-fils de Jeanne Touchette membre du secteur Petite-Nation.



Jérôme Barbeau
secteur Petite-Nation



Manon Belleau
secteur Pontiac



Félicitations aux récipiendaires !

Condition des hommes ♂

Depuis 2013, l'AREQ Outaouais souligne, le 19 novembre, la Journée de l'homme. Les membres du comité sont à planifier une rencontre pour souligner cet évènement. Notre secteur n'a pas de membre qui siège sur ce comité.

Nouvelles sectorielles

Congrès 2014 à Sherbrooke

28 délégués représentaient les sept secteurs de la région 07 Outaouais, tous mandatés lors des assemblées générales sectorielles de mai 2013.

En consultant le site de l'AREQ nationale, vous trouverez plusieurs informations au sujet du Congrès 2014.

Tous les changements et ajouts aux orientations et aux Statuts et Règlements de notre Association apportés au Congrès 2014, seront compilés dans un nouveau cahier qui sera remis aux présidences régionales et sectorielles lors du **Conseil National** de l'automne prochain à Québec et distribué dans les secteurs.



Nos délégués Rollande, Joël, Lucie et Nicole



Les aînés au volant

L'Association québécoise des retraité(e)s des secteurs public et parapublic (AQRP) offre depuis 2008 le programme «55 ans au volant». L'AREQ Outaouais avait déjà reçu une invitation à mettre sur pied ce programme d'une formation de six heures.

Jean-Paul Descoeurs du Conseil sectoriel de la Petite-Nation a soumis, en juin dernier, le projet à l'AREQ, *toujours en action !* et a obtenu une subvention de 650 \$ pour la réalisation de l'activité qui devrait se tenir au printemps 2015 dans notre secteur. À suivre.



Du 1^{er} au 6 décembre, l'AREQ Petite-Nation invite ses membres avec les clubs des différents villages à marcher, en portant un ruban blanc pour sensibiliser la population à la violence faite aux femmes et à toutes les autres formes de violence.

Ensemble prônons la NON-VIOLENCE.

Une messe commémorative sera célébrée en mémoire de nos membres disparus, mercredi le 5 novembre à 16h00 à l'église Ste-Angélique de Papineauville. Bienvenue à toutes et à tous.

Bottin des membres 2014-2017



Depuis juin, Suzanne Gauthier-Lalonde avec l'aide de Rollande Hébert-Corbeil et de Joël Quenault, a réussi à mettre à jour le bottin des membres de notre secteur. Merci pour tout le temps consacré à cette tâche. Plus de 120 membres ont répondu à leur appel.

Nos différents comités 2014-2015



Une association, c'est comme un édifice, plus les bases sont solides et bien ancrées, plus elle sera efficace et résistante.

Secteur D

Conseil sectoriel 2014-2015 :



Rollande Hébert-Corbeil, secrétaire

Micheline Maillé, présidente

Yvelin Corbeil, trésorier

Nicole Aubry-Hébert, conseillère

Jean-Paul Descoeurs, 1^{er} vice-président

Joël Quenault, 2^e vice-président

Comité de l'accueil :

Nicole Aubry-Hébert, répondante CS

Rachel Aubry, responsable

Lucie Lacoste-Monfils

Comité des cartes de souhait :

Rollande Hébert-Corbeil, répondante CS

Lucie Lacoste-Monfils, responsable

Monique Whissell

Pauline Rioux

Comité du Chœur Joyeux :

Nicole Aubry-Hébert, répondante CS

Diane Modéry, responsable

Denise Fahey

Lucie Lacoste-Monfils

Monique Whissell

Comité du bulletin :

Micheline Maillé, répondante CS	Denise Fahey, responsable
Suzanne Gauthier Lalonde	Lucie Lacoste - Monfils
Rollande Hébert-Corbeil	Ginette Labrosse-Lafleur
Suzanne Angrignon-Séguin (photographie et distribution)	

Chaîne téléphonique :

Micheline Maillé et Rollande Hébert-Corbeil, répondantes CS

Suzanne Séguin	Denise Fahey	Melvin Durocher
Georgette Ménard	Pierrette Gerard	Michèle Mantha-Simon
Juliette Langlois	Suzanne Gauthier Lalonde	
Raymond Whissell	Lucie Lacoste.- Monfils	Hennriette Villesèche,
Jocelyne Garnon- Ladouceur	Rollande Hébert-Corbeil	

Représentants(es) aux comités régionaux :

- 📁 Répondante : Micheline Maillé,
- 📁 Assurances : Jean-Paul Descoeurs
- 📁 Condition des femmes: Rollande Hébert-Corbeil
- 📁 Condition de l'homme : poste vacant
- 📁 Environnement : Joël Quenault
- 📁 Sociopolitique : Diane Modéry
- 📁 Fondation Laure-Gaudreault : Nicole Aubry-Hébert

Merci de rendre l'association efficace et résistante !

ATTENTION ! ATTENTION ! ATTENTION!

Besoin urgent d'une couturière possédant une surjeteuse



Besoin urgent d'une couturière possédant une surjeteuse pour coudre 50 nouveaux foulards pour la chorale 'Le chœur Joyeux'. On peut fournir les foulards pré-coupés, si la couturière le désire. Prière de téléphoner à Nicole A. Hébert au 819-427-6809. Quel beau cadeau de Noël pour nos choristes !

Calendrier des visites aux aînés

Saison 2014-2015

Le Chœur joyeux pour des Instants de bonheur

Dates	Heures	Résidences ou salles	Adresses
Lundi 15 septembre 2014	13 h 30	Comité des aînés	Église Duhamel
Lundi 22 septembre 2014	13 h 30	Résidence St-André	4, rue St-André Saint-André-Avellin
Lundi 29 septembre 2014	13 h 30	Manoir Chéné	70, rue Hôtel-de-Ville Chénéville
Lundi 6 octobre 2014	13 h 30	Comité des aînés	Église Montpellier
Lundi 20 octobre 2014	13 h 30	Résidence Ste-Angélique	236, rue de la Montagne Papineauville
Lundi 27 octobre 2014	13 h 30	Comité des aînés Namur Comité des aînés(es)	Salle communautaire Rte 323, N.-D. de la Paix

		Notre-Dame-de -la-Paix	
Lundi 3 novembre 2014	13 h 30	Résidence Desjardins	79, rue Boucher, Ripon
Lundi 10 novembre 2014	13 h 30	Résidence Montebello	532, Notre-Dame, Montebello
Lundi 17 novembre 2014	13 h	Action aide loisir Papineau	1165, route 321 Nord Saint-André-Avellin
Lundi 24 novembre 2014	13 h 30	Résidence des Aînés	1ère Avenue, Plasance
Lundi 1 ^{er} décembre 2014	13 h 30	Résidence Ste-Madeleine	933, rang Ste-Madeleine Saint-André-Avellin
Lundi 8 décembre 2014	13 h 30	Manoir des Souvenirs	8, rue Bourgeois Saint-André-Avellin
Lundi 18 décembre 2014	10 h 00 chant = 10h30	L'Atelier FSPN	Saint-André-Avellin
Congé Temps des Fêtes et janvier 2015			
Lundi 9 février 2015	14 h 00	CHSLD Saint-André-Avellin	Chantal Brûlé 819-983-7346 poste 6427
Lundi 16 février 2015	15 h 00	Château St-André Saint-André-Avellin	Louise Simard 819-983-1819, Poste 5501



Le Fil de la reconnaissance ...



À une Grande Femme de Cœur, LUCIE LACOSTE-MONFILS

MA CHÈRE LUCIE, ... AUJOURD'HUI, C'EST À TON TOUR DE TE LAISSER PARLER D'AMOUR. Mais avant, faisons un bref retour en arrière. C'est sur la rue Villeneuve à Saint-André-Avellin, en novembre 1945 que tu vis le jour au sein d'une belle et grande famille pionnière, la famille Lacoste. Cette lignée de gens déterminés t'appris à toujours regarder vers l'avant et à ne pas baisser les bras.

Tu as vu la construction des écoles J.-M.-Robert (1959) et Providence (1961). Le goût pour l'enseignement a alors marqué les « p'tites Lacoste ». Tout au long de ton parcours au primaire et au secondaire, tu étais déjà très impliquée : majorette, Croisée, club des 4 H, Lacordaire. Ton cheminement scolaire t'amène à l'École normale du village en 1963. Demeurant toujours en face de l'École Providence, tu y débutes ta carrière d'enseignante en septembre 1965. Tu as vraiment adopté la classe de deuxième année car tu y enseigneras pendant 33 ans.

Ton début de retraite fut un peu éprouvant mais ton courage, ta détermination et ton acception ont eu le dessus sur la maladie. Lucie, tu es un exemple pour nous! Sitôt remise sur pied, tu étais souvent sollicitée pour préparer un texte ou une recherche sur ton ordinateur que ce soit pour l'AREQ ou une autre association, car vous le savez toutes et tous, Lucie a démystifié l'informatique d'une façon autodidacte, en utilisant presque les 24 heures que contient une journée. J'en ai été témoin comme voisine d'en face! À travers tout cela, Lucie tu n'oubliais pas ta communauté car tu as été et es toujours membre de la chorale de Saint-André-Avellin, tu fus membre du Comité des résidents du CHSLD, tu as été le bras droit d'Irénée pour la Fabrique et tu es à part entière impliquée au Relais pour la Vie et... combien d'autres.

Aujourd'hui l'AREQ est heureuse de te remercier Lucie, pour tes six ans comme deuxième vice-présidente au Conseil sectoriel, donc de 2008 à 2014. Avoir Lucie sur un comité, c'est un beau cadeau. On pourrait te surnommer Madame Générosité car en plus du conseil, tu es déjà impliquée dans le comité d'accueil depuis ta retraite, tu participes au bulletin Enfilant le temps depuis sa première parution avec tes suggestions et tes corrections, tu es une membre active du Chœur joyeux, tu es responsable d'une chaîne téléphonique et en plus, tu prépares les cartes d'anniversaire de main de maître, etc. On peut toujours compter sur toi.

Je me souviens de ton ingéniosité pour solutionner un problème à la table du Conseil sectoriel lorsque tu semblais dire : « Pourquoi compliquer ce qui est simple? ». Et que dire de tout ce temps passé devant l'écran de ton ordinateur pour trouver un texte, une image pour telle occasion ou pour envelopper des petits cadeaux pour la fête des bénévoles.

Lucie, femme courageuse! C'est malgré tes genoux souffrants que Suzanne ou moi te conduisions pour une réunion, même en hiver. Ton courage te poussait à toujours aller de l'avant avec confiance. Bravo!

L'AREQ Petite-Nation tient à te remercier Lucie, pour ces six années d'attachement à ton conseil sectoriel où tu as été présente à ta tâche. Tes heures de don de soi ne peuvent se comptabiliser et je sais que tu continues ta mission par ton bénévolat ici et là. Tu es uneoureuse de l'AREQ et nous te devons beaucoup. On te veut longtemps avec nous et MERCI d'être la personne joyeuse, animée, courageuse, délicate, disponible que tu es. Continue à rêver toujours le meilleur : voyages, projets, découvertes, famille, ...et du temps avec tes deux mignonnes petites-filles. Merci Lucie!

Juliette Langlois, au nom de tes amies et amis de l'AREQ





Yvanna



La commère

Tout le monde connaît Yvanna, la grande langue sale du bout. Je n'en peux plus de la voir se faire aller les babines pour commérer d'un bord pis de l'autre. Tout ce qu'elle voit et entend, passe dans son tordeur avant qu'elle ne fasse aller sa grande langue *slack* et, comme une traînée de poudre, les ragots prennent le chemin.

Quand je la vois, c'est bien simple, je change de trottoir. Mais hier, elle m'a prise par surprise et... vous m'avez vue ! Je me suis sentie assez mal !

Je n'aime pas répéter ses potins mais, puisque vous insistez, et que je vous connais bien et en plus, je sais que vous ne me jugerez pas mal, je vais faire une exception et vous raconter sa dernière *trouvaille*.

Je me permettrai d'emprunter le langage coloré d'Yvanna, comme ça, en me lisant, vous aurez l'impression d'être sur le trottoir, à ma place.

« J'te dis ma belle que ma wésine, la belle Jacqueline, qui disa à tout venant qu'elle parta pour Vancouver, pour aller prendre soin de sa tante malade...C'est pas vra !!! Pas vra pantoute !!!J'ai découvert le pot aux roses, moé, tu sauras... Est jamais partie pour Vancouver...est partie pour Montréal, chez Françoise, sa sœur. Pas pour travailler ! Non madame ! A s'est faite pincer : a va avoir un *p'tit dans queque mois* !

J'voya ben aussi que son vente grossissa, elle qui éta maigre comme un bécyque., ça par tu suite... Son mal de cœur pis ses vomissements, c'éta pas la gastro comme disa sa mère...La gastro, ça dure pas des mois, que j'y ai dit. C'est pas à moé qu'à va apprendre ousque le chat à mis ça ! Y'a toujours ben un boutte ! J'ai l'œil clair pis les oreilles fines fa.que...

J'me suis farmé la gueule assez longtemps, astheure qu'est partie, pis que sa mère a bourrre un pis l'autre, j'peux pas, en toute justice, faire avaler c'te mentrie-là au monde, ben longtemps... Ça m'chicotte ben trop. Pis la Farnande est ben trop fantasse ! A s'promène le nez en l'air pis à r'garde pas parsonne... Pis a passe son temps à vanter sa fille, à dire qu'est ben smarte, qu'a sort pas avec n'importe en qui, pis qu'est ben tranquille... Maudite menteuse ! Sa fille a r'quin d'elle ! La Farnande quante éta jeune, a donna pas sa place... y'a yinque les gros chars qui ont pas passé dessus.... Pis sa fille a suivi ses traces... Bon chien kin de race, hein ? Ben tu sauras ma fille que quante tu joues avec le feu, tu te brûles....

La Farnande a dit à toute le monde qu'elle itou a va se rendre à Vancouver dans queque temps, histoire d'aller wère sa sœur malade... Y'en n'aura pas de Vancouver, c'est à Montréal qu'a va se rendre. Pour aller relever sa fille... Ben kin ! Pis j'parle

pas à travers mon chapeau tu sauras ! Quante t'as deux bonnes oreilles, faut que tu saves t'en sarvir quante c'est le temps, tu comprends ? J'ai surpris une convarstation qui en disa long, y'a à peu pra deux semaines. Oui ma fille ! Ben, un soir, vers les 10 heures, j'éta assis tout bonnement su' ma galerie. Tu sauras que veiller à noirceur su la galerie, c'est pas créabe tout ce que tu peux entendre !!! Toujours ben que j'ai entendu brailler déhors, chez mes wésins. J'me sus rapprochée des voix pis j'ai r'connu la voix de Jacqueline en train de parler avec Ti-Guy, un de ses chums.... J'me sus fauilée jusqu'à la clôtüre sans faire de bruit, comme de raison. J'ai pas l'habitude d'écornifler comme ça, mais là, du braillage pis du criage de même, j'pouva pas faire autrement... Pis c'est à ce moment-là là que j'ai toute entendu... fa.que... Si a voula pas que quequ'un entende, a l'ara du parler tout bas pis brailler moins fort...

Laisse-moi te dire que son Ti-Guy a ben mal pris ça... y pensa même que c'éta pas lui le père de cet enfant-là...parce qui y disa qui éta pas le seul dans cette histoire-là, qui en ava ben d'aut' Tu comprends quosse que j'veux dire, t'as pas besoin d'un dessin. Y'ava pas l'air à trouver ça drôle, pantoute. C'est pour ça qu'a brailla tant. Y'a fini par sacrer son camp, sans y dire bonsoir... J'te dis qu'elle en a braillé un coup après qu'y é parti. Sa mère a fini par sortir pis est v'vue la trouver pis c'est là que j'en ai appris encore ben plusse... Fa.que...

Pis astheure, moé j'me gênerai pas pour le crier sur toutes les toits qu'est en famille parce que la Farnande, quante ma bru a faite arrêter mon gars parce qu'ava dit qui la batta, a l'a faite toute une histoire dans place pis a se gênait pas pour noircir mon pauvre Gilles... fa.que... Chacun son tour la boîte à beurre.

En té cas, moé j'ai pour mon dire que quante tu manges un plat de beans, le sais-tu laquelle te fa péter, hein ? Tu comprends quosse que j'veux dire... J'en dirai pas plus long.

C'est toute de quossa que j'ai à dire POUR LE MOMENT... j'ai ben d'aut' choses à rajouter mais en temps et lieux....Pis aie pas peur, ça va v'nir.... J'ten passe un papier... »

Puis, sans plus, elle a tira sa révérence. C'était dit. Ça allait faire le tour du village dans peu de temps.

Quant à moi, je viens de me faire aller le clapet, mais souvenez-vous : c'est vous qui m'avez suppliée de vous raconter... Sans ça... Vous me connaissez assez bien pour savoir que je suis loin d'être une Yvanna !

Mais, à bien y penser, vous avez tellement insisté, qu'une question me trotte dans la tête depuis le début : vous n'êtes pas comme Yvanna, toujours bien, vous autres ? Il ne manquerait plus que ca !!! Fréquenter une communauté de commères (Les mâles y compris) !!! Y'a toujours ben un boutte !



Si ton cœur est une rose, votre bouche dira des mots parfumés.

Proverbe russe

Photo Ginette Labrosse-Lafleur (Jardin de Métis 2014)

Si je parlais... *Georgette Ménard*

Il n'ira pas beaucoup plus loin. La nuit viendra bientôt. Il voit là-bas dans le lointain les neiges du Kilimandjaro (...) Elles te feront un blanc manteau tu pourras dormir, dormir, dormir... Extrait de *Kilimandjaro* de Pascal Danel.

Si je parlais pour mettre de la fantaisie dans ma vie...

Si je parlais pour relever un grand défi...

Si je parlais pour satisfaire une envie...

Si je parlais pour le Kilimandjaro à l'instar des Charles Tisseyre, Mario Jean, André Robitaille, Brigitte Ménard, Rock Lavigne et d'autres personnalités qui ont réussi cet exploit...



Bien sûr, il faudrait m'entraîner plusieurs mois : fréquenter le gymnase, marcher des kilomètres par jour. Bien sûr, il faudrait bien m'équiper pour le trek : me doter de bottes de randonnée solides et confortables, de bâtons de marche pour préserver mes genoux de l'usure précoce. Il faudrait acheter des vêtements performants, légers et chauds, un imperméable qui respire, un chapeau, des lunettes de soleil pour la protection de mes yeux et un sac à dos à ma taille qui me servira de petite maison portable.

Bien sûr, il me faudrait surtout faire de la randonnée, gravir des petits monts comme Saint-Hilaire, des plus grands comme Tremblant et Washington afin d'habituer mon corps à l'effort. Bien sûr, il faudrait respirer souvent dans un inhalateur qui diminue le taux d'oxygène pour m'adapter à l'altitude.

Bien sûr, il faudrait concrétiser judicieusement ce projet dans un voyage organisé de cinq, six jours avec porteurs ou sherpas via une agence spécialisée dans ce domaine et puiser dans mon bas de laine pour réaliser ce rêve.

À bien y penser. À mon âge... Quelle folie ! C'est décidé : je reste !

Régulièrement, avec les membres de mon club de marche, *Le Pas de l'Amitié*, je sillonnerai les rues de Plaisance, mon village. Occasionnellement, je foulerai les beaux sentiers de mon parc national de Plaisance. Annuellement, je participerai à « Marchons ensemble » et

arpenterai les différents sentiers des nombreux clubs de marche de ma région, la Petite-Nation. En toute saison, je gravirai ma Montée Papineau pour aller admirer sur le belvédère au-dessus d'un à pic, une merveille de la nature, mes chutes de Plaisance.

Ce sera ma fantaisie ! Ce sera mon défi ! Ce sera ma Kili !

Réflexions de l'oncologue brésilien Drauzio Varella, détenteur du Prix Nobel de Médecine.



DÉFINITIONS

- a) **3e âge** : commence officiellement à 60 ans et se termine à 80 ans, mais il n'y a aucun consensus à ce sujet.
- b) **4e âge ou vieillesse** : débute à 80 ans jusqu'à 90 ans
- c) **Longévité** : de 90 ans jusqu'à la mort. Personne n'est en pleine santé après 50 ans.

La santé, c'est pour les jeunes; les vieux ont toujours un ou plusieurs ennuis de santé dûs à l'âge. L'idée, c'est de tenter de vieillir en santé tout en contrôlant les problèmes pour éviter les complications



Chine 2014, tablée : Philippe Lafleur

LE BONHEUR D'ÊTRE AVEC DES GENS QU'ON AIME

Rien ne peut remplacer la joie et le plaisir de se retrouver entre amis; même les gras et l'alcool se métaboliseront bien suite à une soirée agréable.

Les mécanismes de compensation de notre corps sont peu connus :

*«Si vous profitez véritablement de votre soirée,
le péché 'mortel' diététique se transforme en péché 'véniel' !»*



Liste des déjeuners et des événements spéciaux

Dates à retenir*

Dates 2014-2015	Événements	Lieux
Jeudi, 11 septembre	Déjeuner**	Restaurant La Chouette 56, Desjardins, Ripon
Jeudi, 2 octobre	Envol des activités	Auberge et Club de golf Héritage 70, route 323, Notre-Dame- de-la-Paix
Jeudi, 16 octobre 2014	Rencontre régionale	Château Logue, 12, rue Comeau, Maniwaki
Mardi, 21 octobre	Échange sur les différentes fonctions des tablettes électroniques	Musée des pionniers Saint-André-Avellin
	Activité automnale	
Mercredi, 5 novembre	Messe pour les défunts de l'AREQ	Église Ste-Angélique (16h00) Papineauville
Jeudi, 13 novembre	Déjeuner	Restaurant Au Vieux Chaudron 85, Principale, Saint-André- Avellin
Semaine du 1er au 6 décembre	Marche pour sensibiliser sur la violence faite aux femmes.	Les membres de l'AREQ avec les différents clubs de marche des municipalités
Jeudi, 11 décembre	Dîner de Noël	Auberge et Club de golf Héritage 70, route 323, Notre-Dame- de-la-Paix

Jeudi, 8 janvier	Déjeuner	Restaurant Le Rafiot 109, rue Principale, Fassett
Jeudi, 12 février	Déjeuner, puis centre touristique La Petite-Rouge (skis, raquettes, randonnées pédestres)	Restaurant Au moulin du temps 519, rte 323, Namur
Lundi, 10 mars	Journée internationale des femmes	Club de golf Tecumseh 475, rue St-Louis, Gatineau
Jeudi, 12 mars	Dîner	Restaurant La Table des trois Vallées 580, boul Cité-des-Jeunes Gatineau (Buckingham)
Jeudi, 9 avril	Déjeuner	Restaurant la Villa du bifteck 58, rue Principale, Chénéville
Jeudi, 23 avril	Assemblée générale sectorielle	Auberge et club de golf Héritage 70, route 323, Notre-Dame-de-la-Paix
Jeudi, 7 mai	Dîner	Restaurant Cité Lin 255, rue Papineau, Papineauville
Lundi, 12 mai	Assemblée générale, région 07	Centre communautaire 181 rue Joseph, Gatineau (secteur Buckingham)
Jeudi, 11 juin	Fête des bénévoles	Auberge et club de golf Héritage 70, route 323, Notre-Dame-de-la-Paix

*D'autres activités peuvent s'ajouter en cours d'année au calendrier. Les moyens de communication privilégiés avec les membres sont le courriel, la chaîne téléphonique ou le site web : [www. areqpn.infadfranc.qc.ca/](http://www.areqpn.infadfranc.qc.ca/)

** Le rendez-vous des déjeuners est à 9h30. S'il y a des modifications, la personne responsable de la chaîne téléphonique de votre municipalité vous en avisera.



Des racines à Lalane, petit village charmant du Sénégal

Un jour, ma famille d'accueil, m'a offert un présent unique: un petit arbre fruitier, un carrossolier. Je l'ai planté avec eux dans leur concession. Je me savais éprise de cette famille du Sénégal, mais cet enracinement ne fait que concrétiser davantage mon attachement pour ceux qui m'ont accueillie les bras ouverts.



Le point de départ

Ma fille, ayant vécu des expériences de travail comme journaliste au Cameroun et au Burkina Faso, me parlait souvent et abondamment de la richesse humaine de ces pays africains, des amitiés créées, des enjeux politiques, des besoins criants, de la présence des ONG dans ces lieux. J'étais aussi fascinée par ce continent depuis mes livres de jeunesse me montrant des enfants, assis sous de grands baobabs et écoutant leur professeur.

Un jour, elle déposa devant moi un dépliant de Mer et Monde, une ONG, et m'indiqua qu'il y avait des stages de coopération internationale au Sénégal « clé en main pour les 50 ans et plus ». Moi, qui étais alors une toute jeune retraitée issue du monde de l'enseignement primaire, j'étais déjà partante. Fin

avril 2013, à la suite d'une rencontre d'informations générales et sans trop d'hésitation, je confirmai que je serais du départ à l'automne.

Les préparatifs

Huit journées de stage prédépart m'ont permis d'apprendre à vivre harmonieusement avec sept autres Québécoises qui seront mes compagnes de stage. Avec l'aide d'animateurs passionnés qui nous accompagnaient avec convivialité, nous avons commencé à nous ouvrir sur une autre culture, une autre réalité.

Quelques semaines avant le départ, j'ai reçu l'appel tant attendu directement du Sénégal. Je serai orthopédagogue à l'école primaire de Lalane. J'indique alors qu'un nombre limité d'élèves à la fois, six ou moins, serait souhaitable. J'aurai aussi à superviser avec l'aide d'un responsable, un poulailler construit directement sur le site de l'école. Ce projet favorise l'esprit d'entrepreneuriat des élèves.



Et hop, un mois après l'appel, munie de 2 valises de 23 kg dont l'une, totalement remplie de matériel pédagogique, je suis fin prête pour une belle aventure humaine et culturelle.

L'arrivée au Sénégal

Après que les huit filles aient enfin obtenu leur visa, après avoir vécu le voyage comme une longue épreuve de patience, les valises sont chargées dans la camionnette ou sur le toit du véhicule utilitaire. Nous partons enfin. Nous croisons déjà nos premiers moutons et chèvres en liberté dans le stationnement de l'aéroport. La qualité de la route goudronnée m'impressionne. Parfaite !

La chaleur accablante qui m'assaille alors ainsi que l'ardeur du soleil m'accompagneront durant tout mon séjour. Mes gourdes seront toujours

présentes. Je me promets d'être accompagnée d'un ventilateur dès que cela sera possible. Il assurera éventuellement ma survie toutes les nuits.

La Téranga, du wolof « hospitalité », légendaire des Sénégalais n'est pas seulement un mot. Dès que nous les croisons, les salutations, les poignées de mains franches, les sourires fusent de toute part. En un mot, la Téranga est omniprésente. J'en suis vraiment en manque depuis mon retour au Québec.

Le déroulement de mes journées

Quelques jours après notre arrivée, Madeleine, Québécoise œuvrant sur le terrain, dynamique, organisée et très disponible, assistée d'Adèle, Sénégalaise, débrouillarde, amusante et excellente conseillère, me présentent ma famille d'accueil et le directeur de l'école de Lalane.

C'est le début d'une routine qui se poursuivra pendant sept semaines. En matinée, je consacre environ une heure à la préparation de mes cours. J'ai aussi aidé d'autres stagiaires qui faisaient de l'alphabétisation auprès des femmes des villages voisins à préparer du matériel. Vers 12 h 30, du lundi au jeudi

inclusivement, le conducteur de taxi me dépose devant le portail de l'école, je traverse la grande cour, je serre les petites mains de plusieurs élèves. Les salutations sont nombreuses et toujours appréciées. Je me dirige ensuite



vers mon grand ami, M. Ciss,

1. Ma famille d'accueil, mon coup de cœur!

professeur et responsable du poulailler qui m'informe des derniers développements concernant les 200 volatiles. Le poulailler est sur le terrain de l'école près des locaux et des toilettes turques. Avec quelques élèves, nous regardons à la propreté des mangeoires et des abreuvoirs. C'est la première expérimentation avicole à l'école. Ce projet, financé par des donateurs québécois, permet aux élèves d'apprendre à élever des poulets pour leur chair. Les bénéfices reviennent à l'école et servent à fournir du matériel scolaire de base et à répondre à des besoins particuliers des élèves.

Dès 13 heures, je vois apparaître, à travers les 485 élèves qui convergent dans la cour, deux des quatre beaux enfants de Joseph et Marie-Jeannette. Henri-Marcel, 9 ans, me présente son dos, m'indiquant avec le sourire et le geste, d'y accrocher mon gros sac. Sa sœur Simone, toujours aussi sérieuse, me tend la main pour faire route vers la concession. Et le plus souvent, nous croisons notre jeune marmaille de la garderie. Alors, Catherine, la troisième de la famille, s'accroche à mon autre main. Quelques minutes de marche dans le sable brûlant et sous un soleil de plomb, et hop ! le petit dernier de la famille, Jean-Thomas, toujours enrhumé, le nez engagé et dégoulinant, nous voit franchir le portail de la maison familiale.

Marie travaille, depuis le matin, à cuisiner, laver les vêtements, s'occuper du petit dernier, nourrir le cochon, écraser les niébés, des haricots à œil noir, dans un énorme mortier à l'aide d'un énorme pilon.

Joseph est, la plupart du temps, étendu sur sa natte, son corps de 50 ans s'étant épuisé à fabriquer des briques. Toujours souriant, il répond à mes multiples questions. Il traduit souvent pour sa femme qui comprend très peu le français. Son frère Jean-Pierre revient de sa matinée aux champs avec son hilaire, cette grande pioche, et quelques morceaux de palmier ronier, bois indispensable à la cuisson des aliments. Après son repas rapidement avalé vers 13h30, il s'installe sous un abri et s'attelle à sa tâche de vannier, tout en nous concoctant le thé sucré.

L'heure qui suit le dîner est le temps que je consacre avec joie aux quatre enfants. Je passe de la corde à danser au dessin, au calcul, à la calligraphie, au bébé à surveiller, à genoux sur la natte ou dans le sable. Les enfants rient pendant que les parents se reposent. Ils rient aussi de nous voir nous amuser et de voir leurs enfants apprendre. Si la santé ou le temps le permet, Marie écrit le prénom de ses enfants, fait du calcul avec son mari et joue aux cartes



avec nous. Ce sont les moments où Marie rit le plus. Elle adore apprendre.

Dès qu'arrive 15 h, avec les deux plus grands, je retourne à l'école et j'enseigne la lecture. Et comme la plupart des stagiaires, sur le terrain, je dois m'adapter à la réalité locale. De 6 élèves, je passe à 23. De jeunes lecteurs, je passe à des élèves de 11 à 15 ans. J'enseigne aussi la lecture à des groupes de 10 enfants. Le français est la langue enseignée. L'école est souvent le seul lieu où elle est utilisée par ces jeunes élèves. Devant un tableau, ils étendent la natte et nous lisons des mots, des textes, des chansons. Je garde toujours un temps pour jouer au bonhomme pendu, au « tic-tac-toe », aux mots savants, et bien sûr, pour les faire écrire au grand tableau. Ensuite, retour à notre maison de Thiès vers 17 h 50.



Au début de mon stage, les élèves sont spectateurs, mais à la fin, ils sont très actifs. Je suis même gênée quand je fais écouter Youssou N'dour, un chanteur sénégalais à la renommée internationale. Nous dansons sur sa musique. Toutefois, le vacarme alerte le directeur qui vient ipso facto discipliner ces charmants apprenants.

Les binettes sont souriantes et la concentration est bien là, malgré la chaleur suffocante, les bureaux brisés, les livres écornés, l'absence d'images, de

livres de lecture, d'affiches et plus encore. Il n'y a qu'un enseignant, un grand tableau, une éponge et quelques craies.

Ce qu'il me reste

J'ai également ajouté volontairement un volet correspondance à mon stage. 35 élèves de CE1 (3^e année) ont écrit et dessiné pour des petits Québécois. Je savais que j'aurais le goût de faire comprendre à des jeunes élèves du Québec, le privilège qu'ils ont d'aller à l'école et d'avoir des livres.

En plus de cette correspondance scolaire avec des jeunes d'ici, je suis à solliciter des donateurs pour créer un fonds de roulement afin que le projet-poulailler soit viable et permette un meilleur bénéfice, bénéfice qui va directement aux enfants. Cela me procure le plaisir de garder un lien virtuel avec mon grand ami, M. Ciss.

Comme indiqué au début de ce texte, quand je repense à mon stage, ma famille d'accueil s'impose toujours en premier. J'ai un attachement très fort à cette famille. Je rêve souvent de longer les murs « en mou » de leur concession, de franchir leur seuil, de les revoir et les serrer dans mes bras. Attachement inconditionnel ! Je pense à eux tous les jours !

En second, m'apparaît la grande école, les si nombreux enfants dans une classe, l'absence d'électricité, d'eau courante, d'images et de livres. Mais je revois surtout des grands yeux intelligents, ouverts à l'apprentissage. Ces enfants, dont le français est la langue d'apprentissage, ont accepté mes maladresses et mes innovations jumelées en si peu de temps de présence. Des minutes joyeuses et quelquefois difficiles ! Je remercie tous ceux qui m'ont aidée en m'avisant avant le départ des chocs culturels et en m'adjoignant de « vivre avec eux sans penser à imposer ma réalité québécoise ».



Je reviens avec moins de préjugés dans la tête et plus de place pour l'être. J'ai appris ce qu'est le sens réel du partage et la force d'une communauté.

De plus, découvrir, durant les fins de semaine, le pays par son littoral, ses mangroves et ses pirogues, ses marchés aux poissons,

ses petits villages, son désert de Lompoul, ses églises, constituent des moments touristiques exceptionnels. Toutes ces sorties planifiées sont fort agréables et instructives. Je suis très heureuse d'avoir pu vivre ce stage et je suis aussi envahie par cette réalité, à savoir que j'ai vraiment le goût de retourner voir mes amis sénégalais.

Le fil noué ... 

Nous espérons que tous nos membres et amis malades voient apparaître avec les couleurs automnales un mieux-être et un retour à la santé .

Prompt rétablissement à Guy Hébert, conjoint de Nicole Aubry-Hébert

Prompt rétablissement à Claire Labrosse, sœur de Ginette Labrosse-Lafleur

Le fil cassé ... 

Resteront à jamais dans nos cœurs...

Madame Denise Gravel Charlebois, sœur de Georgette Gravel-Ménard, 26 juillet 2014

Madame Hélène Quesnel, sœur de Marc Quesnel, 16 août 2014



Rose trémière (Ginette Labrosse)

La couleur du fil...



Commission scolaire
Cœur-des-Vallées

Les retraitées et les retraités de la région 07, secteur D, de la Petite-Nation tiennent à remercier la Commission scolaire au Cœur-des-Vallées pour l'aide technique et matérielle apportée dans la réalisation du journal *Enfilant le temps*.

L'Association des retraitées et des retraités apprécie grandement le confort d'un local toujours mis gracieusement à sa disposition.



Desjardins

L'Association des retraitées et des retraités désirent remercier la Caisse Populaire de la Petite-Nation pour sa précieuse contribution monétaire lors de ses visites aux maisons de personnes du 3^e âge.



Finalement, l'Association des retraitées et des retraités remercient chaleureusement la Société historique de *Saint-André-Avellin Inc.* pour le prêt d'un local de travail.