

AREQ Région 07 *secteur D*



Association des retraitées et des retraités
De l'éducation et des autres services publics du Québec

VOL. 21 NO 3

Petite - Nation

Octobre 2019

Enfilante le temps...



<http://petite-nation.araq.lacsq.org/>

LE SOMMAIRE

LE DROIT FIL- Mot de la présidente, Secteur D, Petite-Nation	3
-Mot du président régional Outaouais	4
LE FIL CONDUCTEUR	
Nouvelles nationales et régionales	5
Nouvelles sectorielles	11
La vieille dame par Denise Fahey	22
Voyager sa retraite par Paul-André David	25
Un peu de réflexion par Suzanne Gauthier	29
LE FIL CASSÉ ET LE FIL NOUÉ	30
Calendrier du Chœur Joyeux	31

L'ÉQUIPE DU JOURNAL

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

NOS COLLABORATEURS ET COLLABORATRICES

Denise Fahey	Paul-André David	Les membres des comités
--------------	------------------	-------------------------

PHOTO-COUVERTURE

" *Promesse automnale* "

photo Philippe Lafleur, Sainte-Julie Est
Saint-André-Avellin



Me voilà rendue à ma dernière année comme présidente de l'AREQ Petite-Nation. Les statuts et règlements de notre association permettent deux termes de trois ans à un même poste. Vitement, il faut penser à la relève.

Le 15 octobre prochain, vous serez conviés au Fairmont Château Montebello pour une réflexion sur la survie des secteurs de l'AREQ désaffiliés de la CSQ, comme l'a été le nôtre en 2006. Les nouveaux membres se font maintenant rares, la moyenne d'âge augmente chaque année, 76 ans pour notre secteur, ce qui entraîne une diminution du nombre de nos bénévoles actifs. Nous comptons actuellement 106 membres. Comment sauver l'AREQ Petite-Nation d'une fermeture à plus ou moins long terme? Ensemble, nous devons trouver des pistes de solution qui pourraient être déposées par nos membres délégués au Congrès, à Lévis en juin 2020. Donc, je compte sur votre présence le 15 octobre prochain.

L'Assemblée générale sectorielle de mai nous a permis de faire le point sur le vécu de notre association pour l'année 2018-2019. Plusieurs d'entre vous se sont engagés dans les différentes activités de l'AREQ Petite-Nation. Je vous en suis très reconnaissante. Je salue aussi le travail fait par les membres de mon conseil sectoriel avec qui j'ai eu le plaisir de travailler : Joël, Nicole, Rollande, Lucie et Gaétan. Des membres efficaces et responsables.

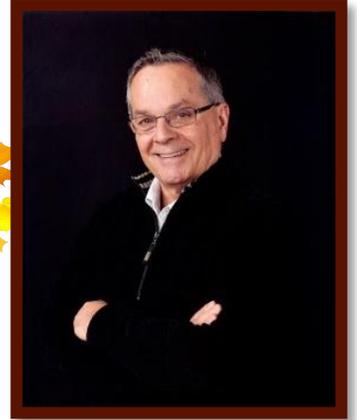
Pour l'année 2019-2020, j'ai été heureuse d'accueillir Maurice Deschênes au poste de Personne conseillère et je remercie Gaétan Franc d'avoir accepté le poste à la Trésorerie. Toutefois, nous avons un poste à combler au niveau du conseil sectoriel. Notre 1^{er} vice-président, Joël Quenault, a dû remettre sa démission puisqu'il a choisi de retourner sur sa terre natale en Normandie. Une invitation est lancée aux membres pour assurer l'intérim de son poste jusqu'à la prochaine assemblée générale sectorielle. Plus que jamais, nous devons nous serrer les coudes pour continuer la mission de l'AREQ dans la Petite-Nation, mission entreprise il y a 35 ans par madame Lucille Charron.

L'été 2019 a été généreux en nous faisant profiter du soleil et d'un environnement propice à la détente et aux belles discussions. Nous sommes en forme et prêts et prêtes à continuer à défendre nos droits et ceux des personnes âgées de notre entourage, à avoir une vie associative qui nous ressemble et nous rassemble et à promouvoir une société juste, équitable et égalitaire. BONNE ANNÉE aréquienne 2019-2020 !



Micheline Maillé, présidente AREQ secteur Petite-Nation

MOT DU PRÉSIDENT RÉGIONAL



Bonjour,

L'été passe toujours trop vite! L'automne est déjà à nos portes ainsi que nous l'annoncent tous ces vêtements automne-hiver que l'on peut voir dans les magasins. Nos activités aussi reprennent et promettent d'être fort intéressantes.

L'année 2019-2020 est la dernière année du triennat. Et cet automne revêt un caractère particulièrement important : c'est le temps de préparer le congrès, l'instance de décision de notre Association. C'est le moment de présenter nos revendications et d'inciter l'AREQ à nous soutenir afin d'assurer la pérennité de l'AREQ en Outaouais. À cette fin, nous tiendrons, un forum en octobre afin que vous exprimiez vos idées sur l'avenir de l'AREQ dans notre région.

Depuis la désaffiliation, le nombre de membres ne cesse de diminuer malgré l'arrivée de nouveaux retraités(es). Aussi, nos membres avancent en âge, ce qui rend plus difficile l'engagement bénévole. Nous laisserons-nous mourir à petit feu? Ou bien choisirons-nous de réagir et de trouver des solutions afin que notre association continue avec vivacité sa présence en Outaouais?

Notre avenir est entre vos mains. N'attendez pas que les décisions nous arrivent d'en haut. Comment entrevoyez-vous notre avenir en tant qu'association?

Quelles solutions suggérez-vous? Qu'est-ce que Québec peut faire pour nous soutenir? Autant de questions sur lesquelles se pencher en vue de proposer des pistes de solution à présenter lors du prochain congrès. Soyez des nôtres le 15 octobre prochain à la rencontre régionale qui aura lieu au Château Montebello.

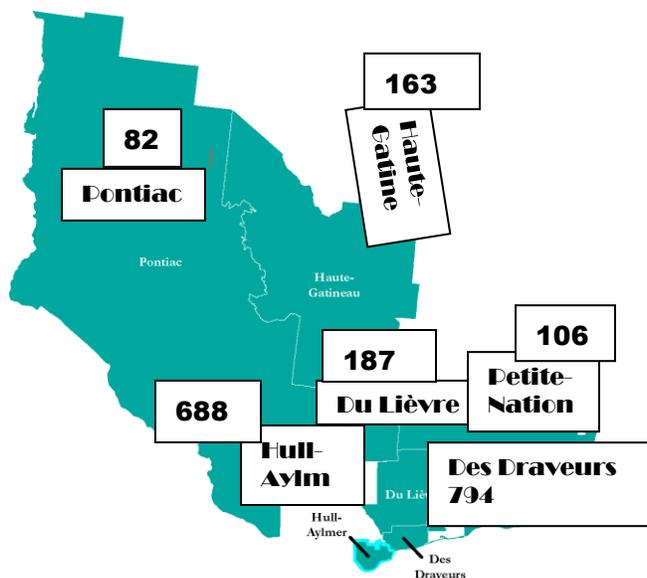
Je vous souhaite un heureux retour à vos activités. Je vous souhaite surtout la santé et l'énergie pour continuer, par votre engagement, à garder notre association active et pertinente dans votre secteur.

Au plaisir de vous revoir,

Michel Tessier, Président AREQ-Outaouais



Invitation aux 2021 membres...



Histoire

L'AREQ a été créée en 1961 par la pionnière du syndicalisme enseignant Laure Gaudreault. Rappelons qu'en 1936, celle-ci a fondé l'Association catholique des institutrices rurales, qui est à l'origine de la Centrale des syndicats du Québec (CSQ).

C'est le constat de la pauvreté dans laquelle vivait la majorité de ses collègues retraitées qui a inspiré le geste de Laure Gaudreault. Dès son origine, l'AREQ milite activement en vue d'obtenir du gouvernement la révision de la rente de retraite.

L'AREQ est à l'origine de plusieurs victoires pour les personnes retraitées : l'indexation des pensions (1969), le rajustement des pensions antérieurement

acquises (1973) et la mise en place du premier régime d'assurance collective offert aux personnes retraitées. (Site web AREQ).

Pour continuer de faire de l'AREQ, une association active comme l'a voulu sa fondatrice, Laure Gaudreault, un forum sur l'avenir de l'association dans notre région se tiendra...

Où : Fairmont Château Montebello

Quand : Mardi, le 15 octobre 2019. Accueil 9 h. Début : 9 h 30

Pour qui : Les 2021 membres des six secteurs de l'AREQ Outaouais

Objectif : Préparer une proposition à déposer au Congrès 2020 par nos membres délégués.

Cout : 30 \$ /membre. Contribution du secteur Petite-Nation : 10 \$ /membre.

S'enregistrer au plus tard, le 4 octobre auprès de Micheline Maillé (819 427-8161)



Élections fédérales 2019 : Agissons pour sortir les aînés de la pauvreté

Québec, le 20 septembre 2019 : L'Association des retraitées et retraités de l'éducation et des autres services publics du Québec (AREQ-CSQ) dévoile ses premières revendications dans le cadre de la présente campagne électorale fédérale 2019. Celles-ci touchent le revenu des personnes âgées. Il est impératif que les personnes qui aspirent à former le gouvernement se préoccupent des revenus à la retraite. « Les aînés ont contribué toute leur vie à bâtir la société dans laquelle nous vivons aujourd'hui. Il est inconcevable qu'au moment de la retraite, une personne ne puisse vivre dignement par manque de revenus. En plus de voir ses revenus stagner, une personne âgée peut voir ses dépenses augmenter rapidement en hébergement et en soins de santé », soutient Lise Lapointe, présidente de l'AREQ.

Des revendications concrètes :

- 1- Maintenir à 65 ans l'âge auquel il est possible de retirer sa pension de Sécurité de la vieillesse (PSV).
- 2- Prévoir la mise en place de mesures pour faciliter le maintien au travail des travailleuses et travailleurs âgés qui le veulent et les encourager à retarder leur prise de retraite sur une base facultative.
- 3- Augmenter le Supplément de revenu garanti (SRG)

afin que celui-ci atteigne ses objectifs, soit de compléter la rente des personnes à faible revenu et de garantir le maintien et la durabilité de leur pouvoir d'achat. 4- Modifier la Loi sur la faillite et l'insolvabilité et la Loi sur les arrangements avec les créanciers des compagnies pour que les retraités soient prioritaires au même titre que les créanciers garantis et les banques.

Selon Statistique Canada, nous évaluons le taux de personnes âgées en situation de pauvreté à 15 %. Au Québec, un peu moins d'une personne âgée sur cinq vit avec un revenu annuel allant de 18 012 \$ à 23 513 \$. Or, selon l'Institut de recherche et d'informations socio-économiques (IRIS), nous évaluons le revenu viable à 27 205 \$ pour une personne seule à Montréal et à 23 888 \$ dans une ville comme Saguenay. « N'oublions pas que, même après la retraite, les personnes âgées continuent à contribuer largement à la société, notamment par de nombreuses heures de bénévolat ou encore par leur rôle de proches aidantes », ajoute Mme Lapointe. Enfin, l'AREQ se prononcera sur plusieurs autres enjeux tout au long de la campagne électorale afin d'exiger une société plus juste envers les personnes âgées, notamment sur la santé, l'environnement et la justice sociale.

À propos de l'AREQ Fondée en 1961, l'Association des retraitées et des retraités de l'éducation et des autres services publics du Québec (AREQ-CSQ) compte plus de 59 000 membres dans l'ensemble des régions du Québec. L'AREQ est affiliée à la Centrale des syndicats du Québec (CSQ). -30- Source : Samuel Labrecque, conseiller aux communications Cell : 418 802-1357 / Courriel : labrecque.samuel@areq.lacsq.org

Nouvelles régionales

Comité Environnement et Développement durable par *Robert Leclerc*



La première activité Environnement et Développement durable du comité (CREDD) 2019-2020 en Outaouais sera présentée le 24 octobre 2019. Cette activité est en lien avec la semaine québécoise de la réduction des déchets (sqdr.org) et avec l'action nationale de l'AREQ qui se tiendra entre le 19 et le 27 octobre 2019.

Le 24 octobre, Mme Cindy Trottier donnera sa conférence *S'initier au Zéro Déchet* en région de 10 h 30 à 11 h 45. Cette conférence sera suivie d'un dîner au Buffet des Continents à Gatineau.

La conférence portera en première partie sur l'impact d'une mauvaise gestion des déchets à la maison, des matières résiduelles et de l'intégration du zéro déchet comme mode de vie (refuser, réduire, réutiliser). La deuxième partie invitera la population à s'informer sur les ressources mises à leur disposition pour se départir adéquatement de leurs ordures afin qu'elles soient valorisées au maximum (recycler, valoriser, composter). Le Zéro Déchet est un mode de vie qui aide à remettre en question les comportements liés à la consommation afin de faire des choix plus éclairés qui tiennent compte de l'environnement.

Cout : 10 \$/membre, 20 \$ /non-membre. S'enregistrer, avant le 10 octobre, auprès de Marcel Otis (819 983-2986), représentant pour le secteur Petite-Nation



Le comité sociopolitique organise une conférence sur la réforme du mode de scrutin par *Saélan Franc, (fin de mandat)*

Le 9 mai 2018, quatre des cinq principaux partis politiques québécois ont annoncé publiquement le dépôt d'ici octobre 2019 d'un projet de loi réformant notre mode de scrutin pour un modèle proportionnel mixte compensatoire régional. Un avant-projet de loi déposé par le gouvernement du Parti libéral du Québec, en 2004, allait également dans ce sens.¹



Le 6 septembre, l'AREQ et d'autres organismes de la société civile ont lancé la COALITION POUR LA RÉFORME ÉLECTORALE MAINTENANT ! pour que le gouvernement de François Legault respecte sa promesse électorale de réformer le mode de scrutin à temps pour les élections de 2022.

Au moment d'écrire ces lignes, on annonce que le gouvernement Legault déposera un projet dans ce sens d'ici le premier octobre. Donc la conférence est très d'actualité et sera une très bonne occasion de vous renseigner.

Titre de la conférence : *La réforme électorale au Québec : Vers un mode de scrutin plus proportionnel pour un système de vote équitable et démocratique*

Conférencier : **Raphaël Canet**, Responsable de la mobilisation de la société civile – Mouvement Démocratie Nouvelle (MDN)

Description du contenu :

Le système électoral au Québec est de plus en plus fortement et justement décrié. En vigueur depuis 1792, il ne reflète pas le pluralisme politique propre aux démocraties modernes. Il crée de fausses majorités, nourrit le cynisme à l'égard de la politique et ne tient pas compte d'un grand nombre de votes exprimés à chaque élection. La réforme électorale n'est pas un problème technique ou un enjeu mécanique, c'est une solution porteuse face au cynisme ambiant et au désengagement politique. Elle a le potentiel de faire grandir notre démocratie et, par la pratique, de changer positivement notre culture politique pour nous réapproprier le pouvoir citoyen.

La Conférence permettra de répondre aux trois questions suivantes :

1. Pourquoi faut-il réformer le mode de scrutin au Québec ?
2. Comment le système électoral va-t-il changer ?
3. Quels sont les enjeux pour les prochains mois ?



- ❖ **Date** : mardi, 12 novembre 2019
- ❖ **Lieu** : Buffet des Continents à Gatineau
- ❖ **Cout** : 10 \$ membres, 20 \$ non-membres

- L'accueil et les inscriptions seront à 9 h 30
- Début de la conférence à 10 h

Vous devez vous inscrire au responsable de votre secteur avant le 31 octobre 2019.

Le responsable sectoriel 2019-2020 du Comité sociopolitique est Maurice Deschênes (819 476-0508).



¹ Site web du Mouvement Démocratie nouvelle <http://www.democratienouvelle.ca/>



ACTIVITÉ DU COMITÉ RÉGIONAL DE LA RETRAITE par *Jacques Paulhus, responsable régional*

Pour la présente année, le comité de la retraite a choisi de développer le thème suivant, soit :
« **Communiquer les diverses politiques d'aide aux personnes âgées et aux proches aidants** ».

Pour ce faire, chaque responsable sectoriel rencontrera la personne chargée des soins à domicile du CLSC local. Cette ressource viendra vous expliquer comment obtenir de l'aide, à la suite d'une perte d'autonomie temporaire ou permanente, à la suite d'une opération chirurgicale ou toute autre incapacité non soignée en milieu hospitalier. Les proches aidants sont aussi éligibles pour l'aide.

Ces soins à domicile peuvent être des soins médicaux, des soins infirmiers, de l'aide à la nutrition, des services de réadaptation spécialisés tels : l'audiologie, l'ergothérapie, la physiothérapie ou l'orthophonie. Ces services visent à éviter l'hospitalisation ou à en réduire la durée et à faciliter le retour à la maison avec des accompagnements ponctuels.

La première étape pour obtenir des soins à domicile est de faire ouvrir un dossier à votre CLSC. Une première rencontre permettra de consigner vos besoins. Un suivi sera préconisé lors d'une deuxième rencontre permettant d'élaborer un Plan d'intervention qui vous convient et de cibler les ressources qui vous aideront à vous rétablir. Ces ressources peuvent varier selon les disponibilités de chaque CLSC.

En résumé, c'est votre responsable sectorielle, Louise Boudreault pour la Petite-Nation, qui organisera une rencontre le 14 mai 2020 avec le coordonnateur des soins à domicile de votre CLSC. Un document résumant les mesures d'aide aux proches aidants sera produit au début de l'année 2020. Ce résumé paraîtra dans les bulletins sectoriels de mars.





COMITÉ DES HOMMES par *Robert Provencher, responsable régional*

Une nouvelle année emballante pour nos membres.

La désaffiliation syndicale se fait sentir de plus en plus et surtout au niveau du *membership* masculin. Il fallait penser à faire des activités de plus d'envergure en se joignant à d'autres groupes d'aînés retraités.

Le 19 novembre prochain, un mardi, nous fêterons la Journée internationale des hommes avec les aînés de l'ARO (l'Académie des Retraités de l'Outaouais) de la Cabane en bois rond.

Une grande activité se déroulera au Centre communautaire Tétréau, 361 boul. de Lucerne, Gatineau.

Réservez votre journée de 10 h à 16 h (environ). Consultez votre site web pour plus d'informations.



Souper spaghetti FLG

Cette année encore, l'AREQ des Draveurs organise un souper spaghetti afin d'amasser des fonds pour soutenir la Fondation Laure-Gaudreault. Nous espérons vous y rencontrer en grand nombre! Invitez vos conjoints ou conjointes, vos amis et les membres de votre famille.

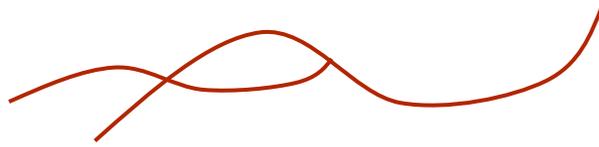
Quand : le vendredi, 25 octobre à 17 h 30

Où : Gatineauthèque, 107, rue Fernand-Arvisais, Gatineau

Coût : 15 \$ par personne

Vous pouvez réserver vos billets en communiquant avec Lise Brunet 819 771-3580 ou lisebrunet@videotron.ca Billets en vente jusqu'au 17 octobre 2019

Des fils se tissent ...
Nouvelles sectorielles



Responsables des comités 2019-2020

Au régional :

- Assurances, Gaétan Franc
- Environnement, Marcel Otis
- Comité des Femmes, Rollande Hébert-Corbeil
- Comité des Hommes, Gaétan Franc
- Sociopolitique, Maurice Deschênes
- Retraite, Louise Boudreault

Au secteur

- Bulletin, Ginette Labrosse-Lafleur
- Cartes, réservations, Lucie Sabourin
- Accueil, Nicole Aubry-Hébert
- Site web et chaîne téléphonique, Gaétan Franc
- Communication et page Facebook, Maurice Deschênes
- Chorale le Chœur joyeux et Fondation Laure-Gaudreault, Nicole Aubry-Hébert



Votre conseil sectoriel 2019-2020

Présidence : Micheline Maillé

1^{er} vice-présidence : **poste vacant ****

2^e vice-présidence : Nicole Aubry

Trésorerie : Gaétan Franc

Secrétariat : Lucie Sabourin

Personne conseillère : Maurice Deschênes*

Arrivée et départ



* Maurice a été enseignant au primaire pendant 8 ans et au secondaire pendant 20 ans dans la région de Charlevoix. Il est spécialisé en informatique. À sa retraite en 2015, il a été webmestre pour l'AREQ secteur Charlevoix et responsable de la mise en page de leur journal. Jeune retraité dynamique et déjà très engagé, ses compétences et ses nombreuses expériences sont des atouts pour notre conseil.

**Poste vacant : 1^{re} vice-présidence. Après une carrière de plus de quarante ans en hôtellerie et en éducation au Québec, notre Québécois d'adoption, Joël Quenault nous a quitté pour retrouver sa maison familiale en Normandie. Il sera des nôtres à la fête de Noël pour nous dire au revoir. Nous pourrions alors le remercier pour les 6 années consacrées à notre association.

Selon les statuts et règlements, un membre régulier de notre secteur peut remplir le poste à la 1^{re} vice-présidence jusqu'à la prochaine Assemblée générale sectorielle en avril 2020.

Déjeuners mensuels

C'est au Mulligan du club de golf Fairmont le Château Montebello que s'est tenu le 1^{er} déjeuner de l'AREQ Petite-Nation pour l'année 2019-2020. Plus de 28 personnes, membres, conjoints, conjointes et amis se sont rencontrés pour échanger après une pause estivale des plus salutaires. Le prochain déjeuner aura lieu le 7 novembre au Vieux-Chaudron à Saint-André-Avellin.





La
chorale le Chœur joyeux
par *Nicole Aubry-Hébert*

Durant 9 ans, j'ai eu l'immense bonheur et le privilège de diriger la chorale Le Chœur joyeux. À chaque fois que l'on chantait, je mettais toute mon énergie afin que la chorale donne un bon spectacle. Malheureusement, l'énergie et la forme physique ne sont plus au rendez-vous. Lors du spectacle du 19 juin à l'église de Papineauville, j'ai dû diriger assise. Dans ma tête et dans mon cœur, une ou un chef de chorale, c'est debout qu'elle ou qu'il mène sa barque.



Heureusement, le Chœur joyeux va pouvoir continuer sa mission grâce à Jacques Bernard Major: « Je signe le contrat pour un an », m'a-t-il mentionné. Je suis convaincue qu'il fera un maestro formidable. C'est un homme très apprécié des membres et compagnons de la chorale et un peu, beaucoup, très discipliné. Tous ensemble, nous allons garder l'AREQ Petite-Nation visible dans tous les villages de notre secteur. Je vais m'acheter un petit banc afin d'aller avec le gang donner des instants de bonheur.

Un dernier mot, pour ma chorale, merci de donner le meilleur de vous-mêmes à chaque représentation. Pour moi, vous êtes et resterez « *la meilleure gang de joyeux lurons* ».



Caresses et bisous. Je vous aime,

Nicole XX



Fête des bénévoles, juin 2019 par Micheline Maillé



Une quarantaine de personnes se sont regroupées le 13 juin à Montpellier pour rendre hommage aux bénévoles. Une conférence et un repas gratuit ont été offerts à celles et ceux qui au cours de l'année 2018-2019 ont œuvré au sein de notre secteur.

Lors de cette fête, à la recommandation du comité

régional des femmes, nous nommons une FLAMME de l'année : Rollande Hébert-Corbeil en 2016, Diane Modéry en 2017, Denise Fahey en 2018. Les propositions ont été nombreuses pour la Flamme 2019. Nicole Aubry-Hébert nous a présenté non pas une, mais deux inséparables flammes, Georgette Ménard et Janine Marcotte. En effet, Georgette et Janine sont membres de la chorale Le Chœur Joyeux depuis sa formation.



Elles ont siégé au comité directeur de l'AREQ Petite-Nation (l'ancêtre du conseil sectoriel), elles ont participé à la chaîne téléphonique et ces dernières années, elles sont deux animatrices incontournables à notre fête de Noël. Un certificat-cadeau leur a été remis. Félicitations à nos récipiendaires.

Aussi, l'année 2019 aura été celle d'un départ au sein de notre conseil sectoriel. Rollande Hébert-Corbeil en était à sa deuxième année au poste de trésorière. Après 11 ans d'engagement dans différents postes électifs, elle a décidé de diminuer son bénévolat au sein de notre association. Parce qu'elle est demeurée au chevet de son conjoint malade, l'hommage qui lui était dédié a été reporté à l'Envol 2019.

Comme le veut la coutume, Denise Fahey a fait, avec brio, l'éloge aux bénévoles.





Par la suite, Nicole Aubry-Hébert, au nom de la Fondation Laure-Gaudreault, a remis un chèque de 1000 \$ à Michèle Laroche, coordonnatrice à l'Atelier de formation socioprofessionnelle de la Petite-Nation (FSPN). Madame Laroche avait déposé, au mois de janvier, une demande d'aide aux noms des usagers de l'Atelier qui ont un projet en théâtre pour 2019. Fière que sa demande ait été retenue, elle nous a rappelé l'importance de la mission de l'Atelier, organisme communautaire autonome, de bienfaisance, sans but lucratif qui vise à favoriser le développement et l'intégration professionnelle de la personne présentant une



déficiência intellectuelle, un problème de santé mentale ou un handicap physique.

Finalement, notre conférencière invitée, Brigitte Ménard, a parlé de sa passion pour les voyages. Elle nous a permis de visiter des endroits où nos jambes ne nous permettent plus d'aller et de réfléchir sur le dépassement de soi. Lucie Sabourin l'a remerciée au nom de l'assemblée.

Un dîner amical a suivi ainsi que le tirage de prix de présence. Des plantes vivaces achetées à la serre de la CSCV de Papineauville par le Conseil sectoriel et des livres donnés par le président de l'AREQ régionale et la présidente sectorielle ont fait la joie des gagnants.



L'ambiance festive de cette rencontre laissait entrevoir un été exceptionnel.



Hommage aux Flammes de l'année 2019 par Nicole Aubry-Hébert

Connaissez-vous deux joyeuses luronnes qui d'octobre à mars chantonnent
Qui préparent des surprises à la tonne? Que de beaux souvenirs, ça nous donne. Le
Père et la Mère Noël n'ont pas donné de bébelles.



La première fois, on a exercé notre
voix
Et elles ont fait un choix,
On a joué avec les lettres
À l'endroit, on a dû les mettre.

Mais durant ces cinq années
On a joué, chanté, communié
Admiré, on a été étonnés.
On s'est bien amusés

À cause de tout ça, vous êtes devenues...

*Les Flammes de
l'année*

Janine Marcotte et
Georgette Ménard



Merci les filles pour votre engagement indéfectible. Merci de retrouver votre
cœur d'enfant. Et de nous en faire profiter.

Bravo et continuez votre merveilleux travail !

Une conférence sur mesure... par Lucie Sabourin



Lors de la Fête des Bénévoles, soit le 13 juin dernier, Madame Brigitte Ménard (fille de Georgette) a accepté de nous parler de l'expérience qu'elle a vécue avec son conjoint, lors de l'ascension de l'Aconcagua en Argentine et sa montée jusqu'au camp de base du Mont Everest au Népal. De superbes photos agrémentaient son exposé et nous permettaient de saisir l'ampleur du défi.

Même si l'expédition avait été bien préparée, même si elle représentait l'accomplissement d'un grand rêve, Brigitte avoue avec humour et grande simplicité, qu'elle a dû se battre durant les premiers jours avec ses doutes sur ses capacités réelles, ses pensées négatives, son désir

d'abandonner le groupe de marcheurs et surtout de trouver une « façon élégante » de le faire.

Elle n'hésite pas à reconnaître que la réussite de ce grand défi, elle le doit aux encouragements de son conjoint et à la force inspirante du groupe. Un pas à la fois. Prendre conscience des petites victoires. Se laisser porter par des images, par des mots. Être entourée par des gagnants. Accepter les petits gestes de réconfort. Etc.

Elle nous a aussi rappelé le code de conduite dans la vie des quatre accords toltèques :

- Que votre parole soit impeccable,
- Quoi qu'il arrive, n'en faites pas une affaire personnelle,
- Ne faites jamais de supposition,
- Faites toujours de votre mieux.

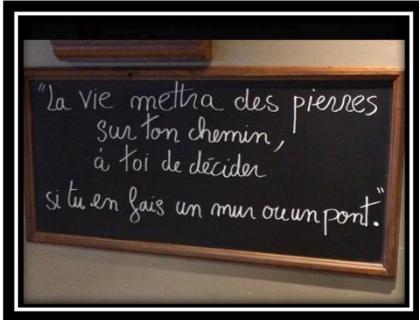
Après la réussite de cette aventure, le couple a poursuivi à nouveau sur des chemins moins fréquentés et leur carnet de route demeure ouvert.

Merci Brigitte pour ce témoignage énergisant et réconfortant. À nous maintenant de garder bien précieusement les solutions gagnantes dans notre besace.



Hommage à Rollande Hébert-Corbeil

par les membres du Conseil sectoriel



11 ans d'engagement dans des postes électifs au sein de l'AREQ Petite-Nation :

Présidence 6 ans
Secrétariat 3 ans
Trésorerie 2 ans



Joël : Je rends hommage aujourd'hui à Madame ROLANDE HÉBERT-CORBEIL pour avoir mené le destin de notre AREQ PETITE-NATION pendant plusieurs années avec brio.

Madame, vous fûtes une PRÉSIDENTE à la conviction ARÉQUIENNE inébranlable, indéfectible et inaltérable. Toujours en mouvement pour notre cause et par votre travail, vous avez su attirer le respect de votre troupe. Toute mon admiration ROLLANDE.

Lucie : Depuis maintenant plusieurs années, je crois fermement que Rollande a les lettres AREQ tatouées sur le cœur... oui, tu es cette personne engagée, passionnée et disponible.

Comme durant ta carrière d'enseignante, tu as toujours démontré, lors de l'exercice des diverses fonctions au sein de l'AREQ comme présidente, secrétaire, trésorière, responsable sectorielle du comité des femmes, le même professionnalisme, la même rigueur, la même écoute et la même authenticité.

Pour t'approprier les visées et surtout l'esprit de notre association, tu as participé à des congrès, aux comités régionaux, questionné, sollicité des précieux conseils. Tu y as mis le temps et l'énergie. En vraie pédagogue, tu souhaitais créer un climat de travail détendu et amical, tu désirais que les membres de notre secteur se sentent toujours accueillis, écoutés et respectés.

Durant ces dernières années, même avec la lourde charge de la trésorerie, tu as accepté mille et une responsabilités, ces petits gestes sont indispensables pour le bon déroulement de la vie d'un secteur : la chaîne téléphonique, les réservations, les salles, l'église, des achats de petits cadeaux, etc.

Mission accomplie, tu peux maintenant prendre un peu de repos.

Merci d'être cette femme inspirante et engagée.

Gaétan : J'ai siégé seulement deux ans avec Rollande au conseil sectoriel. La première année, je me suis vite aperçu que lorsque j'avais besoin d'une information ou d'une photo pour un montage, j'avais toujours une réponse rapide.

Mais c'est surtout la deuxième année, lorsque j'ai commencé à prendre certaines de ses tâches, que je me suis rendu compte de son efficacité, sa minutie, son engagement et

son dévouement. Elle s'occupait des réservations avec Joël et visitait chacun des endroits avec lui pour prendre les arrangements. Elle composait toutes les invitations de la chaîne téléphonique, recevait les courriels et les appels qu'elle compilait avec soin, afin d'avoir le nombre exact, et s'il manquait quelqu'un dans la chaîne téléphonique, elle le remplaçait. Lorsque j'ai pris sa place dans ces deux dossiers, si j'avais besoin d'un renseignement, elle me répondait avec patience, sur-le-champ.

Comme trésorière, lors de chaque activité, elle se faisait un devoir d'être présente, de ramasser l'argent et de payer presque immédiatement. Quel engagement et quelle disponibilité!

En plus de tout cela, elle s'occupait du comité des femmes. Et je parle uniquement de ces deux dernières années passées à ses côtés.

En conclusion, il faudrait quatre personnes pour remplacer Rollande.



Nicole : J'ai travaillé avec Rollande plusieurs années au conseil sectoriel et j'ai pu constater à de multiples occasions son sens des responsabilités. Quand elle avait un projet, elle le menait à bon port. Elle a participé aux visites dans les résidences avec la chorale Le Chœur joyeux même si chanter n'est pas sa tasse de thé. Rollande, tu as l'AREQ tatouée sur le cœur et je t'ai toujours admirée pour cela. Quant aux projets AREQ Toujours en action, tu étais très fière de mentionner ceux que tu avais mis sur pied. On perd un gros morceau. Merci, Rollande, pour toutes les heures que tu as investies afin que notre association reste vivante.

Maurice : Quand je suis arrivé à ma première rencontre en décembre 2016, Rollande m'a accueilli avec générosité. Ce fut mon premier contact avec un membre de l'AREQ de la Petite-Nation. C'est la personne qui nous a invités, sans hésiter, Joël et moi, à rejoindre leur groupe d'amis les dimanches matin pour bruncher. Rollande est une personne accueillante. Nous nous sentons tout de suite à l'aise avec cette dame au grand cœur.

Micheline : Avec un pareil CV, on voit bien que Rollande connaît tous les côtés et les à-côtés de l'AREQ. Elle aime son association et croit en ses actions. Durant onze ans, elle s'est consacrée corps et âme à la réalisation des mandats qui lui ont été confiés.

Pour ma part, j'ai eu l'honneur de travailler avec une femme engagée et responsable, une femme respectueuse des valeurs de l'AREQ. À l'honneur s'est ajouté le plaisir de partager autant sur le plan associatif que sur le plan personnel. Merci, Rollande, pour ta grande générosité et ton ouverture aux autres.

C'est pourquoi nous, les membres du Conseil sectoriel, te décernons la Mention *Très Grande Distinction* pour le travail accompli.



BÉNÉVOLAT par Denise Fahey

Je sais que tu sais ce qu'est le bénévolat. Je ne suis pas née de la dernière pluie. Mais aujourd'hui, je veux rendre hommage à ceux et celles qui permettent que des projets merveilleux prennent jour et que des gens comme vous et moi en profitent.

J'ai ressassé mes idées en me posant cette question : « C'est quoi le bénévolat »?

Voici ma réflexion : *Le Bénévolat c'est :*

Un don de soi librement consenti et gratuit.

Un moyen de s'impliquer dans sa communauté, d'en faire partie, de la construire avec ceux et celles qui nous entourent.

Un choix volontaire prenant appui sur des motivations et des options personnelles soit pour : être utile dans son milieu ou à la société / défendre une cause juste / occuper son temps / avoir une vie sociale / partager ses compétences ou ses connaissances / acquérir une compétence / améliorer la confiance en soi / s'épanouir dans la réalisation d'un projet / ou tout simplement pour déverser le trop plein de sa générosité.

Le bénévolat favorise l'initiative, la créativité, l'esprit d'équipe et celui de la responsabilité. Participer à des projets stimulants avec des gens passionnés, quelle satisfaction on en retire!

Ces gestes, petits ou grands, contribuent à améliorer la qualité de vie et renforcent le tissu social de notre société.

Alors, à tous ceux qui se reconnaissent dans cet écrit, Merci! Merci mille fois, on a tellement besoin de vous.

Vous êtes un maillon indispensable et votre apport dans notre milieu et à la société est très apprécié même si parfois on semble l'ignorer.

Merci encore et encore!



Dates à retenir 2019-2020*



Dates	Événements	Lieux
2019		
12 septembre	Déjeuner (9 h 30) 2 ^e jeudi du mois	Club de Golf Le Mulligan Montebello
3 octobre	Envol des activités (9 h 30 Accueil)	Club de Golf Montpellier 440, ch. Stéphane-Richer Montpellier
15 octobre	Forum (9 h 30 Accueil)	Château Montebello
24 octobre	Conférence EDD (Zéro déchet)	Buffet des Continents 4, impasse de la Gare-Talon Gatineau
28 octobre au 31 octobre	Conseil national (CN) + Conseil régional (CR- présidence)	Trois-Rivières
1^{er} novembre	Messe commémorative	Paroisse Sainte-Angélique Papineauville
7 novembre	Déjeuner (9 h 30) 1 ^{er} jeudi du mois	Au Vieux Chaudron 80, rue Principale Saint-André-Avellin
12 novembre	Conférence sociopolitique (modes de scrutin)	Buffet des Continents 4, impasse de la Gare-Talon Gatineau
13-14 novembre	1 ^{re} rencontre des membres délégués au Congrès 2020	Hôtel Quality Inn 111, rue Bellehumeur, Gatineau
19 novembre	Journée internationale de l'homme	Centre communautaire Tétréau 361, boul de Lucerne Gatineau
6 décembre	Vigile de la non-violence	Marche dans les villages du secteur
12 décembre	Diner de Noël	Fairmont Château Montebello Montebello
2020		
9 janvier	Déjeuner (9 h 30) 2 ^e jeudi du mois	Restaurant La Toquade Saint-André-Avellin
23 janvier	Whist amical FLG (13 h 30 Accueil)	Salle communautaire 281, rue Desjardins, Plaisance
6 février	Activités plein-air hivernales	Montpellier ou Ripon

Dates	Événements	Lieux
11 février	2 ^e rencontre des membres délégués au Congrès 2020	Hôtel Quality Inn 111, rue Bellehumeur, Gatineau
9 mars	Journée internationale de la femme	Gatineau
12 mars	Déjeuner (9 h 30) 2 ^e jeudi du mois	Restaurant La Villa du Bifteck 58, rue Principale, Chénéville
23 au 26 mars	Conseil national (CN) + Conseil régional (CR)	Québec
9 avril	Assemblée générale sectorielle (AGS) (9 h)	Club de Golf Héritage 70, rte 323 Notre-Dame-de-la-Paix (À confirmer)
23 avril	Conférences David Susuki Journée de la Terre (EDD)	Cabane à sucre de l'Ange-Gardien 1031, ch. Pierre-Laporte Gatineau
5 mai	Assemblée générale régionale (AGR) (9 h)	Gatineau
14 mai	Déjeuner (9 h 30) 2 ^e jeudi du mois Suivi de la conférence du comité retraite	Au Moulin du temps 519, rte 323 Namur Carrefour namurois 535, rte 323
1^{er} au 4 juin	Congrès AREQ (4 membres délégués)	Centre des congrès et d'exposition 5750, rue J.-B. Michaud, Lévis
11 juin	Fête des bénévoles (Accueil 9 h 30)	Club de golf Montpellier 440, chemin Stéphane-Richer, Montpellier
*Visitez notre page web petite-nation.areq.lascq.org ou aimez notre page Facebook AREQ-Petite-Nation pour plus d'information.		



La vieille dame et son point à la ligne



Dans le fond du 5e Rang, Mérisa trouvait le temps bien long depuis que son Oscar était parti pour un monde meilleur. Sans parler de la peur bleue qui lui tordait les tripes quand le jour déclinait. Mais il aurait mieux valu endurer cette misère et garder sa terre et sa maison que d'avoir consenti à venir habiter au village, chez son fils.

Ti-Paul, ne semblait pas (ou ne voulait pas) se rendre compte qu'Estelle, sa bien-aimée, en faisait voir de toutes les couleurs à sa belle-mère. D'abord, Estelle n'avait pas eu son mot à dire quand Ti-Paul s'était acharné auprès de sa mère pour qu'elle passe sa terre et sa maison à son nom, lui promettant, en retour, qu'elle pourrait habiter avec eux. Pour Estelle, que son mari bénéficie de tout ça, c'était dans la normalité des choses puisqu'il était le seul héritier, mais de se voir obliger d'accueillir sa belle-mère sous son toit, cette chipie avec laquelle elle n'avait aucune affinité et qui disons-le, devenait une charge plutôt indésirable, il y avait un bout.

Au début, sa bru avait fait semblant de l'accueillir avec joie mais la connaissant si bien et ne pouvant plus reculer, Mérisa constata qu'elle s'était jetée dans un piège, un vrai de vrai. Pourquoi avait-elle consenti à se départir de ses biens? Pourquoi n'avait-elle pas permis à son neveu et à sa nièce de venir habiter avec elle comme c'était convenu? L'inconscience, la douleur de la perte de

son homme l'avaient tellement chavirée qu'elle n'avait plus toute sa tête quand elle avait conclu ce marché.

Et depuis deux semaines, dans cette maison inconfortable, Estelle avait imposé ses lois.

1-D'abord, la vieille dame devait dormir au sous-sol, dans la petite chambre étroite. Un petit lit de 39 pouces et un petit bureau seraient les meubles permis. Pourquoi une grande chambre pour une personne âgée qui en se couchant ronfle comme un ours? C'était dit et ça restait dit. **Point à la ligne.**

2-Puis, pour les vêtements à transporter du 5^e Rang au nouveau toit, c'est Estelle qui avait insisté pour trier ce qui faisait l'affaire et ce qui ne le faisait pas. La place était restreinte au village donc, on ne transporterait que le *strict* nécessaire. Robes et blouses démodées, c'est terminé. Au village, on a besoin d'un *standing*. **Point à la ligne.**

3-Quant à l'hygiène personnelle, un bain tous les 15 jours était suffisant. Un lavage à la mitaine était de mise, car elle en avait eu amplement l'habitude dans le passé et avait tout de même bien vécu. Ici, on ménage l'eau chaude. **Point à la ligne.**

4-À table, il était entendu que ce qui était servi était le seul et unique choix. Pas question de faire du spécial. La belle-mère a passé l'âge des caprices. **Point à la ligne.**

5-Très important à retenir : quand des ami(e)s du couple devaient se pointer, Marisa était tenue de s'éclipser dans sa chambre ou de sortir dehors. Pas besoin d'écornifleuse pour aller commérer ce qui se passe ici. Pas besoin de personne pour mettre son nez où elle n'a pas d'affaire. **Point à la ligne.**

6-En soirée, pas de *niaisage* dans la cuisine ou dans le salon. À vingt heures, c'est tout droit vers sa chambre que la vieille doit se diriger. Ti-Paul et sa dulcinée ont besoin de leur intimité. Estelle sent sa belle-mère sur ses talons toute la journée, une pause lui est nécessaire pour relaxer. **Point à la ligne.**

7-Un autre point important : pas de lamentation. Merisa doit s'estimer chanceuse qu'on la garde, qu'on prenne soin d'elle *comme un bébé*. On a assez de l'endurer alors, on ne veut rien entendre de ses jérémiades. **Point à la ligne.**

8-Ensuite, si jamais elle prenait le lit et qu'elle ne soit plus apte à subvenir à ses besoins, qu'elle ne s'attende pas à ce que sa bru joue à l'infirmière avec elle. Il y a des places pour des personnes non autonomes, donc qu'elle s'attende à être placée. Elle, la digne Estelle, elle a sa vie à vivre, elle n'est pas pour garder la maison pour lui faire plaisir. Il y a toujours bien un bout. **Point à la ligne.**

On ne lui charge pas un cent pour la garder, pas de pension. Elle est ici par charité. C'est déjà un beau geste de leur part. Qu'elle se compte chanceuse que sa bru ait accepté de la prendre ici dans sa propre maison ... Estelle n'a pas eu

son mot à dire pour le contrat mais là, ici, c'est elle *le boss des bécosses!* Car si elle avait eu son mot à dire, ce n'est sûrement pas ici que Mérisa aurait atterri. Donc, elle habite chez sa bru, sa bru est chez elle et c'est sa bru qui décide comment ça va se passer. C'est à prendre ou à laisser. **Point à la ligne!**

Ce sont ces paroles blessantes que Mérisa ressasse dans sa tête et dans son cœur, en se berçant sur la galerie. Son mouchoir est tout trempé de larmes... ses yeux sont rougis et enflés. Mais elle sait que son calvaire achève... Demain, elle demandera à son fils de l'amener chez son neveu. Elle dira qu'elle aimerait aller passer quelques jours là-bas, histoire de laisser Estelle se reposer, car elle en fait beaucoup trop pour sa belle-mère... Elle partira avec une petite valise, leur dira qu'elle reviendra dans une semaine. Cependant, elle ne reviendra jamais. Elle demeurera définitivement chez son neveu car elle lui a téléphoné pendant qu'Estelle était partie à son rendez-vous chez le dentiste. Mérisa était donc seule à la maison. Tout est arrangé. Mérisa donnera à son neveu tout l'argent qu'elle a en banque, ce que son fils ignore. Elle en a assez pour finir ses jours décemment comme elle y a droit et avec du bon monde. **Point à la ligne.**

Denise Fahey



Voyager sa retraite par Paul-André David



« Heureux qui comme un retraité fait de beaux voyages! »

Considérant que le temps nous est compté, que la retraite est notre dernier vrai travail, que le temps ne suspendra pas son vol, alors vaut donc mieux faire avec et... bien le faire.

Donc, bouger ou rouiller!

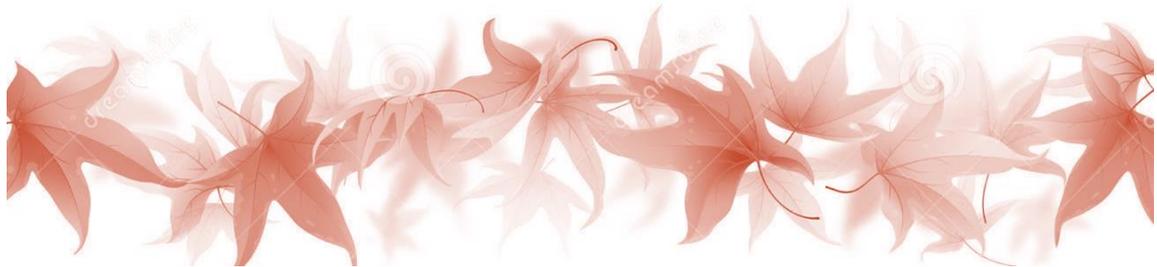
Ma conjointe et moi avons décidé de demeurer actifs. Il y a mille façons de bouger. Pour nous, les déplacements sont devenus notre façon de faire. Notre couple, la famille, la maison, le bénévolat, le jardin et le grand air ont été nos principaux choix.

Pour ce qui est de profiter du grand air, nous voulions que nos cinq sens soient en éveil; notamment vivre les yeux grands ouverts, le nez dans le vent, les oreilles à l'affût, les doigts agiles afin de bien goûter nos passions.

D'abord, il y a eu la voile, la baie des Chaleurs, le golfe Saint-Laurent. Ensuite, la moto nous a semblé le vecteur idéal pour voir la terre après la mer.

Ainsi, les étés 2016, 2017, 2018, 2019 ont été consacrés aux voyages à moto et aux nombreuses découvertes qui les accompagnent. Aujourd'hui, laissez-moi vous parler de l'été 2019.

Bien que planifiée depuis quelques mois, la virée 2019 démarre pour vrai le mardi 2 juillet. La liste des effets essentiels et nécessaires a été vérifiée et revérifiée. Comme des chevaux à la barrière, les motos sont prêtes, la tente-roulotte est chargée et nous, les conducteurs, nous sommes heureux et pressés de quitter notre zone de confort.





Notre premier objectif, traverser du nord au sud l'État du Maine par l'intérieur des terres pour remonter via ses côtes, celles de la Nouvelle-Angleterre.

Mais avant d'aller chez oncle *Donald*, nous voulions faire deux choses : un, constater la tragédie de Lac-Mégantic et deux, gravir le mont Mégantic, la plus haute colline du Québec. Dans les deux cas, les découvertes ont été intéressantes, voire déterminantes. D'abord, à Lac-Mégantic, constater la

capacité d'adaptation de l'Homme. L'après-tragédie, les gens ont dû le vivre d'abord, pour ensuite pouvoir se réappropriier les lieux. Bien qu'il en reste beaucoup à faire, les nouvelles marques sont choisies et les travaux sont amorcés.

Vingt-cinq kilomètres plus loin, se dresse le mont Mégantic, avec son centre d'accueil, sa salle d'exposition et son fameux télescope. Un site qui met en vedette, la Terre, sa grandeur et sa fragilité, un spectacle plus grand que nous. Je vous invite à aller voir leur nouveau film fraîchement arrivé. En réalité virtuelle, vous vous retrouvez dans l'espace à observer le système solaire, un visionnement à voir absolument, du pur plaisir pour les yeux et les neurones.

Ces deux visites venaient de donner le ton à notre voyage estival, la découverte!

Le Maine



État démocrate, dont la forêt, l'agriculture et le tourisme sont les principaux moteurs économiques. Le Maine est non seulement l'un des plus grands producteurs de bleuets au monde, mais aussi de homards et de palourdes. Autre information intéressante pour nous motocyclistes, on peut se balader sans casque. *Là-bas, tu frappes, tu meurs!* Cette phrase aurait pu être leur devise, mais non, la devise de l'État du Maine est : « **Je dirige** ».

Pourquoi, me direz-vous? Parce que le Maine est le seul État qui élit son gouverneur en septembre, alors que les autres États le font en novembre. Ainsi, après le scrutin, les politicologues cherchent des indices pour découvrir les tendances qui pourraient se définir sur le plan national. Par exemple : « *Oncle Donald pourrait-il être réélu?* »

Le 4 juillet, Jour de l'Indépendance, nous étions à Naples, dans le Maine. Là, c'est LA FÊTE! Parades, feux d'artifice, bières, Jack Daniel et Cie, tout le monde participe, le patriotisme prend toute sorte de formes.

Plus au sud, notre objectif, Kennebunkport, stratégiquement localisé entre Ogunquit et Old Orchard, soit la Mecque des vacanciers québécois, dans la région. Le français y est monnaie courante. Voyageurs équilibrés, n'est-ce pas, nous avons décidé d'y monter notre QG pour trois jours. Attention au coup de soleil! me suis-je dit, mais non, il m'a fallu réviser mes tables de conversion pour faire attention au coût... de la vie. Une journée de camping 108 \$ CAN, donc une facture de 324 \$ CAN. La haute saison chez oncle *Donald* est vraiment haute. Cependant, il faut avouer qu'il y a du monde à profusion et que les prix sont gonflés à bloc partout. Néanmoins, il faut vivre la cohue, le soleil, la plage et voir les multiples « kits » du vacancier sur la plage au moins 72 heures.

Après la descente, la remontée.

Notre nouvel objectif, le parc Acadia. Il faut se le dire, la Nouvelle-Angleterre est un spectacle en soi, du pur plaisir pour les yeux, la tête et le cœur. Que dire des maisons! Ouf!

Bien que ce parc national soit relativement isolé pour les Américains, c'est le deuxième parc le plus visité aux États-Unis. Le parc est localisé sur l'île des Monts Déserts et c'est par la ville d'Ellsworth qu'on y accède.

Souvent nous disons que le monde est petit, pour preuve, nous avons croisé Champlain, le grand explorateur qui a cartographié les lieux, il aurait pu y rester, mais non, il a préféré poursuivre l'exploration et remonter le Saint-Laurent. Zut!

La géologie des lieux est intéressante et le mont Cadillac est le point culminant à 466 m, rien pour casser le *bicycle*, mais intéressant au point de vue géologique. Les grands glaciers y ont laissé des empreintes indélébiles qui sont devenues des curiosités naturelles. La principale ville est Bar Harbor qui est à moins de 540 km de Montréal, il est donc facile de s'y rendre pour visiter cette belle région.



Après le Maine, le Nouveau-Brunswick, notamment St-John, une véritable capitale industrielle où les installations « Irving » sont omniprésentes. Ensuite, Fredericton, capitale politique et ville universitaire, plus tranquille et plus agréable que sa consœur. Il nous était impossible de passer près de la baie de Fundy sans s'y arrêter. Les marées exceptionnelles, notamment dans le bassin Minas sont telles qu'on peut y observer un marnage allant jusqu'à 16 m, soit 53 pieds. Impressionnant!

Une visite à Saint-Martin s'impose pour prendre la pleine mesure des marées et voir les grottes qu'elles y ont creusées.

Le retour au Québec se fait en passant par la Gaspésie, notre deuxième terre d'accueil. Tous les ans, un bref pèlerinage s'impose, il faut aller sentir l'air marin de la baie des Chaleurs et y saluer les amis.

Du Québec, nous sommes traversés en Ontario, notamment pour assister à nos premiers jeux écossais (Highland Games). Kilts, broches, bas golf, lancer du billot, concert de cornemuses, tambours battants, danses et sauts, il y avait de tout pour tous. Cette fête se tient à Maxville depuis plus de 79 ans, c'est un univers à découvrir.



Enfin, nous nous sommes dit : « Pourquoi ne pas aller faire un p'tit tour en Abitibi-Témiscamingue! » Et vogue la galère, à nous Mattawa, North Bay, Témiscaming, Ville-Marie, le parc d'Aiguebelle, La Sarre, Amos, Val d'Or, que de beaux paysages, de belles fermes, partout des espaces exceptionnels pour la méditation.



La moto offre ces multiples moments d'émerveillement, seul dans son casque, les sens aux aguets, les yeux captent des spectacles grandioses et l'odorat en dévoile la teneur.



Un peu de réflexion... Par Suzanne Gauthier

Vous aurez peut-être des surprises. Source : *Les 1300 pièges du français*
parlé et écrit par Camil Chouinard



- 1-Une personne qui reçoit un prix littéraire est une (lauréate, récipiendaire).
- 2-Une personne qui reçoit un diplôme est une (lauréate, récipiendaire).
- 3-C'est un produit qui doit être rejeté ou éliminé parce qu'il est inutilisable et irrécupérable par retouche ou transformation. (une ordure, un rebut).

4-Je connais une (immigrante, immigrée) arrivée récemment dans la Petite-Nation.

5-Je lui ai présenté un (immigrant, immigré), il a déjà obtenu sa citoyenneté canadienne.

6-Ma sœur est une infirmière (graduée, diplômée). Son thermomètre est gradué en Celcius.

7-Pour nous, le dollar est notre (monnaie, devise).

8-Pour les touristes, le dollar canadien est une (monnaie, devise) car ils sont dans un pays étranger.

9-Ce policier est (de service, en devoir) ce soir.

10-Ce magasin a six sofas (en inventaire, en stock).

Réponses p.32

Novembre par Rollande Hébert-Corbeil

Chaque année, lorsque le mois de novembre se présente, les membres et les ami(e)s de l'AREQ Petite-Nation se souviennent des personnes décédées de leur association. Nous sommes donc conviés le **1^{ER}**

NOVEMBRE PROCHAIN à une messe commémorative qui aura lieu à 16 h à l'église Ste-Angélique de Papineauville. Faisons-nous un devoir de transmettre le message aux familles concernées. Cette année, six personnes retraitées, membre de notre association, nous ont quittés : Agathe Guindon-Leduc, Jacques Pepin, Yvelin Corbeil, Jean-Yves Hamel, Rhéa Lavigne et Michèle Aubry.



Le fil noué, le fil cassé



*"Celles et ceux qu'on aime vivent toujours
Dans notre cœur et nos souvenirs."*

*Monsieur Maurice Langlois, décédé le 3 juin 2019, beau-frère
de Ginette Labrosse-Lafleur et de Philippe Lafleur*

*Monsieur Yvelin Corbeil, décédé le 15 juin 2019, membre de
l'AREQ Petite-Nation, époux de Rollande Hébert-Corbeil,
beau-frère de Monique Charron et de Nicole Aubry-Hébert.*

*Monsieur Jean-Yves Hamel, décédé le 17 juin 2019, membre
de l'AREQ Petite-Nation*

*Madame Anik Lafleur (Dany Leblanc), décédée le 22 juin 2019,
fille de Ginette Labrosse-Lafleur et de Philippe Lafleur.*

*Madame Rhéa Lavigne, décédée le 26 juin 2019, membre de
l'AREQ Petite-Nation.*

*Monsieur Raymond Simon (Lavergne), décédé le 7 août 2019,
époux de Michèle Mantha*

*Madame Michèle Aubry, décédée le 20 septembre 2019, mem-
bre de l'AREQ Petite-Nation, cousine de Nicole Aubry-Hébert
et de Rachel Aubry.*



*À tous nos amis(es) malades, nous
souhaitons un prompt rétablissement.*



Calendrier des visites aux aînés(es)



Saison 2019-2020

Le **CHŒUR JOYEUX** pour des **INSTANTS DE BONHEUR**

Dates	Heures	Résidences ou salles	Adresses
Lundi 7 octobre 2019	13 h 30	Manoir Chéné	70, Hôtel-de-Ville Chénéville
Lundi 14 octobre 2019	Action de Grâce		
Lundi 21 octobre 2019	13 h 30	Manoir des Souvenirs	8, rue Bourgeois Saint-André-Avellin
Lundi 28 octobre 2019	13 h 30	Résidence Fortier	263m St-Étienne Montebello
Lundi 4 novembre 2019	13 h 30	Résidence des aînés (es)	74, 1 ^{re} avenue Plaisance
Lundi 11 novembre 2019	13 h 30	Centre communautaire	Rue du Centenaire Namur
Lundi 18 novembre 2019	13 h 30	Résidence Saint-André	4, rue Saint-André Saint-André-Avellin
Lundi 25 novembre 2019	13 h 30	Comité des aînés	Église Duhamel
Lundi 2 décembre 2019	13 h 30	Comité des aînés	Église Montpellier
Lundi 9 décembre 2019	13 h 30	Résidence Ste-Angélique	236, rue de la Montagne, Papineauville
Lundi 16 décembre 2019	13 h	Action Aide Loisir Papineau	1165, route 321 Nord Saint-André-Avellin
Jeudi 19 décembre 2019	10 h Chant: 10h30	Atelier FSPN (Dîner)	358, rue Rossy Saint-André-Avellin
Relâche Temps des Fêtes			
Lundi 20 janvier 2020	13 h 30	La mère Poule	30, rue Maillé Chénéville
Lundi 27 janvier 2020	13 h 30	Résidence Ste-Madeleine	933, rang Ste-Madeleine Saint-André-Avellin
Lundi 3 février 2020	14 h	CHSLD	14, rue Saint-André Saint-André-Avellin
Lundi 10 février 2020	13 h 30	Résidence Montebello	532, rue Notre-Dame Montebello
Mardi 18 février 2020	13 h 30	Château St-André	20, rue Du Ruisseau Saint-André-Avellin
Jeudi 5 mars 2020	14 h	Âge d'Or Ripon	31, rue Coursol Ripon

Concours Les artistes de chez nous.



En route vers le Congrès de juin 2020, l'AREQ propose une démarche incitant les régions à promouvoir leurs artistes locaux. Le concours débute dans les secteurs. La remise de prix se tiendra au Congrès. Aussitôt que les règles de fonctionnement seront connues, elles seront publiées selon nos modes de communication.

Artistes de l'AREQ Petite-Nation, on compte sur vous.

La couleur du fil...



Les membres de l'Association des retraitées et des retraités de l'éducation et des autres services du Québec désirent remercier, pour le prêt d'un local de travail, la Société historique de *Saint-André-Avellin Inc.*



1- lauréate 2- récipiendaire 3- rebut 4- immigrante 5- immigré
6- diplômée 7- monnaie 8- devise 9- de service 10- en stock

Réponses