

LE REFLET

VERSION PDF



AREQ
CSQ

Volume 19, Numéro 1

Août 2011

Association des retraitées et retraités de l'éducation et des autres services publics du Québec
Secteur 03-J de l'AREQ (CSQ)-Beauce-Etchemins **au service de 1043 membres**

DANS CE NUMÉRO :

<u>Comités de l'AREQ</u>	2
<u>Autre rentrée</u>	3
<u>Propos du rédacteur</u>	4
<u>Qui es-tu AREQ?</u>	5
<u>Survol du congrès</u>	6
<u>Conférence : deuils</u>	7
<u>Faut-il tuer pépère?</u>	8
<u>Gentilly 2</u>	9
<u>Condition des femmes</u>	10
<u>FLG / Nx retraités</u>	11
<u>Informatique</u>	12
<u>Cancer</u>	13
<u>Exposition (AGS)</u>	14
<u>Chronique littéraire</u>	15
<u>Orientation et poème</u>	16
<u>Présidences</u>	17
<u>Dissertation</u>	18
<u>Blé d'Inde, cond. phys.</u>	19
<u>Recette</u>	20
<u>Nx retraités : liste</u>	21
<u>Messe pour les défunts</u>	22
<u>Décès</u>	23
<u>Jeux</u>	24



Les valeurs

MOT DU PRÉSIDENT GILLES POULIN

Avec le premier « Reflet », je veux attirer votre attention sur quelques valeurs formulées par l'AREQ : l'égalité, la justice, le respect et la reconnaissance. Évidemment, il n'y a rien de nouveau, mais il est bon de les rappeler à notre mémoire afin de maintenir bien vivante notre Association.

En s'inspirant d'elles, notre participation n'en sera que plus active et notre engagement en sera davantage conscient et productif.

Les valeurs qui nous habitent sont l'âme de nos pensées et de nos engagements. Elles sont source de motivation, nourrissent notre dynamisme et aident à donner sens à notre existence.

Pour Aristote, l'idée de la justice est la valeur fondamentale de la régulation des échanges et des rapports entre les citoyens. Il fait de l'égalité l'essence même de la justice.

Chez Platon, l'idée de justice est celle de l'harmonie. Ce n'est pas une égalité de fait mais bien une égalité de droit : tous les hommes sont égaux en droit.

Quant à Kant, il définit la notion de justice par le respect de la dignité humaine. Et Marx voit en la justice un produit des rapports de classe.

En tenant compte de ces deux valeurs : égalité et justice, nous porterons attention à la qualité de vie dans notre milieu et dans nos engagements.

Les valeurs de respect et de reconnaissance sont en quelque sorte le tissu humain de nos relations fondées sur l'accueil et l'acceptation des différences.

Voyons ici quelques citations concernant ce sujet : « La reconnaissance est la mémoire du cœur. » (Hans Christian Andersen)

« Soyons reconnaissants aux personnes qui nous donnent du bonheur; elles sont les charmants jardiniers par qui nos âmes sont fleuries. » (Marcel Proust)

« On aime ressentir l'influence bienfaisante d'un enfant, se mettre à son école, et, l'âme apaisée, l'appeler son maître avec reconnaissance. » (Sorèn Kierkegaard)

Soyons reconnaissants envers ces personnes. Elles nous ont tracé la voie. Sachons la maintenir ouverte par le vécu des valeurs énoncées plus haut.



Le Reflet paraît
quatre fois par
année : août -
novembre - janvier -
mai.
Bonne lecture!
Jacques Rancourt
Responsable

Convention de la Poste-Publication
No: 40040492

Retourner toute correspondance
ne pouvant être livrée au Canada à :
1115, 133e Rue
Saint-Georges (Québec) G5Y 2R9

CONSEIL SECTORIEL DE L'AREQ 2011-2012

PRÉSIDENTE <i>GILLES POULIN</i> Délégué au Conseil régional Délégué au Conseil provincial	(418) 228-1427 gilles.p@globetrotter.net
1^{re} VICE-PRÉSIDENTE <i>JEAN-GUY BRETON</i> Environnement Sociopolitique	(418) 397-4760 jg.breton@axion.ca
2^e VICE-PRÉSIDENTE <i>JACQUES RANCOURT</i> Reffet et le blogue	(418) 228-8525 logidlp@globetrotter.net
SECRETAIRES <i>MARTINE MORIN</i>	(418) 228-7836 morinmartine@cgocable.ca
TRÉSORIÈRE <i>CLAIRE-ESTELLE GILBERT</i>	(418) 594-6992 clesgi@globetrotter.net
CONSEILLER (1) <i>JACQUES R. CÔTÉ</i> Assurances, indexation et retraite	(418) 383-3994 jac.cote@sogetel.net
CONSEILLÈRE (2) <i>LIANE LOIGNON</i> Presse et Laure-Gaudreault Condition des femmes	(418) 228-0358 linon@cgocable.ca

AUTRES RESPONSABLES

Fil d'Ariane <i>RICHARD MERCIER</i>	(418) 625-3365 rmercier@sogetel.net
Table de aînés Condition des hommes <i>GHISLAIN MORIN</i>	(418) 382-5105 morinpoulin@globetrotter.net
Chaîne électronique <i>DIANE POULIN</i>	(418) 228-1947 areqbe1@gmail.com areqbe2@gmail.com
Chaîne téléphonique <i>SUZANNE LOUBIER</i>	(418) 228-8037 marie.france50@hotmail.com
Site web <i>JEAN JIBOULEAU</i>	(418) 228-3546 jean_jibouleau@yahoo.ca
Publipostage <i>ANDRÉE LESSARD</i>	(418) 228-8525 andree_lessard@live.ca
Correctrice <i>GENEVIÈVE ROY</i>	(418) 228-3504 genroy@hotmail.com
Photographe <i>GUY ROY</i>	418) 3172 guyroy@cgocable.ca

Dans un sentier au Mont-Mégantic



24 août : L'Autre rentrée à Saint-Georges

**Envoyez le coupon de la page 3
avant le 17 août**

6 septembre : Épluchette de blé d'Inde

7 septembre : Golf à l'Île-d'Orléans

**29 septembre : Accueil des personnes
nouvellement retraitées**

13 octobre : Conférence sur les deuils

**Envoyez le coupon de la page 7
avant le 6 octobre**

10 novembre : Messe pour les défunt(e)s

8 décembre : Fête de Noël

23 février 2012 : Fête de l'amitié

17 mai 2012 : Assemblée générale sectorielle

23 mai 2012 : Assemblée générale régionale

Le nouvel exécutif national de l'AREQ



Notre site : <http://areqbe.qc.ca>

AUTRE RENTRÉE 2011

AREQ, secteur Beauce-Etchemins
Le mercredi 24 août 2011, 10 h 30
Brasserie Le Baril Grill 1390, boul. Dionne, SAINT-GEORGES (secteur Ouest)

- 10 h 30 Accueil, échange, café et jus
Remise d'une fleur aux personnes nouvellement retraitées

- 11 h 45 Mot de bienvenue du président
 - Présentation des membres du conseil sectoriel, des responsables de comités et de dossiers

- 12 h 00 Dîner : potage, 3 choix de plat principal (bœuf teriyaki avec pâtes au beurre, suprême de poulet forestier et coquille de la mer), dessert et breuvage (café, thé, lait ou tisane)
 - Entre le mets principal et le dessert :
présentation des personnes nouvellement retraitées.



Envoyez votre coupon avant le 17 août.

Le coupon est disponible pour impression dans le site <http://areqbe.qc.ca>



Envoyer à ———>

AREQ SECTEUR BEAUCE-ETCHEMINS
 3547, 20^e Avenue, SAINT-PROSPER (Québec) G0M 1Y0

INSCRIPTION À L'AUTRE RENTRÉE (à envoyer avant le **17 août**)

Nom : _____ Accompagné(e) de : _____

Adresse : _____ Localité : _____ Code postal : _____ No de tél. : _____

Courriel : _____

MEMBRE 10,00 \$ AUTRES 20,00 \$ Mon chèque de \$ _____

Faire le chèque à envoyer par la **poste seulement** au nom de AREQ SECTEUR BEAUCE-ETCHEMINS

PROPOS DU RÉDACTEUR

Par Jacques Rancourt

Que dirais-je d'intelligent cette fois-ci? Tellement de sujets trottent dans ma tête. Il faudrait que cela concerne l'AREQ sinon j'abuserais de cette tribune.

Il est question des valeurs dans notre organisation ces temps-ci. Je publie d'ailleurs la lettre de René Baillargeon sur ce sujet. Je sais que Jean Jibouleau est fort préoccupé par ce sujet. On nous a remis au congrès de Québec un carton décrivant les énoncés de valeurs. Je me sers de cette page pour vous les énoncer.

Égalité et justice

Nous affirmons que l'égalité et la justice sociale prennent forme dans la défense et la promotion des droits égalitaires et des intérêts de toutes et tous. Nous accordons une attention particulière à la qualité de vie et au traitement équitable de toutes les personnes âgées.

Respect et reconnaissance

Nous sommes convaincus que le respect et la reconnaissance supposent l'accueil, l'écoute, l'acceptation et la valorisation des différences individuelles, d'opinion et de prises de position. Ces valeurs impliquent également que soit valorisée la contribution des personnes âgées à la société.

Engagement et solidarité

Nous considérons que l'engagement et la solidarité supposent de faire siens les objectifs de l'Association, d'être présentes et présents, de s'impliquer et de faire preuve de persévérance et de cohésion dans nos actions individuelles et collectives. Toutes et tous, nous sommes appelés à mettre nos compétences au service des membres et des idéaux défendus par l'AREQ.

Après avoir lu et relu ces trois paragraphes, j'entrai dans une profonde méditation. Rendre encore plus concret tout cela dans l'action, voilà notre défi aréquien. Aidez-nous par vos réflexions, suggestions et actions.

Congrès 2011

**Un rendez-vous à ne pas manquer**

Résumé de la conférence du 13 octobre
Plus de détails à la page 7

Au cours d'une vie, plusieurs pertes se présentent inévitablement à nous!
Comment traverser ces épreuves tout en conservant son équilibre et sa joie de vivre!

Cette conférence vous permettra de mieux comprendre le processus du deuil : les croyances et les fausses croyances, les étapes ainsi que les pièges à éviter et les moyens les plus aidants...

Vous serez ainsi mieux outillés pour résoudre les deuils passés et à venir!

QUI ES-TU AREQ ?

par Jean Jibouleau



Avec les mois et les années qui passent, un organisme comme l'AREQ doit prendre un grand nombre de décisions et organiser une multitude d'activités. Si chaque décision semble conforme à l'orientation originelle de l'organisme, il peut arriver qu'à la longue l'organisme s'éloigne graduellement de sa mission première. Cette possible dérive a pour conséquence que les membres ne se reconnaissent plus dans l'organisation qui les représente. Le recrutement de bénévoles devient alors très difficile.

De plus, on peut parier que, dans un avenir assez rapproché, il faudra prendre position sur des sujets complexes. Notre organisme doit-il prendre position sur la maltraitance faite aux animaux ? Faut-il aider financièrement ceux qui sont victimes de catastrophes naturelles ? Doit-on prendre position sur le contrôle des naissances ? ... le port du voile islamique ? ... le suicide assisté ? ... le sacerdoce des femmes ? ... l'indépendance du Québec ? L'AREQ doit-elle participer à des activités publiques en association avec d'autres organismes ?

Vous comprenez facilement qu'il devient impératif d'avoir des balises qui guideront nos dirigeants dans les orientations futures.

Mais qu'est-ce que l'AREQ au juste, et quelle est sa mission?

Moyens d'action

Axe 1 : la vie associative,

Axe 2 : les droits et les intérêts de nos membres et des personnes âgées au cœur de nos préoccupations,

Axe 3 : la participation et l'engagement au mieux-être de la collectivité.

Selon le site web, l'AREQ est une FORCE POUR LA SOCIÉTÉ, car elle est influente, rassembleuse, démocratique, reconnue, dynamique et solidaire. C'est déjà tout un programme. Peut-être est-il temps de voir tout ça de près, d'en prendre conscience et surtout de le faire savoir à tous. Le dernier congrès national (30 mai-2 juin 2011 à Québec) a choisi trois principaux moyens d'action.

De plus, le Conseil national propose comme énoncé de valeurs : égalité et justice, respect et reconnaissance et engagement et solidarité.

Vous pouvez constater qu'on a du pain sur la planche.

Il serait souhaitable que l'AREQ Beauce-Etchemin précise l'image qu'elle souhaite se donner face à ses membres et à la société, qu'elle en tienne compte dans l'organisation des activités et dans ses décisions administratives, et qu'elle la diffuse largement.

Si vous êtes de cet avis faites-le savoir à votre Association. Ne restez pas silencieux, exprimez-vous ?

MONT-MÉGANTIC EN PHOTOS

Excursion du 12 juillet

Les 40 personnes présentes à cette visite ont adoré. On a appris beaucoup sur l'univers pour découvrir que nous sommes un néant perdu dans l'infini. Merci à Jean-Guy Breton qui a su organiser cette visite avec brio. Il attend vos suggestions pour d'autres visites.



Survol du congrès par deux congressistes

Pierrette Lemoyne et Andrée Lessard

Nous avons assisté au 43^e et 44^e congrès de l'AREQ qui ont eu lieu du 30 mai au 2 juin derniers. Lors de la première journée, nous avons eu droit aux statuts et règlements. Ouf!

Cela a été une journée très longue et aride qui a permis aux gens de s'exprimer et qui a donné lieu à des débats assez houleux sur les questions du quorum et de la représentativité. C'est un exercice de démocratie nécessaire au fonctionnement de l'AREQ.

Bien sûr, plusieurs dossiers étaient à l'ordre du jour. L'indexation, croyez-le ou non, avance à petits pas. Les échanges sur la santé des aînés nous ont particulièrement touchés. Le système de santé menacé par un tsunami gris, les jeunes financent, les vieux encaissent, le péril gris, etc. sont des mythes et des préjugés à détruire. Valoriser la contribution et l'implication des membres comme bénévoles ou aidants naturels est une des préoccupations importantes de l'AREQ. Pourrait-on dire que nous sommes le tsunami du bénévolat?

Nous avons apprécié la conférence de la ministre Marguerite Blais et le panel des quatre personnes-ressources ayant pour thème « l'hébergement des personnes âgées »; au-delà de la crise, y a-t-il des solutions? Vieillir chez soi semble une piste privilégiée par l'ensemble des intervenants, mais il reste à mettre en place toutes les conditions nécessaires pour y arriver. Après tout, bientôt ce sera notre tour!

Cette année, c'est le 20^e anniversaire de la Fondation Laure-Gaudreault. Lors de ce congrès, un hommage fut rendu à cette pionnière qui, par son engagement, a fait avancer la cause des femmes. Qui sera le prochain pionnier de la condition des hommes?

Pour nous, ce congrès fut une expérience très enrichissante qui nous a permis de prendre conscience des orientations de l'AREQ. Bien sûr, c'était très intense et entremêlé de critiques, de réflexions et même de fous rires. Cela fait partie d'une participation à un congrès.

« Ensemble, on peut aller loin et faire la différence. »





SUZANNE BERNARD, Ph.D.
Thérapeute du deuil et autres pertes émotives

Au jour le jour!



**« PERDRE SANS SE PERDRE »,
CONFÉRENCE SUR LES DIFFÉRENTS DEUILS**
Le jeudi 13 octobre 2011, 10 h
Restaurant Le Journal inc., 269, Route 276 à Saint-Joseph

- 10 h Accueil
10 h 30 Conférence par Suzanne Bernard
11 h 30 Échanges et réactions
12 h 00 Dîner



Envoyer à ———>

AREQ SECTEUR BEAUCE-ETCHEMINS
3547, 20^e Avenue, SAINT-PROSPER (Québec) G0M 1Y0

INSCRIPTION À LA CONFÉRENCE DE SAINT-JOSEPH (à envoyer avant le 6 octobre)

Nom : _____ Accompagné(e) de : _____

Adresse : _____ Localité : _____ Code postal : _____ No de tél. : _____

Courriel : _____

MEMBRE 10,00 \$ AUTRES 20,00 \$ Mon chèque de \$ _____

Faire le chèque à envoyer par la **poste seulement** au nom de AREQ SECTEUR BEAUCE-ETCHEMINS

Présentation de la conférencière à partir de son site Web
<http://www.quebecweb.com/suzannebernard/>

Enseignante pendant dix ans à l'École de service social de l'Université Laval, je me suis dirigée par la suite en pratique privée de thérapie de deuil, choisissant ainsi un travail relié au cœur plutôt qu'à la tête. Ce virage est lié au décès de mon fils. En effet, ma famille a été impliquée dans un grave accident de voiture; j'ai été grièvement blessée et mon enfant est mort sur le coup. Après la traversée de mon deuil, j'ai terminé un doctorat sur le thème de la mort. Ma thèse, devenue livre, a été publiée sous le titre : *Et si la mort m'aidait à vivre?*

J'ai été formée et supervisée par Jean Montbourquette et je pratique dans le domaine depuis déjà 23 ans. Outre cette pratique privée où je traite tous les aspects du deuil (décès, divorce, maladie, etc.), je donne des conférences et des ateliers, autant dans les organismes publics que privés et dans divers pays, notamment la Suisse, la France, la Martinique et la Belgique. De plus, je suis souvent sollicitée par les médias comme expert-conseil. Au fil de ces années de pratique, j'ai réalisé le manque d'éducation au deuil dans notre société, ce qui m'a menée à l'écriture d'un second livre : *Perdre sans se perdre*. Cet ouvrage vise à aider les gens à mieux comprendre toutes les fausses croyances rattachées aux différentes pertes de la vie.

FAUT-IL TUER PÉPÈRE ?

Par Jean-Guy Breton



Voilà le genre de titre que l'on retrouvait dans les journaux québécois il y a un an. Il y avait, à ce moment-là, une idée reçue à l'effet que les aînés que nous sommes seraient responsables de la hausse des coûts de la santé et que les « vieux » seraient en train de vider la caisse aux dépens des générations futures! Comme si le vieillissement de notre population était un phénomène nouveau! Nous sommes pourtant, au Québec, dans la moyenne des autres pays industrialisés.

Arrêtons de généraliser, ce n'est qu'une minorité de personnes âgées qui ont besoin de soins coûteux de santé, comme l'ensemble de la population d'ailleurs. Par exemple, en 2009, ce n'est que 3% des personnes de 65 ans et plus qui sont hébergées en CHSLD. L'option de quitter son domicile prend de l'ampleur après 80 ans.

Mais d'où vient la hausse des coûts de la santé? Depuis 10 ans, l'augmentation des coûts est imputable d'abord à la croissance des dépenses de médicaments (11, 6%) des immobilisations (8, 7%) et de la rémunération des médecins (5, 5%). L'administration du système de santé coûte la fortune que l'on sait...!

Si les soins à domicile et l'accès à un médecin de famille devenaient une priorité (et une réalité), il y aurait moins de personnes âgées dans les urgences des hôpitaux. Ainsi, à capacité égale, un traitement coûte 10 \$ à domicile, 20 \$ dans une famille d'accueil et 100 \$ dans un centre d'hébergement de longue durée (CHSLD). Dire que les personnes âgées sont en train de vider la caisse est profondément malhonnête.

Depuis un demi-siècle :

- 1) Elles paient des impôts et des taxes.
 - 2) Elles consomment des biens et des services.
 - 3) Elles paient des taxes municipales et scolaires.
- À la retraite, elles paient le gros prix pour être logées et soignées dans les centres d'hébergement quand elles en ont besoin. Elles viennent en aide à leurs proches et leur apportent souvent un soutien financier. Elles ont des épargnes et des biens qu'elles n'emporteront pas au paradis. Elles font beaucoup de bénévolat dans leur communauté.

Enfin, les personnes âgées ont vécu la révolution tranquille. Elles ont contribué largement à doter le Québec de tous les services publics qui profitent aujourd'hui à toute la population et qui font l'envie de leurs voisins. **UN VIEUX POMMIER NE DONNE PAS DE VIEILLES POMMES...!**



GENTILLY 2 : RÉNOVER OU DÉMANTELER ?

par Jean-Guy Breton, responsable du dossier Environnement



On a beaucoup parlé ce printemps de la centrale nucléaire de Fukushima au Japon qui a passé bien près d'exploser. Il y a 25 ans, on parlait de Tchernobyl qui fut un grand désastre. Vous souvenez-vous de Three Mile Island, qui a forcé l'évacuation de 250 000 personnes, en plus de coûter 5 milliards de dollars aux Américains? Ces tragédies nous obligent à réfléchir sur nos propres équipements.

Récemment, on apprenait qu'Hydro-Québec préparait la mise à niveau de Gentilly 2 pour prolonger sa vie utile de trente autres années. Cette décision a soulevé des commentaires autant du côté des groupes politiques que des groupes environnementaux. Essayons de faire le tour des principaux arguments :

1) « Gentilly 2 est nécessaire pour stabiliser le réseau d'Hydro-Québec. »

- D'une puissance de 675 mégawatts, cette centrale fournit 1,4% du bilan de production d'électricité au Québec. L'éolien en produit déjà autant.

2) « Il faut maintenir les emplois en gardant opérante cette centrale de Bécancour. »

- En effet, 700 à 800 emplois dépendent de cette centrale, dans une région fragile à la perte d'emplois.

3) « Il faut garder le savoir-faire du Québec en matière de nucléaire. »

- L'expérience québécoise ne fait pas le poids comparativement à celle de l'Ontario, où sont installés 21 des 23 réacteurs en activité au Canada, ainsi d'ailleurs que les laboratoires d'Énergie atomique du Canada.

4) « Hydro-Québec estime qu'il en coûtera 1,9 milliard de dollars pour prolonger la vie de la centrale jusqu'en 2035. »

- L'expérience internationale et l'inflation démontrent que tous les autres chantiers comparables (sauf un en Corée) ont largement dépassé les évaluations de notre société d'état. On devrait plutôt parler de 4 à 5 milliards de dollars pour ce chantier d'une complexité inouïe.



5) « Les réacteurs CANDU sont bien conçus et sécuritaires. »

- Aucun réacteur CANDU n'a fonctionné durant les 30 ans prévus. Ils ont tous eu des ennuis techniques. En moyenne, chaque réacteur a produit de l'électricité pendant moins de 20 ans. Les réacteurs rénovés ont duré moins longtemps encore. De plus, les CANDU sont de moins en moins aptes à satisfaire aux nouvelles normes internationales en matière de sécurité.

6) « Le nucléaire est une bonne source d'énergie qui n'émet pas de gaz à effet de serre. »

Par contre, cette source d'énergie produit des déchets infiniment toxiques. Pour l'instant, environ 2 500 tonnes de combustible usagé sont stockées sur le site de Gentilly 2. Tout cela n'est que temporaire, dit-on!

Un jour ou l'autre, il faudra bien s'attaquer à l'enfouissement sécuritaire de ces déchets.

Nous n'avons par fait le tour complet de cette question, mais il vaut la peine qu'on s'y arrête et, surtout, qu'on le fasse en toute transparence et sérénité. Nous savons qu'il existe des alternatives saines et durables.

Source : Revue l'Actualité – 1er mai 2011

Journal Le Devoir – 22 mars 2011

Journal Le Mouton Noir – 11 mars 2010



De quoi sera faite l'année qui vient pour la condition des femmes?

Le 44e Congrès de l'AREQ s'est déroulé le 31 mai ainsi que les 1er et 2 juin derniers, congrès qui marquera le tempo des trois prochaines années pour notre Association. L'été s'écoule lentement. Une autre rentrée se préparera bientôt. De quoi sera faite l'année qui vient pour la « condition des femmes »?

Il nous faudra sans doute continuer à jouer notre rôle de « pivot familial » en contribuant aux soins à apporter à nos parents vieillissants qui ont besoin d'aide et en dépannant à l'occasion nos enfants qui travaillent et qui ont à concilier les exigences d'un emploi avec celles de la vie de famille. Savez-vous que, en 2008, au Québec, 360 000 personnes âgées de 55 ans et plus ont consacré 2,5 millions d'heures par semaine à aider une personne proche¹? De ce nombre, combien pensez-vous étaient des femmes?

Plusieurs d'entre nous continueront leur bénévolat et apporteront ainsi une contribution non négligeable, mais trop souvent sous-évaluée, au mieux-être de leur communauté.

D'autres planifieront des voyages ou des activités de loisirs auxquelles elles s'adonneront avec plaisir et passion.

Sans compter la routine quotidienne ou hebdomadaire de la maison qui viendra rythmer toutes ces activités.

Il nous faudra toutefois rester vigilantes pour conserver nos acquis et pour nous assurer d'une bonne qualité de vie le plus longtemps possible pour nous-mêmes et pour les personnes de notre entourage qui, peut-être, comptent sur nous.

Il nous faudra continuer à nous informer, à exprimer nos opinions, à faire valoir nos droits, à revendiquer une plus grande équité pour toutes les aînées. Même si nous avançons en âge, nous ne sommes pas dépourvues de jugement.

Voilà quelques-unes des réflexions qui m'habitent lorsque je pense à l'élaboration du plan d'action à venir. Oui, l'année qui s'annonce sera encore une fois une année bien remplie. Espérons qu'elle nous permettra de semer bien des petits bonheurs et de contribuer un tout petit peu à changer le monde... pour le mieux.

Bonne rentrée.

¹ D'après Pierrette Gratton, « Pas de retraite pour le *Travail invisible!* » dans *Citoyennes à part entière pour toute la vie*, Fédération des femmes du Québec.



Une invitation aux personnes nouvellement retraitées

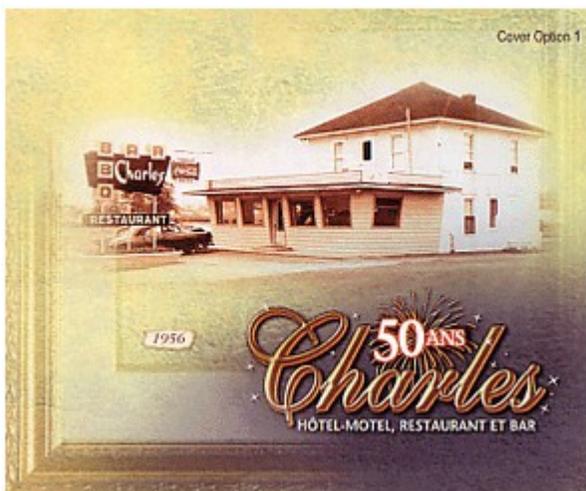
Par Liane Loignon, pour le conseil sectoriel

Le jeudi 29 septembre prochain, le conseil sectoriel de l'AREQ Beauce-Etchemins accueillera les personnes nouvellement retraitées de notre secteur qui joindront les rangs de l'AREQ.

Cette rencontre se tiendra au restaurant Charles, 103 30 boulevard Lacroix, Saint-Georges à compter de 11 heures. Ce sera l'occasion pour ces personnes de faire connaissance avec les membres de leur conseil sectoriel, de prendre connaissance de ce que l'AREQ peut éventuellement leur apporter et de partager un délicieux repas qui leur sera offert gracieusement par leur Association le tout dans une atmosphère des plus décontractées.

Vous croyez être concerné? Surveillez votre courrier! Une invitation parviendra par la poste aux personnes concernées dans les premiers jours de septembre.

Au plaisir de vous rencontrer, nouvelles et nouveaux retraités, ce 29 septembre.



Un don de la Fondation Laure-Gaudreault

Par Liane Loignon, responsable



Encore une fois cette année, la Fondation Laure-Gaudreault est venue en aide à un organisme de chez nous. En effet, Diabète Beauce-Etchemins a reçu un montant de 500 \$, montant qui lui permettra de financer des camps d'été afin de donner l'occasion à de jeunes diabétiques d'apprendre à composer de façon autonome avec les contraintes de leur maladie. Cette année, douze jeunes de chez nous bénéficieront de ces camps.

Sur la photo, Liane Loignon, responsable de la Fondation Laure-Gaudreault pour le secteur, remet un chèque de 500 \$ à madame Jacqueline Poulin, présidente de Diabète Beauce-Etchemins... cela grâce à votre générosité!

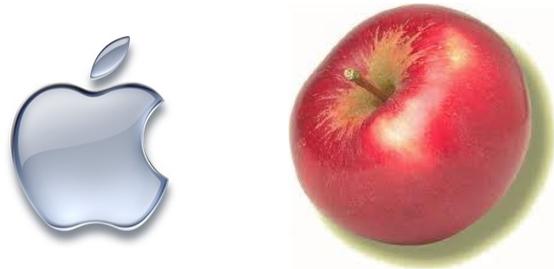


QUE SE PASSE-T-IL CHEZ LES VOISINS ?

par Jean Jibouleau

Dans le monde de l'informatique, une forte proportion des ordinateurs personnels utilisent l'un ou l'autre des systèmes d'exploitation de Microsoft. Voilà pourquoi les articles précédents leur étaient adressés. Aujourd'hui, j'ai le goût de jeter un œil par-dessus la clôture pour voir s'il y a du nouveau du côté des appareils Macintosh.

Les forums de discussion et les magazines spécialisés ont annoncé la sortie imminente du prochain système d'exploitation Mac; le Mac OS 10.7 (Lion). C'est la tradition chez Apple d'attribuer à chaque système d'exploitation un surnom provenant d'un animal ... féroce. J'imagine que cela fait partie de l'image. La sortie est prévue pour juillet 2011 et le logiciel ne sera disponible que chez « Mac Apple store ». Oui, oui, en ligne par internet, directement chez le fabricant. Pas de CD, pas de manuel. Après s'être soulagé de 30\$, on télécharge et ça s'installe. Il semble qu'Apple s'oriente vers le stockage en ligne. Commander un logiciel et recevoir par la poste une boîte contenant un CD et un manuel d'utilisation, est-ce une méthode révolue ? Cette orientation pénalisera beaucoup les clients ayant une connexion internet lente. Espérons qu'il y aura des alternatives.



La nouvelle bête (Lion) favorisera une interface « plein écran ». Les Mac récents utilisent le « trackpad ». Ce système de pointage fonctionne à la manière de l'ipad. Ce sont les gestes des doigts qui contrôlent les logiciels. On peut pointer et cliquer, glisser, zoomer, tourner. Comme beaucoup de choses simples, l'explication n'est pas évidente. Vous verrez mieux de quoi il retourne en consultant : <http://www.apple.com/fr/macosx/whats-new/>. Cette façon de fonctionner permet de se passer de menu ou de barre d'outils et de travailler en mode plein-écran. L'utilisateur est ainsi plus près de l'objet qu'il manipule. Lion présente aussi plusieurs nouveautés : « Autosave » qui enregistre automatiquement vos documents, « Versions » qui vous permet de naviguer dans l'historique d'un document en cours de modification, « AirDrop » qui vous permet d'échanger avec d'autres appareils compatibles lorsqu'ils sont placés à proximité. Si on imagine facilement des journalistes profiter d'un échange d'information sans fil plus facile, on peut se demander ce qui se passera dans nos salles de classe. Décidément, on n'est plus très loin du village global, à moins que cette centralisation ne donne plus de pouvoir à « Big Brother ».

Quoi qu'il en soit, considérons l'internet avec beaucoup de curiosité, et un peu de paranoïa.



Le cancer

Par Gaétan Gilbert



Les mutations.

La cellule cancéreuse est à l'origine une cellule normale dans un tissu sain. C'est l'accumulation de mutations qui va modifier son fonctionnement. Une mutation est une erreur dans la copie de l'ADN. Ces erreurs sont fréquentes et normales. La plupart de ces erreurs donnent naissance à un dysfonctionnement de la cellule qui la mène à la mort ou elles sont sans conséquences pour l'avenir de celle-ci. On a décelé jusqu'à 33 000 mutations dans une tumeur de la peau. Cependant, on estime que de 6 à 12 mutations sont nécessaires pour initier le cancer. Attardons-nous au cancer le plus fréquent, soit l'adénocarcinome, celui qui empêche les cellules de se suicider. Celui-ci est responsable de 85 % des cas de cancer. Il s'attaque au sein, au foie, aux reins, à la prostate, etc.

Le télomère

Au hasard des essais de survie, la vie a trouvé une façon d'éliminer les cellules filles qui accumulent les mutations ou les erreurs de copie. Les brins d'ADN contiennent à leur extrémité un bout qui sert d'horloge biologique : le télomère. À chaque division cellulaire, le télomère se raccourcit. Le raccourcissement du télomère mène la cellule à l'apoptose (un genre de suicide de la cellule). Ce suicide cellulaire élimine la reproduction des mutations dangereuses. Ce contrôle des erreurs de copie de l'ADN est à peu près identique chez tous les organismes vivants. Au début, lors du développement de l'embryon, les cellules produisent naturellement une enzyme, la télomérase, qui sert à resynthétiser le télomère.

Cette enzyme est très utile au début car les cellules doivent se diviser énormément. Vous comprenez que si ce phénomène ne s'arrête pas, nous ne serions qu'une grosse boule de cellules. En effet, quand les cellules se spécialisent en cellules de muscle, de peau, etc., le gène qui produit la télomérase est inactivé. Mais voilà, si une mutation survient sur ce gène en particulier, on a un gros problème. La cellule retrouve alors son immortalité du début, c'est-à-dire la possibilité de se reproduire à l'infini aux dépens du reste du corps : c'est le cancer. Et à chaque nouvelle division cellulaire, plus de 300 nouvelles mutations peuvent apparaître.

Évolution du cancer

Dans un corps en bonne santé, vie et mort s'équilibrent. Les cellules se développent, répondant aux besoins de l'organisme. Puis, l'heure venue, elles entament un processus de suicide programmé. Mais quand l'une d'elles perd le contrôle et se met à se reproduire indéfiniment, accumulant les mutations sans être éliminée, créant une excroissance constituée de cellules filles de plus en plus instables, c'est la tumeur. Puis la tumeur deviendra maligne quand une nouvelle mutation la rendra capable de fabriquer ses propres vaisseaux sanguins. Désormais irriguée et alimentée, elle peut grossir sans limites. A ce moment, il y a déjà plusieurs milliards de cellules et les symptômes apparaissent. Ensuite, d'autres mutations fabriqueront des cellules capables de se détacher et d'envahir le réseau sanguin : ce sont les métastases, le cancer généralisé.

Réf : Science & Vie hors série juin 2010.



Retour sur l'exposition des œuvres d'art

Assemblée générale sectorielle du 12 mai 2011 par Martine Morin



L'exposition d'œuvres d'art a regroupé huit (8) exposants :

- Gaétane Boucher (peinture)
- Lucille Fournier (tricot)
- Georgette Gagnon-Bolduc (tricot)
- Paul-Marcel Nadeau (peinture)
- Gaétane Plante (tissage et confection d'une jupe)
- Anna-Rose Roy (tissage)
- Édith Saint-Hilaire (broderie et tissage)
- Cécile Tawell (peinture).

Tel qu'annoncé, chacun des exposants a reçu un prix de participation de 20 \$.

Parmi ces exposants, 3 gagnants ont été tirés au hasard :

- Gaétane Boucher a gagné 100 \$
- Édith Saint-Hilaire a gagné 75 \$
- Georgette Gagnon-Bolduc a gagné 50 \$.

Deux artistes ont été choisies au hasard pour participer au niveau régional :

- Gaétane Boucher
- Édith Saint-Hilaire.

Le Manoir Lac Etchemin a offert une table d'hôte pour 2 personnes ; Andrée Drouin a gagné ce prix. La bouteille huile et vinaigre a été gagnée par Denise Lessard.

Il fallait voir l'enthousiasme et la fierté des exposantes et des exposants lors de la période d'échange avec les personnes participant à l'assemblée générale. Ce moment d'échange a constitué une pause fraîcheur où passion et plaisir étaient au rendez-vous.

Merci aux personnes exposantes pour leur participation et félicitations aux gagnantes.





Chronique littéraire

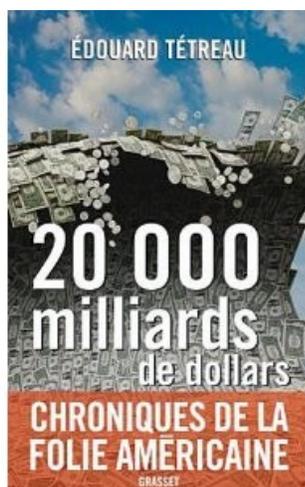
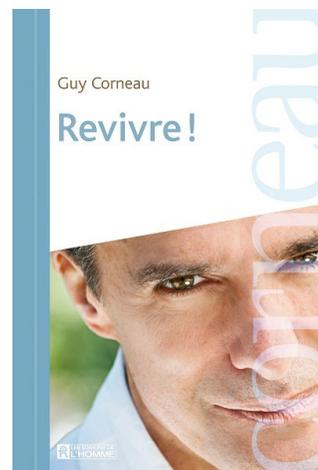
Par Jean-Guy Breton

Guy Corneau – Revivre – Autobiographie – 298 pages – Éd. De l'homme.

Avril 2007, on diagnostique chez l'auteur un cancer de grade 4 de type lymphome et qui touche la rate et l'estomac...!

L'auteur nous relate sa traversée du cancer, qui s'est poursuivie durant les trois années suivantes. Guy Corneau estime que c'est l'association de quatre types de médecine qui l'ont ramené à l'équilibre.

Son livre nous raconte par le détail son cheminement. C'est un livre d'espoir et de victoire!



Édouard Tétreau – 20000 milliards de dollars – Essai – 275 pages – Éd. Grasset.

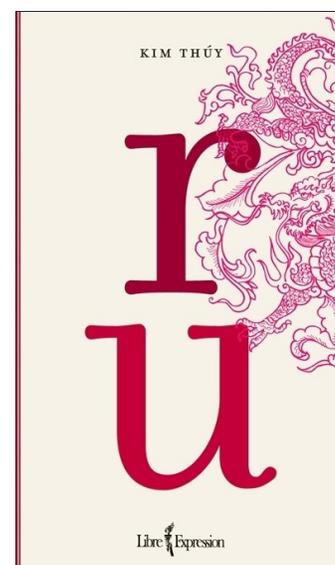
L'auteur a passé 3 années aux États-Unis. Il a pu y voir et analyser le meilleur et le pire chez ce peuple loin d'être homogène. Ses observations sont très pertinentes et très intéressantes. Le chiffre qui apparaît comme titre du livre (20 suivi de 12 zéros) représente la dette des Américains en 2020. Pourront-ils ou voudront-ils la rembourser un jour? L'auteur en doute, d'où une crise financière beaucoup plus grave que celle qu'on a vécue en 2008 – 2009.

Kim Thuy – Ru – Récit autobiographique – 145 pages – Éd. Libre expression.

En vietnamien, Ru signifie « bercer » ou « berceuse ».

L'auteure est née à Saïgon. Elle fut l'une de ces réfugiés qui ont pu s'échapper en bateau à la fin de la guerre au Vietnam. Arrivée au Québec dans les années 70, elle s'est établie à Granby. Son livre, magnifiquement écrit, raconte ses souvenirs, oscillant entre le paradis et l'enfer. Le ton est souvent empreint de poésie, d'humour, de recueillement, de spiritualité même. On se prend à admirer ce peuple déraciné qui a su si bien s'intégrer à la communauté d'accueil, mais qui n'oublie pas d'où il vient et sait conserver ses valeurs culturelles.

À lire absolument.



Orientation - identité de l'Areq.ici

par René Baillargeon

Le nom d'une personne, c'est une mission, une orientation. C'est aussi un peu son identité. Notre nom, c'est Areq. Si je prends chacune des lettres, je découvre que «A» m'invite à privilégier l'aspect équipe-association. Un des gestes, c'est de souligner les anniversaires des 75 ans et plus, nos aînés. Un groupe s'apprécie au soin qu'on apporte à ses membres plus fragiles.

«R» est aussi le première du mot reconnaissance. Ainsi, notre Association pourrait être à l'affût pour dire «merci» à bien des éducateurs et éducatrices encore à l'œuvre pour les remercier, leur donner une «tape dans le dos». Faire renforcements positifs pour toute personne de notre secteur qui pose des gestes qui font grandir les autres. Un groupe qui est reconnaissant fait du renforcement positif. «E» comme enseignement, culture; notre Association pourrait encore plus seconder «l'aide aux devoirs» par des prix, des récompenses. Organiser ou épauler les groupes qui organisent des conférences publiques, des expositions d'art, des concerts, ouverture à l'aide internationale.

«Q» comme Québec et sa devise «Je me souviens». Favoriser les actions qui font en sorte que nous nous souvenions de nos racines judéo-chrétiennes, canadiennes-françaises. Être fiers de notre foi au Christ. Être reconnaissant envers nos parents qui auront transmis notre foi, notre langue, nos coutumes.

Voilà ce que le mot Areq me suggère en vue d'une orientation vers le mieux-être de notre Association. **A**mour; **R**econnaissance envers nos aînés et nos bâtisseurs; **É**merveillement devant toute belle réalisation; **Q**uestionnement comme Socrate.



IPad-moi, je t'en supplie

Par Jacques Rancourt

Je me sens seul et triste
De plus en plus étranger à ce monde
Les êtres de mon espèce m'ignorent
Je dois me reconfigurer autrement

iPad-moi des mots de tendresse
Fais de moi une de tes applications
Déroule tes sentiments envers moi
Ouvre-toi sur mon univers

iPod-moi au moins quelquefois
Capture ma présence en photo
iMail-moi la tienne je t'en prie
Je me meurs d'un éternel ennui

iPhone-moi de grâce
Je veux entendre ta voix
Je ne supporte plus tes textos trop brefs
Je veux retrouver ton humanité

C'est ainsi qu'au bord d'un ruisseau
Je me mis à pleurer et à souffrir
Mes yeux se tournèrent vers le ciel étoilé
J'oubliai le iPad le iPod et le iPhone
Je cherchai en vain un humain pour me
consoler

Je suis condamné à Facebooker et à Twitter

PIERRETTE SIMONEAU

Nouvelle présidente de notre région

**PIERRE CÔTÉ**

Nouveau président national

En ce début de ce nouveau triennat 2011-2014, je profite de cette occasion pour saluer tous les membres de notre grande région Québec -Chaudière-Appalaches. Nouvelle présidente régionale avec la coopération de votre présidence sectorielle, le travail de planification est bien amorcé. Le conseil régional est composé des 12 présidences de secteur et de la présidence régionale. Leur collaboration est précieuse.

Une de mes priorités est d'être à l'écoute des secteurs. Celle-ci sera toujours présente. Vous avez des interrogations, vérifiez auprès de votre présidence sectorielle. Vous pouvez me rejoindre : simoneauareq03@bell.net ou 418 667-1927.

Cette année, nous célébrons le 50e anniversaire de fondation de l'AREQ par Laure Gaudreault et celui du 25e de la région Québec-Chaudière-Appalaches. Double célébration qui sera soulignée tout au long de l'année.

Je vous souhaite un excellent début d'année, beaucoup d'activités sectorielles seront au rendez-vous et je serai très heureuse de vous rencontrer tout au long de l'année.

Dans le cadre du congrès triennal de l'Association des retraitées et retraités de l'éducation et des autres services publics du Québec (AREQ), qui avait lieu à Québec du 31 mai au 2 juin derniers, quelque 650 personnes déléguées provenant de toutes les régions ont élu un nouveau président, M. Pierre-Paul Côté.

Résident de la Montérégie, M. Côté était trésorier de l'Association depuis 2005. « Je remercie les membres de l'AREQ de me faire confiance en m'élisant au poste de président. Il s'agit d'un très grand honneur pour moi de représenter nos 54 000 membres pour les trois prochaines années et, du même coup, de porter la voix des personnes âgées », a souligné M. Côté.

Orientations 2011-2014

Au cours de ce 44^e congrès, les personnes déléguées ont adopté une série d'orientations pour le prochain triennat (2011-2014). Ces grandes priorités jetteront les bases des actions et des revendications de l'AREQ, notamment concernant :

- la pleine indexation des régimes de retraite;
- la défense des services publics de santé adéquats, accessibles, universels et gratuits;
- l'adaptation des milieux de vie;
- la prévention des abus et de la maltraitance;
- les soins de fin de vie (soins palliatifs, euthanasie et suicide assisté);

• la lutte aux mythes et préjugés envers les personnes âgées.
« Un important travail nous attend au cours des prochains mois pour traduire ces priorités en actions et en revendications. Ce travail est à la hauteur de nos ambitions, soit de prendre une part active aux grands débats sociaux, contribuer à changer certaines perceptions envers les personnes âgées et bien sûr en améliorer le sort », a souligné le président de l'AREQ.

Dissertation de philosophie

Par Ghislain Morin



Les hommes sont-ils des êtres à part dans la nature?

Les hommes sont des êtres « à part » dans la nature et Aristote qualifie l'homme « d'animal raisonnable ». Comparé aux autres espèces, l'être humain se caractérise par son indétermination : il est d'une certaine façon « condamné » à s'autodéfinir (ex : tatouage, coiffure).

L'éloignement de l'homme par rapport à la nature n'en finit pas de s'accroître, car l'homme est différent de ce qu'il était.

Pour l'homme qui travaille, la nature n'est donc qu'un moyen. L'homme s'intéresse moins à ce qui est qu'à ce qui peut être. L'homme n'a pas dans la nature de statut et peut devenir ce qu'il veut, en bien ou en mal.

Le développement intense des sciences et des techniques a entraîné une exploitation outrancière de la nature provoquant un déséquilibre qui menace la survie des hommes eux-mêmes. L'homme est la seule espèce qui semble capable de se supprimer... Les hommes peuvent-ils revendiquer la disposition d'un monde habitable selon leurs désirs puisqu'une nature détruite ne serait plus habitable du tout et que l'humanité en ferait les frais? C'est donc les hommes eux-mêmes qui exigent un contrôle et la reconnaissance de droits.

Ce texte provient en partie de <http://www.intellego.fr/> et je n'ai aucune intention de m'appropriier le mérite de cette lecture, mais de le prendre en philosophe.

Je place quelques photos pour détendre la bête qu'on appelle homme.

par Jacques Rancourt





ÉPLUCHETTE DE BLÉ D'INDE



Cette année, une épluchette de blé d'Inde aura encore lieu, le mardi 6 septembre, à partir de 11 h 00 au Parc des 7 Chutes.

1. Marche à partir du stationnement de la passerelle dans l'Ouest jusqu'au Parc
Départ à 10 h 30
2. Dîner sur place (apportez le vôtre.) Les hors-d'oeuvre et le blé d'Inde seront fournis.
3. Pétanque sous la direction de Denis Rousseau après le dîner.

INFO : Denis Doyon (228-2538) Yves R Veilleux (228-3036)

Les membres de l'AREQ (secteur Beauce-Etchemins) bénéficient d'un rabais approximatif de 15% sur l'abonnement annuel



Tonus, centre de mise en forme
10965, 2^e Avenue, Saint-Georges
(derrière l'aréna)
418-227-3737

www.centretonus.com

**Services
personnalisés
disponibles**

ESSAI GRATUIT SUR RENDEZ-VOUS

* Toutes taxes incluses. Les tarifs sont sujets à changement sans préavis.

UNE OFFRE DES CENTRES DE CONDITIONNEMENT PHYSIQUE

ATLANTIS Saint-Joseph de Beauce 418-397-6289

et

PROFIL ACTION SANTÉ Sainte-Marie de Beauce 418-387-1517

Sur présentation de ce coupon et de la carte de membre de l'AREQ

Abonnement de 6 mois = 1 mois gratuit
Abonnement de 12 mois = 2 mois gratuits
Offre valide jusqu'au 30 septembre 2012



SOUPE À LA TRUITE

Par Jacques Rancourt

Ingrédients

8 pommes de terre coupées en cubes
 4 carottes coupées en cubes (petits)
 2 gros oignons en cubes
 8 tasses de liquide (lait et bouillon dans lequel a cuit la truite)
 1 tasse de beurre
 1 tasse de farine
 2 c. à table de base de bouillon de fruits de mer
 ciboulette ou persil
 truites

Préparation

ÉTAPE 1

Dans une casserole, mettre les patates, les carottes et les oignons.
 Couvrir d'eau, saler et poivrer
 Mijoter 2 à 3 minutes

ÉTAPE 2

Égoutter les légumes
 Verser le bouillon chaud sur les truites et cuire 2 à 3 minutes
 Égoutter et enlever les arêtes

ÉTAPE 3 : BÉCHAMEL

Fondre le beurre
 Ajouter la farine en brassant
 Cuire 2 à 3 minutes
 Ajouter le liquide (bouillon et lait)
 Cuire jusqu'à ce que le mélange recommence à cuire
 Brasser fréquemment (le tout devient onctueux)
 Ajouter les légumes, mijoter le tout en gardant les légumes «al dente»
 Ajouter les truites, la ciboulette
 Mélanger délicatement jusqu'au début de l'ébullition
 Fermer le feu et vérifier l'assaisonnement.

Option

Servir avec un fromage Brie (St-Alexis de Portneuf) et pain croûté.



Personnes nouvellement retraitées

Nom	Prénom	Lieu de travail	Poste
Babin	François	École les Petits-Castors	Enseignant
Baillargeon	France	Polyvalente de Saint-Georges	Enseignante
Baillargeon-Drouin	Jacinthe	École Arc-en-Ciel de Saint-Odilon	Secrétaire d'école
Beaudet	Raymond	Polyvalente Benoît-Vachon	Directeur d'école secondaire
Bolduc	Nicole Y.	École Dionne	Éducatrice en service de garde
Breton	Robert	École D'Youville-Lambert et École Saints-Anges	Concierge
Carrier	Pierrette	Service des ressources humaines	Agente de bureau
Chabot	Serge	Polyvalente des Appalaches	Technicien de travaux pratiques
Cliche	Marcel	Service des ressources matérielles (regr. 001)	Ouvrier certifié d'entretien
Cloutier	Benoît	Service des ressources humaines	Directeur adjoint
Cloutier	Diane	École primaire Notre-Dame, Lac-Etchemin	Enseignante
Deblois	Réjean	École primaire de Sainte-Justine (Dominique-Savio)	Enseignant
Doyon	Dorothée	École D'Youville-Lambert (D'Youville)	Enseignante
Doyon	Francine P.	École Aquarelle de Saint-Georges	Éducatrice en service de garde
Drouin	André S.	Polyvalente des Abénaquis	Ouvrier d'entretien
Dufour	Lise	École Mgr-Feuillault	Enseignante
Dupras	Ginette	École du Plateau (la Tourterelle)	Enseignante
Fontaine	Conrad	CIMIC	Enseignant
Fouquet	Yvan	École primaire les Sittelles	Ouvrier certifié d'entretien II
Fournier	Claudine	École des Sommets	Enseignante
Gilbert	Lucie A.	Service des ressources humaines	Agente de bureau
Gilbert	Michel	École Sainte-Famille	Enseignant
Guay	Raynald	École Maribel	Enseignant
Hamann	Eddy	École D'Youville-Lambert	Directeur d'école primaire
Jacques	Lucette	École secondaire Veilleux	Surveillante d'élèves
Labbé	André	Polyvalente Bélanger	Enseignant
Laliberté	Germain	École l'Enfant-Jésus	Enseignant
Lapierre	Jean-Noël	École primaire de Sainte-Justine (Dominique-Savio et Fleurs-de-Soleil)	Concierge
Lessard	Jean-Paul	Polyvalente Saint-François	Ouvrier certifié d'entretien
Loubier	Francine	CFP Pozer	Enseignante
Maheux	France	École Mgr-Feuillault	Secrétaire d'école
Maranda	Vianney	École des Sommets	Enseignant
Marcil	Jacques	École Monseigneur-Fortier	Enseignant
Mathieu	Gaétan	Cégep Beauce-Appalaches	Professionnel
Mercier	Nicole	École Maribel	Enseignante

Personnes nouvellement retraitées (suite et fin)

Nom	Prénom	Lieu de travail	Poste
Mercier	Raymonde	Services éducatifs	Secrétaire de gestion
Migneault	Nicole	École Dionne	Directrice d'école primaire
Nadeau	Anne	École primaire Saint-Gédéon	Secrétaire d'école
Ouellet	Germain	Polyvalente de Saint-Georges	Directeur d'école secondaire
Perron	France	Service des ressources humaines	Agente de bureau
Plante	Serge	École secondaire Notre-Dame-de-la-Trinité	Enseignant
Pomerleau	Christiane	École Mgr-Feuilaud	Surveillante d'élèves
Poirier	Gisèle	École du Plateau (du Trait-d'Union)	Enseignante
Poulin	Guy A.	École du Plateau (du Trait-d'Union)	Psychologue
Poulin	Réginald	Polyvalente Saint-François	Enseignant
Rancourt	Carole	École du Plateau (École la Tourterelle)	Secrétaire d'école
Rancourt	Suzanne	Polyvalente Bélanger	Enseignante
Rocheleau	Jacinthe		Enseignante suppléante
Rodrigue	Odette	Polyvalente Saint-François	Technicienne en organisation scolaire
Tardif	Julie	Polyvalente Benoît-Vachon	Enseignante
Théberge	Yvon	École De Léry-Mgr-De Laval (École De Léry)	Enseignant
Thibaudeau	Jacques	Polyvalente de Saint-Georges	Enseignant
Thibodeau	Louison	École sec. Notre-Dame-de-la-Trinité	Ouvrier certifié d'entretien
Thibodeau	Marcelle	École Monseigneur-Fortier	Enseignante
Toulouse	André	École Dionne	Enseignant
Vachon-Nadeau	Diane	École le Cerf-Volant	Surveillante d'élèves
Veilleux	Germain R.	Polyvalente Benoît-Vachon	Enseignant
Verville	Christiane	Polyvalente Benoît-Vachon	Enseignante
Voisin	Monique	École Dionne	Enseignante

MESSE POUR LES DÉFUNTS

PAR GAÉTANE PLANTE ET JOCELYNE LAROUCHE
RESPONSABLES DE CET ÉVÉNEMENT



Le jeudi 10 novembre 2011, 10 h 30
Église de Saint-Georges, secteur Ouest

Dîner libre après la messe au **NORMANDIN**
(Pas nécessaire de réserver)

INFO : Gaétane Plante (228-5181)
Jocelyne Larouche (228-3039)



De passage dans nos vies



20 juillet 2011
ROSAIRE JIBOULEAU
Père de Jean Jibouleau



15 avril 2011
MARIE-PAULE PARÉ
Mère de Marguerite Trépanier



2 mai 2011
ODIANNA BLANCHETTE
Mère de Marcelle Beaudry
Belle-mère de Laurier Poulin



6 mai 2011
RAYMOND DALLAIRE
Frère de Ghislaine Dallaire
Oncle de Thérèse Dallaire



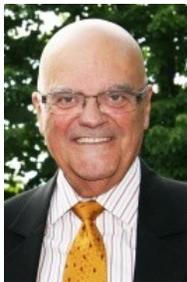
20 mai 2011
THÉRÈSE RODRIGUE
Mère de Jocelyne Fauchon
Belle-mère de Gilles Bizier



8 juin 2011
ROLAND LABRECQUE
Conjoint de Anita Quirion
Beau-frère de Doris
et Claudette Quirion



8 juin 2011
MARIE-JEANNE BOURQUE
Mère de Gilles, Pauline, Louise-Marie,
Céline, Thérèse et Suzanne Poulin
Soeur de Élisabeth Bourque



12 juin 2011
MARIO MORISSETTE
Frère de Jean-Claude Morissette
Beau-frère de Gilles, Pauline,
Louise-Marie, Céline, Thérèse et
Suzanne Poulin



18 juin 2011
YVETTE BONDU
Mère de Pierrette Grenier



23 juin 2011
MARIE-LUCE CHAMPAGNE
Soeur de Ruth Champagne

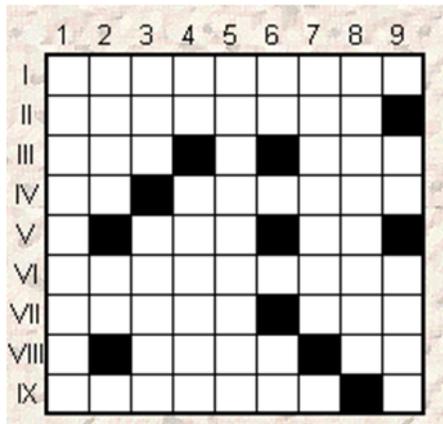


7 juillet 2011
MONIQUE QUIRION
Soeur de Yvan Quirion

Saviez-vous que 1 975 membres de l'AREQ dans la province sont décédés au cours des trois dernières années, ce qui fait une moyenne de 658 décès par année. Statistique fournie lors du congrès à Québec.

Mots croisés

par Jean Jibouleau



Horizontalement :

I. Inamicales. - **II.** Production. - **III.** Blanc ou bleu. Clair. - **IV.** Vient d'avoir. Quand on la fait parler, ça fait du bruit ! - **V.** Boeuf renversé. Des gens très curieux. - **VI.** Pas très sûr. - **VII.** Ni où, ni comment. Devant Urgel. - **VIII.** Gros dormeur. Note. - **IX.** Groupes d'épreuves.

Verticalement :

1. Automatique. - **2.** De quoi vous retourner. Qui n'a pas de tenue. - **3.** On l'a à l'oeil. Fit un travail à la noix. - **4.** Usé. Chacun répond au sien. - **5.** Atténuée. - **6.** Conjonction. Sur une borne. - **7.** Raseras. - **8.** Solaires, par exemple. - **9.** Sur la planche à dessin. Bien éméché.

ÉNIGME

Un chocolatier prépare un kilo de petits chocolats qui font chacun plus de 10 grammes. Une fois qu'il a terminé, il souhaite les placer dans une boîte. Le problème, c'est qu'à chaque fois qu'il les met en rangées de deux, de trois, de quatre, de cinq ou de six, il reste un chocolat.

Combien de chocolat a-t-il fait au total ?

Sudoku



		6	2	4				
2	7							
8	4			7	5		3	
	8				1			
	1		4		9		5	
			3				1	
	3		1	9			4	8
							6	1
				5	8	7		

MINI-GRILLE

- A. Accumulation
 - B. Agile
 - C. Table
 - D. Voie ferrée
 - E. Petite baie
1. Révéla
 2. Centre
 3. Possédais
 4. Siège

	1	2	3	4
A				
B				
C				
D				
E				

009

LE PROVERBE

D	B	E	U	O	I	E	E	A	A	R	B	C	A	I	L	E	D	E	C	I	E	N	E	E	A	L	C	D	A
L	E	O	R	R	L	E	O	A	I	T	L	R	E	S	R	E	E	R	I	E	N	R	M	N	S	U	H	E	
N	O	S	X		G	E	R	N	S	X		S	E		R	S	M	P	T	O	N	T	T		P	T		S	
					S	S	S		U				E						V	T	U	V	T		P				