

LE REFLET

BULLETIN SECTORIEL



AREQ
CSQ

Volume 26, numéro 3

Mars 2019

Association des retraitées et retraités de l'éducation et des autres services publics du Québec
Secteur J de l'AREQ (CSQ)- Beauce-Etchemins au service de 1199 membres

DANS CE NUMÉRO :

<u>Conseil sectoriel</u>	<u>2</u>
<u>Assemblée générale</u>	<u>3</u>
<u>AGS : ordre du jour</u>	<u>4</u>
<u>Les assurances</u>	<u>5</u>
<u>Ce n'est qu'un rêve</u>	<u>6</u>
<u>8 mars</u>	<u>7</u>
<u>Viellir en beauté</u>	<u>8</u>
<u>Journée des hommes</u>	<u>9</u>
<u>Chronique littéraire</u>	<u>10</u>
<u>Lâchez-moi...</u>	<u>11</u>
<u>Une tempête</u>	<u>12</u>
<u>Zoomtext</u>	<u>13</u>
<u>Bonne nouvelle</u>	<u>14</u>
<u>Pour que vieillir soit ...</u>	<u>15</u>
<u>Femmes audacieuses</u>	<u>16</u>
<u>Assurance SSQ</u>	<u>17</u>
<u>Activité socio-politique</u>	<u>18</u>
<u>Activité régionale</u>	<u>19</u>
<u>Décès, impôt</u>	<u>20</u>

Continuité au conseil sectoriel

Mot de la présidente Patsy Gagnon



Le printemps se pointera bientôt à l'horizon. Déjà les journées sont plus longues et le soleil plus présent. Je vous souhaite un printemps des plus radieux. C'est souvent notre façon de regarder les choses qui en font leur couleur.

Ce printemps à l'AREQ Beauce-Etchemins nous vous proposons en avril une conférence sur les services dont nous pouvons bénéficier à la RAMQ (régie d'assurance-maladie du Québec) et à ASSUREQ, notre régime d'assurance comme retraité de l'AREQ. Une personne avertie en vaut deux. Nous vous attendons avec plaisir.

Le 16 mai se tiendra notre assemblée générale sectorielle annuelle. Comme par les années passées, le souper pour les membres est aux frais de l'association. Cette année trois mandats sont à échéance : la 1^{re} vice-présidence, la trésorerie et la personne 1^{re} conseillère.

Jacques Rancourt en sera à la fin de son deuxième mandat comme 1^{er} vice-président. Selon les règlements de l'AREQ, il ne lui est pas possible de se présenter pour un troisième mandat. Ses nombreuses compétences et sa couleur personnelle nous manqueront. Il sera toujours avec nous puisqu'il conserve la responsabilité du site internet, sa chronique dans le Reflet et nous offrira son expertise au besoin. Merci de poursuivre ton implication. Louise Fortin, en poste comme 2^{ème} conseillère depuis 5 ans, a l'intention de se présenter au poste de 1^{re} vice-présidente. Elle connaît le fonctionnement de notre secteur et a mené à terme plusieurs projets.

Comme vous le savez, nos finances sont en très bonne santé et nous permettent de vous offrir des activités que nous voulons de qualité à des prix abordables. Depuis 5 ans, la trésorerie est tenue par Richard Mercier avec beaucoup de soin et ses propositions financières sont toujours bien réfléchies. Il est intéressé à exercer un deuxième mandat.

Marie Nadeau terminant un premier mandat comme 1^{re} conseillère est intéressée à poursuivre pour un deuxième mandat tout en étant la nouvelle rédactrice du Reflet. Nous aurons donc besoin d'une nouvelle personne membre du conseil sectoriel et éventuellement comme responsable de dossiers. Vous pouvez me contacter pour plus d'informations. Portez-vous bien et permettez-vous de vous offrir des petits plaisirs qui vous font du bien. Bon printemps.



Le Reflet paraît trois fois par année : juillet-novembre - mars. Bonne lecture!



Jacques Rancourt,
Marie Nadeau

Convention de la Poste-Publication
No: 40040492
Retournez toute correspondance
ne pouvant être livrée au Canada à :
140, 28^e Rue
Notre-Dame-Des-Pins (Québec)
G0M 1K0

CONSEIL SECTORIEL DE L'AREQ 2018-2019

PRÉSIDENTE Délégué au Conseil régional Délégué au Conseil provincial	PATSY GAGNON 418-774-4691 patsy.gagnon@sogetel.net
1^{re} VICE-PRÉSIDENTE Ste Web	JACQUES RANCOURT 418-228-8525 jacques.rancourt9@gmail.com
2^e VICE-PRÉSIDENTE Comité des femmes Laure-Gaudreault et presse	LIANE LOIGNON 418-228-0358 lialoi@globetrotter.net
SECRETÉAIRE Sociopolitique	MARIE PAULE HOULE 418-588-6872 mariepaule08@hotmail.com
TRÉSORIER	RICHARD MERCIER 418-225-9154 rmercier50@hotmail.com
CONSEILLER (1) Reflét	MARIE NADEAU 418-387-7617 marienade16@gmail.com
CONSEILLER (2) Environnement	LOUISE FORTIN 418-228-4895 lfortin@yahoo.com
AUTRES RESPONSABLES	
Assurances et retraite	MARIE-CLAUDE BÉLANGER 418-685-3054 marieclaudb75@gmail.com
Sociopolitique	JEAN-GUY BRETON 418-397-4760 jg.breton@axion.ca
Comité des hommes	FRANÇOIS POULIOT 418-397-6764 pouliot_francois@hotmail.com
Fil d'Ariane	FRANCINE POULIN 418-227-0559 francine.poulin@outlook.com
Chaîne électronique	ROLANDE VAILLANCOURT 418-594-8033 areqbe1@gmail.com areqbe2@gmail.com
Anniversaires des 75 ans et +	PIERRETTE LEMOYNE 418-227-5226 plemoyn@globetrotter.net
Publipostage	ANDRÉE LESSARD 418-228-8525 andree.lessard3@gmail.com
Correction du Reflét	Le conseil sectoriel
Photographe	GUY ROY 418-228-3172 guyroy@cgocable.ca

CALENDRIER EXPRESS

16 mai : Assemblée générale sectorielle

Envoyez le coupon de la page 3
avant le 1er mai

10 avril: Conférence : Les assurances
Envoyez le coupon de la page 5
avant le 3 avril

28 mai : Assemblée générale régionale
6 juin : Hommage aux personnes âgées



AREQ (changement d'adresse et de téléphone)
Luce Laverdière 418-525-0611
laverdiere.luce@areq.lacsq.org

AREQ-CSQ 1-800-663-2408
Retraite Québec 1-800-463-5533
SSQ 1-888-833-6962

Visitez souvent notre site Web pour être informés.

Notre site Web à visiter souvent
<http://beauce-etchemins.areq.lacsq.org>

*Les idées et les opinions exprimées dans Le Reflét
n'engagent que les personnes qui les ont rédigées.*



**CONVOCACTION À L'ASSEMBLÉE GÉNÉRALE
SECTORIELLE DE L'AREQ
(Secteur 03–J, Beauce-Etchemins)
Le jeudi 16 mai 2019, 15 h 00 (accueil à 14 h 15)
Club de golf de Beauceville – salle René Bernard
721, route du Golf, Beauceville**

Un rendez-vous à ne pas manquer

C'est plus qu'une assemblée générale.

C'est un repas délicieux. Nous avons choisi le meilleur.

C'est le plaisir d'échanger entre nous.

C'est une magnifique exposition.

Lisez l'ordre du jour à la page suivante.

Repas gratuit pour les membres.



Si désistement, le faire savoir obligatoirement à Richard Mercier avant le 1^{er} mai 2019
au no de téléphone 418-225-9154 ou rmercier50@hotmail.com

ASSEMBLÉE GÉNÉRALE SECTORIELLE AU CLUB DE GOLF DE BEAUCEVILLE (à envoyer avant le 1^{er} mai)

Nom : _____ Accompagné(e) de : _____

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

(Courriel : _____)

INSCRIPTION OBLIGATOIRE

MEMBRE = 15 \$ Non membre = 30 \$ Mon chèque de \$ _____
(Remboursé à l'entrée pour les membres)

Faire le chèque à envoyer par la poste seulement au nom de AREQ SECTEUR BEAUCE-ETCHEMINS
3650, 10e Avenue App. 4 Saint-Georges G5Y 5W7

EXPOSITION (Indiquez ci-dessous votre participation à une production qui n'a jamais été présentée.)

J'exposerai : _____ J'accepte que mon œuvre aille à l'Assemblée régionale de Québec Chaudière Appalaches : _____

Je décris ce que j'exposerai et je serai présent(e) : _____



ASSEMBLÉE GÉNÉRALE SECTORIELLE DE L'AREQ
(Secteur 03–J, Beauce-Etchemins)
Le jeudi 16 mai 2019, 15 h 00 (accueil à 14 h 15)
Club de golf de Beauceville – salle René Bernard
721, route du Golf, Beauceville

- 1- Ouverture de l'assemblée et mot de bienvenue (15 h 00)
- 2- Le président d'élection officialise les candidatures reçues
- 3- Nominations de la présidence d'assemblée et de la personne secrétaire d'assemblée
- 4- Lecture et adoption de l'ordre du jour
- 5- Lecture et approbation du procès-verbal du 10 mai 2018
- 6- Présentation des rapports
 - a) de la présidence
 - b) des réalisations 2018-2019 du plan d'action
 - c) des divers comités
 - c) de la trésorerie
 - i. rapport sectoriel cumulatif au 30 juin 2018 (présentation et adoption)
 - ii. rapport sectoriel cumulatif au 30 avril 2019 (présentation et adoption)
- 7- Élections
- 8- Questions diverses :
 - a) Assemblée générale régionale – le mardi 28 mai 2019 à l'Hôtel-Québec
 - b)
- 9- Reconnaissance
- 10- Mot de la présidente régionale
- 11- Mot de la fin et levée de l'assemblée.



Pour toute question concernant les élections s'adresser à Patsy Gagnon .

Quelques mots pour les exposants

Cette année encore, il y aura deux sections : art graphique et artisanat. Les membres présents voteront pour leur coup de cœur dans chacune des catégories. Deux prix de participation seront tirés au hasard dans chaque section en plus des deux gagnants du coup de cœur. Je demanderais aux personnes exposantes d'arriver trente minutes avant l'inscription pour installer leurs œuvres. Je vous remercie. **Notez que votre production doit être présentée pour la première fois.**
 Richard Mercier

Exposants à l'assemblée générale régionale :

Trois exposants à notre assemblée sectorielle pourront présenter leur œuvre à l'assemblée régionale du 28 mai 2019 qui se tiendra à Québec. Des prix de participation seront remis : 300\$ au coup de cœur de l'assemblée, l'artiste gagnant conserve son œuvre. De plus, cinq prix de 100\$ seront tirés au hasard parmi les artistes. Les exposants doivent être présents à l'AGR .

Les assurances

Conférence de Johanne Freire

Le mercredi 10 avril 2019
 Le Journal Resto-Bar
 269, Route 276, Saint-Joseph-de-Beauce
 Accueil : 9 h 30
 Conférence : 10 h
 Dîner : 12 h



Johanne Freire propose une conférence de 2 heures en deux parties, sur les assurances à l'AREQ. Une première partie est consacrée au régime général d'assurance médicaments de la RAMQ durant laquelle divers sujets seront abordés comme les coûts, comprendre sa facture à la pharmacie, les médicaments d'exception, les changements législatifs récents, etc. La deuxième partie consiste en un tour d'horizon du régime complémentaire ASSUREQ pour mieux le connaître.

Mme Freire vous informera des récentes bonifications qui ont été apportées au régime mais aussi des garanties incluses dans notre régime comme l'assurance voyage, les lentilles intraoculaires, les appareils auditifs, l'hébergement en CHSLD, l'assurance vie, etc. Des périodes sont prévues durant lesquelles vous aurez l'occasion de poser des questions.

Si désistement, le faire savoir obligatoirement à Louise Fortin avant le 3 avril 2019
 au no de téléphone 418-228-4895 ou lfortin@yahoo.com

Les assurances (à envoyer avant le 3 avril 2019)

Nom : _____ Accompagné(e) de : _____

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

(Courriel : _____)

INSCRIPTION OBLIGATOIRE

MEMBRE = 12 \$ NON MEMBRE = 20 \$ Mon chèque de \$ _____

Faire le chèque à envoyer par la poste seulement au nom de AREQ SECTEUR BEAUCE-ETCHEMINS
 8565, 7^e Avenue, Saint-Georges G5Y 7N4



PROPOS d'un humaniste

par Jacques Rancourt

Ce n'est qu'un rêve

Il y a de ces matins où j'aimerais oublier certains rêves qui émergent de zones inconnues de ma personne. En regardant cette autre journée qui s'éveille, j'ai décidé de créer un rêve qui restera hélas qu'un rêve à moins qu'un miracle ne se produise. On ne sait jamais. Tout est possible dans notre terrestre de vie.

De ce cher passé, pourquoi ne pas garder que de bons souvenirs de joie, de partage et de bonheur même si ces derniers ont été minimes. Si dans les jours qui viennent, j'arrêtais de me projeter dans le futur et encore moins d'aller faire des voyages dans les mauvais souvenirs du passé. Vivre tout simplement le moment présent sans me soucier de ce qu'il pourra bien se passer demain.

Je sais que le quotidien de ma vie ne sera pas parfait. Comment éviter les moments tristes, les coups de cafard, de colère, etc. La vie est faite de tout cela. Je sais que des collègues vivent quotidiennement des situations pénibles. Pour certains, c'est la perte d'un être cher et il faut alors apprivoiser la solitude. Il n'est plus là pour partager, se supporter, s'entraider. Pour d'autres collègues, c'est de prendre soin à longueur de journée de son être cher en perte d'autonomie. Se sentir alors seul dans cette nouvelle vie de proche aidant. Ne comptons pas sur cette chère société qui n'offre aucun répit. On a beau se dire que la vie c'est cela aussi. Il faut alors plonger au plus profond de soi et se dire qu'on sera plus fort qu'hier. La vie est trop courte et trop belle pour n'en garder que le mauvais.

Alors, mon rêve est d'aimer la vie dans les choses les plus simples, de nous aimer les uns les autres sans nous juger, sans nous critiquer ou essayer de nous changer, nous accepter avec les qualités et les défauts qui font ce que nous sommes. Le remède le plus efficace et qui surpasse bien des overdoses de pilules est l'amour dans le sens le plus noble de ce mot. Sans amour, à mon sens, on ne vit qu'à moitié. Je ne parle pas que de l'amour dans une relation amoureuse, mais de l'amour tout simplement ...il peut nous guérir de nos maux quotidiens, notre tristesse passagère, et de tellement de choses auxquelles on ne penserait pas.

Enfin pour terminer à élaborer ce rêve probablement utopique, pourquoi ne pas s'émerveiller tout simplement. Piétiner le négatif qui tente d'émerger. Rire ou du moins sourire quotidiennement même pour les choses les plus débiles. Surtout ne pas perdre espoir. Faire confiance à la vie. Voilà! Ce n'est qu'un rêve et je tenais à vous le partager.





Des nouvelles de la FLG

par Liane Loignon

C'est presque devenu une tradition chez nous d'organiser à chaque fête de Noël un tirage partage au profit de la Fondation Laure-Gaudreault. Aussi, le 13 décembre dernier, ce tirage a généré une somme de 706 \$. La moitié de cette somme, soit 353 \$, a été versée à la Fondation. L'autre moitié a été divisée en deux lots qui ont été gagnés par Denise Proteau et Andrée Lessard.

Depuis la dernière assemblée générale, nous avons amassé 958 \$ pour la FLG. C'est grâce à votre générosité. Je vous remercie de supporter cette Fondation qui vient en aide aux personnes âgées et aux jeunes en difficulté de notre secteur. À bientôt.

Liane Loignon
Responsable pour le secteur



Vendredi le 8 mars 2019 - Journée internationale des femmes

Vendredi le 8 mars vous êtes toutes (et tous) invités à vivre une journée intéressante et stimulante qui se tiendra à l'Hôtel Québec, 3115, av. des Hôtels

Programme de la journée

9 h30: Inscriptions

10 h : Conférence de Pascale Navarro

Dîner sur place

13 h30: Conférence de Danielle Pinsonneault

Coût : Payé par le CS

Inscrivez-vous avant le 6 mars auprès de Liane Loignon.

Pascale Navarro

Journaliste et chroniqueuse renommée, Pascale Navarro est l'auteure des essais féministes *Interdit aux femmes* (en collaboration avec Nathalie Collard), *Pour en finir avec la modestie féminine*, *Les femmes en politique changent-elles le monde ?* et *Femmes et pouvoir : les changements nécessaires*.

Elle sera avec nous le 8 mars prochain. Son entretien portera sur le pouvoir féminin en politique, sur les raisons qui motivent l'engagement des femmes, sur les enjeux stratégiques auxquels elles sont confrontées ainsi que la place du féminin dans ce monde constitué encore en majorité d'hommes. Elle abordera aussi les solutions possibles pour augmenter la place des femmes dans les différentes instances décisionnelles.

Danielle Pinsonneault

Après une carrière comme conseillère à l'éducation syndicale à la Centrale des syndicats du Québec (CSQ), Danielle Pinsonneault est maintenant formatrice des jumelées (femmes qui incarnent une fille du Roy) de la Société d'histoire des Filles du Roy (SHFR), organisme dans lequel elle s'implique beaucoup. Elle donne très souvent des conférences.

Au début de la colonie, l'arrivée massive des femmes en Nouvelle-France a permis la colonisation du pays. Quel était leur rôle ? Comment, au cours des années ont-elles pris le pouvoir dans plusieurs domaines. C'est d'une façon interactive que cette animatrice hors pair nous le fera découvrir.

VIEILLIR EN BEAUTÉ... ET EN SAGESSE

par Marie Nadeau



Vieillir en beauté, c'est vieillir avec son cœur,
Sans remord, sans regret, sans regarder l'heure.
Aller de l'avant, arrêter d'avoir peur,
Car à chaque âge se rattache un bonheur.

Vieillir en beauté, c'est vieillir avec son corps,
Le garder sain en dedans, beau en dehors.
Ne jamais abdiquer devant un effort.
L'âge n'a rien à voir avec la mort.

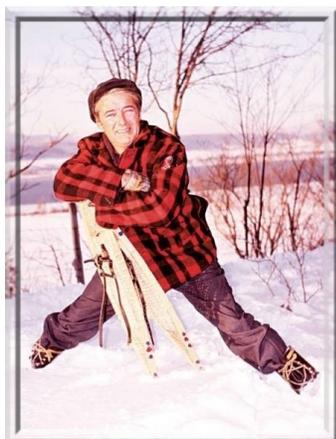
Vieillir en beauté, c'est donner un coup de pouce!
À ceux qui se sentent perdus dans la brousse,
Qui ne croient plus que la vie peut être douce
Et qu'il y a toujours quelqu'un à la rescousse.

Vieillir en beauté, c'est vieillir positivement.
Ne pas pleurer sur ses souvenirs d'antan.
Être fier d'avoir les cheveux blancs,
Car pour être heureux, on a encore le temps.

Vieillir en beauté, c'est vieillir avec amour,
Savoir donner sans rien attendre en retour,
Car où que l'on soit, à l'aube du jour,
Il y a quelqu'un à qui dire bonjour.

Vieillir en beauté, c'est vieillir avec espoir,
Être content de soi en se couchant le soir.
Et lorsque viendra le point de non-recevoir,
Se dire qu'au fond, ce n'est qu'un au revoir!

**Ne regrette pas de vieillir.
C'est un privilège refusé à beaucoup!**
Félix Leclerc



Ce poème je voulais vous le partager car il m'inspire une réflexion... sur mes cheveux blancs, les petites rides qui ornent à présent mon visage.

Lorsque Kaya, ma petite-fille, m'interroge à propos de mes plis, je lui réponds que c'est parce que j'ai souvent ri dans ma vie. Rire, c'est si bon, cela dilate la rate, alors pourquoi s'en priver? Paraît-il qu'un bon époux est celui qui nous fait rire. Je crois que j'ai fait un bon choix.

On s'interroge parfois au sujet des choix qui ont jalonné notre vie. Quand je regarde derrière moi, je n'ai que peu de regrets. Les aléas de la vie m'ont beaucoup appris.

Comme tout le monde, j'ai vécu des moments de grand bonheur mais aussi de grands désespoirs. "Le bonheur a besoin d'être interrompu pour être senti." Je peux affirmer haut et fort que c'est vrai. Sans ces périodes de tristesse, nous ne pourrions apprécier celles qui nous apportent de la joie et de la paix jusqu'à l'âme. Nous devenons plus sage avec les années qui filent ma foi... à vitesse grand V.

En effet la sagesse a un prix. Est-ce que je désirerais retourner dans le passé? Je ne le crois pas. Certes mon corps jadis était plus ferme mais celui que j'habite à présent est à mon image et je ne veux pas le changer.

Lorsque la vie m'apporte des nuages, je lève les yeux. J'aperçois du bleu derrière les nuages. Le bleu des yeux de Samuel, mon petit-fils. Au plaisir de se rencontrer,

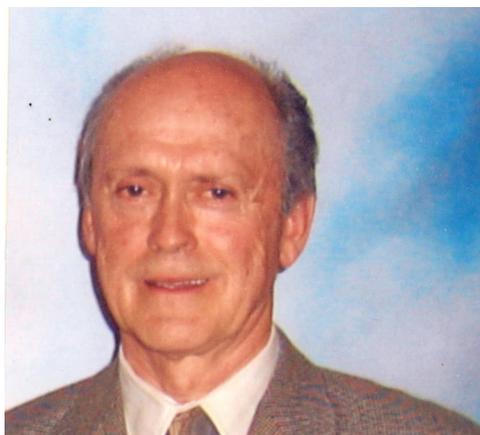
Journée internationale des hommes 2018

par François Pouliot responsable du Comité des hommes

Au Québec, depuis quelques années, on a pris l'habitude de souligner la journée internationale des hommes. Contrairement à la journée de la femme, cet événement n'a pas encore l'envergure et la même couverture médiatique que son équivalent féminin. Néanmoins, cet anniversaire vise à mettre en valeur la contribution inestimable des hommes à leur communauté et aussi à démystifier les écueils et les difficultés liées à la condition masculine. Le thème retenu cette année : « Bâtitteur et engagé » reflète bien la réalité vécue par un grand nombre d'entre nous.

Pour faire de cette journée une réussite, le comité régional des hommes de l'AREQ Québec-Appalaches avait suggéré les noms de deux éminents bâtisseurs, soient : Mrs. Richard Langlois et Jean-Denis Arcand. Bien que oeuvrant dans des champs d'activités très différents, les deux hommes ont en commun le service des autres et le dépassement de soi.

Au milieu des années 90, M. Langlois reçoit un diagnostic de trouble bipolaire très important jumelé à une psychose. Cette maladie mentale l'amènera à recommencer sa vie à zéro. Son parcours de vie est une suite de haut et de bas où les nombreuses chutes sont suivies de rétablissements fragiles. Aujourd'hui, grâce à une médication appropriée et un support familial aidant, il est très heureux et mène une vie normale. Son soutien et son engagement auprès des personnes qui vivent avec une maladie mentale, leurs proches ainsi que les organismes qui soutiennent ces personnes, est exemplaire. De plus, pour ceux et celles qui aimeraient approfondir le sujet, Richard Langlois est l'auteur de deux publications dont les titres sont les suivants : « Un phare sur la route » et « Le fragile équilibre ».



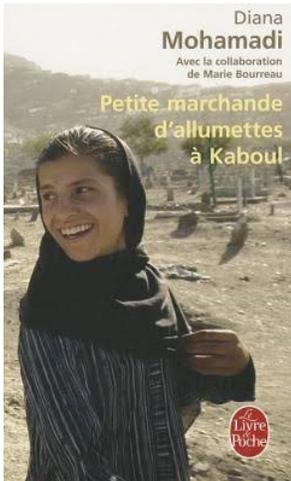
Quant à M. Arcand, le deuxième participant à cette journée, son témoignage portera sur son parcours comme éducateur auprès des jeunes enfants en garderie. Il a débuté sa carrière comme éducateur dans un C.P.E. et après quelques années il ouvrira sa propre garderie dans la maison bigénérationnelle de son père.

Il insiste sur l'importance des interventions qui visent à développer l'autonomie, la sociabilité et les bonnes habitudes de vie avec cette jeune clientèle. Les difficultés d'attention ou de concentration ainsi que les lacunes observées au niveau du comportement peuvent être corrigées lorsque le dépistage est précoce. La passion et dévouement dont il fait preuve dans l'accomplissement de son travail n'a d'égal que la grande satisfaction des parents qu'il côtoie.

En terminant, je voudrais remercier tous les bénévoles qui ont contribué à la réussite de cette journée. Je ne voudrais pas passer sous silence la prestation musicale de M. Jean-Nöel Laprise accompagné de sa chorale improvisée. L'an prochain, une journée semblable pourrait être réalisable localement. Nous avons les ressources humaines et matérielles pour le faire, il suffit de vouloir.

Chronique littéraire

par Marie Nadeau



.Petite marchande d'allumettes à Kaboul de Diana Mohamadi

Diana, 13 ans, bataille au quotidien pour faire vivre sa famille qui compte quatorze enfants. Mais elle ne veut pas rater un jour d'école où elle apprend le français. Elle contemple le monde des adultes et porte un regard sur le devenir de son peuple et l'avenir de la jeunesse afghane. *Source internet*

Que diriez-vous de vous mettre l'espace du roman dans le quotidien de cette jeune adolescente de Kaboul? C'est ce qui m'est arrivée en lisant ce petit bouquin fort bien écrit avec la collaboration d'une journaliste française. Je suggérerais aux enseignants de français du secondaire de l'inscrire comme lecture obligatoire à nos adolescents québécois qui se plaignent de ne pouvoir utiliser leurs cellulaires en classe. Diana se lève à l'aurore chaque matin pour aller chercher l'eau potable de la famille, va à l'école et est marchande d'allumettes chaque après-midi après l'école. Une vie difficile et pourtant elle s'en sort bien, sereine et réaliste. Bouleversant!

Le poids de la neige de Christian Guay-Poliquin

Dans une véranda cousue de courants d'air, en retrait d'un village sans électricité, s'organise la vie de Matthias et d'un homme accidenté qui lui a été confié juste avant l'hiver. Telle a été l'entente : le vieil homme assurera la rémission du plus jeune en échange de bois de chauffage, de vivres et, surtout, d'une place dans le convoi qui partira pour la ville au printemps. Les centimètres de neige s'accumulent et chaque journée apporte son lot de défis. Près du poêle à bois, les deux individus tissent laborieusement leur complicité au gré des conversations et des visites de Joseph, Jonas, Jean, Jude, José et de la belle Maria. Les rumeurs du village pénètrent dans les méandres du décor, l'hiver pèse, la tension est palpable. Tiendront-ils le coup?

Source internet

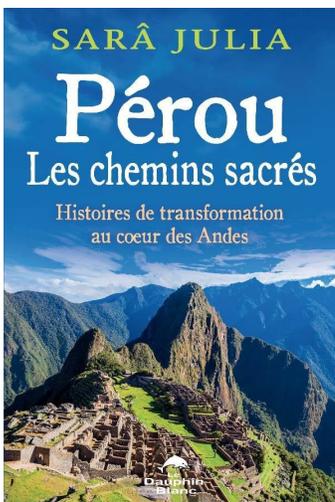
Le titre m'a inspirée le choix du livre. Je n'ai pas été déçue. Il est rare que je lise un bouquin peuplé presque exclusivement d'hommes mais au fil des pages je me suis laissé emporter par le style poétique de cet auteur québécois. Le lieu où se déroule l'histoire et l'âge des deux personnages principaux n'est pas déterminé. Une énigme de plus à découvrir. J'ai adoré!



Pérou : les chemins sacrés de Sarâ Julia

Répondant chacune à un appel intérieur, sept québécois décident de suivre une guide jusqu'au Pérou, cette terre généreuse, intense et vibrante, aux puissants champs magnétiques, aux chemins sacrés et aux vortex uniques au monde. Tout au long de leur périple sur des sites mystérieux et fabuleux, chaque pèlerin vit une transformation intérieure, tantôt marquée par la libération de blocages énergétiques, tantôt par une ouverture de conscience car le Pérou s'avère une terre alchimique de transformation, d'ouverture du cœur et de guérison. Son livre nous fait vivre le voyage comme si nous y étions, accédant entre autres au sommet du Machu Picchu et parvenant jusqu'au lac Titicaca, en nous révélant chaque fois de grandes vérités ancestrales. Parallèlement, nous suivons également une vie antérieure de l'auteure surgie de ses mémoires des années 1700, et qui participe à ce récit qui transcende le temps et l'espace.

Ce résumé provient du site Web de Sarâ Julia.



Site web de Sarâ Julia : <https://www.sarajulia.ca/>



« LÂCHEZ-MOI...! LAISSEZ-MOI MOURIR! »

par Jean-Guy Breton, responsable socio-politique

C'était en 1972. Je me souviens encore, comme si c'était hier, de ces paroles prononcées par mon oncle Alphonse sur son lit d'agonie. Évidemment, à cette époque on ne connaissait pas l'aide médicale à mourir, et encore moins les directives médicales anticipées!

Mon oncle Alphonse, qui était aussi mon parrain, souffrait depuis plusieurs mois d'un cancer, et il en était au dernier stade. Le personnel médical, refusant de croire que la mort fait aussi partie de l'existence humaine, lui imposait tous les soins possibles pour le maintenir en vie. Ah! S'il avait pu exprimer ses volontés de soins en cas d'inaptitude, je ne doute pas qu'il eût rempli, étant plus jeune et en forme, des directives médicales anticipées.

C'est cela le gros changement. Aujourd'hui, tout le monde peut remplir un document dans lequel sont exprimées nos volontés de soins en cas d'inaptitude. Bien sûr, on doit en faire un enregistrement auprès de la Régie de l'assurance maladie du Québec (RAMQ) ou encore auprès d'un notaire. Précisons d'abord dans quelles conditions s'appliquent ces directives médicales anticipées :

- 1) Lorsqu'une personne souffre d'une condition médicale grave et incurable et qu'elle est en fin de vie (ex. cancer).
- 2) Lorsqu'une personne se trouve dans un coma irréversible.
- 3) Lorsqu'une personne est dans un état végétatif permanent (quelques réflexes seulement).
- 4) Lorsqu'une personne souffre d'une atteinte sévère et irréversible des fonctions cognitives, sans possibilité d'amélioration (ex. démence avancée, Alzheimer).

Quels sont les soins qu'on peut interdire par les directives médicales anticipées?

- 1) La réanimation cardio-respiratoire.
- 2) La ventilation assistée par un respirateur.
- 3) La dialyse.
- 4) L'alimentation et l'hydratation forcées.
- 5) L'alimentation et l'hydratation artificielles (à l'aide d'un tube dans l'estomac ou d'un cathéter).

Évidemment, la régie de l'assurance-maladie du Québec (RAMQ) peut vous fournir l'information et surtout le formulaire de directives médicales anticipées. Après l'avoir rempli, signez-le, datez-le et faites signer deux témoins majeurs.

On retourne le tout à la RAMQ.

On conseille fortement d'en envoyer une copie à votre médecin de famille ainsi qu'à une autre personne qui vous est proche.

Dernière remarque... l'aide médicale à mourir est un dossier tout à fait différent de celui-ci. Ne pas confondre.



Une tempête

par Marie Paule Houle

Un jour de tempête
Pas si bête
Se réchauffer
Se gargariser
Par l'intérieur
De notre cœur

Les choses à faire
Tiennent à se taire
Pour des instants
De sentiments naissants
Et de pur bonheur
À notre cœur

Les mystérieuses villes
De nos pensées
Parfois des asiles
Confondent la réalité
Et toute la pudeur
De notre cœur

Une averse de sourires
Pendant que des rires
Éjectent les peurs
Transcendent la noirceur
Brisent les pleurs
Dans notre cœur

Se réfugier
Pour mieux enflammer
Boire aux grands froids
Troquer la neige échevelée
Dans les cours et sur les toits
Et dans notre cœur

Pas question d'accrobranche
Le vent se déhanche
Le rythme est brisé
Les enfants en congé
Usent de leur ardeur
Et nourrissent notre cœur

Les bienfaits de la musique

Texte proposé par Jacques Rancourt

Jouer de la musique est un des moyens les plus efficaces pour développer vos capacités cérébrales, regagner des points de QI, éloigner l'Alzheimer et ralentir le déclin cognitif lié à l'âge.

Selon Jutz Jäncke, psychologue à l'université de Zurich,
« Apprendre à jouer d'un instrument de musique élève le QI de 7 points, tant chez les adultes que chez les enfants ».

« Nous avons constaté que, même chez les personnes de plus de 65 ans, un gros changement se produit dans le cerveau après avoir joué d'un instrument pendant quatre ou cinq mois, une heure par semaine. »

« Les parties du cerveau qui contrôlent l'ouïe, la mémoire et les mains deviennent toutes plus actives... Cela accroît la mémoire verbale et la sensibilité aux émotions des autres [1]. »

Jouer de la musique change la forme et la puissance du cerveau.

Une fois que vous saurez jouer Let it be, vous serez rassuré(e) sur vos capacités à jouer du piano, vous pourrez passer à un autre morceau. Jour après jour, vous allez progresser et, si vous le souhaitez, devenir un excellent pianiste dans les années à venir.

Annonce spéciale
Le protocole anti-Alzheimer qui effraie les labos

Pendant que les grandes firmes pharmaceutiques peinent à trouver un médicament efficace contre Alzheimer...

... Et alors que les 4 médicaments "officiels" viennent d'être déremboursés par la Sécurité Sociale...

...Un protocole anti-Alzheimer alternatif fait grand bruit dans les milieux alternatifs. Il aurait permis à des malades de ralentir, stopper voire inverser la maladie avec des moyens entièrement naturels, basés sur le meilleur de la recherche internationale.

Si vous avez une tête et des mains, vous pouvez jouer du piano

La grande erreur que font les débutants, c'est de s'imaginer que « jouer du piano » consiste à donner des concerts, des pièces classiques ou modernes de virtuosité.

Non.

Le piano, c'est comme la cuisine : vous n'avez pas besoin de devenir un chef étoilé. Il existe des tas de recettes excellentes que vous pouvez vous faire vous-même, à la maison, et qui ne demandent aucun talent particulier.

Pensez à une bonne omelette au fromage, à des crêpes au sirop d'érable, à des tagliatelles aux tomates fraîches et à l'ail, à des carottes râpées au citron, à l'huile de colza, avec du sel, du poivre et du persil, à une soupe au potiron ! Pas besoin de faire des queues d'écrevisse, de la bisque de homard, ni du foie gras truffé pour se régaler.

La musique, c'est pareil. Il y a des morceaux très compliqués. Mais vous n'avez pas besoin de savoir les jouer pour avoir déjà énormément de plaisir.

Un service extraordinaire

Centre de réadaptation en déficience physique
Chaudière-Appalaches
par Rita Pomerleau

Il s'agit d'une aide gouvernementale qui est offerte à Charny pour les déficients visuels ou auditifs et pour les personnes ayant des difficultés de langage.

J'ai reçu le service d'aide visuelle. À Charny, un ophtalmologiste a examiné ma vue et m'a prescrit une paire de lunettes et des verres fumés.

On m'a également installé un logiciel sur mon ordinateur « ZOOMTEXT » me permettant de grossir les textes et de les lire pour moi. Une préposée est venue à quelques reprises me montrer comment m'en servir.

Une ergothérapeute est venue visiter les lieux pour vérifier la sécurité. Elle a préparé un projet pour améliorer la descente de garage que j'ai remis au CA des condos et qui a été réalisé à la satisfaction de tous les résidents.

On m'a proposé aussi le prêt d'une petite et d'une grosse télé-visionneuse, mais j'avais déjà fait l'acquisition de ces appareils...

Un autre avantage : j'ai reçu un certificat de « déficience visuelle » qui m'a permis de m'inscrire au transport adapté et peut donner droit aux aides auditives gratuitement. Pour suppléer à la lecture que je ne peux faire, on m'a prêté un lecteur de livre audio dans lequel j'insère un CD. Ce certificat peut aussi générer des exemptions d'impôt.

On s'inscrit auprès d'un ophtalmologiste (M. St-Gelais à Saint-Georges).





Y-A-T-IL DE BONNES NOUVELLES EN ENVIRONNEMENT?

**par
Louise Fortin**

Quand vient le temps de parler environnement nos propos sont souvent pessimistes. Cette fois-ci j'ai voulu plutôt mettre l'accent sur les bonnes nouvelles. Je vous fais donc part d'inventions ou de procédés qui donnent de l'espoir face à l'environnement. Fait intéressant à noter, ces technologies sont faites au Québec.

La bio-méthanisation:

Il s'agit d'un traitement biologique des matières organiques résiduelles par fermentation en absence d'oxygène. Le résultat est un biogaz qui contient du méthane et qui peut ensuite être utilisé comme source d'énergie. Il y a aussi un résidu solide qui peut devenir du compost ainsi qu'un liquide issu du traitement pouvant servir de fertilisant.

Présentement, la ville de St-Hyacinthe est la première ville québécoise à produire du gaz naturel et à l'utiliser. Pour les matières organiques, son centre traite le contenu des bacs bruns de 23 municipalités. Rivière-du-Loup, Varennes, et Québec entre autres, ont des projets de biométhanisation.

En parlant de compost et fertilisant, deux jeunes étudiantes de l'Université Laval ont créé un électroménager capable de transformer en quelques heures des restes d'aliments en poudre fertilisante inodore. Leur invention se nomme le TERO et sera bientôt sur le marché. Pour ceux et celles qui comme moi ne peuvent faire de compost car ils habitent en condominium ou appartement, cet appareil est très intéressant.

La récupération et réutilisation des plastiques:

Voici quelques entreprises québécoises qui offrent des solutions à cette problématique. Loop Industries située à Terrebonne utilise un procédé pour dissoudre sans eau ni chaleur les polymères de polytéréphalate (PET) utilisé pour produire les bouteilles et le polyester. Leur technique permet de "dépolymériser", décolorer et purifier les plastiques qui pourront ainsi être réutilisés.

Pyrowave de Salaberry de Valleyfield récupère les plastiques no. 6 qui contiennent des emballages, assiettes, gobelets etc. en styromousse. Jusqu'à présent ces matières se retrouvaient au centre d'enfouissement. L'entreprise utilise les micro-ondes pour défaire le plastique en composantes de base qui seront recombinaées pour produire de nouvelles matières plastiques de même utilisation.

Une autre compagnie, Polystyvert, recycle aussi le polystyrène mais leur procédé utilise une huile essentielle qui dissout le plastique en quelques secondes. Par la suite, il y a une purification en profondeur pour créer un produit équivalent à la matière première mais beaucoup moins coûteux.

Enviroplast de Montréal, quant à elle, achète des résidus qu'elle transforme à 100% en une résine de qualité. Ils ne traitent présentement que le polyéthylène mais veulent se diversifier en touchant à d'autres types de plastique. Mentionnons qu'ils recyclent 2,000 tonnes métriques par mois.

L'espace manque pour vous faire part de plus de bonnes nouvelles. En faisant des recherches pour cet article j'en ai apprises plusieurs dont je pourrai vous parler dans de futurs écrits.



« Pour que vieillir soit gai »

Par Liane Loignon

Quel beau titre, n'est-ce pas ? Mais je n'en suis pas l'auteure. En fait, c'est le titre d'un dépliant publié par la *Fondation Émergence*, fondation qui vise à lutter contre l'homophobie et la transphobie et à sensibiliser les intervenants et les personnes âgées en général aux réalités des personnes âgées LGBT (lesbiennes, gais, bisexuels.les et trans). Car, comme le dit Jocelyne Robert, « on vieillit avec sa sexualité » qu'on le veuille ou non. Je vous livre aujourd'hui quelques informations tirées de ce dépliant, informations qui pourront contribuer à nourrir notre réflexion.

On estime que 10% de la population âgée est constituée de personnes LGBT soit environ 150 000 personnes au Québec en 2017. Bien que les âgé.e.s LGBT constituent la *génération pionnière* de la lutte pour les droits des personnes LGBT, plusieurs craignent toujours de révéler leur orientation sexuelle ou leur identité de genre de peur d'être discriminées ou isolées. Ces personnes ont connu une époque où l'homosexualité ou la transidentité étaient considérées comme un crime, une maladie mentale ou un péché. Souvenons-nous que la décriminalisation de l'homosexualité remonte à 1969 au Canada. Bien que notre société ait évolué, particulièrement depuis les vingt dernières années, les préjugés et l'exclusion sociale existent toujours. On préfère bien souvent ignorer ces réalités et faire comme si elles n'existaient pas, ce qui peut constituer une forme de maltraitance.

Les âgé.e.s LGBT font face à des situations particulières : leur réseau de soutien familial est souvent moins important que celui des personnes hétérosexuelles ; leur peur de subir le rejet les incite à cacher leur orientation sexuelle ou leur identité de genre ; leurs expériences de discrimination favorisent l'isolement, la solitude, la dépression, voire le suicide.

L'orientation sexuelle et l'identité de genre ne disparaissent pas avec l'âge. Elles restent des composantes majeures de l'identité d'une personne. La qualité de vie des personnes âgées est liée à la qualité de leurs rapports avec leur entourage et leurs milieux de vie. Ce que les personnes âgées LGBT souhaitent, c'est de pouvoir vieillir dans des milieux accueillants, des milieux inclusifs face à la diversité sexuelle. Chacun de nous peut contribuer à l'apparition de tels milieux en évitant les attitudes d'exclusion, en réagissant aux propos homophobes ou transphobes et en adhérant à la *Charte de la bientraitance envers les personnes âgées lesbiennes, gaies, bisexuelles et trans*. Pour en savoir plus sur le sujet, rendez-vous sur le site www.fondationemergence.org/pour-que-vieillir-soit-gai.

DES FEMMES AUDACIEUSES VOUÉES À L'ÉDUCATION

Les Sœurs de la Charité de Saint-Louis en Amérique 1902-2018

Si vous désirez vous rappeler l'évolution de l'enseignement au Québec au cours du XXe siècle et même depuis 1850, vous trouverez dans le volume *Les Sœurs de la Charité de Saint-Louis en Amérique 1902-2018*, un exposé bien étoffé de l'organisation des programmes et des écoles à cette époque.

À travers l'implantation au pays d'une congrégation de religieuses françaises, qui ont dû quitter le leur en raison de lois antireligieuses, vous connaîtrez mieux le Québec du début du XXe siècle. Avec elles, vous découvrirez le besoin d'un enseignement adapté et accessible à tous et toutes et vous verrez les efforts qu'elles ont déployés, dans des conditions de pauvreté extrême, pour répondre aux besoins des enfants et des familles.



Comme il s'agit d'une congrégation religieuse, vous ferez connaissance avec la fondatrice, madame Louise-Élisabeth de Lamoignon, veuve Molé de Champlâtreux. Au lendemain de la Révolution française, qui lui a enlevé son mari, elle quitte Paris pour Vannes, en Bretagne, afin de s'occuper des orphelins qui n'ont d'autre occupation que de flâner sur le port. Des dames viendront avec elle de Paris et de là naîtra la congrégation religieuse.

Vous pourrez aussi suivre l'évolution de la congrégation au long de ces cent seize années, sa mission chez nous dans les quatre-vingt-douze paroisses où elle s'est implantée et son cheminement vers l'internationalité. Comme les SCSL ont travaillé dans dix-sept paroisses de la région beauceronne, vous reconnaîtrez peut-être des professeuses ou des collègues de travail.

Enfin, une soixantaine de photos accompagnent le texte représentant les diverses époques et les différents secteurs d'activités. Sept figures de proue nous rappellent quelques-unes de ces femmes héroïques sans lesquelles l'aventure Charité de Saint-Louis n'aurait pas eu lieu. L'auteure, madame Émilie Guilbeault-Cayer, est détentrice d'une maîtrise en histoire de l'Université Laval et elle avait publié auparavant *La crise d'Oka. Au-delà des barricades* en 2013 aux éditions du Septentrion.

Vous pouvez vous procurer ce livre en librairie à Saint-Georges.

Bonne lecture

Béatrice Parent, scsl



**Dossier Assurance
Par Marie-Claude Bélanger**



Votre régime d'assurance collective ASSUREQ en 2019

Un régime d'assurance maladie bonifié et une suspension de la surprime en assurance vie. Voilà le résultat du renouvellement du régime d'assurance collective ASSUREQ, à compter du 1^{er} janvier 2019.

Cependant, une bonification apportée au régime a entraîné un ajustement à la hausse de la prime du régime Santé Plus. Pour répondre à un besoin grandissant des membres assurés, le conseil d'administration a pris la décision de bonifier le régime d'assurance maladie comme suit :

Déplafonnement des remboursements par visite pour les professionnels de la santé.

Les frais par visite chez un professionnel de la santé de la *garantie Frais pour soins médicaux* du régime **Santé Plus** seront remboursables à 80% du montant soumis à l'assureur. Le montant **maximal annuel** remboursé demeure de 750\$.

Possibilité de changer de régime **Santé vers Santé Plus**

Il n'était pas possible en tout temps de modifier le régime **Santé** pour un régime **Santé Plus**. Il est dorénavant possible de le faire sous certaines conditions.

Assurance vie

Assurance vie des personnes à charge. Il n'y a aucun ajustement de la prime requis pour cette garantie 2019.

Assurance vie de la personne adhérente. La prime demeure la même qu'en 2018.

Dans votre Quoi de neuf hiver 2019, vous avez reçu un dépliant de la SSQ concernant le régime d'assurance collective. C'est un excellent résumé des services offerts.

Activité régionale sociopolitique et environnementale

Date : le mardi 9 avril 2019

Lieu : *Hôtel Québec*, 3115 avenue des Hôtels, Québec

9 h 00 : Inscription

9 h 30 : Sujet : Pelouse jardin et aménagement, huit principes naturels pour cultiver sans effort!

Serge Fortier, vulgarisateur de l'approche Respect Nature

Le monde végétal est autonome et pérenne parce qu'il fonctionne dans une intelligence bien supérieure à ce que l'homme sait en faire. Est-ce possible de vulgariser ses grands principes pour mieux les comprendre?

10 h 30 : Pause-santé

11 h 00 : Sujet : Zéro mauvaises herbes, aucun désherbage, oui, c'est possible!

Serge Fortier, vulgarisateur de l'approche Respect Nature

Qui ne souhaite pas s'éviter des tâches de désherbage. Impossible diront plusieurs! Pourtant, en respectant les principes énoncés plus tôt, c'est non seulement possible, mais aussi très facile! Comme si ce n'était pas suffisant, plusieurs autres bienfaits deviennent accessibles, tel zéro déchet et zéro dépense lié à l'entretien.

12h 00: Dîner

13 h 30 : Sujet : étude et analyse du vieillissement de la population au Québec

Docteur Denise Audet, médecin conseil Institut national de santé publique du Québec
Direction Développement des individus et des communautés

Se familiariser avec la réalité du vieillissement au Québec

Repérer les actions pertinentes pour favoriser la qualité du vieillissement:

Des actions importantes tout au long de la vie

Des actions pertinentes au cours de la vieillesse

Distinguer les leviers individuels et collectifs

Alimenter la réflexion sur comment agir globalement

15h 15 : conclusion de la journée

Coût : **gratuit** pour les membres **25\$** pour les non-membres

Inscrivez-vous maintenant auprès de la personne responsable de notre secteur: Louise Fortin au no de téléphone 418-228-4895 (lfortin@yahoo.com) avant le 29 mars 2019 . . Il n'y aura aucune inscription sur place.



Convocation

30^e Assemblée générale régionale

Les membres de l'AREQ Québec-Chaudière-Appalaches sont convoqués à l'Assemblée générale régionale de l'Association qui aura lieu le mardi **28 mai** à partir de **9 h 30** à l'**Hôtel-Québec**, situé au 3115, avenue des Hôtels à Québec.

Projet d'ordre du jour

Ouverture et mot de bienvenue
 Nomination à la présidence d'assemblée
 Adoption de l'ordre du jour* de la 30^e Assemblée générale A1819-AGR-OJ-01
 Adoption du procès-verbal de la 29^e Assemblée générale A1718-AGR- PV-01
 Rapport de la présidente
 Rapports des responsables de comités régionaux
 Rapport de la trésorière
 Présentation et mot d'une représentante du Conseil exécutif national
 Élection
 Questions diverses A)
 B)
 C)
 Présentation des artistes et remise des prix « coups de cœur »
 Tirage des prix de présence
 Levée de l'assemblée

Carole Pedneault

Michel Caron

Présidente
 Secrétaire

**Assemblée
 Générale**



***9 h** Accueil et inscription
***11 h** Ajournement: Assemblée générale de la Fondation Laure-Gaudreault



Assemblée générale de la Fondation Laure-Gaudreault Région Québec-Chaudière-Appalaches

Par la présente, vous êtes convoquées et convoqués à l'assemblée générale annuelle de la Fondation Laure-Gaudreault qui aura lieu le mardi 28 mai 2019 à l'Hôtel Québec, 3115 avenue des Hôtels à Québec, à 11 h 00.

Il y aura élection aux postes suivants :
 présidence - secrétariat - Publiciste
 Le mandat des personnes élues sera d'une durée de trois (3) ans pour les trois postes. Une période de mise en candidature sera prévue lors de l'assemblée.

Les personnes intéressées à se présenter, à l'un des postes, devront compléter un «Bulletin de présentation de candidature» qui sera disponible sur place. Toutefois, si un membre veut obtenir un 'Bulletin de présentation de candidature' avant l'assemblée, elle ou il peut en faire la demande à l'une des personnes suivantes :
 Pierrette Simoneau: 418-667-1927 ou flg03@bell.net
 Pierre Asselin : 418-335-6471 ou p.asselin@cgocable.ca

Seules les mises en candidature présentées sur le «Bulletin de présentation de candidature» seront acceptées au moment de l'élection.

Projet d'ordre du jour

Ouverture de l'assemblée, présentation des membres du comité régional
 Nomination d'une présidence et d'un secrétaire des débats et d'élections
 Adoption de l'ordre du jour
 Adoption du procès-verbal du 6 juin 2018
 Rapport de la présidente
 Rapport de la trésorière
 Plan d'action 2017-2020 : rapport intérimaire.
 Questions diverses
 Élections :
 - Présidence,
 - secrétariat
 - publiciste
 Présentation des nouvelles personnes élues
 Levée de l'assemblée

Pierrette Simoneau, présidente
 PS/pa

Quand vous êtes au bout...

*Au bout de la nuit,
Il n'y a pas la nuit,
Il y a l'aurore.*

*Au bout de l'hiver,
Il n'y a pas l'hiver,
Mais le printemps,*

*Au bout de la mort,
Il n'y pas la mort,
Mais la vie.*

Poème de Joseph Folliet

De passage dans nos vies

17 septembre 2018
Réjeanne veilleux



11 novembre 2018
Denis Vallée



1 décembre 2018
FÉLIX BERNIER



24 janvier 2019
JULIETTE RANCOURT



27 février 2019
GÉRARD ROY

Impôt bénévole

par Serge Plante, responsable

Le programme d'IMPÔT BÉNÉVOLE sera disponible à Saint-Georges pour compléter les déclarations fiscales (rapports d'impôt) des personnes qui ont un faible revenu. Ce programme mis de l'avant par l'Agence de Revenu Canada et par Revenu Québec répond à un besoin de plus en plus grand dans notre région. L'an dernier seulement, près de 1000 personnes s'en sont prévalu.

L'AREQ, (Association des retraités de l'éducation du Québec) section Beauce-Etchemins s'implique encore une fois dans la réalisation de ce programme qui existe depuis plus de 26 ans (1988).

À Saint-Georges, grâce à la précieuse collaboration de la FADOQ, le service sera offert à la SALLE PAROISSIALE DE SAINT-GEORGES -OUEST sise au 200, 18^e Rue, près de la bibliothèque municipale **tous les lundis et mardis**, de 8 h 30 à 11 h 30 à compter du 11 mars jusqu'au 12 avril 2019.

Un groupe de personnes bénévoles se mettront au travail pour compléter généreusement et gratuitement les déclarations fiscales (rapports d'impôt) pour les personnes admissibles.

Les personnes admissibles à ce programme ont un revenu personnel maximal de 25,000 \$, de 30,000 \$ pour les couples et pour les familles monoparentales et un revenu maximum d'intérêt de 1000 \$.

Les bénévoles impliqués auront reçu une formation adéquate de la part des officiers responsables de ce programme sur les plans fédéral et provincial. Ils devront avoir assuré toutes les garanties nécessaires à la discrétion et à la confidentialité pour pouvoir fournir leur prestation dans un climat de respect et de confiance. Ils auront été formés pour compléter des déclarations simples de revenus. Cependant, ils ne compléteront pas les déclarations fiscales (rapports d'impôts) d'entreprises ou de travailleurs autonomes ni des personnes qui ont fait faillite ou qui sont décédées (Succession).

Courriel de Serge Plante :
serge.plante@globetrotter.net
Cellulaire : 418-957-9182