

## MOT DE LA PRÉSIDENTE



Claire Buteau, présidente

Depuis mars 2015, les membres du secteur ont travaillé à réaliser un projet, soit d'écrire un livre pour laisser des traces aux générations futures. La ténacité de l'équipe et des collaborateurs, la réponse positive des auteurs, la supervision de correcteurs chevronnés ont permis l'exceptionnelle réussite de ce beau défi audacieux mais stimulant. On y retrouve 380 pages de textes, agrémentées de quelques photos. Nous sommes très fiers de cette réalisation d'équipe.

En votre nom, je dis « mille mercis » à tous les partenaires de ce magnifique projet « Laissons des traces » sous la supervision de notre personne ressource, un homme d'expérience, Michel Jacques. Il est membre, auteur, correcteur et éditeur, un amoureux des mots; sa présence assidue nous a permis la concrétisation de cette idée exigeante mais rassembleuse. Une année très bien remplie qui a canalisé beaucoup d'énergie positive et aussi qui nous a fait découvrir une belle solidarité.

De plus, les représentants du conseil sectoriel ont planifié 12 rencontres intéressantes, sociales, culturelles, informatives, incluant une journée santé. Les retraités qui désirent perfectionner leur anglais ou leur espagnol profitent des déjeuners sous la responsabilité d'un animateur. Ils y trouvent un bon moyen de socialiser en améliorant leurs connaissances. Le volet « Voyage » est très actif. La planification d'un voyage au Portugal, aux Îles de la Madeleine, au Mont-Tremblant et quelques excursions d'une journée contribuent à créer de solides liens entre les intéressés. De plus, 120 retraités assistent, en juin, à une agréable pièce du théâtre Beaumont Saint-Michel, précédée d'un souper convivial. Ces succès nous vous en sommes redevables. Notre activité du patinage pour les aînés vit sa 19<sup>e</sup> année avec de plus en plus d'adeptes; plus de 100 patineurs sont au rendez-vous les mercredis et vendredis, une ambiance merveilleuse alliant exercice et rencontre sociale.

### AGS 12 AVRIL

Une invitation à venir vous joindre à nous pour cette assemblée. Nous aimons connaître vos points de vue. Il y aura des élections ainsi que la nomination de la délégation pour le prochain congrès de l'AREQ qui aura lieu en 2017.

Je vous informe qu'il y aura un poste vacant au conseil sectoriel. Je vais le quitter le 12 avril après 18 ans dont 10 à la présidence. Soyez assurés que je ne quitte pas l'AREQ, je laisse la place à la relève. Je demeure bénévole et prête à aider à 100 %. J'aime cette association de retraités, c'est une richesse pour tous les membres. Je ne pourrai pas vivre assez longtemps pour redonner tout ce que j'ai reçu de la part des membres de l'AREQ tant au niveau sectoriel, régional que provincial. Beaucoup d'informations ont été acquises pendant ces 18 années. De belles amitiés et des liens solides ont surgi durant ces mandats.

Je vous remercie pour votre confiance manifestée tout au long de ces années.

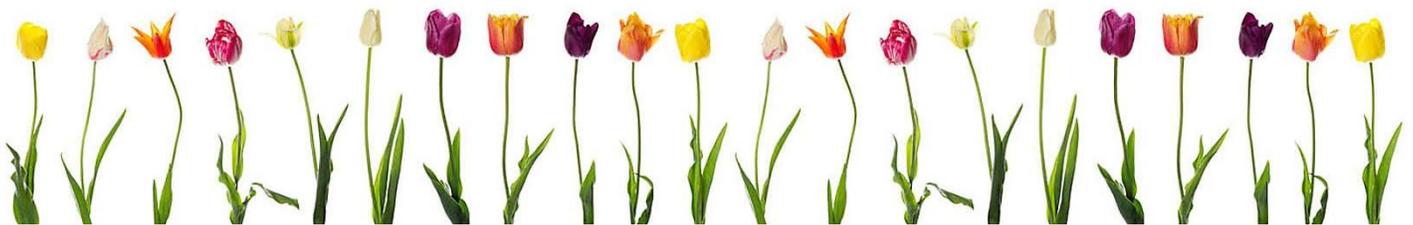
Claire Buteau, présidente

**TABLE DES MATIÈRES**

Babillard p. 2  
 Invitation nouveaux retraités p.3  
 Journée de ski de fond p.3  
 Quilles et cinéma p. 4  
 « Laissons des traces » résumé pp.4, 5  
 Albatros (Acc. en fin de vie) p. 6  
 Comité des Assurances p. 7  
 Comité sociopolitique p. 8  
 Retraite Québec p. 8  
 Invitation aux bénévoles p. 9  
 Convocation AGS p. 10  
 Appel aux artisans p.11  
 Table de concertation des Aînés p.11  
 Convocation AGR p. 12  
 Convocation AGFLF p. 13  
 Spectacle Gaëtan Leclerc p. 13  
 Activité en environnement p. 14  
 Les plastiques p. 14  
 « Nouvel Envol » par courriel p. 15  
 Éducation aux adultes p. 16  
 AREQ en spectacle p. 16  
 Journal d'activités pp. 17, 18  
 Projets de voyages pp. 19-21  
 Fondation FLG p. 21  
 Coupons-réponse p. 22  
 Nos membres disparus p. 23  
 Invitation Polyvalente St-Anselme p. 24  
 Les Grands Explorateurs p. 24  
 Plaisirs du bridge pp. 25, 26  
 Informations utiles pp. 27, 28

**BABILLARD**

<u>5 avril</u>	<u>Cabane à sucre</u>
<u>12 avril</u>	<u>Assemblée générale de secteur AGS</u>
<u>21 avril</u>	<u>Visite au cœur de l'univers des Ursulines</u>
<u>9 / 25 mai 2016</u>	<u>Angleterre, Irlande, Écosse</u>
<u>2 juin 2016</u>	<u>Assemblée générale régionale AGR</u>
<u>9 juin 2016</u>	<u>Répétition générale AREQ en spectacle</u>
<u>10 juin 2016</u>	<u>Présentation : AREQ en spectacle</u>
<u>23 juin 2016</u>	<u>Théâtre Beaumont-Saint-Michel</u>
<u>24 juillet 2016</u>	<u>Souper-spectacle Charme et Champagne Magog</u>
<u>9 / 16 août 2016</u>	<u>Nouvelle-Écosse / Île-du-Prince-Édouard</u>
<u>24 août 2016</u>	<u>Céline Dion au Centre Vidéotron</u>
<u>6 septembre 2016</u>	<u>Wendake</u>
<u>15 sept. 2016</u>	<u>Le Bateau Mouche</u>
<u>6/10 novembre 2016</u>	<u>New York</u>
<u>7 avril 2017</u>	<u>Michel Louvain et l'OSQ</u>



“Il faut toujours un hiver pour bercer un printemps.”



## À TOUS LES NOUVEAUX ET NOUVELLES RETRAITÉES DE 2015-2016

Il me fait plaisir de vous souhaiter une très belle et longue retraite en santé. Vous aimeriez continuer de rencontrer le personnel avec lequel vous avez travaillé, c'est facile, il s'agit de joindre les rangs de l'AREQ 03 G. Ce secteur compte 1100 membres, il regroupe les membres qui ont travaillé sur l'ancien territoire de la Louis-Fréchette, soit Lévis, Beauce Nord et Bellechasse (ancien territoire du STELF).

Un petit coup d'œil sur le site internet vous informera sur les activités offertes aux membres. Nous sommes à l'écoute des membres qui nous apportent des suggestions. À la retraite nous avons le choix du secteur. En remplissant votre demande de l'AREQ il faut bien préciser votre choix de secteur : Beauce, Louis-Fréchette, Pascal-Taché, Deux-Rives. C'est vous qui décidez dans quel secteur vous désirez adhérer. Si par la suite vous avez le goût de changer, il y a possibilité de le faire.

<http://louisfrechette.araq.lacsq.org/>

Bienvenue à l'AREQ Louis-Fréchette!

« On entre dans une association pour en augmenter la valeur, le nombre, le prestige et la force. »

(Laure Gaudreault)

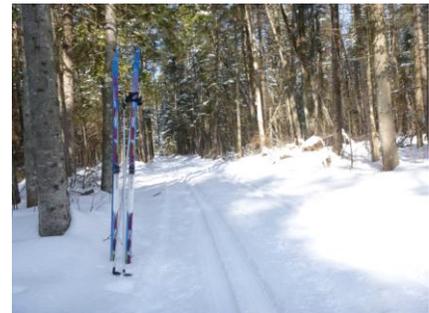
Pour les nouveaux, si vous n'êtes pas syndiqués avec la CSQ, vous pouvez devenir personnes amies de l'AREQ 03 G secteur Louis-Fréchette, veuillez contacter M<sup>me</sup> Irène Guillemette au 418-883-3742.

Claire Buteau 418-839-6759

### EN AMOUR AVEC L'HIVER

Au Québec, nous sommes privilégiés de pouvoir vivre quatre saisons qui nous apportent chacune leur charme.

L'hiver a su conquérir le cœur de plusieurs d'entre nous en ce 22 février dernier. Nous nous sommes retrouvés au centre de plein air « Au bord de l'eau » à Saint-Henri de Lévis. Certains sont partis en raquette mais la plupart ont attaché leurs skis de fond pour se balader dans les sentiers enneigés. Le soleil nous avait donné rendez-vous pour réchauffer les valeureux participants. Certains en profitent pour faire la causette tout en pratiquant leur sport hivernal préféré. La communion avec la nature nous apporte un bien-être



physique et une paix intérieure; le long du parcours on peut apercevoir des pistes d'animaux, saluer les conifères parsemés de neige, entendre le chant des mésanges qui se nourrissent aux mangeoires....

De retour au chalet d'accueil, on fraternise avec les autres collègues, heureux de partager un savoureux repas préparé par madame Paule Labbé; la lasagne et le pâté au poulet ont aiguisé nos papilles gustatives. Le ton des échanges est joyeux et s'élève graduellement en intensité. Certains devront quitter tôt en

après-midi tandis que d'autres reprendront les sentiers pour manifester leur attachement à l'hiver qui comble de ses divers bienfaits tous ceux qui savent l'apprivoiser...



Claude Couture



## QUILLES ET CINÉMA

18 JANVIER 2016



Quelle bonne idée, en ces débuts d'année, d'offrir l'activité : Quilles et Cinéma!

En ce lundi 18 janvier 2016, plusieurs adeptes des petites et grosses quilles ont fraternisé et échangé des fous rires en essayant de performer. La plupart vise des réserves. Les plus chanceux font des abats. Les moins chanceux

ont quelques petites échappées qui se transforment en dalots. Mais comme le disait si bien Pierre de Coubertin : « L'important, ce n'est pas de gagner, mais de participer. »

On continue, dans la bonne humeur, en partageant un succulent dîner. Puis, le film choisi en après-midi complète cette belle rencontre.

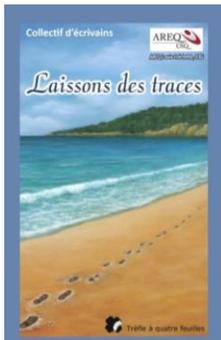
C'est une activité à conserver!



Marthe Lamontagne et Robert Hins

## LANCEMENT DU LIVRE : "LAISSONS DES TRACES"

9 FÉVRIER 2016



Le lancement du volume *Laissons des Traces* a réuni une importante cohorte de membres dont une bonne partie des auteur(e)s des textes publiés. C'est toujours une surprise de voir autant de fébrilité peut-être parce que je suis un peu casanier. Je remercie d'autant plus les participants qui ont fait de l'événement un succès. Le tout commença par une fraternisation bienvenue, suivie par une séance de signature des auteur(e)s dans une ambiance décontractée et bon enfant.



Puis, la rencontre fut pilotée avec doigté par notre présidente Claire en présence du député fédéral M. Steven Blainey, de M. René Prévost de la Société du Patrimoine, de M<sup>me</sup> Pierrette Simoneau, présidente régionale de l'AREQ et de M<sup>me</sup> Jocelyne Auclair, présidente de l'AREQ Chauveau. Après un remerciement à tous les membres pour leur présence, Claire nous fit sentir sa fierté pour ce projet réussi. L'éditeur, M. Michel Jacques, étant absent, il avait fait parvenir un court texte que Mme Vivianne Gonneville présenta. M. Jacques nous faisait part de sa fierté d'éditer un cinquantième volume et soulignait l'intérêt de ces « expression(s) spontanée(s) et sans filtre ».

Claire nous signala ensuite toute l'implication sous-jacente au projet. D'abord réussir à obtenir une subvention du programme Nouveaux Horizons pour les aîné(e)s pour le projet piloté par un comité formé de M<sup>mes</sup> Lise Patoine et Jeanne d'Arc Turcotte, MM. Claude Couture, Denis Guay et Michel Jacques. À la publicité et cueillette des écrits ont participé M<sup>mes</sup> Louise Guay, Irène Guillemette et Jeanne d'Arc Turcotte ainsi que M. Denis Guay. Les correctrices furent M<sup>mes</sup> Gaétane Koenig, Lise Patoine, Clémence Prévost et Francine Sénéchal et un correcteur M. Michel Jacques. À titre de webmestres, M<sup>me</sup> Martine Lagacé et M. Jacques Brochu firent un suivi apprécié des informations, rappels ou mises à jour.



Si vous achetez le volume (20 \$), vous pourrez apprécier la page couverture réalisée par M<sup>me</sup> Jeanne-D'Arc Turcotte. Elle nous fit part de son inspiration : nous laissons des traces qui peuvent être fragiles et fugaces. Comme disait Lamartine au sujet du temps : « Il passe et nous passons ».



Après un merci pour les auteur(e)s que Claire invita à l'avant de l'assemblée, il y eut photo du groupe. Puis pour apprivoiser le cœur et les oreilles, quelques extraits choisis furent lus par M<sup>me</sup> Lise Patoine, M<sup>me</sup> Jeanne D'Arc Turcotte et M. André Mathieu. Claire souligna ensuite que tous les profits iront à la fondation Laure-Gaudreault dont la participation à plusieurs niveaux de sa titulaire, M<sup>me</sup> Madeleine St-Hilaire, fut fort appréciée.

Mme P. Simoneau nous fit part ensuite de sa fierté de voir un tel projet mené à bon port. Elle nous invita à ne pas hésiter à laisser des traces pour ceux (celles) qui suivront, à rester ouvert aux découvertes pour que l'avenir élargisse la portée de nos pas et à apprendre à ceux que l'on aime d'où l'on vient et où l'on va. Elle remercia toutes les personnes impliquées.

On procéda ensuite au tirage du premier prix de présence : une nuitée pour deux au Manoir du Lac Delage. M<sup>me</sup> Micheline Héroux en fut l'heureuse gagnante. Quant au deuxième prix : une nuitée pour deux au Motel Four Points, il fut gagné par M<sup>me</sup> Gisèle Blais. Bon séjour!

Un buffet de la St-Valentin suivit avec des accompagnements d'une pièce d'accordéon de M. Irving Blaney et d'une autre de M. Guy Catelier. Le tout fut un régal pour l'estomac et l'âme.

Je terminerais en remerciant notre chère Claire de toute l'énergie déployée dans ce projet et son implication comme auteure. Puis en faisant écho au texte de M<sup>me</sup> Clémence Prévost sur le Klondike, son père ne leur a pas seulement ramené de l'or mais encore plus du rêve. Si vous voulez connaître des confrères ou des consœurs sous un autre angle, vous savez ce qu'il vous reste à faire.



Jean-Claude Breton

## RÉFLEXION D'UN LECTEUR

Presqu'à mi-chemin de la lecture de *Laissons des Traces*, je m'arrête pour vous dire un mot.

D'abord, merci à vous et à tous ceux et celles qui ont collaboré au livre et à son lancement ce mardi à Saint-Henri. On ne peut que ressentir une grande fierté en lisant ces écrits dictés par l'expérience exprimés en toute simplicité de cœur. Savez-vous à quoi ça me fait penser? Tout simplement aux artisans de jadis qui ont uni leurs bras et coups de truelles pour bâtir châteaux, ériger les murs et matérialiser leurs rêves dans les tours et les flèches des cathédrales. C'est ça que tous ces éducateurs ont bâti et qu'on appelle l'histoire du Québec. Comme tous les artisans d'autrefois, leurs noms ne se trouveront même pas en notes en bas de pages dans les livres d'histoire. Leurs noms seront oubliés, mais l'œuvre demeure, et c'est ce qui importe.

Bernard Fiset

Ceux et celles qui désirent se procurer le livre *Laissons des Traces*, au coût de 20 \$, vous n'avez qu'à contacter un membre du conseil sectoriel. Nous en avons à notre disposition. Il nous fera plaisir de répondre à votre demande. Vous trouverez nos noms à la dernière page du *Nouvel Envol*.

Denis Guay



## UNE FORMATION AUX PERSONNES INTÉRESSÉES PAR L'ACCOMPAGNEMENT DES PERSONNES EN FIN DE VIE.

Le lundi 2 novembre dernier, une conférence nous était donnée par M. Gilles Harvey du Groupe Albatros Lévis.

Le notaire de formation, sensibilisé au moment de l'accompagnement de son père en fin de vie, a voulu faire de son expérience personnelle un service qu'il aurait souhaité recevoir.

Albatros regroupe aujourd'hui 16 organismes au Québec et plus de 1000 accompagnateurs bénévoles dont 80 % de ces accompagnements se font à domicile.

Albatros offre aussi un service de soutien, de répit aux proches aidants et un accompagnement au deuil.

La mission d'Albatros, fondée par une religieuse de Trois-Rivières, Soeur Pearl Berg, consiste en la formation des bénévoles intéressés à devenir des intervenants aptes à l'accompagnement des personnes en fin de vie dont le principal lieu d'intervention est réalisé au domicile du bénéficiaire.

Le programme de formation vise à habiliter les intervenants à l'accompagnement aux besoins physiques, psychologiques, spirituels ainsi qu'un soutien aux proches aidants et au deuil.

Albatros a été créé en 1990 à Charny et à Lévis en 2010.

Albatros offre un programme structuré de formations à l'accompagnement par une session de 36 heures réparties en 12 rencontres de trois heures. Ces formations, regroupant plus ou moins une vingtaine de personnes, sont présentées les mardis de 19 h à 22 h. Le coût est 72 \$.

Le programme répond aux questions suivantes:

1. qu'est-ce que je veux faire?
2. qu'est-ce que je peux faire?
3. qu'est-ce que je dois faire?

Une rencontre individuelle clôture la formation. Elle permet d'établir la correspondance des notions apprises avec le service à rendre. Une carte de membre est remise.

Pour en savoir plus, vous êtes invités à consulter le site internet d'Albatros à [www.albatroslevis.com](http://www.albatroslevis.com) par téléphone au 418-832-9992 au poste 353.



Roger Breton

*Un apophtegme est un précepte, une sentence,  
Une parole mémorable ayant valeur de maxime. Par exemple :  
L'être humain est incroyable : c'est la seule créature qui va couper  
un arbre pour en faire du papier et écrire dessus: "Sauvez les  
arbres".*



## ASSURANCES

FACTURES : Les envoyer tous les 3 mois et au plus tard 12 mois après les frais engagés, conservez des copies.

REMBOURSEMENT : Du nouveau; « tout électronique » ou « tout papier ».

- Septembre 2015, la SSQ fait parvenir un communiqué aux personnes qui ont le service dépôt direct et les invitent à s'inscrire au site *Accès/assuré de SSQ*.
- Les membres qui le veulent pourront encore utiliser la poste mais le dépôt direct ne leur sera plus offert (chèque et relevé par la poste).
- Au printemps 2016, les personnes non-inscrites au site *Accès/assurés de SSQ* recevront une lettre pour les inviter à s'inscrire. Si vous ne vous inscrivez pas, vous aurez le service par la poste.

N.B. Il est possible de s'inscrire au site *Accès/assurés* en tout temps en suivant les indications :

<https://ssq.ca/particulier/assurance/assurance-collective/services-electroniques> ou au service à la clientèle de SSQ au 418-651-6962 ou sans frais au 1-888-833-6962.

TARIFICATION : Aucune augmentation en 2016 à la SSQ.

EN CAS DE DÉCÈS d'un membre ASSUREQ, la personne conjointe survivante doit communiquer avec l'AREQ et la SSQ. (La demande d'adhésion doit être transmise dans les 90 jours suivant le décès sinon, perte du droit au régime d'assurance collective ASSUREQ).

EN CAS DE DÉCÈS d'une personne à charge (assurance familiale), communiquer avec l'AREQ et la SSQ (demande de prestation d'assurance vie, s'il y a lieu, demande de réduction de protection, modification du nom de votre ou vos bénéficiaires).

À l'AREQ, notre conseillère, madame Johanne Freire, pourra vous aider dans ces moments très difficiles.

LIENS UTILES :

1. Nicole Talbot : 819-604-7004 [n-talbot@videotron.ca](mailto:n-talbot@videotron.ca)
2. AREQ : 418-525-0611 ou 1-800-663-2408 [www.areq.qc.net](http://www.areq.qc.net)
3. RAMQ : 418-646-4636 ou 1-800-561-9749 [www.ramq.gouv.qc.ca](http://www.ramq.gouv.qc.ca)
4. SSQ : 418-651-6962 ou 1-888-833-6962 [www.ssq.ca](http://www.ssq.ca) .



Bonne santé!

Nicole Talbot, Comité des assurances, 03G

*Un autre apophtegme :*

*L'ironie, c'est quand tu rentres en prison pour vol de voiture et que tu sors pour bonne conduite.*



## FRAIS ACCESSOIRES : PROJET DE LOI 20

Le projet de loi 20, adopté en novembre 2015, veut normaliser une pratique qui était jugée illégale : la facturation de frais accessoires en clinique médicale.

Nous avons droit, depuis plus d'un an, à une nouvelle vague de compressions, de rationalisations, de réorganisations et de privatisations sans précédent. Pour les personnes âgées qui ont besoin de services, ces frais accessoires constituent un frein à la pleine garantie du droit à la santé.

Pour les proches aidants, faire remplir différents formulaires et certificats par un médecin c'est considéré comme un frais accessoire. Il en est de même pour les produits d'anesthésie, de l'azote, des gouttes ophtalmologiques, des médicaments pour coloscopie... À cela s'ajoute les frais que les pharmaciens vont charger pour certains actes comme : prolonger ou ajuster une ordonnance d'un médecin (loi 41). Toute barrière financière réduit l'accès aux soins de santé.

L'AREQ fait partie des huit associations qui dénoncent ce projet de loi.

Une autre étape vers la normalisation d'un système à deux vitesses est franchie au moyen de cette tarification des services. Le projet de loi 20 est une atteinte à l'universalité du système de santé québécois.

Jacques Olivier, comité sociopolitique



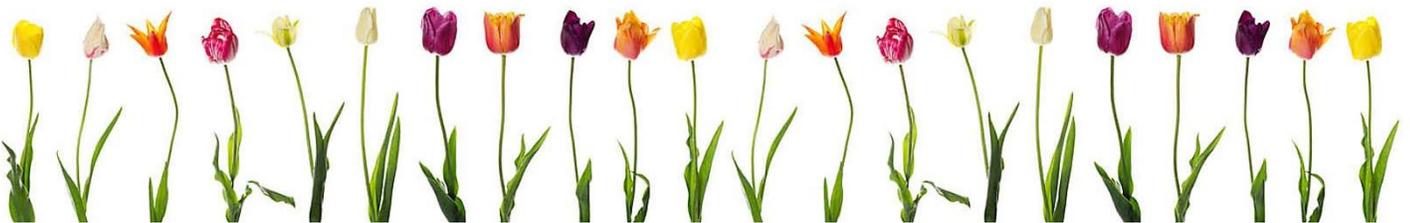
---

**Depuis le 1<sup>er</sup> janvier 2016, la Commission administrative des régimes de retraite et d'assurances (CARRA) et la Régie des rentes du Québec (RRQ) sont regroupées en un seul organisme nommé Retraite Québec.**

**Retraite Québec constitue un pôle d'expertise en matière de retraite. Tous les services actuels de la CARRA et de la RRQ continuent d'être offerts par ce nouvel organisme.**

Plus précisément, Retraite Québec conserve la responsabilité de l'administration du Régime de rentes du Québec, du Soutien aux enfants, des régimes de retraite du secteur public ainsi que des prestations supplémentaires. Elle continue aussi de veiller au bon fonctionnement, à la conformité et au développement des régimes complémentaires de retraite et des régimes volontaires d'épargne-retraite. Si vous receviez des paiements de l'un ou l'autre des organismes, vous continuerez de les recevoir aux dates habituelles et selon vos préférences de versement. Notez également que toute demande faite auprès de la CARRA et de la RRQ qui n'a pas été traitée avant le 31 décembre 2015, le sera dorénavant par Retraite Québec. Vous n'avez donc aucune démarche à faire.

Source : [rrq.gouv.qc.ca](http://rrq.gouv.qc.ca)



# INVITATION

---

Chèr(e)s **BÉNÉVOLES** de l'AREQ Louis-Fréchette,  
À l'occasion de l'Assemblée générale de notre secteur (AGS)  
qui aura lieu le mardi 12 avril 2016, à compter de **9 h**,  
au Centre récréatif de Saint-Henri,  
les membres du Conseil sectoriel vous invitent cordialement  
à assister à cette assemblée où votre travail inestimable sera souligné  
et à profiter du dîner gratuit qui vous sera offert.

Nous tenons à vous témoigner notre reconnaissance et notre considération  
pour votre implication généreuse et votre collaboration essentielle  
qui sont les conditions indispensables à la vitalité de notre secteur  
tant pour la circulation rapide et efficace de l'information  
que pour la participation nombreuse aux activités.

C'est grâce à vous, chèr(e)s BÉNÉVOLES,  
que notre association peut bénéficier d'un grand dynamisme  
et d'un rayonnement exemplaire dans notre milieu  
que nous voulons continuer à faire progresser!

**BRAVO et MERCI** encore pour votre implication!

Au plaisir de vous accueillir!

Lise Patoine, au nom du Conseil sectoriel.

Merci de confirmer votre présence avant le **1<sup>er</sup> avril 2016**  
Auprès de Louise Guay au 418-833-9809 ou [camarine@videotron.ca](mailto:camarine@videotron.ca)





A1516-AGS-OJ-01

## CONVOCATION

Assemblée générale des membres de  
l'AREQ région 03 G secteur Louis-Fréchette

MARDI 12 avril 2016

Accueil : 8 h 45

AGS : 9 h 15

Les membres de l'AREQ région 03 G, secteur Louis-Fréchette sont convoqués à l'Assemblée générale sectorielle de l'Association au Centre récréatif de St Henri, situé au 120 rue Belleau, Saint-Henri-de-Lévis, QC

### PROJET D'ORDRE DU JOUR

Bienvenue !

Nomination de la présidence d'assemblée.

Nomination de la présidence d'élection et au secrétariat d'élection.

1. Présentation et adoption de l'ordre du jour
2. Présentation et adoption du procès-verbal de l'Assemblée générale tenue à Saint- Henri le 15 avril 2015
3. Rapport de la présidence
4. Rapport de la trésorerie :
  - a. Présentation et adoption du rapport financier de 2014-2015
  - b. Présentation et dépôt de l'état des produits et charges 02-15-16 au 03-30-16.
5. Rapports : assurances, indexation, environnement, bulletin sectoriel, téléphonistes, condition des femmes, condition des hommes, sociopolitique, les Grands Explorateurs, nécrologie, calendrier, comité des Aîné(es), FLG et les personnes amies.
6. Orientations du plan d'action 2014-2017
7. Élections
8. Mot de M<sup>me</sup> Pierrette Simoneau, présidente régionale
9. Délégation au Congrès 2017
10. Période de questions, commentaires, propositions, recommandations ...
11. Présentation des artisans et artisanes (résultats du vote pendant le dîner)
12. Tirage des prix de présence (certificat-cadeau au théâtre Beaumont-Saint-Michel, 2 soupers-théâtre)
13. Levée de l'assemblée

#### RECONNAISSANCE À NOS BÉNÉVOLES ET DÎNER

13 h 30 Conférence : M. Claude Lizotte « *Potager et plantes sur le balcon* »

Coût pour le repas: gratuit pour les bénévoles; 10 \$ pour les membres; 18 \$ pour les non-membres

Conférence seulement: 5 \$

MERCI POUR VOTRE PARTICIPATION!



## **EXPOSITIONS DES ŒUVRES DE NOS MEMBRES RETRAITÉS LORS DE L'ASSEMBLÉE GÉNÉRALE LE 12 AVRIL 2016**

Une invitation est lancée à tous nos artistes qui désirent nous faire connaître leurs talents. Toute forme d'art est acceptée : peinture, sculpture, aquarelle, photos, couture, œuvre littéraire... Cela vous intéresse, communiquez avec Claire Buteau au 418-839-6759 ou par Internet [clairebuteau@hotmail.com](mailto:clairebuteau@hotmail.com), avant le 1<sup>er</sup> avril. (**Maximum 2 œuvres** par personne participante).

Un vote déterminera *le coup de cœur*. Toutes les personnes présentes à l'AGS seront invitées à faire leur choix. Un montant de 100 \$ sera remis à l'auteur de l'œuvre gagnante *le coup de cœur*. Le deuxième choix partira avec 80 \$, le troisième 60 \$ et chacun des autres exposants recevra 20 \$. Bienvenue à vous tous!

À la fin du repas, les noms des gagnants seront divulgués et la remise des prix aura lieu.

Chaque participant est responsable de sa pièce et il doit se présenter pour 8 h 30. Il est très important de prévoir un support adéquat pour son œuvre (lutrin, chevalet ou autre.)

Nous avons hâte de découvrir vos œuvres. Les 3 gagnants de l'AGS pourront exposer leur œuvre à l'AGR.

---

## **TABLE DE CONCERTATION DES AÎNÉS CHAUDIÈRE-APPALACHES**

- La table de concertation des Aînés contribue sur le plan régional, à la prise de décisions qui concernent les personnes âgées ;
- Elle agit en région comme relayer d'information concernant l'existence des politiques et des programmes gouvernementaux qui touchent les personnes âgées;
- Elle transmet au ministre responsable des aînés de l'information et des avis concernant les aînés de notre région;
- Elle reconnaît et valorise l'implication des bénévoles qui interviennent auprès des aînés.

La Table de Concertation des Aînés est en lien avec 60 organismes d'aide aux personnes dans notre région.

Vous avez besoin d'un logement à prix abordable?

Vous avez besoin de nourriture?

Vous avez besoin d'aide psychologique?

Vous avez besoin d'un transport pour aller à l'hôpital?

Vous avez besoin d'un répit comme proche-aidant(e) ?

Vous subissez de l'intimidation de vos proches?

Vous aimeriez vous investir comme bénévole?

Un seul numéro de téléphone le **211** peut vous informer sur les personnes qui peuvent vous venir en aide. Pour ceux et celles qui ont Internet, je vous invite à consulter notre site WEB :

<http://www.aineschaudiereappalaches.com>

Pour ceux et celles qui sont avec Facebook, prenez quelques minutes pour aller écrire « j'aime » sur notre page et recevoir nos informations à jour.

<http://www.facebook.com/tableaineschaudiereappalaches/>

Renée Veilleux, représentante de l'AREQ Chaudière-Appalaches sur la Table de Concertation des Aînés

---

Québec-Chaudière-Appalaches

**CONVOCAATION**

27e Assemblée générale des membres de  
l'AREQ Région 03, Québec-Chaudière-Appalaches

Date : le jeudi 2 juin 2016

Heure : 9 h

Les membres de l'AREQ Région 03, Québec-Chaudière-Appalaches sont convoqués à l'Assemblée générale régionale de l'Association qui aura lieu le jeudi 2 juin 2016 au Centre récréatif de Saint-Henri, situé au 120 rue Belleau, Saint-Henri-de-Lévis, QC. G0R 3E0 Tél : 418-882-2114

**S.V.P. Apporter votre carte de membre.**

**PROJET D'ORDRE DU JOUR**

Mot de Bienvenue

Nomination de la présidence d'assemblée.

Nomination de la présidence d'élection et au secrétariat d'élection.

1. Présentation et adoption de l'ordre du jour de la 27e Assemblée générale A1516-AGR-OJ-01.
2. Présentation et adoption du procès-verbal de la 26e Assemblée générale A1415-AGR-PV-01.
3. Rapport de la présidence et des responsables de comités.
4. Rapport de la trésorerie :
  - 4.1 Présentation et adoption du rapport financier régional 2014-2015.
  - 4.2 Présentation et dépôt de l'état des produits et charges 2015-2016 (au 30 avril 2016).
5. Élections (s'il y a lieu).
6. Présentation et mot d'un membre du Conseil exécutif national.
7. Présentation des artistes et résultat du vote du « Coup de cœur » (1 œuvre de 3 artistes, par secteur).
8. Autres sujets :
9. Reconnaissances.
10. Tirage de prix de présence : (L'œuvre « Coup de Cœur»).
11. Mot de la présidence régionale.
12. Levée de l'assemblée.

Québec, le mardi 24 novembre 2015

*Pierrette Simoneau*

Présidente régionale

*Pierre Asselin*

secrétaire régional

**Horaire de la rencontre régionale**

- |         |   |   |
|---------|---|---|
| 9 h     | Accueil et inscription  | Dîner : inscription <b>obligatoire</b> auprès de votre Conseil sectoriel. |
| 9 h 30  | Assemblée générale régionale  |   |
| 11 h 45 | Point Fixe : Ajournement pour la tenue de l'Assemblée générale de la Fondation Laure-Gaudreault |   |
| 12 h 15 | Dîner   |   |
| 13 h 30 | Reprise de l'Assemblée générale régionale, spectacle du 30e et Tirages                          |   |



Le 2 juin, l'assemblée générale régionale de l'AREQ 03 aura lieu à Saint-Henri au centre récréatif au 120, rue Belleau. En accord avec les artistes, les 3 œuvres gagnantes au niveau sectoriel seront exposées lors de cette réunion. **Ceux-ci doivent être présents.** Un vote déterminera le ou la gagnante au niveau régional. L'artiste dont l'œuvre sera choisie recevra 500 \$ du régional et son œuvre sera remise en prix de présence.

Bonne chance à chacun!

---



## **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 2 juin 2016 au Centre récréatif de Saint-Henri, situé au 120 rue Belleau, Saint-Henri-de-Lévis, G0R 3E0 à 11 h 15.

Il y aura élection aux postes suivants :

- Vice-présidence
- Trésorerie
- Publiciste

Le mandat des personnes élues sera d'une durée de deux ans.

Une période de mise en nomination 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 :

Marielle Raymond : 418-862-5130

Maryvonne Thébault : 418-853-2165 ou 418-862-6520 (répondeur)

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

Marielle Raymond, présidente.

Projet d'ordre du jour

- |  |  |
|--|--|
| 1- Ouverture de l'assemblée, présentation des membres du comité régional | 6- Rapport de la trésorière                    |
| 2- Nomination d'une présidence des débats et d'élections                 | 7- Activités du 25 <sup>e</sup> anniversaire   |
| 3- Adoption de l'ordre du jour   | 8- Questions diverses                          |
| 4- Adoption du procès-verbal du 3 juin 2015                              | 9- Élections                                   |
| 5- Rapport de la présidente  | 10- Présentation des nouvelles personnes élues |
|  | 11- Levée de l'assemblée                       |

Marielle Raymond, présidente

---

Lors de l'AGR, vous pourrez assister au spectacle de Gaëtan Leclerc qui présentera les plus grands succès de son illustre oncle. Sa voix y ressemble beaucoup.



## JOURNÉE DE SENSIBILISATION À L'ENVIRONNEMENT

### MERCREDI LE 4 MAI À L'HÔTEL QUÉBEC

Le secteur des Deux-Rives organise une journée de sensibilisation à l'environnement et elle l'ouvre aux membres des autres secteurs.

Cette rencontre débute à 10 h 30 avec les jeunes du CEFER de la commission scolaire des Navigateurs. Ils viennent nous informer de tout ce qu'ils font pour protéger notre environnement :

- + le tri des matières recyclables des entreprises de télécommunication et le démantèlement de celles-ci.
- + la récupération et le démantèlement de matériel électronique, la transformation de résidus de bois, lave-auto, production et vente de cabanes à maringouins, l'horticulture.
- + ils nous parleront de leur formation académique qui les amène sur le marché du travail.

Le dîner sera servi vers 11 h 45.

À 13 h, il y aura la conférence de M<sup>me</sup> Évelyne Daigle, biologiste du Biodôme de Montréal

« Les impacts environnementaux de la surconsommation des plastiques : solutions et alternatives. »

Le coût est de 15 \$ et vous vous inscrivez auprès de M. Denis Guay, au 197, rue du Tadoussac, Lévis (Québec) G6V 7C8 et n'oubliez pas d'y joindre votre chèque avant le 29 avril 2016.

Denis Guay

## LES PLASTIQUES

Depuis quelques années nous sommes ensevelis par la matière plastique. Nous l'utilisons à toutes les sauces. Et la recette qui nous est familière est son utilisation pour produire les sacs de plastique. Nous les employons à l'épicerie, chez le boucher, dans les magasins à rayons etc.

En exemple, je vous cite le journal Le Soleil du 5 décembre 2015 :

« 13,8 milliards de sacs de plastique distribués chaque jour dans le monde. » Et au Québec nous en consommons plus de 1 milliard par année. Nous consommons beaucoup en nous disant que nous envoyons tout cela à la récupération.

Ce n'est pas entièrement vrai. Tout ne va pas à la récupération. Nous en retrouvons partout y compris dans tous les océans. Voici un exemple de ce que l'on retrouve dans les cours d'eau : bouteilles d'eau, sacs de plastique, bouchons, micro bulles de plastique, fibres synthétiques, fongicides ... Nous perturbons la vie de tout ce qui vit dans les océans. Plus près de nous, ce sont nos forêts, nos cours d'eau, notre environnement, qui s'en trouve détériorés. Et que dire du Centre d'Enfouissement qui va prendre des centaines d'années à décomposer ces matières.



Nous n'avons qu'à écouter les émissions scientifiques pour nous tenir au courant de l'évolution de cette pollution. Mais nous pouvons agir maintenant. La première des choses est de changer nos habitudes. Apportons nos sacs recyclables lorsque nous faisons nos achats. Consommons moins, nous aurons moins de récupération. Votre comité environnement a pour objectif de trouver quelqu'un qui viendrait nous renseigner sur ce sujet et cela dans l'année 2016 si possible.

En attendant, l'AREQ des Deux-Rives fait venir, le 4 mai prochain, Mme Évelyne Daigle, biologiste au Biodôme de Montréal. Elle nous partage toutes ses connaissances sur ce sujet. Nous pouvons assister à cette journée centrée sur l'environnement. Elle se déroulera le 4 mai prochain à l'Hôtel Québec à partir de 10 h 30. Le coût est de 10 \$ pour les membres de l'AREQ et de 15 \$ pour les non-membres.



Denis Guay





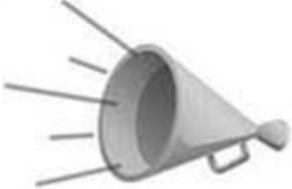


2

## Communiqués Importants

Désirez-vous recevoir votre « Nouvel Envol » par courriel ?  
Il sera en couleur et de plus, vous le recevrez avant tous les autres ! YES !

Si OUI, faites parvenir un courriel à M. Denis Guay : [guaydeni@hotmail.com](mailto:guaydeni@hotmail.com)



DITES-LE À VOS AMI(E)S

Nouvelle adresse de notre site Web : [louisfrechette.araq.lacsq.org](http://louisfrechette.araq.lacsq.org)

9 février 2016



---

## ÉDUCATION AUX ADULTES

Au printemps, il y aura une autre session de cours donnés par le centre d'éducation aux adultes des Navigateurs aux personnes de 50 ans et plus. Les détails sont à venir. Quatre centres dispensent ces cours : Saint-Romuald, Ste-Croix, Lévis, Charny.

Nous devrions connaître l'horaire des cours qui vous seront offerts très bientôt ainsi que la prochaine période d'inscription. À la session d'hiver, tous les cours étaient gratuits, à l'exception de l'anglais intermédiaire (180 \$) Il faut apporter le certificat de naissance (bleu). Des frais de 10 \$ sont requis pour les notes de cours.

Nous placerons tous les détails sur notre site de l'AREQ Louis-Fréchette aussitôt que nous en serons informés.

Vous pouvez aussi régulièrement aller sur le site de la Commission scolaire des Navigateurs en cliquant sur écoles et centre de formation professionnelle.

<http://web.csdn.qc.ca/programmes/formations-pour-les-50-ans-et-plus>

Claire Buteau

---

## AREQ EN SPECTACLE

Musiciens, chanteurs, poètes... nous vous lançons l'invitation de participer à l'AREQ en Spectacle.

C'est l'occasion pour vous de vous produire devant vos pairs, de semer un peu de douceur et de faire connaître un talent qui ne demande qu'à s'extérioriser.

Cette soirée aura lieu vendredi le 10 juin à 19 h 30 à l'École de musique du Couvent Jésus-Marie de Lauzon. Il y aura une pratique trois semaines avant la générale avec les musiciens accompagnateurs. La générale se déroulera le jeudi 9 juin en soirée à l'École de musique.

Compte tenu du nombre d'inscriptions reçues, votre premier choix sera retenu ou vos deux choix selon le cas. La durée de chaque prestation sera de trois minutes maximum. Merci de votre collaboration!

Inscrivez-vous et faites-nous parvenir vos deux choix avant le 12 avril 2016.

Vous vous inscrivez auprès de Claire Buteau.

Le coût de la soirée est fixé à 5\$ pour les membres et 10\$ pour les non-membres. Un léger goûter vous sera servi à la fin de la soirée.

Nous savons déjà que ces artistes seront de la soirée :

Rachelle Marceau

Karl McNeil

Huguette Allen

Michel Morin

Pierre Bilodeau

Simone Labbé

Micheline Bilodeau

Vivianne Gonneville

Jacques Laflamme

Denise Boies Gosselin

Lise Patoine

Daniel Drapeau

Louise Guay

Denis Guay



## JOURNAL D'ACTIVITÉS 2015-2016

### RAPPEL : POLITIQUE POUR LES PRÉSENCES AUX ACTIVITÉS

- **Il est obligatoire de s'inscrire en tout temps.** Pour les activités de plus de 10 \$, nous vous demandons de nous faire parvenir un chèque à l'ordre de **AREQ 03 G** en y inscrivant le nom de l'activité. N'oubliez pas d'inclure le coupon-réponse avec votre chèque. Nous vous remercions de respecter le délai prévu.
- Vous **pouvez vous inscrire à plus d'une activité à la fois**; les placer dans la même enveloppe, mais **faire un chèque par activité.**
- **Si un imprévu vous empêche de participer à une activité à laquelle vous êtes inscrit**, vous devez nous en avvertir au moins deux jours à l'avance sinon, nous ne pourrons vous rembourser.
- **Aussi, si vous vous êtes inscrit et qu'exceptionnellement, nous n'avions pas reçu le paiement à l'avance**, nous vous demandons de nous faire parvenir votre contribution en tenant compte que nous avons commandé et payé un repas pour vous.

\*\*\* N'oublions pas que le conseil sectoriel a la responsabilité de gérer l'argent des membres et qu'il prend ses décisions en conséquence.

#### Cabane à sucre

**Le mardi 5 avril 2016**

Lieu : Érablière Réal Bruneau, 830, route Campagna (Route 277)  
Saint-Henri  
Coût : membre 15 \$, non-membre 18 \$  
Accueil : 10 h 30 et promenade en traîneau vers 11 h  
Dîner : vers 11 h 30  
Musique et danse : 13 h à 15 h  
Tire en après-midi



Le nombre de places est limité à 110. La réception du chèque déterminera l'ordre des inscriptions. L'inscription est obligatoire. Faire parvenir un chèque à l'ordre de **AREQ 03 G** avant le 29 mars à Louise Guay au 3899, rue des Opales, Lévis (Québec) G6W 7M2.  
N.B. Apportez vos consommations d'alcool.  
Prix de présence

#### Assemblée générale du secteur, AGS

**Le mardi 12 avril 2016**

Lieu : Aréna de Saint-Henri  
Accueil : 8 h 45  
Assemblée générale : 9 h 15

#### Reconnaissance aux bénévoles

**Exposition des œuvres :** Invitation aux membres artistes qui désirent exposer une ou deux œuvres, communiquez avec Claire Buteau au 418-839-6759 ou par Internet [clairebuteau@hotmail.com](mailto:clairebuteau@hotmail.com), avant le 1<sup>er</sup> avril.

Dîner chaud sur place

Service de bar

Coût du repas : membre 10 \$, non-membre 18 \$, gratuit pour bénévoles

**Convocation :** Les membres de l'AREQ secteur Louis-Fréchette sont convoqués à l'Assemblée générale sectorielle de l'Association qui aura lieu le mardi 12 avril 2012 au centre récréatif de Saint-Henri.



En après-midi : conférence intitulée « *Le potager et les plantes sur le balcon* » par Claude Lizotte, prêtre eudiste et fondateur des Serres Lizotte

Coût de la conférence : 5 \$

Inscription obligatoire avant le 1<sup>er</sup> avril, chèque à l'ordre de **AREQ 03 G**, faire parvenir à Louise Guay au 3899, rue des Opales, Lévis (Québec) G6W 7M2

Pour les bénévoles, inscription par téléphone au 418-833-9809 ou par courriel à [camarine@videotron.ca](mailto:camarine@videotron.ca)

### **Journée de sensibilisation à l'environnement**

**Le mercredi 4 mai 2016**

Lieu : Hôtel Québec

Début : 10 h 30

Dîner : 11 h 45

Conférence : 13 h de Mme Évelyne Daigle, biologiste du Biodôme de Montréal sur les « Impacts environnementaux de la surconsommation des plastiques »

Coût : 15 \$

S'inscrire auprès de M. Denis Guay par courriel : [guaydeni@hotmail.com](mailto:guaydeni@hotmail.com) ou par téléphone 418-837-3265. Joindre votre chèque à l'ordre de **AREQ 03 G** avant le 29 avril.

### **Assemblée générale régionale AGR et la FLG**

**Le mercredi 2 juin 2016**

Lieu : Aréna de Saint-Henri, 120, rue Belleau

Voir le coupon-réponse à la page 26

Coût du repas : 10 \$ pour les membres, 17 \$ pour les non-membres

S'inscrire auprès de M<sup>me</sup> Louise Guay au 3899, rue des Opales, Lévis (Québec) G6W 7M2, par téléphone au 418-833-9809 ou par courriel à [camarine@videotron.ca](mailto:camarine@videotron.ca) avant le 25 mai.

### **Activité en environnement**

**Le mardi 7 juin 2016**

+Visite et dégustation au verger et vignoble Casa Breton de Saint-Henri

+Dîner à Ste-Claire

+Visite de l'usine Prévost Car et de la maison du Dr Chabot et du Citadin

Coût : 45 \$ par personne, cela comprend le dîner, la visite de Prévost Car ainsi que la visite et les dégustations à la Casa Breton.

Nous pouvons former un groupe de 48 personnes environ.

S'inscrire avant le 27 mai auprès de Denis Guay par courriel : [guaydeni@hotmail.com](mailto:guaydeni@hotmail.com) ou par téléphone 418-837-3265 ou encore auprès de Madeleine Saint-Hilaire au [msth1950@hotmail.com](mailto:msth1950@hotmail.com).

### **AREQ en spectacle (AREQ toujours en Action)**

**Le vendredi 10 juin 2016**

Générale le 9 juin 19 h

À nos futures vedettes, vous êtes invité(e)s à préciser ce que vous aimeriez présenter pour agrémenter cette soirée, avant le 12 avril 2016. Svp, donner votre nom à Claire Buteau au 418-839-6759 ou par Internet [clairebuteau@hotmail.com](mailto:clairebuteau@hotmail.com)

Merci à tous ceux et celles qui ont déjà confirmé.

Ceux et celles qui veulent assister à cette représentation doivent s'inscrire auprès de Mme Louise Guay au 3899, rue des Opales, Lévis (Québec) G6W 7M2. Le coût de la soirée est fixé à 5 \$ pour les membres et 10 \$ pour les non-membres.

Un léger goûter vous sera servi à la fin de la soirée. Une belle soirée pour vous, placez cette date à votre agenda.

### **Déjeuner de la non-rentree**

**Le jeudi 1<sup>er</sup> septembre 2016**

### **Accueil des nouveaux retraités**

À la maison des Aînés.

Placez aussi cette date à votre agenda. Les détails de cette rencontre vous seront fournis dans le prochain bulletin sectoriel.



## PROJETS DE VOYAGES POUR 2016-2017



Claire Buteau au 2315, rue Bellevue  
Saint-Romuald G6W 2T9 tél. : 418-839-6759



Courriel : [clairebuteau@hotmail.com](mailto:clairebuteau@hotmail.com)

Je vous remercie de placer le dépôt et le paiement final dans le même envoi et de bien noter sur vos chèques le nom du voyage. SVP, m'indiquer votre numéro de téléphone. (Les gratuités sont réparties entre tous les participants.) Vous pouvez avoir des invités.

[Vous pouvez ne faire qu'un chèque pour voyage d'un jour si vous préférez. SVP placer les deux chèques dans le même envoi.](#)

N. B. Vous trouverez tous les détails sur le site Internet de l'AREQ Louis-Fréchette :

<http://louisfrechette.areq.lacsq.org/>. Merci à Martine et à Jacques pour la mise à jour!

### **Visite au cœur de l'univers des Ursulines, de l'horlogerie suisse et de la maison de la Littérature... (complet)**

**Le jeudi 21 avril 2016**

A.M. Départ de Lévis en autobus scolaire : 8 h 55 au Génie Bleu. Arrêt à Saint-Romuald au 420, ave Taniata chez « Liquidation conteneur » à 9 h 05.

Visite guidée de 2 heures du Musée, de la Chapelle et de l'extérieur du monastère des Ursulines.

Pour se restaurer, un dîner à vos frais au café Buade.

P.M. Visite de la Maison de la Littérature, on s'arrêtera devant l'horloge suisse remise à la ville de Québec où on vous expliquera toute l'histoire de ce bijou suisse.

Retour vers 15 h

Coût : 20 \$ Chèque daté du 1<sup>er</sup> mars au nom de Claire Buteau.

### **Angleterre , Irlande et Écosse (complet)**

**28 avril 2016**

Réunion pour la remise des documents à 8 h 50 au Normandin de Lévis.

Pour ceux qui désirent déjeuner, c'est à vos frais. SVP, arriver vers 8 h 15 (informer Claire pour la réservation).

Un bon moyen de faire connaissance avec les participants...

### **Théâtre Beaumont Saint-Michel**

**Le jeudi 23 juin 2016**

Théâtre ou souper-théâtre.

Chèque daté du 1<sup>er</sup> juin au nom de Claire Buteau pour le 3 mai.

Coût : Théâtre 39 \$ ou souper-théâtre : 71 \$ vers 17 h 30

Il n'y a pas d'autobus.

### **Musée international d'Art naïf, Magog**

**Le dimanche 24 juillet 2016**

Forfait : visite guidée et souper-spectacle *Charme & Champagne*, à l'hôtel Chéribourg.

Départ du Génie Bleu à 11 h 30 Arrêt à Saint-Romuald au 420, ave Taniata chez « Liquidation conteneur »

Coût : 135 \$

Faire parvenir le chèque à Claire Buteau au nom de l'Hôtel Chéribourg pour le 1<sup>er</sup> mars, le dater du 1<sup>er</sup> mai.



## **Nouvelle-Écosse et Île du Prince-Édouard**

**Du 9 au 16 août 2016**

1599 \$ par personne en occupation double.

Visites, pourboires, 7 déjeuners, 8 dîners, 7 soupers inclus

Un dépôt de 250 \$ à Claire Buteau pour le 20 avril 2016, chèque daté du 20 mai au nom de Club Voyages Sélect. Rabais pour les membres du Club Sélect de 40 \$. Bien indiquer le numéro sur la feuille d'inscription.

## **Spectacle de Céline Dion au centre Vidéotron (complet) Le mercredi 24 août 2016**

### **Wendake**

**Le mardi 6 septembre**

Départ : 9 h 15 du Génie Bleu

Visite commentée : Musée Huron-Wendat suivi d'un tour guidé des sites du Vieux-Wendake : maison Tsawenhohi, chapelle Notre-Dame-de-Lorette et chute Kabir Kouba

Repas : au site traditionnel Huron-Wendat

Visite guidée : Site Traditionnel Huron-Wendat

Coût : 77 \$

Chèque à l'ordre de : *Voyages Club Sélect* pour le **15 avril 2016** (daté du 1<sup>er</sup> mai 2016)

### **Centre d'histoire de Montréal et bateau-mouche**

**Le 15 septembre 2016**

Exposition Dans l'Griff, croisière, dîner inclus, à bord du bateau-mouche de 12 h 30 à 14 h

Visite du Quartier Petite Italie,

Visite du Marché Jean-Talon,

Souper libre 18 h en route,

Coût : 149 \$ Chèque au nom de Gestion Tourisme. Le faire parvenir avant le 13 avril, daté du 1er mai.

### **New York**

**du 6 au 10 novembre 2016**

Départ : 6 h; route vers les États-Unis

Vers : 17 h 30 Installation à l'hôtel Meadowlands River Inn

Tour de ville : d'une durée de 4 hrs

Ascension du : OneWorld Observatory

Découverte : de la High Line Park, China Town, la Petite Italie...

Ascension de : l'Empire State Building

Croisière : avec commentaires en anglais d'une durée d'une heure à bord du Zéphyr

Coût : 1 045 \$

Chèque à l'ordre de : *Voyages Club Sélect*

Dépôt : 250 \$ pour le 13 avril 2016 (daté du 8 mai 2016) et joindre votre feuille d'inscription)

Paiement final : 22 septembre 2016

Rabais pour les membres du Club Sélect de 40 \$, svp le déduire sur le paiement final et bien indiquer votre numéro de membre.



### **PROJETS POUR 2017**

- MICHEL LOUVAIN ET L'OSQ « 60 ans de bonheur avec vous » Vendredi, 7 avril 2017. Faire parvenir votre chèque au montant de 116 \$ pour le 28 août 2016, daté du 15 septembre 2016.
- BUDAPEST, VIENNE ET PRAGUE  
Mai 2017 (détails à venir)
- LES TRÉSORS DE L'ÎLE SAINT-BERNARD  
Jeudi, 6 JUILLET 2017
- MANIC 5 ET LES ILES MINGAN  
Août 2017 (détails à venir)



### **PROJET POUR : 2018**

- GRÈCE (détails à venir)

---

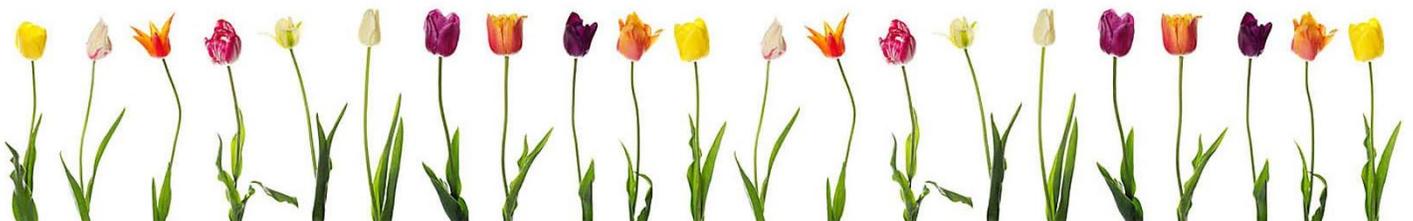
### **FONDATION LAURE-GAUDREULT**

La 25<sup>e</sup> année d'existence de notre Fondation Laure-Gaudreault est soulignée depuis juin 2015 et se terminera en juin 2016. En consultant le site internet [fondationlg.org](http://fondationlg.org), vous ferez de belles découvertes sur l'œuvre de cette remarquable personnalité. Si vous désirez plus d'informations pertinentes, je vous propose : [www.araq.qc.net](http://www.araq.qc.net) et vous double-cliquez sur: *La Fondation Laure-Gaudreault*.

Je ne peux passer sous silence la belle réussite de la vente de notre livre : "*Laissons des Traces*". Une grande fierté m'anime en remerciant généreusement toutes les personnes impliquées dans ce grand et beau projet collectif littéraire. Je vous remercie.

Madeleine St-Hilaire

**AVANT DE CRITIQUER UN BÉNÉVOLE, ASSURE-TOI DE POUVOIR LE REMPLACER.**



VOUS AIMEZ LES ACTIVITÉS DE L'AREQ?

**COUPON-RÉPONSE**

Les coupons serviront à vous inscrire à chacune des activités. Nous vous remercions de réserver à l'avance; cela facilite une bonne administration et un meilleur accueil. Votre téléphoniste vous communiquera de plus amples renseignements pour certaines activités et pour les autres, les détails sont dans le *NOUVEL ENVOL* ou sur le site internet.

**Faire votre chèque à l'ordre de AREQ 03 G.**

**N.B. Faire un chèque séparément pour chaque activité en y précisant le nom de cette activité.**



**Assemblée générale de secteur (AGS)**

**Le mardi 12 avril 2016**

Lieu : Aréna de Saint-Henri, 120 rue Belleau (près de l'Église)

Coût du repas et de la conférence : 10 \$ pour les membres      gratuit pour les bénévoles  
18 \$ pour les non-membres      service de bar

Nom et prénom : \_\_\_\_\_ Membre  Non-membre

Nom et prénom : \_\_\_\_\_ Membre  Non-membre

L'inscription est obligatoire. Faites parvenir votre chèque avant le 1<sup>er</sup> avril 2016 à l'ordre de **AREQ 03 G** à Mme Louise Guay, au 3899, rue des Opales, Lévis (Québec) G6W 7M2.

Pour les bénévoles, s'inscrire au 418-833-9809 ou par courriel à [camarine@videotron.ca](mailto:camarine@videotron.ca).



**Journée de sensibilisation à l'environnement**

**Le mercredi 4 mai 2016**

Lieu : Hôtel Québec

Coût : 15 \$

Nom et prénom : \_\_\_\_\_ Membre  Non-membre

Nom et prénom : \_\_\_\_\_ Membre  Non-membre

Vous vous inscrivez auprès de M. Denis Guay, au 197, rue du Tadoussac, Lévis (Québec) G6V 7C8 et n'oubliez pas d'y joindre votre chèque à l'ordre de **AREQ 03 G** avant le 29 avril 2016.



**AREQ en spectacle (AREQ toujours en Action)**

**Le vendredi 10 juin 2016**

Lieu : École de musique du Couvent Jésus-Marie de Lauzon

Coût : 5 \$ pour les membres et 10 \$ pour les non-membres

Nom et prénom : \_\_\_\_\_ Membre  Non-membre

Nom et prénom : \_\_\_\_\_ Membre  Non-membre

Ceux et celles qui veulent assister à cette représentation doivent s'inscrire auprès de Mme Louise Guay au 418-833-9809 ou par courriel à [camarine@videotron.ca](mailto:camarine@videotron.ca) et ce sera payable à l'entrée. Un léger goûter vous sera servi à la fin de la soirée.



## NOS MEMBRES DISPARUS

Le samedi, 17 octobre 2015, à l'âge de 74 ans, est décédé monsieur **Jacques Lecompte**. Celui-ci a enseigné la soudure à la Polyvalente de Lévis.

Il demeurait à Lévis.

Le samedi, 16 janvier 2016, à l'âge de 68 ans, est décédé monsieur **Fernand Guérard**. Celui-ci a enseigné la mécanique automobile à la Polyvalente de Lévis.

Il demeurait à Lévis.

Le mardi, 12 janvier 2016, à l'âge de 67 ans, est décédée madame **Claudette Côté**. Celle-ci a enseigné à la maternelle et à divers niveaux du primaire dans les écoles de la Commission scolaire des Navigateurs.

Elle demeurait à Lévis.

Le mercredi, 3 février 2016, à l'âge de 83 ans, est décédée dame **Lucille Leblanc**. Celle-ci faisait partie du personnel de soutien au siège social de la Commission scolaire des Navigateurs.

Elle demeurait à Lévis.

## NOS CONDOLÉANCES À

M<sup>me</sup> Gisèle Laliberté, son frère M. Serge Laliberté.

M. Hermance Nadeau, sa mère M<sup>me</sup> Alice Moore.

M<sup>me</sup> Monique Harbour Picard, sa mère M<sup>me</sup> Irène Lacroix Harbour.

M<sup>me</sup> Rolande Carrier Beaudoin, sa mère M<sup>me</sup> Fernande Morin.

Mesdames Lucille et Simone Gagnon, leur frère M. Albert Gagnon.

M<sup>me</sup> Marie-Reine Vallières, son frère M. Bertrand Vallières.

M. Léandre Nadeau, son frère M. Patrick Larose.

M. Marcel Caron, sa mère M<sup>me</sup> Rose-Hélène Dallaire.

M<sup>me</sup> Paulette Forgues, son frère M. Jean-Guy Forgues.

M. Yvon Guay, son frère M. Gérard Guay.



.....  
● **Dorénavant, seuls les avis de décès** des membres, de leurs parents (père et mère),  
● enfants, conjoint ou conjointe, frères et sœurs seront mentionnés dans le journal. Vous  
● pouvez nous les faire connaître en communiquant avec Jacques Brouard au 418-882-0715  
● ou par courriel à : [brouard.j@videotron.ca](mailto:brouard.j@videotron.ca).  
.....



## INVITATION

Aux ex-membres du personnel de l'École secondaire de  
Saint-Anselme

Une invitation cordiale!

Le troisième déjeuner-rencontre des retraités de la Poly/école secondaire Saint-Anselme aura lieu **le vendredi 20 mai prochain à 9 h 30 à l'École secondaire Saint-Anselme**. Entrée no 8. Le prix sera de 13 \$/personne, taxes incluses et les surplus seront versés à la Fondation de l'école.

Nous aimerions atteindre le chiffre magique de 100 personnes ! Nous croyons que c'est un beau défi à partager entre nous tous. Invitons donc un ou des collègues à venir partager un bon repas.

S.V.P. **confirmez votre présence avant le 17 mai** à l'une des personnes suivantes :

1. Jacques Normand : 418-885-4688 ou [jacques.normand@globetrotter.net](mailto:jacques.normand@globetrotter.net)
2. Marcel Morin : 418-885-4725 ou [mjam45@hotmail.com](mailto:mjam45@hotmail.com)

Nous avons bien hâte de vous revoir.

Jacques Normand et Marcel Morin

---

## LES GRANDS EXPLORATEURS

Pour la saison 2016-2017, Les Grands Explorateurs nous donnent l'occasion de voir le cœur du monde et d'aller à sa rencontre.

Voici la programmation de huit belles soirées exceptionnelles :

- Fascinante Californie
- Les Pyrénées, de l'Atlantique à la Méditerranée
- Escales dans les Îles grecques
- La Perse au cœur de l'Iran
- Russie éternelle, de Moscou à Saint-Pétersbourg
- Bella Italia, des grands lacs à la Vénétie
- Hors-série CLASSIQUE, sept jours à Rome
- Hors-série DÉCOUVERTE, pédaler le Brésil. Ce dernier ne sera pas présenté au Cégep de Lévis-Lauzon, à Québec seulement.

J'invite spécialement les jeunes retraités (es), vous y découvrirez une façon de voyager très intéressante et enrichissante.

Comme les formulaires de réabonnement seront postés à compter du début de mars, je vous téléphonerai pour vous donner le prix avantageux de l'AREQ.

Si vous pensez vous abonner, communiquez avec moi et je pourrai vous donner les informations pour de merveilleuses rencontres.

À bientôt et de belles soirées avec Les Grands Explorateurs!!

Denise Leclerc 418-837-3872



## PLAISIRS DU BRIDGE

Lise Patoine

Lorsque j'ai pris ma retraite, en 2005, j'avais trois principaux projets pour meubler les temps libres que me promettait cette nouvelle étape de ma vie : continuer de jouer au golf en été, effectuer quelques voyages et ... jouer au bridge.



Depuis plusieurs années, je suivais les chroniques de bridge de Robert Latulippe dans Le Journal de Québec du samedi et cette activité m'attirait beaucoup. Dès l'automne 2005, je me suis inscrite à un cours de bridge et, en novembre, j'ai commencé à jouer en salle. Maintenant, je fais partie du comité du Club de bridge de Sainte-Marie, dont les séances ont lieu le vendredi après-midi et je donne même des cours d'initiation au bridge.

Plusieurs d'entre vous ont peut-être entendu dire que le bridge est très compliqué à cause des nombreuses conventions qu'il faut connaître et appliquer. Je leur répondrais que la connaissance d'un minimum de conventions de base permet de pratiquer agréablement cette activité intellectuelle «très bonne pour les neurones». Comme au Whist (l'ancêtre du bridge), deux équipes s'opposent (Nord –Sud vs Est-Ouest) et il faut réussir six levées de base plus le palier gagé : ex. si le contrat est de  $\underline{1}$ ♥, il faut gagner 7 (6 +  $\underline{1}$ ) levées ; si le contrat est de  $\underline{4}$ ♥, il faut gagner 10 (6 + 4) levées. Le «déclarant» est celui qui joue le contrat et son partenaire est «le mort» : il étend son jeu sur la table et joue les cartes indiquées par le déclarant. On peut jouer en couleur (atout) ou en sans-atout. En atout, il faut chercher le «FIT» : un total de huit (8) cartes de la couleur annoncée dans les mains des deux partenaires. Le Pique et le Cœur sont les Majeures (30 points/ levée), Le Carreau et le Trèfle sont les Mineures (20 points/ levée)

Voici les premières étapes pour jouer une main de bridge :

1<sup>ère</sup> étape : Compter les points.

Après la distribution des quatre mains de 13 cartes, chaque joueur doit compter le nombre de points dans son jeu : As = 4 points, Roi = 3 points, Dame = 2 points, Valet = 1 point.

Ce qui donne 4 sortes X 10 points/ sorte = 40 points au total dans les 4 mains autour de la table. En général, c'est l'équipe ayant le plus grand total de points qui va jouer le contrat.

2<sup>ème</sup> étape : Les enchères.

Le premier joueur qui a 13 points (ou plus) dans son jeu fait une enchère (ex. :  $1\spadesuit = 5$  cartes de pique). Si son partenaire a au moins 6 points et trois (3) cartes de pique (FIT), il donne  $2\spadesuit$ , etc. On peut faire jusqu'à six tours d'enchères pour déterminer le contrat final : ex.  $4\spadesuit = 10$  levées à réussir.

3<sup>ème</sup> étape : Le jeu.

L'entame (1<sup>ère</sup> carte jouée) est faite par le joueur suivant le déclarant. Le «mort» étend son jeu en commençant par l'atout et joue la carte indiquée par son partenaire. Le déclarant doit faire mentalement son plan de jeu pour réaliser le contrat gagé. On joue toutes les cartes de la donne et on compte les levées gagnantes et perdantes pour vérifier la réussite du contrat.



Voici un exemple de jeu possible. Essayez-le avec un jeu de cartes et imaginez-vous que vous êtes le donneur ou dealer : premier joueur à faire son enchère ou à passer (Pass), selon son nombre de points.

Dealer (donneur) : Nord

	N		
	♠ A R V 10 8		Points : _____
	♥ A 10 7		
	♦ R 10 9		
	♣ A 8 7		
O		E	
Points : _____	♠ 7 2	♠ 6 4 3	Points : _____
	♥ V 9 8	♥ D 6 5 2	
	♦ D 6 3 2	♦ A 7 5	
	♣ D 10 9 2	♣ 7 4 3	
	S		
	♠ D 9 5	Points : _____	
	♥ R 4 3		
	♦ V 8 4		
	♣ R V 6 5		

- 1) Comptez les points de chaque main.
- 2) Faites les enchères correspondant à chaque main :

N	E	S	O
1 <sup>er</sup> tour : _____	_____	_____	_____
2 <sup>e</sup> tour : _____	_____	_____	_____
3 <sup>e</sup> tour : _____	_____	_____	_____

Contrat final ? \_\_\_\_\_ Joué par ? \_\_\_\_\_ Entame ? \_\_\_\_\_ par ? \_\_\_\_\_

- 3) Jouez le jeu en essayant de réussir le contrat gagé.

Vous pourrez vérifier votre «sens du jeu» dans le prochain Bulletin sectoriel !

AMUSEZ-VOUS BIEN !



**Assemblée générale régionale (AGR)**

**Le 2 juin 2016**

Lieu : Aréna de Saint-Henri, 120 rue Belleau (près de l'Église)

Coût du repas et de la conférence : 10 \$ pour les membres  
17 \$ pour les non-membres

Nom et prénom : \_\_\_\_\_ Membre  Non-membre

Nom et prénom : \_\_\_\_\_ Membre  Non-membre

L'inscription est obligatoire. Faites parvenir votre chèque avant le 25 mai 2016 à l'ordre de **AREQ 03 G** à Mme Louise Guay, au 3899, rue des Opales, Lévis (Québec) G6W 7M2.



Autres informations utiles

**Maison des Aînés de Lévis**, un lieu très dynamique à découvrir :  
Cours, déjeuners conférences donnés par l'Université Laval.  
Information 418-656-3202 ou 1-800-785-2825  
Ateliers, internet, danses, activités diverses. Information 418-838-4100

**Patro de Lévis** : Loisirs, entraide communautaire et bénévolat  
Ateliers, cours pour tous les goûts et autres activités. C'est un milieu à découvrir!  
**Information 418-833-4477**

C'est tellement rapide ! Vous aimeriez recevoir les informations concernant les activités de l'AREQ par courriel, c'est facile. Faites-moi parvenir un message à [clairebuteau@hotmail.com](mailto:clairebuteau@hotmail.com) et cela me fera plaisir de vous les acheminer.

Protections RésAUT CSQ et la Personnelle  
Merci à M. Jocelyn Roy des protections RésAUT CSQ qui nous a fait parvenir de très beaux cadeaux comme prix de présence pour l'accueil des nouvelles et nouveaux retraités.

Centre de femme l'Ancre 4535, boul. Guillaume-Couture Lévis  
Cafés-rencontres, les jeudis de 13 h 30 à 15 h 30  
Information 418-838-3733

Si vous changez d'adresse, nous vous prions de communiquer avec l'AREQ provincial au 418-525-0611 ou 1-800-663-2408

**Avis**  
Les articles n'apparaissant pas dans ce journal sont conservés afin d'être publiés dans une prochaine édition.

**ÉQUIPE DU JOURNAL**  
Denis Guay, responsable  
Claire Simoneau au montage  
Yvan Gravel à la prise de photos.  
Les correcteurs du journal sont :  
Gérard-Raymond Guay, Louise Guay, Gaétane Koenig, Clémence Prévost et Francine Sénéchal.

**Numéros utiles**  
AREQ : 525-0611 ou 1-800-663-2408  
Assurances RésAut (La Personnelle) : 1-888-groupes  
CARRA : 644-2325 ou 1-800-368-9883  
RAMQ : 646-4636 ou 1-800-561-9749  
RRQ : 643-5185 ou 1-800-463-5185  
SSQ-VIE : 651-6962 ou 1-888-833-6962  
Sécurité de Vieillesse : 1-800-277-9915  
SAAQ : 643-7620 ou 1-800-361-7620  
Maison des Aînés, Lévis : 418-838-4100  
Patro de Lévis : 418-833-4477

Site Internet de l'AREQ 03 G  
<http://louisfrechette.areq.lacsq.org/>



Date de tombée des articles  
 Pour la prochaine édition : 1<sup>er</sup> juin 2016  
 Faire parvenir les articles à Denis Guay  
[guaydeni@hotmail.com](mailto:guaydeni@hotmail.com)

**AREQ LOUIS-FRÉCHETTE**  
 Denis Guay au 197, rue du Tadoussac  
 Lévis (Québec) G6V 7C8  
 Téléphone : 418-837-3265  
 Messagerie : [guaydeni@hotmail.com](mailto:guaydeni@hotmail.com)

Gestionnaire du site Web Louis Fréchette  
 Martine Lagacé et Jacques Brochu  
[louis.araq03g@gmail.com](mailto:louis.araq03g@gmail.com)

<b>CANADA POSTES</b>	
<b>POST</b>	<b>CANADA</b>
Postage paid	Port payé
Publications Mail	Poste-publications
<b>Convention # 40 739 048</b>	

**MEMBRES DU CONSEIL SECTORIEL**

Présidente : Claire Buteau .....418-839-6759 ..... [clairebuteau@hotmail.com](mailto:clairebuteau@hotmail.com)  
 1<sup>e</sup> v.-prés. : Denis Guay .....418-837-3265 ..... [guaydeni@hotmail.com](mailto:guaydeni@hotmail.com)  
 2<sup>e</sup> v.-prés. : Vivianne Gonneville .....418-259-2562..... [ange003@videotron.ca](mailto:ange003@videotron.ca)  
 Trésorière : Lise Patoine .....418-479-2900..... [lisepatoine@globetrotter.net](mailto:lisepatoine@globetrotter.net)  
 Secrétaire : Micheline Héroux .....418-833-5360..... [michelinegagne@hotmail.com](mailto:michelinegagne@hotmail.com)  
 1<sup>er</sup> conseiller : Claude Couture ..... 418-831-7181 ..... [classeclaude@hotmail.com](mailto:classeclaude@hotmail.com)  
 2<sup>e</sup> conseillère : Louise Guay .....418-833-9809..... [camarine@videotron.ca](mailto:camarine@videotron.ca)

**Responsables délégués aux comités régionaux**

Les assurances : Nicole Talbot 819-604-7004 ..... [n-talbot@videotron.ca](mailto:n-talbot@videotron.ca)  
 L'environnement : Denis Guay 418-837-3265 ..... [guaydeni@hotmail.com](mailto:guaydeni@hotmail.com)  
 La condition féminine : Nicole Desroches 418-839-9232 ..... [desroches.n@sympatico.ca](mailto:desroches.n@sympatico.ca)  
 La condition masculine : Michel Jacques 418-387-6920 ..... [nimic45@globetrotter.net](mailto:nimic45@globetrotter.net)  
 L'indexation : Marcel Morin 418-885-4725 ..... [mjam45@hotmail.com](mailto:mjam45@hotmail.com)  
 Le sociopolitique : Jacques Olivier 819-604-7004 ..... [n-talbot@videotron.ca](mailto:n-talbot@videotron.ca)

Afin de protéger nos droits d'auteur, nous avons obtenu  
 notre numéro international normalisé des publications e  
 série :

ISSN 1913-2247 NOUVEL ENVOL (Imprimé)  
 ISSN 1913-2255 NOUVEL ENVOL (En ligne)



Reproduit par Imprimerie Guay  
 C.P. 50058, Lévis (Québec)  
 G6V 4R5 Tél. 418-837-1583  
 Fax 418-948-9269  
 Courriel : [info@imprimerieguay.ca](mailto:info@imprimerieguay.ca)

