



Denis Guay, président

Mot du président

Les gens disent que les retraités n'ont plus de vacances. Personnellement lorsqu'arrivent les mois de juin, juillet et août, je sens encore le besoin de m'évader.

Il est bon de changer notre routine. Les belles journées chaudes et ensoleillées m'invitent à la détente. Qu'y a-t-il de plus agréable que de passer du temps dehors à écouter le chant des oiseaux, de s'émerveiller devant la nature qui ne cesse de nous offrir de merveilleux décors variant selon la luminosité, la couleur du ciel, la forme des nuages?

L'été, j'aime bien me prélasser sur le bord d'une piscine, y tremper mon gros orteil de temps à autre, échanger avec des amis, déguster un bon apéro. Encore, j'aime me balader sur les routes de campagne sinueuses qui me font découvrir des champs de blé, d'avoine, voir des vaches brouter l'herbe fraîche et parfois traverser de petits boisés verdoyants. Quels beaux décors silencieux et reposants!

Cette période estivale m'incite également à festoyer avec ceux et celles que j'aime, à déguster avec eux un bon rosé ou une bière artisanale tout en préparant un excellent BBQ et puis à rallonger le

plus possible le repas afin de profiter au maximum de ces soirées chaudes et douces. J'imagine que je ne suis pas le seul à aimer ces mois d'été.

Je vous envoie le *Nouvel Envol*, non pas pour arrêter ces festivités mais plutôt pour vous donner un avant-goût de ce que seront les mois d'automne et d'hiver. Ces temps nous obligent à revenir à l'intérieur et à nous chauffer près du foyer.

Vous y retrouverez plusieurs activités qui sont des incontournables. Nous y avons fait un ajout : « une journée sportive ». Et oui! nous sommes encore capables de nous mouvoir, de bouger, de faire du sport. Je vous invite donc à y prêter attention. Cette activité offre plusieurs alternatives.

Je vous souhaite une excellente fin de vacances.

N.B. N'oubliez pas que nous avons toujours besoin de relève. Claire Simoneau et moi, portons sur nos épaules les trois parutions du *Nouvel Envol* depuis 10 ans. Il est temps que nous passions le flambeau à une autre équipe. Parlez-en entre vous et certainement qu'une autre équipe peut prendre la relève pour quelques années. Il n'est pas nécessaire de faire partie du conseil sectoriel. Vous devenez porteurs du dossier journal tout simplement. Le conseil sera là pour vous alimenter et vous aider.

Denis Guay, président

TABLE DES MATIÈRES

Babillard	p. 2
Résumé de l'AGS	p. 3
Journée Santé et Bien-être	p. 4
4 ^e rendez-vous national	p. 5
Assurances	p. 6
Sociopolitique	pp. 6-7
Retraite	p. 7
Les Grands Explorateurs	p. 7
Activités 2018-2019	pp. 8-10
Prochaine session	p. 11
Déjeuner de la non-rentree	p. 11
Aide humanitaire	p. 11
Récital de Daniel Normand	p. 12
Conférence « arrangements.. »	p. 12
Spectacle « Jean le magicien »	p. 12
Déjeuners en anglais et espagnol	p. 13
Message aux personnes-amies	p. 14
Nouveauté	p. 14
Formulaire d'inscription	p. 15
Projets de voyage	pp. 16-17
Jeu de mots	p. 17
Coupons-réponse	pp. 18-19
Nos membres disparus	p. 20
Fondation Laure-Gaudreault	p. 21
Patinage pour les Aînés	p. 21
Environnement	p. 22
Informations utiles	pp. 23-24

BABILLARD

<u>16 août</u>	<u>Notre-Dame-de-Paris</u>
<u>29 août</u>	<u>Déjeuner de la non-rentree</u>
<u>29 août</u>	<u>Début du patinage pour les 50 ans et +</u>
<u>11 septembre</u>	<u>Festival Western de St-Tite</u>
<u>13 septembre</u>	<u>Rencontre des responsables de dossiers</u>
<u>25 septembre</u>	<u>Hommage à nos Sages</u>
<u>10 octobre</u>	<u>Déjeuner en Beauce</u>
<u>10 octobre</u>	<u>Présentation Voyage en Croatie</u>
<u>5 novembre</u>	<u>Messe des défunts</u>
<u>11 novembre</u>	<u>Les Belles-Sœurs au Capitole</u>
<u>16 novembre</u>	<u>Journée sportive et sociale</u>
<u>19 novembre</u>	<u>Journée internationale de l'homme</u>
<u>2 décembre</u>	<u>Les Valses de Vienne au Capitole</u>
<u>6 décembre</u>	<u>Social de Noël</u>
<u>23 janvier 2019</u>	<u>Début de l'An Nouveau</u>
<u>18 février 2019</u>	<u>Ski de fond</u>
<u>2 avril 2019</u>	<u>Cabane à sucre</u>
<u>25 avril 2019</u>	<u>Assemblée générale de secteur</u>
<u>4 et 5 mai 2019</u>	<u>Salon des Loisirs Ceéatifs</u>
<u>28 mai 2019</u>	<u>Assemblée générale régionale</u>

L'emblème floral du Québec, l'iris versicolore



Érablière Réal Bruneau (10 avril 2018)

"En caravane allons à la cabane. Oh! eh oh! On n'est jamais de trop pour goûter au sirop, pour goûter au sirop d'érable" (Paroles d'Albert Viau)

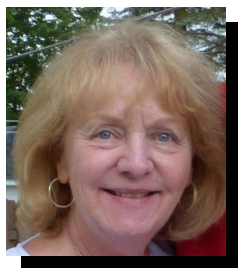
Nous étions 93 membres de la grande famille de l'AREQ à participer à notre rencontre annuelle à la cabane à sucre et je peux vous assurer, sans l'ombre d'un doute, que personne n'était de trop!

Dès notre arrivée vers 10 h 30, nous avons été accueillis gentiment pour l'inscription par les dames Lorraine et Marthe. Déjà une ambiance festive régnait dans la grande salle où retentissait une musique folklorique; on se serait presque cru dans le temps du Jour de l'An et ce, gracieuseté de monsieur Jacques St-Amant! Tous avaient le sourire aux lèvres et étaient ravis de revoir des visages connus. Il faisait peut-être un petit peu froid mais ça s'est vite réchauffé de chaleur humaine et bien sûr, grâce aux pas de danse que plusieurs ont eu grand plaisir à exécuter. Il n'en fallait pas plus pour être en appétit! Un copieux repas de mets québécois traditionnels nous attendait: soupe aux pois, fèves au lard, jambon à l'érable, oreilles de crisse etc... sans oublier un délicieux dessert arrosé abondamment de bon sirop d'érable! Bref un vrai repas de bûcheron !!! De plus, le service était impeccable et rapide, grand merci à toutes ces dévouées dames qui l'ont effectué.

Quand vint le tirage, dirigé habilement par notre jovial Robert, plusieurs prix intéressants furent alors attribués aux chanceux et chanceuses de la journée. Mentionnons aussi le moitié-moitié organisé par notre généreuse Madeleine pour les œuvres de la fondation Laure-Gaudreault. À l'extérieur, le printemps se montrait le bout du nez, c'était donc le moment idéal pour sortir prendre l'air et se balader aux abords de l'érablière. Comme le veut la coutume, celle de se sucrer le bec, ce fut un pur délice que cette blonde tire refroidie sur la neige! Il était même difficile de s'arrêter de la déguster... un vrai régal, un merveilleux cadeau de la nature!

Souvenons-nous que nous devons cet élixir divin aux Amérindiens, eux qui ont découvert la sève qui sortait des érables. Les premières cabanes à sucre sont apparues seulement au début du XIX siècle et sont devenues une activité artisanale et une tradition populaire. Le temps des sucres durant les mois de mars et d'avril fait partie de notre culture, de notre passé rural et ancestral. Ce secteur agroalimentaire s'est toutefois développé considérablement et est devenu une importante industrie puisque le Québec assure 80% de la production mondiale de sirop d'érable.

Nous étions à l'érablière des acériculteurs Bruneau, un bâtiment commercial, élaboré et confortable. Bien que la cueillette de l'eau d'érable et toutes les étapes de la fabrication des nombreux produits de l'érable se sont grandement modernisées et bien que nous étions loin dans le temps des activités acéricoles de jadis, cela ne nous a pas empêchés de ressentir tout le plaisir des fêtes à sucre de notre enfance.



Merci infiniment à toute l'équipe du C.A. de nous avoir permis de vivre encore une fois une si belle et agréable journée. C'est donc un rendez-vous pour tous l'an prochain, vous ne le regretterez pas, parole de retraitée!!!

Liliane Laverdière

N. B. : Ce texte aurait dû paraître dans l'édition du Nouvel Envol de l'été 2018.

ASSEMBLÉE GÉNÉRALE DES MEMBRES DE L'AREQ RÉGION 03G

En ce 19 avril 2018, nous nous retrouvons pour échanger et assister à l'assemblée générale des membres de l'AREQ secteur Louis-Fréchette.

Notre président nous accueille chaleureusement et guide les bénévoles afin de recevoir une boutonnière préparée par M^{me} Micheline Héroux.



Puis, l'assemblée débute par la nomination de M^{me} Irène Guillemette comme présidente de l'assemblée et M. Roger Breton à la présidence de l'élection. M. Claude Couture agit comme secrétaire. L'ordre du jour diffusé dans le journal « Le Nouvel Envol » du mois d'avril est accepté ainsi que le procès-verbal du 20 avril 2017.

Il y a présentation des rapports du président, de la trésorière et des responsables des comités suivants : Assurances, Retraite, FLG, Environnement, Nécrologie, Téléphonistes, Sociopolitique, Les Grands Explorateurs, Calendrier, Bulletin sectoriel, Personnes amies et Comité des femmes, des hommes et des aînés.

Quelle besogne accomplie en un an! Plusieurs soulignent la précieuse collaboration de M^{me} Martine Lagacé et de M. Jacques Brochu pour la gestion du site Web.

Au retour de la pause-santé, Denis présente le plan d'action 2017-2021 qui insiste sur les droits et les intérêts des aînés. En équipe, nous sommes invités à suggérer des activités pour actualiser les objectifs choisis. Comme à l'habitude, nous avons besoin de vous pour « mettre l'épaulé à la roue ».

Deux postes sont à combler. Une mise en candidature est présentée et acceptée : Mme France Fortin est accueillie avec joie.

Notre présidente régionale, M^{me} Carole Pedneault, remercie les membres du C.S. ainsi que toutes les personnes présentes. Puis, on procède au tirage de deux paires de billets des Grands Explorateurs offerts par Mme Denise Leclerc.

Puis, M^{me} Madeleine St-Hilaire nous informe que le montant du moitié-moitié recueilli pour la fondation Laure Gaudreault a rapporté 92 \$ au gagnant, M. Roger Breton.

Les œuvres d'art de nos artisans furent admirées et appréciées des participants :

- M^{me} Gilberte Beaudin
- M^{me} Huguette Morin
- M^{me} Marthe Lamontagne
- M^{me} Madeleine St-Hilaire
- M. Yvan Gravel
- M. Pierre Martineau



Chaque bénévole reçoit un texte lu par Denis et tiré de « Petites douceurs pour le cœur » ainsi qu'un bon de 10 \$. Le tout se poursuit par un délicieux repas agrémenté de vin.

Un grand « Merci » aux membres du comité directeur pour leur merveilleux travail accompli au cours de l'année!

Bravo pour cette agréable journée!

Louise D. Buteau



JOURNÉE SANTÉ ET BIEN-ÊTRE

1^{ER} MAI 2018



Nous sommes deux dames de St-Anselme qui avons eu le plaisir d'assister à la journée Santé et bien-être qui se tenait ce premier mai à St-Henri. Quelle belle rencontre à la fois intéressante, divertissante et instructive! La journée débuta par un accueil chaleureux, café, visite des kiosques.



La première conférence fut présentée par M^{me} Girard, policière qui nous a informés sur la sécurité à domicile. Elle nous a donné trucs et conseils pour être à l'abri des fraudeurs, arnaqueurs et voleurs. Son exposé était bien structuré et appuyé par des vidéos et d'autres informations pertinentes à savoir quoi faire avec les appels télémarketing, ceux en anglais et sur les prix soit disant gagnés. La prudence oblige à être vigilant en tout temps. Des conseils à la mesure de ses connaissances, très professionnelles.

Après une courte pause, M^{me} Isabelle Morin, Dt., P., M. Sc, est venue nous entretenir sur les besoins et dépenses énergétiques de notre corps. Elle nous a éclairés sur les différents gras, sur les omégas, les antioxydants, les glucides, les protéines et lipides, dans quels aliments les trouver avec avantages et inconvénients. Sa conférence était très bien structurée avec diapos à l'appui. Merci pour cette belle présentation et ses explications qui nous incitent à adopter de bonnes habitudes alimentaires, pour notre bien-être en général!



M^{me} Brigitte Bégin vint compléter la journée en nous montrant et en nous faisant pratiquer des exercices pour améliorer notre capacité à bouger dans le confort afin de retrouver notre vitalité, améliorer la mobilité et l'équilibre. La méthode Feldenkrais inconnue de plusieurs, se fait tout en douceur, relaxant. Seul point négatif, la période exercices fut un peu longue, surtout après un copieux repas servi par les Banquets Cosmos-Baillargeon. D'emblée, nous vous disons : « Félicitations aux membres organisateurs pour votre implication à trouver des sujets qui attirent notre attention, aux conférenciers qui contribuent au succès de cette journée! »

Vos deux fidèles auditrices, à ce rendez-vous annuel de l'AREQ.

Louise & Brigitte



4^E RENDEZ-VOUS NATIONAL

En santé et bien-être des hommes

Tenu à l'Hôtel Ambassadeur au 3401, boul. Ste-Anne, Québec

Bonjour à tous! J'ai eu la chance de participer au 4^e rendez-vous national en santé et bien-être des hommes jeudi dernier le 31 mai.

J'ai été très surpris de voir qu'il y avait autant de personnes dans la salle. Nous étions plus de 225 personnes venues des 4 coins de la province. Il y avait même un participant qui venait des Îles-de-la-Madeleine et qui avait payé 1000 \$ pour assister au colloque.

En ouverture, nous avons eu un discours du ministre M. Gaétan Barrette qui nous a dit qu'il était bien content que ce groupe ait suscité de l'aide du gouvernement car la santé des hommes le préoccupait personnellement. Il nous a annoncé une subvention de 335 000 \$.

Ensuite, en conférence d'ouverture, M. Dan Bigras est venu nous parler de l'importance de transmettre de l'amour quand nous faisons des interventions auprès de personnes en difficultés et spécialement auprès des hommes (ceux-ci, en général ayant plus de difficultés à parler de leurs émotions). J'ai eu l'honneur de serrer la main de «Dan» et j'ai acheté son livre intitulé *Le Temps des Seigneurs* qu'il m'a dédié. C'est une biographie de lui qui nous montre son parcours difficile dans la vie dû à un père autoritaire à la main légère.

Comme premier atelier, j'ai rejoint un groupe qui a écouté le Dr. Jean Drouin nous parler de l'importance de la testostérone en tant qu'hormone importante dans la santé des hommes en général. Il nous a démontré par des études que le fait de manquer de testostérone peut amener les hommes à souffrir de dépression. Même si c'était un peu technique, ce fut très intéressant. Il nous transmettra de la documentation que je ferai suivre.

Après un bon dîner au saumon, j'ai été à mon deuxième atelier animé par M. Alain Fortier un homme qui nous racontait comment il s'est sorti de ses deux agressions sexuelles par un homme. Il nous a aussi parlé de l'organisme VASAM (Victimes d'Agressions Sexuelles Au Masculin). La conclusion étant que les hommes en général, ont énormément de difficulté à parler de ces choses et préfèrent les enfouir loin dans leur subconscient. De ce fait, ils sont toujours pris avec ce poids sur la conscience car souvent ils en prennent toute la responsabilité et s'en croient coupables. M. Fortier nous a fait part de son sentiment de libération après avoir dénoncé son agresseur. Il encourage donc les hommes ayant subi de tels sévices à contacter l'organisme VASAM (Vasam.org).

Vers 17 h, nous avons eu une conférence de fermeture. Des auteurs sont venus nous présenter le livre : *Intervenir auprès des hommes en difficulté*. Ces auteurs étaient un groupe de psychologues avec lesquels j'avais eu le plaisir de partager mon repas du midi. Ce sont Messieurs Richard Cloutier, Jacques Roy, François-Olivier Bernard et André Beaulieu (président de l'organisme Regroupement provincial en santé et bien-être des hommes et en plus directeur général d'AutonHommie). Les auteurs ont remis à chacun des participants un exemplaire du volume tout à fait gratuitement. Il sera à la disposition de tous dans quelques semaines.

La journée s'est terminée après un cocktail de fermeture. M. Jean-Noël Laprise, président de l'association des hommes au niveau provincial, était à mes côtés et nous avons discuté de la prochaine journée internationale des hommes qui aura lieu le 19 novembre 2018. Je lui ai fait part que ce serait intéressant de promouvoir le groupe *Partage au Masculin* (voir le site : partageaumasculin.com) qui organise des cafés-rencontres pour les hommes au Café Mosaïque de Lévis, le premier jeudi de chaque mois.

Richard Arcand, responsable du comité des hommes AREQ Louis-Fréchette.



ASSURANCES

Bienvenue aux nouvelles personnes retraitées!

Pour être avec nous à ASSUREQ vous devez :

1. -être membre de l'AREQ et de la RAMQ.
2. -faire la demande **par écrit** à la SSQ dans les **90 jours** qui suivent la fin de l'admissibilité à votre régime d'assurance collective à votre travail.

Sur le site www.ssq.ca, vous avez les renseignements utiles pour vos assurances et vous inscrire à ACCÈS/assurés.

Joindre SSQ : temps d'attente

Le service à la clientèle SSQ est ouvert du lundi au vendredi de 8 h 30 à 16 h 30. Le temps d'attente, au téléphone, peut être long. on vous suggère d'appeler avant 9 h ou l'avant-midi de préférence.

Assurance Vie : Droit au paiement anticipé

Si l'espérance de vie d'une personne adhérente est inférieure à 12 mois, elle peut recevoir une prestation *égale ou moindre* de 20 000\$ ou de 50% du montant d'assurance détenu. SSQ établit ce montant. Pour exercer ce droit, la personne adhérente doit faire la preuve à la satisfaction de SSQ en démontrant :

1. Que son espérance de vie est inférieure à 12 mois à la date de sa demande.
2. L'acceptation de son bénéficiaire, s'il est irrévocable.

Lors du décès, le montant déjà versé sera déduit. S'il y a survie, il faudra rembourser avec intérêt.



N.B. : À surveiller, une **activité régionale** possible, **Assurance-Retraite** à l'automne 2018.

Nicole Talbot, Comité des assurances, 03G

SOCIOPOLITIQUE

En 5 ans, le nombre de personnes âgées déclarant faillite a bondi de 20 %. Avec seulement la (PV) pension de la sécurité de la vieillesse, le (SRG) supplément de revenu garanti, le (RRQ) régime de rente du Québec, si on y a droit et les crédits d'impôts de base, ce n'est pas assez pour vivre dans la dignité. Seulement 3,5 % ont contribué au (REV) régime d'épargne volontaire parce que les revenus sont insuffisants alors encore moins penser au (RER) régime d'épargne retraite.

Les personnes âgées doivent rester sur le marché du travail mais celles qui le peuvent sont souvent celles qui ont déjà un régime privé, des études postsecondaires et sont en bonne santé.

Pour améliorer le sort des personnes âgées, les associations : FADOQ, AREQ-CSQ, AQRP, AQDR et RIIRS regroupant près de 700 000 personnes âgées, ont fait part de leurs priorités en vue des prochaines élections d'octobre au Québec, dans le document : « Pour un Québec digne de ses aînés ».

On y retrouve 16 revendications qui concernent les soins et services à domicile et en CHSLD, les proches aidants, la prévention, les revenus à la retraite, la situation financière et l'habitation.

Les défis démographiques au Québec sont réels. Il faut des mesures efficaces pour le bien-être des personnes âgées qui ont bâti et qui contribuent à bâtir encore la société québécoise.



N.B. AQRP : association québécoise des retraité(e)s des secteurs public et parapublic.

AQDR : association québécoise de défense des droits des personnes retraitées et préretraitées.

RIIRS : regroupement interprofessionnel des intervenants retraités des services de santé.



Jacques Olivier, comité sociopolitique, 03 G Louis Fréchette

RETRAITE

Les membres de l'AREQ ont versé **une partie de leur salaire** dans **une caisse de retraite collective** pour s'assurer un revenu stable à leur retraite. Ce **salaire différé nous permet** d'avoir une retraite à **prestations déterminées** calculées en fonction du nombre d'années cotisées et d'un salaire moyen. Notre rente est **viagère**, c'est-à-dire, **garantie** jusqu'à notre décès et avec versement d'une partie à la personne conjointe survivante après notre décès.

À l'origine, **notre régime était indexé** chaque année selon l'augmentation du coût de la vie. En 1982, de façon unilatérale, le gouvernement a changé la formule et, malgré certaines promesses par la suite, rien n'a encore changé.

- Avant 1 juillet 1982 : rente indexée à 100%
- Entre 1982 et 1999 : rente indexée à moins 3%.
- Après 1 janvier 2000 : rente indexée selon la plus avantageuse 50% ou le moins 3%.

L'indexation versée est calculée selon notre situation et selon les périodes durant lesquelles nous avons cotisé.

Nous subissons les conséquences de cette **indexation partielle** et notre pouvoir d'achat s'en trouve diminué. Cette **perte de pouvoir d'achat est cumulative**. Notre rente s'éloigne du coût de la vie d'année en année et de plus en plus.

Notre régime de retraite est administré par la Caisse de Dépôt et Placement du Québec et il est en très bonne santé (103,7% en 2016 et 106,3% en 2017). Il serait sans doute temps de penser à **améliorer** les conditions de prise à la retraite et la situation financière des personnes retraitées d'aujourd'hui et de demain. La protection du pouvoir d'achat favorise le bon développement de toute la société québécoise.

Nicole Talbot, comité de la retraite, 03 G

LES GRANDS EXPLORATEURS

Voici les huit destinations proposées par les Grands Explorateurs pour la saison 2018-2019 :

- | | |
|---|---|
| - Corse, l'île de beauté | - Chine, la route de la soie |
| - Alaska, terre de tous les possibles | - Hors-série Classique : Mexico, la ville |
| - La Cappadoce, sur un tapis de Turquie | - Hors-série Découverte : Slovénie, une |
| - Martinique et Guadeloupe | histoire de cœur. |
| - Jérusalem, une ville monde | |

L'AREQ Louis-Fréchette bénéficie d'un prix spécial jusqu'à la mi-septembre. Il reste de belles places au Cégep de Lévis-Lauzon, à la salle Albert-Rousseau ainsi qu'au Grand Théâtre de Québec.

Si vous désirez avoir de l'information pour un abonnement, vous pouvez communiquer avec moi.

Je vous souhaite une belle saison avec les Grands Explorateurs!

Denise Leclerc 418 837-3872



ACTIVITÉS 2018-2019

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 avertir 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.

*** Les coupons-cadeau seront désormais valides en tout temps, peu importe leur date de péremption.

Déjeuner d'accueil 2018

(non-rentree et accueil des nouveaux)

Le mercredi 29 août 2018

Lieu : Maison des Aînés, 10, rue Giguère, Lévis

Accueil : 9 h

Invitation et informations
supplémentaires en page 11

Déjeuner : 9 h 30

Coût : 12 \$ pour les membres 15 \$ pour les non-membres 10 \$ pour les nouveaux

Inscription obligatoire avant le 22 août 2018

Faites parvenir votre chèque à Mme Louise Guay au 3899, rue des Opales, Lévis, G6W 7M2

Information : 418 833-9809 ou camarine@videotron.ca

Tirage moitié-moitié

Solidarité internationale : invitation à faire des dons

Rencontre des responsables de dossiers

Le jeudi 13 septembre 2018

Lieu : Salle des bâtisseurs chez Ryna

Déjeuner : 8 h 30

Déjeuner-échange pour tous les responsables des dossiers à l'AREQ Louis-Fréchette

Inscription à Louise Guay par internet à camarine@videotron.ca ou au 418 833-9809



Hommage à nos sages

Le mardi 25 septembre 2018

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

Accueil : 9 h 30

Activité : 10 h 30

Jean Le Magicien

Détails à la page 12

Coût : 15 \$ pour les membres

20 \$ pour les non-membres

10 \$ pour les membres de 75 ans et +

Inscription obligatoire avant le 18 septembre 2018

Faites parvenir votre chèque à Mme Louise Guay au 3899, rue des Opales, Lévis, G6W 7M2

Information : 418 833-9809 ou camarine@videotron.ca

Tirage moitié-moitié

Vin inclus

Déjeuner en Beauce

Le mercredi 10 octobre 2018

Lieu : Club de Golf de Beauce, 1425, Rang Saint-Étienne, Sainte-Marie (entre Scott et Sainte-Marie, à l'ouest de la rivière Chaudière : si on arrive par l'autoroute 73 ou par la route 173, on doit traverser le pont)

Accueil : 8 h 30

Déjeuner : 9 h

Coût : 14 \$ pour les membres

18 \$ pour les non-membres

Inscription obligatoire avant le mercredi 3 octobre 2018

Faites parvenir votre chèque à Mme Louise Guay au 3899, rue des Opales, Lévis, G6W 7M2

Récital commenté : 10 h 15

Chansonnier : Daniel Normand Voir p. 12

Thème : Brassens

Coût récital seulement : 5 \$

Moitié-moitié

Information et inscription au récital : 418 833-9809 ou camarine@videotron.ca

Messe des défunts

Le lundi 5 novembre 2018

Lieu : Église de Pintendre

Accueil : 9 h 30

Messe : 10 h

Dîner : 11 h 45 au Ryna, 4300, boul. Guillaume-Couture, Lévis, secteur Saint-David

Coût : 15 \$ pour les membres

20 \$ pour les non-membres

Inscription obligatoire avant le 29 octobre 2018

Faites parvenir votre chèque à M^{me} Louise Guay au 3899, rue des Opales, Lévis, G6W 7M2

Conférence : 13 h 15

Conférencière : M^{me} Marie-Ève Garneau

Thème : Les arrangements funéraires Voir p. 12

Coût pour la conférence seulement : 5 \$

Nombre de places limité

Information et inscription à la conférence : 418 833-9809 ou camarine@videotron.ca



NOUVEAU!!!!

Journée sportive et sociale

Le vendredi 16 novembre 2018

Lieu : Polyvalente de St-Anselme, 825, route Bégin, Saint-Anselme

(stationnement côté ouest, à gauche. Entrée no 8)

Accueil : 9 h

Début des activités : 9 h 30 (consulter l'horaire détaillé)

Dîner sur place

Coût : 15 \$ pour les membres 20 \$ pour les non-membres

Inscription obligatoire avant le 1^{er} novembre 2018 Voir le formulaire p. 15

Faites parvenir votre chèque à M^{me} Lise Patoine, 33-D, route 275 Nord, Frampton, QC, G0R 1M0

Les espadrilles sont obligatoires pour accéder au gymnase

Pour toute autre information, s'adresser à Lise Patoine au 418 479-2900 ou

lisepatoine@globetrotter.net

La tenue d'une activité est conditionnelle à un nombre minimal d'inscriptions.

Journée de l'homme

Vendredi, 16 novembre 2018

(à suivre...) L'information sera disponible sur le site internet

c.f. Richard Arcand

Social de Noël

Le jeudi 6 décembre 2018

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

Accueil : 17 h 30

Cocktail de bienvenue et vin au repas

Souper : 18 h

Coût : 25 \$ pour les membres 30 \$ pour les non-membres

Inscription obligatoire avant le 24 novembre 2018

Faites parvenir votre chèque à l'ordre de AREQ 03 G à M. Claude Couture au 100, rue de l'Anse,

Lévis, G6K 1C6 Information : 418 831-7181 ou classeaclaude@hotmail.com

Animation musicale :



PROCHAINE SESSION

Début de l'An nouveau (quilles et cinéma)	Le mercredi 23 janvier 2019
Ski de fond	Le lundi 18 février 2019
Cabane à sucre	Le mardi 2 avril 2019
Assemblée générale de Secteur AGS	Le jeudi 25 avril 2019
Assemblée générale régionale AGR	Le mardi 28 mai 2019
Salon des loisirs créatifs	Samedi et dimanche, 11 et 12 mai 2019

DÉJEUNER DE LA NON-RENTREE

Depuis quelques années nous profitons de cette belle activité qui attire beaucoup de membres pour accueillir comme il se doit nos nouvelles et nouveaux retraités.

AIDE HUMANITAIRE

Comme nous le faisons depuis plusieurs années, nous voulons encore cette année appuyer l'œuvre humanitaire de notre membre Lucette Tanguay. Elle a le courage de retourner, année après année, au Guatemala et au Nicaragua aider les écoles à s'organiser en matériel afin de donner aux élèves le matériel dont ils ont besoin pour apprendre adéquatement.

Donc nous vous demandons encore de lui aider en apportant du matériel scolaire (sauf les cahiers anneaux) ou encore de l'argent, ce qui lui permet d'acheter ce qu'il manque dans les écoles qu'elle visite.

Il y aura une boîte au déjeuner de la non-rentree où vous pourrez déposer vos effets. Nous y ajouterons une banque où vous pourrez déposer vos dollars.

Denis Guay

QUELQUES PENSÉES SUR LE THÈME DES FLEURS



« *Il y a des fleurs partout pour qui veut bien les voir* », MATISSE, PEINTRE FRANÇAIS

« *Chaque pomme est une fleur qui a connu l'amour* », FÉLIX LECLERC, POÈTE QUÉBÉCOIS.

« *La fleur est courte, mais la joie qu'elle a donnée une minute n'est pas de ces choses qui ont commencement ou fin* »,
PAUL CLAUDEL, POÈTE FRANÇAIS.



DANIEL NORMAND CHANTE GEORGES BRASSENS



Lors du déjeuner en Beauce du 10 octobre 2018, nous aurons le bonheur d'entendre monsieur Daniel Normand qui nous fera un récital commenté des chansons de Georges Brassens.

Monsieur Normand possède une maîtrise en composition musicale de l'Université Laval; il a déjà partagé la scène avec Laurence Jalbert; il est présentement enseignant en musique au Cegep de Sainte-Foy.

Nous avons eu le plaisir de l'entendre nous interpréter les chansons de Georges Moustaki à l'automne 2017, tout en nous présentant le parcours de ce chanteur bien connu.

Daniel Normand saura égayer notre matinée, avec sa voix et sa guitare, tout en nous faisant voyager dans l'univers de Georges Brassens. C'est un rendez-vous à ne pas manquer...

Claude Couture



LES ARRANGEMENT FUNÉRAIRES

Conférence après la messe des défunts et le dîner

Le 5 novembre prochain après la messe des défunts, nous aurons une conférence sur les arrangements funéraires pas Mme Marie-Ève Garneau du Groupe Garneau Thanatologue de Lévis.

Que ce soit les pré-arrangements, le dépôt de nos volontés, la préparation des papiers légaux, le rituel funéraire, la crémation; tous les sujets seront abordés.

Une période de questions suivra. Vous pouvez même préparer vos questions à l'avance.

France Fortin, membre du C.S.



HOMMAGE AUX SAGES (25 SEPTEMBRE 2018)

Venez nombreux faire la connaissance de Jean Le Magicien! Il œuvre dans le domaine de la magie depuis plus de 25 ans! Il sait impressionner et amuser tous les genres de public. Préparez-vous à une performance des plus professionnelles où la magie et l'humour sauront vous divertir au plus haut point!

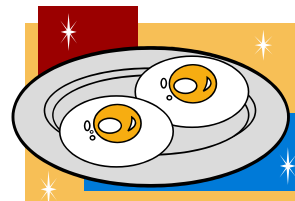
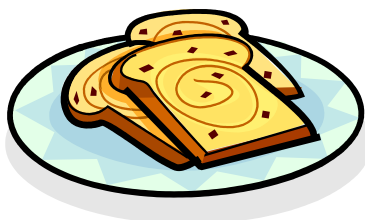
par Lise Patoine



DÉJEUNERS ANGLAIS ET ESPAGNOLS

Projet AREQ en action

Déjeuners anglais pour les intermédiaires	Déjeuners anglais pour avancés
Au Normandin de Lévis au 206, Président Kennedy de 8 h 30 à 10 h 30 les mercredis	Chez Resto Délice Lévis (salon Français) de 8 h 30 à 10 h 30 les mardis
19 septembre, 3, 17 et 31 octobre	18 septembre, 2 et 16 et 30 octobre
14 et 28 novembre	13 et 27 novembre
Bienvenue aux nouveaux et nouvelles!	Bienvenue aux nouveaux et nouvelles!
Animateur : André Boucher	Animateur : André Boucher



Projet AREQ en action

Déjeuners espagnols pour intermédiaires	Déjeuners espagnols pour avancés
Chez Ryna (St-David) de 8 h 30 à 10 h 30 les mardis	Chez Ryna (St-David) de 8 h 30 à 10 h 30 les mercredis
11 et 25 septembre	12 et 26 septembre
9 et 23 octobre	10 et 24 octobre
6 et 20 novembre	7 et 21 novembre
Bienvenue aux nouveaux et nouvelles!	Bienvenue aux nouveaux et nouvelles!
Animateur : Claude Cameron	Animateur : Claude Cameron

Un montant de 15 \$ sera demandé pour la session d'automne, payable lors de la première rencontre. Inscription obligatoire avant le 20 août auprès de M^{me} Céline Fréchette au numéro de téléphone 418 837-8914 ou par courriel : celine_64@hotmail.com.



MESSAGE AUX PERSONNES-AMIES

Bonjour à chacun et chacune de vous.

C'est avec plaisir que je viens vous saluer par le biais de notre journal sectoriel.

Si vous désirez toujours partager avec nous les nombreuses et belles activités que notre conseil sectoriel nous a préparées pour la prochaine année, je vous rappelle qu'avec l'arrivée du mois d'août, c'est le moment de renouveler votre cotisation.

Le coût est toujours de 25 \$. Votre chèque devra être fait à l'ordre de "**AREQ (03)G**".

Merci de me le faire parvenir par la poste à l'adresse suivante:

Irène Guillemette, 132, de la Fabrique, Ste-Claire (Québec) G0R 2V0.

N.B. Si vous le désirez, vous pouvez également profiter du déjeuner de la **Non-Rentrée** du 29 août pour me le remettre personnellement.

De plus, si vous connaissez des personnes qui, comme vous, ont travaillé dans le secteur de l'éducation et qui pour diverses raisons ne peuvent être membres de l'AREQ; vous pouvez les inviter à devenir personnes-amies de l'AREQ et profiter ainsi, tout comme vous, de nos activités.

Pour plus d'informations, elles peuvent me rejoindre au no: (418) 883-3742 ou par courriel: ig.marceau@globetrotter.net.

Sincères salutations!

Irène Guillemette Marceau



NOUVEAUTÉ NOUVEAUTÉ NOUVEAUTÉ NOUVEAUTÉ

JOURNÉE SPORTIVE ET SOCIALE

Le vendredi 16 novembre 2018 à l'École secondaire de Saint-Anselme

«Organisez-la et les gens vont s'inscrire!» : voilà la prédiction de Claire Buteau lorsque j'ai suggéré la tenue d'une journée sportive destinée à nos membres et personnes-amies, leurs conjoints, leurs parents, leurs amis... Alors, il vous appartient de lui donner raison en participant nombreux à cette journée sportive et sociale que nous vous avons concoctée : une occasion de bouger, de vous amuser, de découvrir des activités physiques bénéfiques pour vous, de partager de bons moments entre retraités sans pression de performance ou de compétition (autant que possible...).

À la cafétéria de l'école, qui sera notre lieu d'accueil et de ralliement, des activités plus tranquilles seront proposées pour stimuler nos méninges (cartes, scrabble, etc.) sans oublier de relever le défi du quizz «Québec Je me souviens» qui sera animé par Louise Guay. Les équipes seront formées sur place. Pour le dîner, la responsable de la cafétéria, M^{me} Andrée Nolet, nous promet un menu spécial qui saura sans doute plaire à tous!

Soyez des nôtres pour profiter de cette journée d'activités stimulantes et bienfaitantes et pour démontrer aux enseignants encore actifs que la retraite, c'est plein de beaux moments à partager quand on fait partie de l'AREQ Louis-Fréchette!

Lise Patoine, trésorière, AREQ 03 G Louis-Fréchette.



Journée sportive et sociale

Le vendredi 16 novembre 2018

Lieu : École secondaire de St-Anselme, 825, route Bégin.

Coût pour les membres : 15 \$ Coût pour les non-membres : 20 \$ (Dîner inclus)

N.B. : Selon vos intérêts ou votre condition physique, vous pouvez choisir le nombre d'activités qui vous convient. N'oubliez pas vos espadrilles.

Nom et prénom : _____ Membre ____ Non-membre ____

Numéro de téléphone : _____ (en cas de tempête ou d'annulation d'une activité).

Pour chaque période, veuillez indiquer votre 1^{er} (1) ou 2^e (2) choix.

Accueil : 9 h à la cafétéria (porte # 8)

	GYMNASE	LOCAL A-220	PISCINE
9 h 30 – 10 h 30	Volleyball ____ Badminton ____	Conditionnement- ____ Mise en forme	
10 h 45 – 11 h 45	Volleyball ____ Badminton ____	Initiation Yoga ____	Bain libre ____
11 h – 11 h 45	Quizz Québec Je me souviens à la cafétéria ____		
11 h 45 – 12 h 45	Dîner à la cafétéria.		
12 h 45 – 13 h 45	Volleyball ____ Badminton ____	Vie active ____	
14 h - 15 h	Volleyball ____ Badminton ____	Conditionnement physique ____	Aquaforme ____

2^e participant (S'il y a lieu)

Nom et prénom : _____ Membre ____ Non-membre ____

	GYMNASE	LOCAL A-220	PISCINE
9 h 30 – 10 h 30	Volleyball ____ Badminton ____	Conditionnement- ____ Mise en forme	
10 h 45 – 11 h 45	Volleyball ____ Badminton ____	Initiation Yoga ____	Bain libre ____
11 h – 11 h 45	Quizz Québec Je me souviens à la cafétéria ____		
11 h 45 – 12 h 45	Dîner à la cafétéria		
12 h 45 – 13 h 45	Volleyball ____ Badminton ____	Vie active ____	
14 h – 15 h	Volleyball ____ Badminton ____	Conditionnement physique ____	Aquaforme ____

L'inscription est obligatoire. Faites parvenir votre chèque **avant le 1^{er} novembre** à l'ordre de AREQ 03 G à Mme Lise Patoine, 33-D, route 275 N, Frampton Qc G0R 1M0

Pour information, communiquez au 418 479-2900 ou lisepatoine@globetrotter.net.

ENEZ JOUER AVEC NOUS!





PROJETS DE VOYAGES POUR 2018-2019



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

Courriel : 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 répartagées entre tous les participants.) Vous pouvez avoir des invités.

Si vous payez par carte de crédit, au Club voyages Sélect, vous devez me donner une partie du numéro de la carte et votre numéro de téléphone.

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

Merci de respecter les dates pour les paiements!

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!

Notre Dame de Paris au Grand Théâtre de Québec (complet)

le mercredi 16 août 2018

Départ de Lévis à 18 h 45. Se présenter pour 18 h 20.

Arrêt à St-Romuald au 420, Taniata (Liquidation Conteneur) à 19 h, se présenter à 18 h 45.

Svp, m'indiquer votre lieu de départ.

Voyage en Croatie

2019

Présentation du projet pour la Croatie, le 10 octobre à 13 h30, à St-Henri.

Bienvenue à toutes les personnes intéressées.

Festival Western St-Tite

Le mardi 11 septembre

Horaire de la journée des Aînés :

10 h 30 : Messe avec orchestre à l'église de St-Tite (optionnel)

Dîner libre

13 h : Danse avec animation

15 h : Spectacle

17 h 30 : Souper (soupe, repas chaud, dessert, breuvage)

19 h 30 : Spectacle

21 h : Fin de la journée

Chèque au nom de **Voyages Club Sélect**, Départ de l'agence au 874, rue Archimède à Lévis (St-David).



Les Belles-Sœurs au Capitole

Le dimanche 11 novembre

Départ de Lévis à 14 h 30, se présenter pour 14h 10, arrêt à St-Romuald au 420, Taniata à 14 h 45, se présenter à 14 h 30

Coût 97 \$, chèque au nom de Voyages Club Sélect.

Les valse de Vienne au Capitole

Le dimanche 2 décembre

Chèque au nom de Groupe Voyages Québec, coût 139 \$ daté du 1^{er} septembre.

Départ de Lévis à 11 h 30, se présenter à 11 h 10, arrêt à St-Romuald 420 Taniata (Liquidation Conteneur) à 11 h 40, se présenter à 11 h 30. SVP, me préciser votre lieu de départ.

Projet pour mai 2020, à venir

JEU DE MOTS

TROUVER LE MÊME MOT QUI PERMET DE COMPLÉTER LA FIN DE LA PREMIÈRE EXPRESSION ET LE DÉBUT DE LA DEUXIÈME.

Ex. Ski de _____ de tiroir (le mot manquant est FOND). Vous pouvez vous amuser à en inventer d'autres et m'en faire part : nous pourrions continuer le jeu dans un autre numéro. (liseptoine@globetrotter.net)

- | | | |
|---------------------|-------|---------------------|
| 1. Mer à ... | _____ | ...comme un trou. |
| 2. Sucre du ... | _____ | ... de mon enfance. |
| 3. Jambe de ... | _____ | ... franc. |
| 4. Course à ... | _____ | ... de nez. |
| 5. Paquet de ... | _____ | ... en boule. |
| 6. Serviette de ... | _____ | ... mâché. |
| 7. Oiseau de ... | _____ | ... blanche. |
| 8. Sauver des ... | _____ | ... troubles. |
| 9. Gerbe de ... | _____ | ... d'or. |
| 10. Pêche à la ... | _____ | ... d'écoute. |
| 11. Salade du ... | _____ | ... de file. |
| 12. Ciel de ... | _____ | ... double. |
| 13. Fer à ... | _____ | ... de bois. |
| 14. Cure ... | _____ | ... de plâtre. |
| 15. Bleu ... | _____ | ... noire. |
| 16. Œil de ... | _____ | ... bourguignon. |
| 17. Chique de ... | _____ | ... à mâcher. |
| 18. Ras le ... | _____ | ... de soupe. |
| 19. Cuillère à ... | _____ | ... anglais. |
| 20. Cœur de ... | _____ | ... d'api. |



COUPONS-RÉPONSE

Les coupons serviront à vous inscrire à chacune des activités. Nous vous remercions de respecter la date limite d'inscription; 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.



Déjeuner de la non-rentree

Le mercredi 29 août 2018

Accueil des nouveaux et nouvelles retraités 2018

Lieu : Maison des Aînés, 10, rue Giguère, Lévis

Voir les détails en p. 11

Coût : 12 \$ pour les membres, 15 \$ pour les non-membres, 10 \$ pour les nouveaux

Nom et prénom : _____ Membre ☐ Nouveau ☐

Nom et prénom : _____ Membre ☐ Nouveau ☐ Non-membre ☐

L'inscription est **obligatoire**. Faites parvenir votre chèque à l'ordre d'**AREQ 03 G** à M^{me} Louise Guay, au 3899, rue des Opales, Lévis, G6W 7M2 avant le 22 août.

Information : 418 833-9809 ou camarine@videotron.ca



Hommages à nos Sages

Le mardi 25 septembre 2018

Lieu : Aréna de St-Henri, 120 rue Belleau

Voir les détails en p. 12

Coût : 15 \$ pour les membres, 20 \$ pour les non-membres, 10 \$ pour les membres de 75 ans et +

Nom et prénom : _____ Membre ☐ Non-membre ☐ Aîné ☐

Nom et prénom : _____ Membre ☐ Non-membre ☐ Aîné ☐

L'inscription est obligatoire. Faites parvenir votre chèque à l'ordre **AREQ 03 G** à M^{me} Louise Guay, au 3899, rue des Opales, Lévis, G6W 7M2 avant le 18 septembre.

Information : 418 833-9809 ou camarine@videotron.ca



Déjeuner en Beauce (pour tous)

Le mercredi 10 octobre 2018

Lieu : Club de Golf de Beauce, 1425, rang. St-Étienne, Ste-Marie (entre Scott et Ste-Marie à l'ouest de la Rivière Chaudière)

Voir les détails en page 12

Coût : 14 \$ pour les membres, 18 \$ pour les non-membres (déjeuner et conférence)
5 \$ pour le récital seulement

Nom et prénom : _____ Membre ☐ Non-membre ☐

Nom et prénom : _____ Membre ☐ Non-membre ☐

L'inscription est obligatoire. Pour le déjeuner et la conférence, faites parvenir votre chèque à l'ordre de **AREQ 03 G** à M^{me} Louise Guay, au 3899, rue des Opales, Lévis, G6W 7M2 avant le 3 octobre.

Pour le récital seulement, s'inscrire au numéro de téléphone 418 833-9809 ou par courriel à camarine@videotron.ca.





Messe des défunts

Le lundi 5 novembre 2018

Lieu : Église de Pintendre

Voir les détails à la page 12

Dîner : Ryna Pizza

Coût : 15 \$ pour les membres, 20 \$ pour les non-membres (dîner et conférence)

5 \$ pour conférence seulement

Nom et prénom : _____ Membre ☐ Non-membre ☐

Nom et prénom : _____ Membre ☐ Non-membre ☐

L'inscription est obligatoire. Faites parvenir votre chèque à l'ordre de **AREQ 03 G** à M^{me} Louise Guay au 3899, rue des Opales, Lévis, G6W 7M2 avant le 29 octobre.

Pour la conférence seulement, s'inscrire au numéro de téléphone 418 833-9809 ou camarine@videotron.ca



Journée sportive et sociale

Le vendredi 16 novembre 2018

Lieu : Polyvalente St-Anselme, 825, route Bégin, Saint-Anselme Détails à la page 14

Coût : 15 \$ pour les membres, 20 \$ pour les non-membres

Compléter la fiche de la page 15 et la retourner à M^{me} Lise Patoine 33D, route 275 Nord, Frampton Qc G0R 1M0



Social de Noël

Le jeudi 6 décembre 2018

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

Coût : 25 \$ pour les membres, 30 \$ pour les non-membres

Nom et prénom : _____ Membre ☐ Non-membre ☐

Nom et prénom : _____ Membre ☐ Non-membre ☐

L'inscription est obligatoire. Faites parvenir votre chèque à l'ordre de **AREQ 03 G** à M. Claude Couture au 100, de l'Anse, Lévis (Québec) G6K 1C6 avant le 24 novembre.

Information : 418 831-7181 ou classeaclaude@hotmail.com

RÉPONSES JEU DE MOTS

1. BOIRE 2. PAYS 3. BOIS 4. PIED 5. NERFS 6. PAPIER 7. NUIT ou CHAIR 8. EAUX
9. BLÉ 10. LIGNE 11. CHEF 12. LIT 13. CHEVAL 14. PIPE
15. NUIT ou POUDRE 16. BŒUF 17. GOMME 18. BOL 19. THÉ 20. POMME



NOS MEMBRES DISPARUS

M^{me} Jeanne Perreault, décédée le 8 mars 2018. Elle a enseigné au niveau primaire dans la Beauce. Elle habitait St-Bernard.

M. Michel Laverdière, décédé le 14 mars 2018, à l'âge de 69 ans, professeur en sc. commerciales et bureautiques. Il a aussi enseigné à la Polyvalente Benoît Vachon de 1969 à 2003. Il habitait Ste-Marie de Beauce.

M. Honorius Fournier, décédé le 28 mars 2018, à l'âge de 82 ans. Il a enseigné à la polyvalente de Lévis et il habitait au même endroit.

M. Jacques Claude Lavigne, décédé le 2 avril 2018, à l'âge de 84 ans et 10 mois, époux de M^{me} Louisette Morency. Il demeurait à Lévis.

NOS CONDOLÉANCES À

M^{mes} Noëlla, Diane et Thérèse Perreault, elles sont endeuillées de leur soeur M^{me} Jeanne Perreault Roberge.

M. André Lacasse a perdu sa soeur aînée, M^{me} Marie-Claire Lacasse Godbout.

M^{me} Thérèse Roy et M. Gustave Marceau, pour la perte de leur fille aînée, M^{me} Justine Marceau.

M^{me} Murielle Breton Lemieux et M. Jean-Claude Breton, pour le décès de leur mère Mme Irène Marquis Breton.

M. Wilfrid Côté a été endeuillé de sa soeur M^{me} Marie Côté de Rivière-Bleue, Témiscouata.

M^{mes} Gilberte et Lise Beaudin, pour la perte de leur mère, M^{me} Clara Beaudin Bilodeau.

M. Pierre Bélanger, pour le décès de sa mère M^{me} Anna Voyer.

M^{me} Jeanne d'Arc Turcotte et M. Gérard Marcotte, leur fille, M^{me} Geneviève Henry, décédée le 18 avril 2018, à l'âge de 42 ans.

M^{me} Yolande Mercier a perdu son frère, M. Anatole Mercier.

M^{me} Nicole Lachance-Roy, pour le décès de sa soeur M^{me} Carmen Lachance.

Messieurs André et Jacques Dutil, pour la perte de leur soeur M^{me} Bérengère Dutil Beaulieu, décédée le 3 mai 2018, à l'âge de 86 ans.

M. Jacques Laflamme, décès de son frère M. Jean-Guy Laflamme.

M^{me} Claire Légaré, décès de sa sœur M^{me} Louise Légaré.



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 bulletin sectoriel.

Pour la parution d'un avis de décès dans le bulletin sectoriel, avisez Mme Madeleine St-Hilaire au 418 885-9232 ou par Internet au msth@hotmail.com.



FONDATION LAURE-GAUDREULT

Fondation Laure Gaudreault (Tendresse de l'AREQ depuis 28 ans.)

Bonjour à vous tous ! J'ai le plaisir de vous communiquer des nouvelles de notre F.L.G.

L'année 2017-2018 est une année de transition. On n'a qu'à se rappeler que le Bureau national a adopté son plan d'action triennal, sur le modèle de fonctionnement de l'AREQ. Un tel plan permet à notre F.L.G. de se doter d'un outil de développement et d'un cadre opérationnel poursuivant des objectifs précis.

-Le travail de modernisation de notre site internet est entrepris avec l'objectif d'améliorer la donation en ligne et les campagnes de financement. Je vous cite d'une façon spéciale: **Loto-Voyages** (Fondation Monique Fitz-Back), pour l'éducation au développement durable.) Informations sur : fondationlg.org.

-Votre don (sécurisé en ligne sur notre site) est précieux surtout, pour les personnes âgées, (enseignant(e)s retraité(e)s à faible revenu et, pour une contribution financière servant à soutenir la recherche médicale de maladies. Nous aidons directement nos jeunes ou par le biais des organismes qui les soutiennent.

-Depuis l'adoption de nouveaux règlements en juin 2017, chaque région a reçu le plein montant du produit de la vente du Tirage national, en ce qui nous concerne 250 \$ pour notre secteur, à cela s'ajoute 90 % des sommes nettes amassées (Ex: Tirage partage (moitié-moitié) et un versement additionnel du national. Tout ceci pourra, sans doute, combler nos 3 demandes faites par notre secteur.

-Le versement **unique** de 10 \$ pour devenir membre à vie de la FLG est versé aux Fonds de capital (Google: Fonds de capital Fondation Laure Gaudreault) qui serviront aux bénéficiaires de notre région, nous confirme notre président national, M. Robert Gaulin. Je vous invite à lire: Quoi de neuf, p. 33, Printemps 2018. Pour joindre la Fondation Site internet: Nathalie Hébert
1-800 663-2408 ou par Internet : www.fondationlg.org/.

Je vous remercie de votre appui à faire rayonner le nom de Laure Gaudreault.



Madeleine St-Hilaire, responsable F.L.G. de notre secteur.

PATINAGE POUR LES ÂÎNÉS

AU CENTRE HONCO ST-ROMUALD(LÉVIS) 2018-2019

22^e année

Les mercredis de 14 h à 15 h 20

Les vendredis de 8 h 30 à 10 h 50

Début : 29 août au vendredi 21 décembre, 2018 , du 9 janvier au 12 avril, 2019

Il n'y a pas de séances de patinage les vendredis suivants : **5 octobre, 16 et 30 novembre, 7 décembre.**

En 2019 : il n'y a pas de séance de patinage les **8 février , 6 et 15 mars.**

Merci à tous les responsables : Diane , Louise, Danielle, Raynald, Laval, Lucien, Richard, Jean-Marc,
Inf. Claire 418 839-6759 . Merci à vous tous qui apportez de la joie par votre sourire!

Bienvenue à tous!



ENVIRONNEMENT.

Lorsque je parle environnement, j'aime bien porter une attention spéciale à notre milieu environnant. De belles richesses naturelles nous entourent. Je porte votre attention sur *La Grande Plée bleue* et le *Parc Valéro-Les Écart*s, ceux-ci ayant retenu mon attention. Je vous invite à lire les informations ci-dessous.

LA GRANDE PLÉE BLEUE.

C'est une tourbière, un vaste milieu humide où on retrouve un parterre végétal très dense parsemé de dizaines de petites mares d'eau douce. C'est un écosystème où plusieurs organismes de la flore et de la faune ont été recensés. Plusieurs espèces de plantes particulières se sont adaptées à un tel milieu et un grand nombre d'animaux s'y nourrissent, s'abritent et se reproduisent. C'est aussi une imposante réserve d'eau douce qui a comme propriété de filtrer les impuretés de l'air ce qui constitue un bel exemple d'un milieu à préserver à deux pas du centre-ville de Lévis. On y accède par un sentier sans dénivellation d'une longueur d'environ 1 km pour déboucher sur une structure impressionnante, construite sur des pieux supportant un trottoir de bois. Depuis deux ans, cet aménagement permet d'offrir gratuitement des randonnées éducatives aux visiteurs. C'est la Société de conservation et de mise en valeur de la Grande Plée Bleue, un organisme sans but lucratif, qui assure la protection de cette tourbière. Toutefois, ce milieu ayant été proclamé réserve écologique, les visites libres sont interdites. Cependant, pour participer à une visite éducative, durant l'été, étant accompagné d'un ou d'une guide naturaliste, vous faites une réservation sur le site Internet : www.grandepleebleue.ca ou en téléphonant au 418 903-6660, accessible durant l'été.

Ce site se situe sur le chemin Ville-Marie. Pour s'y rendre, on emprunte la route 173, reliant Lévis à Saint-Anselme ; à la hauteur de Pintendre, on tourne vers l'est, sur le Chemin Ville-Marie, et on roule environ 8 km, jusqu'au chalet du club autoneige Ville-Marie situé au 1170 Chemin Ville-Marie.

PARC VALÉRO – LES ÉCARTS.

En plein cœur du périmètre urbain de Lévis, le parc Valéro-Les Écart

s couvre une colline d'environ 60 m de dénivelé, il est bordé au sud par l'autoroute 20 et une rivière et au nord, un quartier résidentiel de Lévis. Connus sous l'appellation de Sorosto, puis de Boisé de l'Auberivière, cet espace fut acquis par la raffinerie Valéro. Ce parc en milieu urbain est un domaine forestier dominé par l'érablière laurentienne composée d'érables, de chênes, de frênes et de pins, entre autres. Cet écosystème regorge d'une flore printanière remarquable et d'une belle collection d'oiseaux migrateurs. Les amateurs de randonnée et de plein air ont accès gratuitement à 5 sentiers bien balisés de niveau facile, couvrant environ 5 km. Un groupe de bénévoles, les Amis du Boisé l'Auberivière, milita pour la conservation de ce boisé. Leurs efforts furent couronnés par la décision de la raffinerie Valéro de participer à la création d'un parc de conservation. Sur l'axe de la route 173, allant de Lévis à Saint-Anselme, on tourne sur la rue Louis-H.-La Fontaine vers l'ouest aux feux de circulation, jusqu'au bout. On tourne à droite sur la rue Charles-Rodrigue et, immédiatement après, on emprunte le carrefour à sens giratoire sur ses trois quarts pour prendre la rue de la Pascaline où, au bout, un stationnement est accessible à proximité du parc.

Collaboration précieuse: M.Jean-Claude Nadeau (Membre de notre AREQ) et Madeleine St-Hilaire.(comité environnement).



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 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'Ancrage 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.

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

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, Lise
Patoine, Clémence Prévost et
Francine Sénéchal.

Site Internet de l'AREQ 03 G

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



Date de tombée des articles

Pour la prochaine édition : 1^{er} novembre 2018

Faire parvenir les articles à Denis Guay
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

Gestionnaire du site Web Louis Fréchette

Martine Lagacé et Jacques Brochu

louis.araq03g@gmail.com

CANADA POSTES
POST CANADA



Postage paid

Port payé

Publications Mail

Poste-publications

Convention # 40 739 048

MEMBRES DU CONSEIL SECTORIEL

Président : Denis Guay	418 837-3265.....	guaydeni@hotmail.com
1 ^{re} v.-prés. : Louise Guay	418 833-9809.....	camarine@videotron.ca
2 ^e v.-prés. Robert Hins.....	418 885-4694.....	rhins@videotron.ca
Trésorière : Lise Patoine.....	418 479-2900.....	lisepatoine@globetrotter.net
Secrétaire : Claude Couture.....	418 831-7181.....	classeaclaude@hotmail.com
1 ^e conseillère : France Fortin.....	418 837-5459.....	francerose118@hotmail.com

Responsables délégués aux comités régionaux

Assurances et Retraire	Nicole Talbot	819 604-7004.....	n-talbot@videotron.ca
L'environnement :	Madeleine St-Hilaire	418 885-9232.....	msth1950@hotmail.com
La condition féminine :	Micheline Héroux	418 833-5360.....	michelinegagne@hotmail.com
La condition masculine :	Richard Arcand	418 903-2673.....	richardard@hotmail.com
Le sociopolitique :	Jacques Olivier	819 604-7004.....	n-talbot@videotron.ca

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

ISSN 1913-2247 NOUVEL ENVOL (Imprimé)

ISSN 1913-2255 NOUVEL ENVOL (En ligne)

Reproduit par Imprimerie Guay
2, rue Vaillancourt, Lévis (Québec)
G6V 4R5 Tél. 418 837-1583
Fax 418 948-9269
Courriel : info@imprimerieguay.ca

