

Entre fleuve et sommets

Volume 22, no. 2
Janvier 2016
Secteur 03-H
Charlevoix



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

SOMMAIRE

Mot de la présidente.....	p. 1
Soirée de Noël.....	p. 2
Nouveaux membres.....	p. 2
Non-rentree.....	p. 3
25è F.G.L.....	p. 3
Dîner des Aînés.....	p. 4
Escapade à Québec.....	p. 4
Une activité appréciée.....	p. 4
Manifestation.....	p. 5
Projet AREQ en Action.....	p. 5
Décès.....	p. 5
Convocation AGS.....	p. 6
Formation WEB.....	p. 7
Formation relève.....	p. 7
Formation environnement... ..	p. 7
Condition des hommes.....	p. 8
Dossier sociopolitique.....	p. 8
Condition des femmes.....	p. 9
Formation retraite.....	p. 9
Convocation AGR.....	p. 10
Agenda hiver-printemps.....	p. 11
Parlons voyage.....	p. 11
Responsables de dossiers.....	p. 12

Entre douceur et turbulences

Blotti entre fleuve et sommets, Charlevoix semblait être protégé des secousses extérieures. Pourtant, les ondes de chocs des attentats parisiens ont été bien ressenties chez nous aussi ; d'aucun ont même annulé leur voyage dans les « vieux pays »...



Malgré ces turbulences, la COP21 a bravé le sort en accueillant les élus du monde entier. Elle a réussi à créer des consensus importants sur les enjeux qui concernent notre survie collective. Puisse les efforts déployés à cette conférence demeurer une source d'inspiration dans nos actions personnelles et collectives.

Plus près de nous, avant ces événements, nous avons traversé une période d'élections fédérales, de négociation provinciale et d'activités aréquiennes intenses. Dans un climat d'été prolongé, les membres du Conseil et les responsables de dossiers ont été présents aux nombreuses activités sectorielles et régionales, aux formations nationales, au CN.

De la relève aux aînés

Notre secteur a vécu un automne foisonnant où vous étiez nombreux à tous les rendez-vous. De la Non-Rentrée au Manoir Charlevoix, en passant par la rencontre des deux secteurs au Murray Bay, le dîner des Aînés à l'Auberge Beauséjour, la messe des défunts et la visite guidée à Baie Saint-Paul jusqu'à la magnifique soirée de Noël au Trois Canards, votre participation témoignait de notre vitalité.

Je veux mentionner également deux autres constats positifs. Primo, l'équipe des bénévoles s'est enrichie de quatre nouveaux membres : Wilfrid Custeau (condition masculine), Maurice Deschênes (site web), Mariette Duchesne (téléphoniste) et Hélène Martel (envois postaux). Voilà une relève significative pour notre organisation !

N'OUBLIEZ PAS NOTRE SITE WEB
www.areqcharlevoix.org

Site WEB remis à neuf bientôt
Nouvelle adresse à venir

suite page suivante



Secundo, les interventions des membres du comité Entraide et Solidarité auprès de nos Aînés ont porté leurs fruits. En effet, nous constatons que ceux-ci sont plus nombreux à participer à nos activités. C'est un indice encourageant pour la poursuite de notre mission, élément pivot de notre plan d'action.

Hiver invitant, printemps prometteur

L'hiver 2016 nous proposera sans doute, de nouveaux défis à relever. C'est avec authenticité et confiance que nous saurons y faire face. Nous vous invitons à garder ce contact stimulant avec votre Association et peut-être à vous y impliquer davantage. Notre agenda vous offrira des activités variées où votre conseil sera heureux de vous accueillir.

Au cœur du printemps, vous serez conviés à notre Assemblée générale qui aura lieu le 5 mai au Camp le Manoir des Éboulements. Votre conseil vous présentera le bilan de l'année 2 de notre Plan d'action. Aussi, selon nos Statuts et Règlements, trois membres du conseil auront terminé leurs mandats : les postes en élection seront ceux de la première vice-présidente, du trésorier et de la première conseillère. Vous êtes cordialement invités à poser votre candidature en vous procurant le formulaire auprès d'un membre du Conseil ou le jour même de l'assemblée générale.

Les membres du conseil se joignent à moi pour vous souhaiter une Année 2016 dans la Paix, la Santé et la Sérénité !

Votre présidente, Angeline Demers



NOTRE SOIRÉE DE NOËL 2015, UN JOYEUX FESTIN!

Le 10 décembre, la salle de l'Auberge des 3 Canards était pleine à craquer! Dans l'ambiance joyeuse du temps des Fêtes, l'accueil des nouveaux membres s'est déroulé pendant le repas gastronomique. Par la suite, une soirée dansante a fait le bonheur des participants.



Bienvenue à nos nouveaux membres

Huguette Bouchard	MA
Annick Boudreault	MR
Maurice Deschênes	MR
Mariette Duchesne	MR
Joane Fortin	MR

Légende

MR ↪ membre régulier
MA ↪ membre associé

Lionel Fortin	MR
Paul-Henri Larouche	MA
Jeannine Pelletier	MR
Rosaire Tremblay	MR

Les membres du Conseil Sectoriel vous souhaitent une joyeuse retraite pleine de santé et de beaux projets.

NOS ACTIVITES SECTORIELLES

La Non-Rentrée

À nos retrouvailles de la Non-Rentrée, le 24 août 2015, 108 personnes, dont 82 membres, étaient présentes au Manoir Charlevoix: un nombre record !

Dans la première partie de la rencontre, les membres du conseil ont présenté les activités de l'automne. Puis, le chanteur Denis Lavoie a entonné des chants de circonstances en faisant participer la salle. Le poème de Yvon Latulippe, *J'ai pour nous un fleuve*, a été chanté sur l'air de *J'ai pour toi un lac*, de Gilles Vigneault.

Par la suite, les échanges se sont poursuivis dans la salle à manger. Trois nouveaux membres étaient présents: Joane Fortin, Mariette Duchesne et Maurice Deschênes.



25^e anniversaire de la Fondation Laure-Gaudreault

Le 17 septembre dernier, notre association a souligné le 25^e anniversaire de la Fondation Laure Gaudreault. À cette occasion, une rencontre spéciale avait été planifiée avec les collègues de l'AREQ du Lac-St-Jean. Plus de 80 personnes des deux régions étaient au rendez-vous.

Après une marche aux Berges Alexis le Trotteur, le groupe s'est rendu au buste de Laure Gaudreault à l'hôtel de ville de Clermont. Nous avons été accueillis par M. le Maire Jean-Pierre Gagnon qui l'a bien connue. Mme Anne Brazeau, responsable de la Fondation dans notre secteur, Mme Angeline Demers, notre présidente et Mme Marthe Audet personnifiant Laure Gaudreault ont souligné l'œuvre de cette grande dame.

Après un dîner au club de golf Murray Bay, la chorale « les Joyeux retraités » du Lac Saint-Jean a interprété quelques chansons dont l'une composée spécialement pour Laure Gaudreault.



Un gros merci à tous pour cette magnifique journée!

Marthe Audet et Raymonde Bergeron

NOS ACTIVITES SECTORIELLES (SUITE)

DÎNER DES AÎNÉS, par Raymonde Bergeron

Notre conseil sectoriel et le comité d'Entraide et Solidarité élargi ont souligné de belle façon la Journée internationale des Aînés le 1^{er} octobre 2015.

À cette occasion, nous avons reçu nos membres âgés de 80 ans et plus pour le repas du midi à l'Auberge Beauséjour de Saint-Joseph-de-la-Rive. Ce fut un grand succès.

Les aînés participants étaient très heureux et nous ont manifesté beaucoup de gratitude. Plusieurs d'entre eux nous l'ont exprimée de vive voix et même par écrit, comme en témoigne ce message reçu :

Merci à l'AREQ. Merci au comité organisateur. Merci d'avoir pensé aux aînés.

J'ai beaucoup apprécié cette belle rencontre, ce bon repas et ce bel environnement,

Bravo à vous tous !

Florence V. Lalande



Escapade à Québec

Le 14 octobre 2015, après avoir assisté à une conférence très intéressante sur le sommeil au Montmartre Canadien en matinée, notre groupe a effectué une visite guidée palpitante de la Haute ville en après-midi, par un vent glacial.



Une activité très appréciée

Notre agenda aréquien nous permet, en novembre, de participer à une messe pour commémorer d'une façon particulière le souvenir de nos membres, parents ou amis décédés au cours de la dernière année.

La célébration eucharistique s'est déroulée le 13 novembre 2015 en la magnifique chapelle des Petites Franciscaines de Marie de Baie St-Paul. Une trentaine de personnes de notre association, auxquelles s'étaient joints notre présidente régionale Mme Pierrette Simoneau et son conjoint y ont participé.



Pour faire suite à cette célébration, ceux qui le désiraient étaient invités à découvrir quelques monuments importants de Baie Saint-Paul en compagnie de notre nouveau retraité et historien Rosaire Tremblay. Celui-ci a su captiver notre intérêt par une présentation détaillée, bien documentée, souvent

suite page suivante

NOS ACTIVITES SECTORIELLES (SUITE)

suite de la page précédente

accompagnée d'anecdotes particulières reliées à l'histoire de chacun des monuments présentés. Aux dires de tous les participants cette visite quoique trop courte fut des plus agréables. Merci Rosaire pour ces belles découvertes.

Cette activité s'est ensuite déplacée à la microbrasserie le Saint-Pub où les membres présents ont pu fraterniser autour d'un bon repas.



Jean Tremblay

Manifestation

Plusieurs membres étaient présents à la marche du 27 octobre aux côtés des enseignant(e)s de Charlevoix (SEC-CSQ), en appui aux employés de l'État en négociation.



Projet AREQ en ACTION



Cet automne 10 personnes, dont des membres de l'AREQ, ont participé aux ateliers *Musclez vos méninges!* donné par Élisabeth Caron, animatrice du Centre des femmes de Charlevoix. Madame Caron résume l'expérience en ces termes: « Les personnes présentes s'y sont bien amusées! Ces ateliers visaient l'éducation à la santé intellectuelle et l'entraînement cognitif. Les participants ont pris conscience que le stress, les problèmes de santé et l'inactivité peuvent affecter la mémoire. L'âge n'est pas le seul responsable des petits oublis. »

Hélène Bouchard, membre, qui a suivi la formation a bien voulu nous faire part de son appréciation: « Le cours ** Musclez vos méninges ** m'a fait prendre conscience des diverses possibilités de demeurer active tant au point de vue intellectuel que physique. Il m'a permis de découvrir qu'il y a des moyens de raviver notre mémoire, d'être bien dans sa peau et d'agir avec moins de stress. Il faut savoir choisir et se tenir avec des gens agréables le plus possible, afin de mieux respirer la joie de vivre avec les personnes qui nous entourent. Avoir de l'humour, c'est très important. Il faut être positif, créatif, imaginatif et dynamique. »

Nécrologie

M. Clermont Marquis, membre, époux de Carmen Sheehy

M. Caroll Richard, membre

M. Henri-Paul Girard, frère de Jean-Guy Girard, membre

M. Jos-Fidèle Lapointe, époux de Anita Porlier, membre

M. Raymond Lavoie, beau-frère de Jean-Guy Girard, membre

M. Bertrand Tremblay, frère de Angèle Tremblay, membre

Mme Marie-Alice Truchon, mère de Constance Tremblay, membre

Toutes nos condoléances aux familles éprouvées.





A1416-AGS-OJ-01

CONVOCAATION

Assemblée générale sectorielle de l'AREQ-03H, Charlevoix

Date : Jeudi, le 5 mai 2016

Heure : 15 h 00

Les membres de l'AREQ Charlevoix sont convoqués à l'Assemblée générale sectorielle qui aura lieu le jeudi, 5 mai 2015 au *Camp le Manoir des Éboulements*, 2058 Route du Fleuve, Les Éboulements, Qc.

L'assemblée sera suivie d'un goûter, gratuit pour les membres, (non-membres: 10 \$)

PROJET D'ORDRE DU JOUR

Accueil de la présidence

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 du 5 mai 2015
3. Rapport de la présidence et des responsables de comités
4. Rapport de la trésorerie
 - 4.1 Présentation et adoption du rapport financier 2014-2015
 - 4.2 Présentation et dépôt de l'état des produits et charges 2015-2016 (au 30 avril 2016)
5. Élections
6. Mot de la présidence régionale
7. Présentation des artistes et vote « coup de cœur »
8. Reconnaissances
9. Tirage des prix de présences
10. Autres sujets
11. Levée de l'assemblée

Saint-Hilarion, le 18 janvier 2016

Angeline Demers
Présidente AREQcsq 03 H Charlevoix

Francine Tremblay
Secrétaire



Activités régionales

Formation WEB

Tous les responsables des sites WEB de la région 03 ont bénéficié d'une formation spéciale à Québec le 20 octobre 2015. Trois membres de notre secteur y ont participé : Raymonde Bergeron, Angeline Demers et Maurice Deschênes. Le responsable de notre site web depuis son ouverture en 2013, M. Réal Rivard de Portneuf était aussi présent.

Cette démarche avait pour objectif d'outiller les secteurs en leur présentant un nouveau modèle de site développé par l'AREQ. Nous avons reçu une formation de M. Dominic Provost sur le logiciel WordPress. Cet instrument se voulait plus simple à consulter et à alimenter et de surcroît plus durable.

En adoptant cette nouvelle procédure, nous pouvions améliorer la qualité de l'information transmise aux membres. Mais l'objectif recherché était aussi celui de pouvoir contrôler les opérations sur notre territoire. Il me fait plaisir de vous annoncer aujourd'hui qu'un de nos membres a accepté de relever le défi. En effet, **Maurice Deschênes, nouveau responsable**, a déjà commencé le transfert des données. Vous recevrez bientôt les indications pour accéder à ce nouveau site. Un grand merci à Maurice pour sa récente implication à l'équipe !

Formation relève

Tous les membres du conseil sectoriel de Charlevoix ont participé à une journée de formation nationale à l'Hôtel Québec le 5 novembre



Pensée du Jour

« Qui vit en paix avec lui-même vit en paix avec l'univers. »

Marc-Aurèle

Formation environnement

En tant que responsable sectorielle du Comité Environnement, j'ai assisté à une formation à Québec le 11 novembre 2015. La journée s'est déroulée autour du thème de la "surconsommation de plastique."

À l'aide d'un power point, nous avons reçu des explications sur l'historique de l'apparition du plastique, les utilisations, des statistiques, les impacts de la consommation des plastiques, en terminant par les perspectives et les alternatives. Le responsable des Écoles Vertes Bruntland, M. Jean Robitaille, a expliqué l'importance pour les établissements scolaires de s'impliquer avec les EVB.



Dans l'après-midi, Madame Evelyne Daigle, biologiste, a donné une conférence sur la surconsommation du plastique. Elle a fait partie de l'équipe de recherche dans l'Antarctique avec Monsieur Jean Lemire. Ses propos étaient appuyés par des extraits de films très réalistes et troublants, montrant l'état des océans.

Pour terminer la journée, une activité nationale va être proposée à tous les secteurs. Celle-ci se déroulera à l'automne 2016.

BON RECYCLAGE!

Francine Tremblay, responsable

Activités régionales (suite)

COMITÉ DE LA CONDITION DES HOMMES

Comme il le mentionnait dans le numéro du mois d'août 2015 de notre journal, M. Régnald Frève a été responsable sectoriel de ce comité depuis son début. Il m'apparaît important de le remercier pour l'investissement et le temps consacrés à ce comité et le rôle qu'il y a joué. Personnellement j'en suis à mes premiers pas dans la participation à ce comité et je suis désireux d'en approfondir la nature et les orientations.

Une première journée de rencontre a eu lieu le 22 octobre dernier à Québec. J'ai pu faire connaissance avec les 9 autres membres présents, dont M. Jean-Noël Laprise du secteur des Deux-Rives, Responsable régional de la condition des hommes. Après un tour d'horizon sur les activités dans les différents secteurs, le groupe a assisté à la présentation d'un plan d'action détaillé visant la santé et le bien-être des hommes destiné au secteur de Beaupré. M. Bernard Deschênes, du même secteur, autrefois agent de recherche sur la condition masculine à l'Agence de la santé régionale, en a livré les principaux points.

Trois objectifs généraux ont été présentés : améliorer les connaissances sur les réalités masculines, améliorer l'intervention auprès des hommes et améliorer l'organisation des services. Les membres du comité ont retenu le premier objectif comme étant le plus à notre portée pour des actions à poser dans notre milieu. Des discussions visant à mettre plus d'emphase sur la santé et le bien-être des hommes que sur leurs difficultés (sans toutefois occulter celles-ci) ont amené la proposition de changer le nom du comité en « Comité de la santé et du bien-être des hommes » et ce, pour la région 03. Finalement la préparation des activités visant le déroulement de la journée internationale des hommes le 19 novembre sous le thème « Grandir ensemble » a complété le programme de cette première rencontre du comité.

Wilfrid Custeau Responsable sectoriel

DOSSIER SOCIOPOLITIQUE

Mardi, le 10 novembre 2015 se tenait à Québec, une journée de formation sur la loi 52 (Soins de fin de vie, mourir dans la dignité).

Madame Véronique Hivon, avocate et ex-députée péquiste de Joliette qui a participé à la conception de cette loi était la porte-parole officielle.

Depuis le 10 décembre 2015, après certains obstacles, la loi est en vigueur.

Monsieur Carol Beaupré, du secteur Des Deux-Rives fait le point sur les implications de cette loi. Nous vous invitons à consulter notre site WEB pour prendre connaissance de son article qui donne un résumé assez complet des implications de cette loi: Qui pourra en bénéficier? Qui en est exclu? Quelle est la démarche à suivre. En voici un extrait:

Aide médicale à mourir : le point

L'aide médicale à mourir est maintenant une réalité au Québec. La Loi concernant les soins de fin de vie est entrée en vigueur le 10 décembre 2015. Faisant suite aux recommandations du rapport « Mourir dans la dignité », la loi a pour but d'assurer des soins respectueux aux personnes en fin de vie et de reconnaître que leur volonté prévaut lors de ce moment crucial de leur vie. Quelles sont ses implications?

Ginette Perron, responsable

Activités régionales (suite)

CONDITION FÉMININE

Marche Mondiale des Femmes 2015



Samedi le 17 octobre 2015 à Trois-Rivières a eu lieu la marche mondiale des femmes en solidarité avec les femmes du monde entier. Nous étions plus de 10,000 au Québec et des millions dans le monde à marcher pour dire haut et fort le genre de société que l'on désire. Fini la pauvreté, l'exploitation, la violence et les abus de toutes sortes infligés aux femmes. Dix responsables du secteur 03 de la condition féminine y ont participé. J'y étais. La prise de parole des femmes autochtones a permis de mieux connaître leurs réalités et leurs revendications. C'est le Centre Femmes aux Plurielles de La Malbaie qui était responsable de la logistique pour la région de Charlevoix.

Rencontre régionale des comités de la condition féminine

Lors de la rencontre sectorielle du 22 octobre, j'ai animé un atelier/conférence sur le thème de l'Art de Bien Vieillir. Cette activité a été très bien accueillie des membres présents. Plusieurs s'inspireront de notre projet pour mettre sur pied des activités dans leur secteur respectif. Ce projet a pour but de créer des groupes de partage et de réflexion sur le vieillir. Est-il possible de mal vieillir? Vieillir est-ce une grâce ou un poids? Comment puis-je vieillir sans devenir vieux/vieille? Quel regard notre société pose-t-elle sur nous? Autant de questions sur lesquelles on peut s'attarder afin de bien vieillir. Savez-vous que les deux groupes mis sur pied dans le cadre d'AREQ en Action 2013 sont toujours bien vivants chez nous ?

Comité de la condition féminine

Je suis à la recherche de femmes désireuses de s'impliquer dans le comité de la condition féminine. Vous pouvez me rejoindre au 418 439-0019.

Sylvia Marion, Responsable du comité

Formation Retraite

Une formation nationale sur la retraite s'est tenue le 12 novembre dernier à Québec. Le président de l'AREQ, M. Pierre-Paul Côté nous a d'abord informés d'une rencontre qui s'est tenue en février 2015 avec M. Martin Coiteux, président du Conseil du Trésor. Lors de cette rencontre, l'AREQ a demandé la création d'un lieu d'échanges permanent à l'égard de la protection du pouvoir d'achat des personnes retraitées. En juillet 2015, l'AREQ a reçu une invitation de M. Coiteux à participer à une tribune avec des représentants du gouvernement pour leur faire part de nos points de vue concernant les régimes de retraite. Au moment de notre formation, l'AREQ était toujours en attente de cette tribune.

Par la suite, plusieurs exposés nous ont été présentés tout au long de la journée: *Fiscalité et finances publiques* par M. Érik Bouchard-Boulianne, *le RREGOP* par M. Sébastien Lavergne, *la Coordination de la rente* par M. Guy Pepin, *Mieux comprendre l'indexation* par Mme Diane Boily.

Hélène Bergeron, responsable

Québec-Chaudière-Appalaches

CONVOCATION

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

Date : le mercredi 2 juin 2016

Heure : 9 h 00

Les membres de l'AREQ Région 03, Québec-Chaudière-Appalaches sont convoqués à l'Assemblée générale régionale de l'Association qui aura lieu le mercredi 2 juin 2016 au Centre récréatif de St-Henri, situé au 120 rue Belleau, St-Henri-de-Lévis, QC

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 coeur » (1 oeuvre de 3 artistes, par secteur).
8. Autres sujets :
9. Reconnaissances.
10. Tirage de prix de présence : (L'oeuvre « Coup de Coeur»).
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 00 | Accueil et inscription |
| 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 : inscription obligatoire auprès de votre Conseil sectoriel. |
| 13 h 30 | Reprise de l'Assemblée générale régionale, spectacle du 30e et Tirages |

Notre AGENDA Hiver-Printemps

	Activités sectorielles	Activités régionales	Activités nationales
Janvier →	(18) réunion CS Journal	(26) réunion CR (27) environnement	
Février →	(3) comité aînés (12) quilles réunion CS	(17) condition des hommes (18) condition des femmes (23) réunion CR	(16) assurances
Mars →	réunion CS	(8) journée de la femme (22) réunion CR	
Avril →	(13) dîner des bénévoles (20) conférence à Québec (22) jour de la Terre réunion CS		(4 au 7) réunion CN
Mai →	(5) AGS activité environnement	(24) réunion CR	
Juin →		(2) AGR	

PARLONS VOYAGES AVEC NICOLE

(Une collègue de l'AREQcsqCharlesbourg)



AU COEUR DE LA SCANDINAVIE

Danemark, Norvège, Suède

30 Août au 13 Septembre 2016.
Circuit à partir de 4 950 \$

Par Nicole Chamberland

Voyage 2016

Pour les intéressés, consultez notre site WEB
pour plus d'informations.

