

## BONHEUR, SAVEUR, CHALEUR !

La non-entrée est un événement de pleine conscience : percevoir consciemment cette liberté d'action, de choix. Le bonheur d'être présent de tout son cœur, début septembre. Nous dialoguons par le regard : que c'est beau l'Île d'Orléans !



Nous partageons un succulent dîner, au restaurant La Grange. Un repas copieux, délicieux, semblable à nos propos enjoués. Qu'il est agréable de se dévoiler, si peu, en fin d'été ! D'efficaces tables rondes, un service attentionné, le soleil qui nous sourit.

Sainte-Famille et la fromagerie de l'Isle d'Orléans. Monsieur Labbé et sa famille nous accueillent passionnément.



D'autres délices en cet après-midi: le divin paillasson ! Il est fondant, servi chaud, semblable aux explications, un tant soit peu historiques, mais aucunement prétentieuses.

Je vous recommande leur site qui relate les nombreux prix reçus et les mentions, d'intéressantes et inventives recettes de même que leurs points de vente.

### [Les Fromages de l'isle d'Orléans](#)

Un merci de pur bonheur pour cette précieuse organisation d'une journée des plus chaleureuses, un merci senti, ressenti par tous.

*Et que nous tous, nous dégustions le Paillasson, sans aucune raison, au gré des saisons !*

*Carmen Gingras*

## FÊTE DES AÎNÉS

Le 13 juin dernier, sur le site enchanteur du Manoir du Lac Delage, se tenait la fête durant laquelle nous avons rendu hommage à dix aînés de 85 ans et plus. Soixante-seize personnes étaient présentes. Tout a débuté par un cocktail de bienvenue suivi d'un hommage rendu à notre doyenne, madame Marie-Marthe Caron.



Voici le commentaire de madame Nicole Brousseau-Brissette, membre bénévole à la fête. « Un délicieux dîner fut suivi de pièces musicales chantées, lesquelles rappelaient des souvenirs. Un merci spécial à Claire Ennis, l'organisatrice, qui a su déployer les efforts nécessaires pour que la fête soit une réussite. » Le groupe musical *La Relance* nous a touchés par sa qualité d'interprétation.



Madame Carole Lessard, présente à l'événement, a composé un poème, publié à la page 9, qui célèbre la sagesse et la beauté de nos aînés.

*Claire Ennis, responsable*

## Les déjeuners du mois



Le premier mardi de chaque mois

**5 novembre 10 h**  
**Restaurant Saint-Germain**  
**2750, Chemin Ste-Foy**  
**Plaza Laval**  
**418 658-6067**

**3 décembre 10 h**  
**Ben et Florentine**  
**1291-100 ave Jules-Verne**  
**L'Ancienne-Lorette**  
**418 742-5223**  
**(rue derrière le Maxi)**

**En 2020**  
**7 janvier 10 h**  
**Tomas Tam 418 527-2211**  
**325, rue du Marais (coin Pierre-Bertrand)**

**4 février 10 h**  
**Eggsquis**  
**1270, boul. Duplessis**  
**(Entre Dollorama et Cinéplex)**  
**418 877-5554**

**3 mars 10 h**  
**Le Dijon**  
**Hôtel Double Tree by Hilton**  
**7900, rue Marigot Charlesbourg**  
**(Laurentien N sortie de la Faune)**  
**418 627-8008**

### Pour réservation :

Gisèle Boudreault  
 418 844-3925  
 gisboudreault2008@hotmail.com

Diane St-Laurent  
 418 652-3553  
 dstla@icloud.com

***N.B. Il est très important de réserver pour les déjeuners du mois.***  
***S.V.P. Réservez pendant la semaine précédant le déjeuner. Merci!***

### POUR TOUT CHANGEMENT À VOS COORDONNÉES

Veillez, dans les meilleurs délais, communiquer du lundi au vendredi avec l'AREQ (CSQ) et l'AREQ Chauveau

AREQ (CSQ)

320, rue Saint-Joseph Est, bureau 100  
 Québec QC  
 G1K 9E7  
 Téléphone : 418 525-0611 ou  
 1 800 663-2408 (sans frais)  
 Courriel : laverdiere.luce@areq.lacsq.org

AREQ Chauveau

(à Renelle Nicole)  
 Téléphone : 418 847-8781  
 Courriel :  
 renelle.nicol@gmail.com

### AREQ Région 03 Québec-Chaudière-Appalaches

Carole Pedneault, présidente régionale  
 Tél. : 418 853-2916 Courriel : caroleareq@gmail.com

### Dans ce numéro :

Bonheur, saveur, chaleur .....	1
Fête des aînés.....	1
Les déjeuners du mois.....	2
<b>Message de la présidence .....</b>	<b>3</b>
<b>Activités.....</b>	<b>4-11</b>
Consignes d'inscription .....	4
Nouveaux membres.....	4
ViActive .....	5
Conférences à venir .....	5
Journée int. de l'homme.....	6
Fête de Noël.....	6
Marchés.....	7
Certex .....	8
Jardin Harmonia.....	8
Poème Les cheveux blancs.....	9
Voyage en Gaspésie.....	10
Bourses de l'AREQ .....	11
Partage littéraire.....	11
<b>Vie de l'AREQ.....</b>	<b>12-15</b>
Comité environnement .....	12
FLG .....	12
Sociopolitique .....	13
Biais cognitifs .....	14
Communiqués de l'AREQ .....	15
<b>Nos membres s'expriment.....</b>	<b>16</b>
Mordu de scrabble .....	16
<b>Informations.....</b>	<b>16-20</b>
Livre SHHSC.....	16
Société d'Histoire Les Rivières ....	17
Société d'Hist. Haute-Saint-Charles	17
Conférences Grand Public .....	18
Activités régulières.....	18
Recrutement.....	18
In memoriam .....	18
Responsables.....	19
<b>Agenda (calendrier).....</b>	<b>20</b>

### SITE WEB DE L'AREQ CHAUVEAU

Nous vous convions à visiter le site web de l'AREQ Chauveau. Vous y trouverez multiples informations : les bulletins présent et archivés, des photos d'activités, des nouvelles de vos comités... Notez l'adresse et enregistrez-la dans vos favoris : [chateau.areq.lacsq.org](http://chateau.areq.lacsq.org)

## Votre association

### Message de la présidence



Déjà septembre. Après les voyages d'été, la Non-Rentrée et la conférence sur la Croix Rouge, une nouvelle année est en cours et, au moment où j'écris ces mots, le soleil nous offre ses rayons chauds et réconfortants.

L'année 2019-2020 en est une autre très bien remplie avec ses déjeuners mensuels, accueil des nouveaux membres, activités sectorielles et régionales, voyages, party de Noël, conférences, etc. Tous les détails pour ces activités vous sont donnés dans les pages qui suivent de même que la marche à suivre pour vous inscrire.

Je veux vous parler plus spécifiquement de deux activités : l'assemblée générale sectorielle (AGS) et le congrès de l'AREQ nationale.

Un peu tôt pour parler de l'AGS, me direz-vous. Il faut se rappeler que trois postes sont en élection cette année. Ceux de président, secrétaire et deuxième conseiller. Qui restera, qui quittera le conseil sectoriel (CS)? Il est trop tôt pour le dire, mais vous aurez toutes les précisions dans la prochaine parution de votre journal. Beaucoup d'entre vous ont les compétences nécessaires pour faire le travail, n'ayez pas peur de vous manifester. Encore une fois, mon rêve est qu'il y ait élection à chacun de ces postes. Rêve en couleur? Peut-être. Mais je crois que tout est possible dans la vie.

Il y a aussi le congrès en juin. Toutes les personnes déléguées sont invitées à une réunion préparatoire le 22 octobre prochain à l'hôtel Québec. Une convocation vous parviendra (si ce n'est déjà fait) de la part de notre secrétaire et/ ou du comité national du congrès. La réunion est très importante, ne la manquez pas.

Il y a aussi les bourses de l'AREQ pour notre secteur cette année. Une page est insérée dans le journal pour vous informer et vous dire comment vous inscrire si vous êtes intéressés. Vous avez jusqu'en mars 2020 pour le faire.

Devant tout ce qui s'offre à nous, on hésite parfois à s'impliquer. On a peur de faire des erreurs, on voudrait être parfait dans la vie. Dernièrement, je lisais une phrase qui disait : « Tu n'as pas besoin d'être parfait pour être magnifique. » Eh oui, ça m'a interpellé et ça m'a fait du bien.

Soyez assurés que, dans la vie, on est toujours là où l'on doit être et au bon moment. On aimerait tout contrôler, tout prévoir, tout faire de façon impeccable et qu'on n'ait rien à nous reprocher. Eh bien, si on persiste dans cette façon de voir la vie, on court tout droit vers la déception. Quand je me couche le soir, je me demande si tout ce que j'ai accompli dans la journée, je l'ai fait de mon mieux. Généralement, la réponse est *oui* et là où j'aurais pu faire mieux, j'aurai appris et je ferai mieux si la situation se présente à nouveau. Par contre, si je me demande si ce que j'ai fait est parfait, la réponse sera plus souvent négative. Pourquoi? Parce que ce qui pourrait être parfait à mes yeux ne l'est pas nécessairement pour d'autres yeux. Dois-je me discrediter parce que d'autres voient différemment de moi? Faisons donc toujours de notre mieux et notre vie sera toujours magnifique, en retenant que *magnifique* ne veut pas toujours dire *facile*.

Je vous laisse sur ces mots et vous souhaite plein de petits et grands bonheurs qui viennent mettre un baume sur des moments plus difficiles où l'on oublie que nous sommes magnifiques. Donnons le meilleur de nous dans tout ce que nous faisons et ainsi, nous serons toutes et tous magnifiques.

*René Moisan, président*



#### Conseil sectoriel

Président	René Moisan	418 622-3762	remo@videotron.ca
1 <sup>er</sup> vice président	Gilles Duchesne	418 847-6125	duchesne.gilles1@gmail.com
2 <sup>e</sup> vice-président	Louis-Marie Pichette	418 871-4079	pichette.lm@hotmail.com
Trésorière	Céline Lessard		celine.lessard60@gmail.com
Secrétaire	Renelle Nicole	418 847-8781	renelle.nicol@gmail.com
1 <sup>er</sup> conseillère	Francine Perron	418 877-9381	francineperron@videotron.ca
2 <sup>e</sup> conseiller	Jacques Tessier	418 875-2672	jacques777tessier@gmail.com

## ACTIVITÉS

### CONSIGNES S'APPLIQUANT LORSQU'ON S'INSCRIT À UNE ACTIVITÉ

Faites un chèque pour chacune des activités et inscrivez-y le nom de l'activité. Informez-nous, en même temps, de toute allergie alimentaire et/ou d'un régime végétarien.

Dans le cas d'un paiement pour plus d'une personne, mentionnez, au verso du chèque, le nom des personnes concernées en indiquant membre ou non-membre.

La modalité des inscriptions peut varier selon l'activité. Lorsque précisé, remplissez le coupon inclus sur la feuille intégrée dans le journal ou à la dernière page de la version internet.

#### **Annulation**

Il est convenu par le CS que la politique concernant la date maximale du chèque pour une activité soit celle de la date d'échéance des inscriptions.

Après cette date, les annulations ne seront plus acceptées.

Indiquez votre numéro de téléphone sur le chèque.

Les chèques sont encaissés, ordinairement, à la date de la fin des inscriptions.

#### **Inscrivez-vous tôt.**

Lorsqu'une activité mentionne qu'il y a un nombre maximum d'inscriptions, la préséance va aux membres et la date où ce nombre est atteint constitue la date limite d'inscriptions.

#### **Note pour le transport**

Par son comité d'entraide, le secteur peut offrir, dans la mesure du possible, le transport aux membres qui seraient dans l'impossibilité de se rendre à une activité.

Contacteur : Claire Ennis : tel : 418 843-3611

courriel : ennisclaire17@yahoo.ca

## NOUVEAUX MEMBRES

Les membres dont les noms suivent sont nouveaux dans notre secteur.  
Nous leur souhaitons la bienvenue.

### **Nouveaux membres en 2019**


NOM	ÉTABLISSEMENT
Cardinal Anne	École Paul-Hubert (Rimouski)
Dumas Lucette B.	CSQ (secrétaire administrative)
Farlardeau Michel	Collège de Champigny
Lacombe François	École Saint-Jean-Baptiste
Lajoie Lucie	Collège O'Sullivan
Laliberté Martine	Cégep Garneau
Minguy Michel	Cs des Premières-Seigneuries
Nadeau Mario	École des Sentiers
O'Brien Johanne	Compagnons-de-Cartier
Pagé Thérèse	
Paquet Alain	Cs de la Côte-Sud
Paquet Pauline	École des Hauts-Clochers
Plante Gaétane	Centre Saint-Louis
Rhéaume Édith	CFP Neufchâtel

### **Membres ayant rejoint notre secteur**

Boudreault Marthe  
Demers Claire  
Desrochers Suzanne  
Labbé Rita  
Leblanc Dolorès  
Parent Odette  
Plante Johanne  
Therrien Lise

## ACTIVITÉS



Le programme  s'adressant aux personnes de 50 ans et plus, a été créé en 1988 par Kino-Québec (Kino veut dire mouvement en langue grecque). Ce programme a été créé dans le but de faire bouger les gens de façon sécuritaire tout en s'amusant.

En septembre 2014, nous débutons notre première session de ViActive. Nous étions une vingtaine de femmes et d'hommes à faire de l'activité physique une fois par semaine. Depuis septembre 2015, nous nous retrouvons deux fois par semaine. L'activité a repris en septembre 2019 ; nous sommes maintenant 35 personnes à en faire partie.

Différentes routines agrémentent nos séances d'exercices et s'accompagnent d'une musique entraînante, ce qui n'est pas sans rappeler aux participants de bons moments de leur jeunesse et vie d'adulte. Du bonheur, quoi. Chaque séance débute par un échauffement, suivi d'une phase d'aérobic et la séance se termine avec un retour au calme. La condition physique de chaque participant est respectée et tous les mouvements et exercices peuvent se faire autant debout qu'assis.

Vous avez le goût de vivre l'expérience? Il est toujours possible de vous joindre à nous. La session d'hiver débutera le lundi 13 janvier 2020. Il est possible de s'inscrire pour un jour seulement ou pour les 2 jours, soit les lundi et mercredi.

**Lieu :** local scout à côté de l'école de Château d'Eau au 3137, rue du Golf, Québec (Loretteville)


**Coût :** Une fois semaine : membre : 10 \$  
non-membre : 15 \$

Deux fois semaine : membre : 20 \$  
non-membre : 30 \$

**Pour inscription et envoi du paiement :** Libellez votre chèque à : AREQ Chauveau.

Adressez votre envoi à : Renelle Nicole,  
12100 Raymond-Daveluy,  
Québec (QC) G2B 5A4

*Peu importe son rêve, il faut être en santé pour le réaliser. ET POUR GARDER LA FORME, RIEN DE MIEUX QUE L'ACTIVITÉ PHYSIQUE!*

Renelle Nicole,  
responsable du programme   
AREQ Chauveau

418 847-8781

renelle.nicol@gmail.com

## CONFÉRENCES À VENIR...

Chers membres et amis de l'AREQ Chauveau,

Nous devons nous familiariser avec de nouvelles façons de faire pour nos inscriptions aux activités et conférences. Pour ce qui est du volet conférence : nul besoin de remplir un coupon, vous nous signalez votre intérêt pour l'une ou l'autre ou toutes, en nous téléphonant au : 418 875-2672 ou via le courriel : [soperreault2012@gmail.com](mailto:soperreault2012@gmail.com)

Voici les sujets et les dates :

**10 octobre 2019 :** Présentation du documentaire *Québec profond* présenté par Sophie Perreault . (voir texte en environnement p. 12)

**14 novembre 2019 :** *Les Pierres Tombales nous parlent* avec madame Brigitte Garneau. Cela vous semble rébarbatif? Au contraire, ce sera une conférence

très vivante et intéressante. Monsieur Réjean Lemoine nous a fait l'éloge de madame Garneau comme étant une conférencière hors pair.

**16 janvier 2020 :** *Québec Ouest/Vanier De l'indigence à l'indépendance* présentée par Réjean Lemoine et Sandra Bisson.

Notez que les conférences sont toujours offertes gratuitement à la bibliothèque Félix Leclerc, sise au 1465 boul. de l'Innovation, à Val-Bélair, G3K 2P9. Elles commencent à 10 h.

N.B. : À la page 5 du Nouveau Jalon Été 2019, vous avez un descriptif détaillé de chacune des conférences.

Jacques Tessier,  
responsable des conférences et sorties

## ACTIVITÉS

### PARTAGEONS NOS FORCES LORS DE LA JOURNÉE INTERNATIONALE DE L'HOMME 19 NOVEMBRE 2019



Le matin, nous recevrons madame Émilie Bleau qui traitera de : *La sexualité en contexte de vieillissement*

En après-midi, Nelson Gaudreau nous entretiendra à son tour sur: *Le rire, c'est la santé*

Le tout se terminera par une courte synthèse de la journée et un chaleureux au revoir.

**Lieu:** l'Hôtel Québec

**Quand:** 19 novembre 2019

**Coût:** membre : 15 \$ non-membre : 25 \$

**Date limite d'inscription :** 12 novembre 2019

**Heure:** à partir de 9 h 30

**Diner**

**Départ:** 15 h

Bien évidemment, nous aimerions que le plus de personnes possible se présentent à cette activité. Comme disait quelqu'un de chez nous, nous suggérons même que les dames se fassent un devoir spécial d'inviter les hommes qu'elles connaissent et qu'elles fréquentent à venir vivre ce joyeux événement, tout à fait particulier, avec tous ceux et celles qui seront de la partie. Parlez-en, transmettez la bonne nouvelle de façon convaincue et convaincante.

N'oublions pas d'y venir pour *Partager nos forces*.

*Jean-Noël Laprise,*  
responsable régional du Comité des hommes

**Voir Coupon inséré pour inscription**

### FÊTE DE NOËL



Déjà? Il faut dès maintenant penser à notre fameux dîner de Noël. Celui-ci aura lieu le 17 décembre 2019 à l'ancien *Four Points by Sheraton*, qui se nomme maintenant le *Double Tree by Hilton*. Il est

situé au 7900 rue du Marigot (boulevard Laurentien Nord, sortie de la Faune).

C'est avec un immense plaisir que les membres du CS (conseil sectoriel) vous y attendent en grand nombre entre 10 h 30 et 11 h. Un apéro – avec ou sans alcool – vous y sera offert.

Nous vous demandons encore une fois de bien vouloir apporter quelques denrées alimentaires non périssables qui seront recueillies par un membre bénévole de la Saint-Vincent-de-Paul de Loretteville. Il va sans dire que les dons en argent sont aussi les bienvenus.

De nombreux prix de présence seront remis parmi les participants. *Le Choeur La Clé des Saisons* interprétera pour nous plusieurs chansons de Noël.

**Coût :** comprend le repas, l'apéro et l'animation spéciale (taxes et service inclus)

Membre : 30 \$ non-membre : 40 \$

Membre de 80 ans et plus : 20 \$

**Quand :** le mardi 17 décembre 2019

**Date limite d'inscription :** 8 décembre 2019

**Le maximum de participants est fixé à 120. Si vous désirez former un groupe à une même table (8 personnes par table), veuillez inscrire les noms dans votre envoi.**

*Il est très important d'utiliser le coupon annexé au journal pour votre inscription.*

*Gilles Duchesne, responsable*



# ACTIVITÉS

## MARCHES DU MARDI

*La marche, un geste naturel...*

Vous n'avez pas besoin de vous inscrire, il suffit de vous présenter au stationnement prévu pour le départ à 13h30. Là, nous vous remettons, s'il y a lieu, les détails écrits du circuit d'une durée de 90 minutes environ. Une rencontre amicale a lieu dans un café après la marche.

Nous invitons les nouvelles retraitées et les nouveaux retraités à se joindre à notre groupe de marche *Les pieds dans le vent*.

OCTOBRE			
15	Francine Claire	Parc riverain du Lac St-Augustin	Familiprix, 3695, rue de l'Hétrière, via Charest Ouest, sortie Jean-Gauvin, 2 fois à droite
22	Jean-Pierre Rolande	Parc Linéaire de la rivière Saint-Charles	Maison O'Neil, 3160, boul. Wilfrid Hamel
29	Henriette Jean-Pierre	Corridor des Cheminots, vers Québec	Aréna de Loretteville, 86, boul. des Étudiants
NOVEMBRE			
5	Henriette Claire	Le Mesnil	Walmart, Lebourgneuf
12	Francine Rolande	Aux alentours de la rue Maguire	Rue Maguire, stationnement publique \$
19	Jean-Pierre Francine	Cap-Rouge, vers Promenade des Soeurs	Église de Cap-Rouge, 1460, rue Provan-cher
26	Claire Henriette	Neufchâtel Ouest	Mikes, 9550, boul. de l'Ormière
DECEMBRE			
3	Francine Jean-Pierre	Montchâtel	Rue Duhamel, au bout, via boul. des Cimes
10	Henriette Rolande	Trait-Carré, Charlesbourg	Église Saint-Charles Borromée, boul. Louis XIV
JANVIER 2020			
7	Henriette Francine	Ste-Foy	Cinéma Odéon (arrière) Coin Hamel et Duplessis
14	Jean-Pierre Francine	Dubergier	IGA, 2300, boul. Père Lelièvre
21	Jean-Pierre Claire	Parc des Moulins	9300, de la Faune, Parc-O-Bus
28	Claire Rolande	Loretteville vers le sud	305, rue Racine
FÉVRIER			
4	Henriette Claire	Marais du Nord	1100, Chemin de la Grande Ligne, Stoneham
11	Jean-Pierre Francine	Neufchâtel, vers le sud, par Robert-Bourassa	Métro, coin Robert-Bourassa et Bastien
18	Claire Jean-Pierre	Wendake	100, rue de l'Ours

**RESPONSABLES**  
**Henriette Nellis**  
**Jean-Pierre Lachance**  
**Claire Gervais**

**418 842-5525**  
**418 843-5167**  
**418 844-2844**

**Rolande Drouin**  
**Francine Bélanger**

**418 842-4262**  
**418 872-1188**

## ACTIVITÉS

### CERTEX



Le 20 juillet 2019, j'ai eu la chance de visiter CERTEX qui est un centre de tri de récupération du textile. C'est un organisme à but non lucratif, membre du Conseil

québécois d'entreprises adaptées (COEA). Ses activités s'orientent vers la récupération et la revalorisation des vêtements.

C'est là que les soutien-gorge que vous donnez pour la Fondation du Cancer du sein sont triés. La cueillette de juin 2019 est presque toute triée.

Les soutien-gorge sont triés et classés en trois catégories.

La première catégorie est neuve ou presque neuve. La deuxième catégorie traite les vêtements usagés ayant besoin d'une petite réparation.

Les vêtements de la troisième catégorie sont attachés en ballots pour être vendus à des cimenteries comme carburant à la place du charbon.

Ces vêtements ne sont plus utilisés pour faire du rembourrage de matelas ou de coussins.

Certex représente la plus grande installation de tri et de réemploi du genre au Québec.

Grâce aux dons de vêtements, Certex emploie 90 personnes handicapées (soit 40% de sa main

d'œuvre. Plusieurs programmes d'aide ont été mis sur pied afin de faciliter leur intégration dans la communauté. Depuis 1992, Certex a procuré une expérience de travail à près de 1000 individus. Certex opère pendant cinquante (50) semaines par année.

#### Protection de l'environnement

Grâce à CERTEX, plus de 6 000 tonnes de matières textiles sont détournées des sites d'enfouissement chaque année, soit l'équivalent de 367 remorques de 16 mètres (53 pieds).

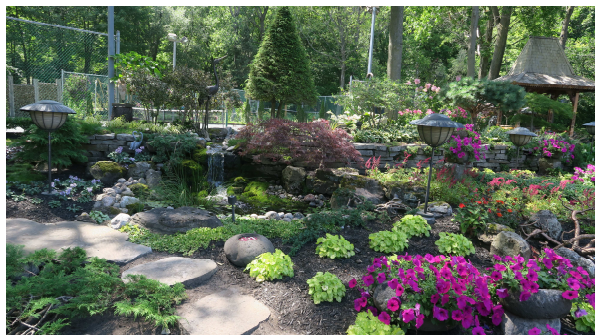


*Gisèle Faucher,  
responsable du Comité de l'environnement  
AREQ Secteur Amiante*

### SOUVENIRS DE LA VISITE DU JARDIN HARMONIA



Nous voulons partager avec vous quelques photos de la merveilleuse visite du jardin Harmonia situé à Saint-Bruno-de-Montarville.





# ACTIVITÉS

## LES CHEVEUX BLANCS

Refllet de sagesse,  
Beauté éternelle,  
D'une vieillesse,  
Sans ses ailes.

Regarder derrière,  
Le chemin parcouru,  
Sous plusieurs vues,  
Être fier.

Tant d'expérience,  
Au-delà des mots,  
Un repère providentiel,  
D'une jeunesse disparue.

Bonheur partagé,  
D'un présent, d'un passé,  
Étincelles dans les yeux,  
Un avenir heureux.

Moment privilégié,  
Repos bien mérité,  
Vaquer à ses activités,  
La liberté.

Cheveux blancs,  
Parsemés de gris,  
Une vie durant,  
Sur le chemin de la vie.

Une écoute pour les petits-enfants,  
Un temps pour ses enfants,  
Un instant pour soi,  
Malgré les émois.

Cheveux blancs,  
Au gré du vent,  
Souvenirs d'antan,  
Moment présent.

Jour de gloire,  
Grande victoire,  
Des années passées,  
Dans un monde exacerbé.

Fleurs de pommier,  
Blanches comme la neige,  
Un âge avancé,  
Sans piège.



Carless (Carole Lessard)

# ACTIVITÉS

## VOYAGE EN GASPÉSIE

Un groupe de 30 participants, 6 hommes et 24 femmes, se retrouvent en ce lundi matin, 26 août 2019, pour partir à la découverte de la Gaspésie et de ses points cachés et mystérieux.

Que de découvertes et d'expériences enrichissantes durant cette semaine!

### Alors nous nous souviendrons...

1. Les *Murmures de Mont-Joli* et ses nombreuses murales thématiques. Marcher dans cette ville nous a permis de découvrir les richesses de son patrimoine et leurs personnages inspirants. Soulignons l'implication de la ville à parts égales avec les citoyens pour les rénovations des façades des édifices. C'est à voir!

2. Les *jardins de Doris* ... Cette retraitée et son conjoint nous font découvrir avec enthousiasme leurs jardins, un ancien dépotoir transformé en oasis au cœur de la ville. De plus, ils permettent à certains jeunes en réinsertion sociale, de travailler à embellir ces jardins par l'apprentissage de l'horticulture et de la menuiserie. Endroit coup de cœur pour plusieurs d'entre nous!

3. Le *Parc Forillon et Percé* Une longue journée de route a vraiment écourté la visite de ce parc rempli d'histoire. À Percé, nous découvrons le *Géoparc*, un héritage géologique et endroit accrédité patrimoine mondial par l'Unesco depuis un an. Le *Pic de l'aurore*, ainsi nommé parce qu'il est frappé le premier par les rayons du soleil levant, fait partie de ce décor unique.

4. Le *Magasin général authentique, 1928, de l'Anse à Beaufils* Des animateurs conteurs en costumes d'époque, membres de la famille du propriétaire de ce magasin général, relatent avec humour l'histoire des grands pionniers. Cet endroit révèle bien son appartenance première à la compagnie Robin, Jones and Withman, époque des pêcheurs de morue. Nous réalisons les conditions de vie difficiles de ces gens.

5. Le *Banc-de-Pêche-de-Paspébiac* Ce site grandiose et lieu national historique comprend 11 bâtiments, qui appartenaient à la *Robin* et à la *Le Boutillier Brothers*, les plus importantes compagnies exportatrices de morue salée-séchée. Cet endroit témoigne de l'importance du développement de la pêche

commerciale dans l'est du Canada depuis deux siècles. Présentations dynamiques durant toute la visite.

6. Le *Musée Acadien de Bonaventure* Notre guide Mathieu, connaisseur et sympathique, nous relate la vie fascinante et émouvante des Acadiens du Québec, en s'inspirant des expositions variées sur le site et à l'extérieur du site. L'église de Bonaventure est un bijou à découvrir.

### Rajoutons dans notre boîte à souvenirs....

- l'accueil des Gaspésiens, la beauté de la région, sa propreté, ses maisons rafraîchies et colorées, et les beaux couchers de soleil;
- les bassins tactiles d'*Exploramer*, un complexe axé sur la vie marine du Saint-Laurent;
- la pittoresque halte routière avec une seule toilette pour 30 personnes;
- l'excellent dîner aux *Jardins de Métis*;
- le rapatriement de deux voyageuses;
- le confort, les repas savoureux, la qualité du service des *Riôtel*;
- la bonhomie et la galanterie d'Adrien, notre conducteur;
- le gagnant du clou à tête carrée, monsieur Cloutier;
- les nombreux éclats de rire lors de certains soupers;
- le gâteau de fête au chocolat de Jacques;
- les blagues de Ghislaine;
- les prouesses de Jacques et Sophie pour regrouper, une heure plus tôt, les personnes de la croisière sur l'île Bonaventure;
- l'embarquement, la mer houleuse et la pluie torrentielle, pour voir le rocher Percé et l'île Bonaventure;
- les gâteries, bouteilles d'eau et délicates attentions de Jacques, notre accompagnateur;
- le respect, la fraternité et la joie de vivre du groupe de voyageurs.

Nous concluons en vous donnant la bénédiction, style Sophie: *Le pain, la mie, la croûte et c'est toute... Amen*

*Louise Linteau et Angèle Drapeau (les deux rapatriées)*

# ACTIVITÉS

## BOURSES DE L'AREQ



Les bourses pour le soutien à la formation visent à soutenir des membres de l'AREQ ou encore leurs proches (enfants et petits-enfants) inscrits dans une démarche de formation ou de perfectionnement. Leur sujet d'étude peut être lié autant à un champ d'intérêt personnel que professionnel.

### Personnes admissibles

Le programme de bourses s'adresse aux membres réguliers de l'AREQ ainsi qu'à leurs enfants ou petits-enfants (à condition qu'ils soient âgés d'au moins 12 ans). Les candidates et candidats doivent être inscrits à un programme d'étude offert par :

Une institution publique reconnue par le MEES (Éducation et Études supérieures)

Un organisme d'éducation populaire reconnu par le MEES

### Dossier de participation

Les candidates et candidats doivent compléter le formulaire de mise en candidature. Ce formulaire\* doit contenir les coordonnées de la personne, un texte de présentation portant sur son intérêt à la formation (250 mots max) et une lettre de la personne directrice de l'établissement scolaire ou de l'organisme d'éducation populaire attestant la fréquentation à ladite formation.

Le formulaire et la lettre d'attestation devront être acheminés à l'attention de René Moisan\*\* entre le 15 janvier et le 1<sup>er</sup> mars 2020.

### Sélection et remise des bourses

La sélection des récipiendaires est confiée à la région 03 Québec-Chaudière-Appalaches. La remise des bourses aura lieu à notre AGR du mardi 5 mai 2020 (Hôtel-Québec).

\* Ce formulaire est disponible sur le site Internet de l'AREQ :

<http://areq.lacsq.org/services-aux-membres/bourses-de-lareq/>

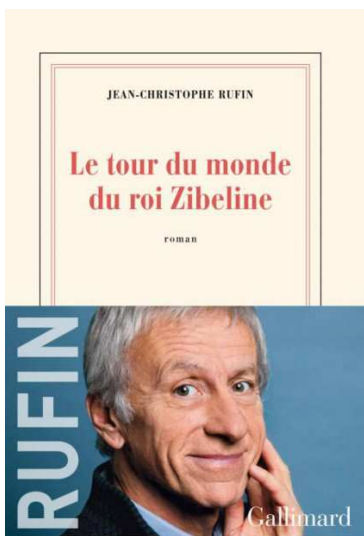
**\*\*René Moisan**

8292 rue des Grizzlis

Québec, G1G 1A6

## PARTAGE LITTÉRAIRE

### LE TOUR DU MONDE DU ROI ZIBELINE DE JEAN-CHRISTOPHE RUFIN



Comment un jeune noble né en Europe centrale, contemporain de Voltaire, va se retrouver en Sibérie puis en Chine, pour devenir roi de Madagascar... Cette histoire authentique prend l'ampleur et le charme d'un conte oriental. On y plonge comme dans un roman d'aventure extraordinaire. L'auteur s'inspire du destin singulier de

En 1784, Auguste, devenu le roi Zibeline, vient demander l'aide de Benjamin Franklin pour défendre son royaume. C'est à ce moment que le conte commence. À tour de rôle, Aphanasie, sa femme russe, et Auguste relatent leur périple autour du monde. Le charisme d'Auguste et la beauté et l'intelligence de sa femme séduisent le père fondateur des États-Unis.

Le style de Jean-Christophe Rufin construit ici un fabuleux récit d'aventure. L'auteur manie habilement l'art de mettre la philosophie au diapason du romanesque. Ce livre met en scène des personnages historiques comme le roi Louis XV, le président américain Thomas Jefferson et, bien sûr, Benjamin Franklin.

Maurice Auguste Benjowski né en 1746. Ce dernier vivra une histoire d'amour intense avec la fille du gouverneur qui va l'aider à s'enfuir lors de son emprisonnement en Russie.

Une réflexion forte sur la violence, l'égalité, le libre arbitre et l'autodétermination des peuples.

*Claire Ennis*

## VIE DE L'AREQ

### COMITÉ EN ENVIRONNEMENT

#### Conférence du 10 octobre 2019 : Québec profond.



Les fonds marins de la Côte Nord sont à l'honneur dans ce documentaire réalisé par Geneviève Bilo-deau et le plongeur professionnel Patrick R. Bourgeois qui affirme : «*le fleuve Saint-Laurent sur la Côte Nord, c'est l'un des plus*

*beaux endroits pour plonger, non seulement au Québec, mais dans le monde*». La mission de ce documentaire : sensibiliser les Québécois à la richesse de notre majestueux Saint-Laurent. Alors plongeons ensemble et visitons de fond en comble ses profondeurs mystérieuses. Lors de notre voyage en Gaspésie, nous avons pu palper quelques spécimens marins à *Exploramers* de Matane.

Pour la seconde partie, je vous présenterai une trousse en environnement proposée par l'AREQ nationale, pour laquelle j'aurai suivi une formation le 27 septembre. Par la même occasion, nous pourrions aussi échanger quelques trucs que nous utili-



sions pour notre effort collectif, histoire de nous enrichir mutuellement de nos petits gestes.

#### Rectification :

Le 20 juillet dernier, nous avons visité l'usine Certex. Je dois rectifier l'information concernant les soutien-gorge : ceux-ci sont triés, envoyés dans les pays moins nantis, mais ne servent pas à faire du rembourrage, comme on me l'avait précédemment dit. Cependant, je continue la cueillette, car elle nous permet d'amasser des sommes d'argent significatives pour la recherche sur le cancer du sein.



*Sophie Perreault & Denise Pelletier,  
votre comité en Environnement*

### LA FONDATION LAURE-GAUDREAU

Bonjour à tous,

L'été nous quitte, l'automne arrive annonçant la reprise de nos activités incluant celle de la Fondation Laure-Gaudreault.

Voici quelques informations concernant l'an passé:

Des quatre demandes soumises au comité, trois ont été acceptées :

*La Fondation Partage Chrétien Loretteville, St-Vincent-de-Paul de la Conférence St-Ambroise de la Jeune Lorette et la Maison de la Famille St-Ambroise Loretteville.*

Notre secteur a aussi fait un don lors du tournoi de golf au profit de la FLG organisé par le secteur *Cap-Diamant* de l'AREQ au cours de l'été. Je remercie le Conseil sectoriel de ce geste.

Encore cette année, je solliciterai votre générosité. J'ai pu constater, lors de l'activité de la *Non-rentrée* du 5 septembre, que votre cœur était toujours prêt à aider.

J'attends avec impatience la prochaine réunion de la Fondation qui devrait se tenir à la fin du mois d'octobre. Je serai alors en mesure de vous informer des activités prévues et de la possible loterie.

Merci beaucoup et à bientôt.



*Francine Perron  
responsable sectorielle de la FLG*

# VIE DE L'AREQ

## SOCIOPOLITIQUE AREQ/CSQ

### Rappel des sujets au menu de l'AREQ/CSQ pour 2019-2020

Intention de la ministre (Mme Blais) :

- Réformer les soins de longue durée
- Soutenir les projets visant à briser l'isolement des aînés

Évocation à la ministre :

- Investir dans les soins à domicile.
- Valoriser le travail de ceux qui oeuvrent dans les CHSLD.
- Défendre notre pouvoir d'achat à la retraite.

Enjeux à surveiller en action sociopolitique :

- Régime universel public d'assurance médicaments.
- L'aide médicale à mourir.
- Les paradis fiscaux.

### À venir :

Rencontre des représentants régionaux au comité sociopolitique AREQ 03 sous la direction de Lévis Bouchard.

5 novembre 2019

### À découvrir

Une page Internet : **Aîné-Avisé:**

<https://aineavise.ca/>

À l'instar de la fraude, la maltraitance et l'intimidation prennent des formes diverses.

Le site sensibilise les aînés (vidéo, ressources et témoignages).

Une page d'intérêt (tirée de la revue *Virage*).

*Clément Cormier,*

*représentant sociopolitique secteur Chauveau*

### Information

**Réforme du droit de la famille : les grands-parents plaident leur importance** L'Association des grands-parents du Québec (AGPQ) présentait le 28 juin dernier un mémoire pour la reconnaissance de la valeur et de l'importance des grands-parents dans la société québécoise. Chaque année, la ligne d'écoute pour aînés et grands-parents reçoit une moyenne de 1000 appels, «concernant des cas de la protection de la jeunesse ou des histoires

de chèques d'allocation familiale», illustre Henri Laf. Rupture du couple, décès de l'un des parents, nouveau conjoint auprès du parent gardien : peu importe le contexte, les petits-enfants doivent conserver le droit d'avoir une relation personnelle avec leurs grands-parents ou ascendants, si c'est dans leur intérêt supérieur, selon l'AGPQ.

Et l'intérêt de l'enfant est ce qui guidera les décisions du gouvernement dans la réforme du droit de la famille, une réflexion qui s'appuie entre autres sur le rapport Roy, publié en 2015. « L'intérêt et les droits de l'enfant doivent être au cœur des priorités », concluait alors le rapport (tiré du *Soleil*).

### Point de vue sur le salaire minimum

La dimension salariale a particulièrement retenu notre attention : on y apprend que le salaire de plusieurs employés se situait entre 13 \$ et 14 \$ l'heure. Est-ce que ce salaire permet un niveau de vie acceptable en 2019? Certaines études semblent nous laisser entendre que ce salaire comble les besoins vitaux, mais est-ce suffisant?

Enfin, les arguments contre l'augmentation du salaire minimum — augmentation de l'inflation, augmentation du décrochage scolaire, fermeture de compagnies, etc. — ne tiennent pas la route dès que l'argumentation présentée est analysée en profondeur. Nous sommes d'avis qu'une majoration régulière du salaire minimum est souhaitable si on veut réduire les inégalités sociales. Pendant ce temps, la rémunération de certains employeurs explose...

G. Chamandy, **Gildan**, 10,08 millions, gagne 670 fois la moyenne des employés.

B. Hannash, **Alimentation couche-tard**, 8,76 millions, 373 fois la moyenne des employés.

E. Laflèche, **Métro**, 6,58 millions, 314 fois la moyenne des employés.

B. McManus, **Stella-Jones**, 9,55 millions.

(tiré d'un texte de Carol Beaupré, Sociopolitique secteur Des-deux-Rives).



*Clément Cormier,*  
*représentant sociopolitique secteur*  
*Chauveau*

## VIE DE L'AREQ

### BIAIS COGNITIFS

Les changements climatiques ont déjà commencé à affecter nos vies; le refus de la vaccination montre la résurgence de maladies telle la rougeole; les fausses nouvelles se multiplient sur le WEB. En cette période de bouleversements, j'aimerais vous proposer un extrait d'une chronique de Noémie Mercier, journaliste et animatrice à la barre de Kebec, la nouvelle série documentaire historique de Télé-Québec. Cette lecture pourrait alimenter notre réflexion sur les biais cognitifs.

*Clément Cormier,  
responsable sectoriel du comité sociopolitique*

#### **De toute façon, je le pense. (Noémie Mercier chroniqueuse)**

Ça dépasse l'entendement. Croire que la Terre est plate, malgré l'évidence. Croire que les vaccins causent l'autisme, malgré les preuves abondantes du contraire. Croire que les changements climatiques n'existent pas ou ne sont pas le résultat de l'activité humaine, malgré l'écrasant consensus scientifique.

Peu importe les preuves, les consensus, les démentis, croire à tout prix. Mais comment des croyances erronées, aberrantes, même, peuvent-elles survivre aussi obstinément à l'épreuve des faits ? J'ai cherché à comprendre.

Ce n'est pas seulement la faute des hurluberlus ou des trolls malveillants qui répandent leur poison sur le web. En chacun de nous sommeille un être dogmatique qui se rebelle contre les données qui ne font pas son affaire.

Ça fait un bail que les spécialistes de la psychologie s'intéressent au « biais de confirmation » : cette tendance à voir le monde d'une manière qui nous conforte dans nos croyances. On privilégie l'information qui confirme nos idées préconçues – elle nous semble plus digne d'attention et plus crédible –, et on rejette celle qui les contredit. Ainsi, l'échafaudage de nos certitudes, aussi chambranlant soit-il, est préservé de toute menace qui pourrait l'affaiblir.

Mais le biais de confirmation a un petit frère qui est d'encore plus mauvaise foi. Les spécialistes l'appellent « l'effet boomerang ». Lorsqu'on nous confronte à des faits qui devraient fissurer nos convictions, réfuter nos idées fautives – en matière de politique, de santé ou de science, notamment –, il arrive qu'on se mette à y croire encore plus fermement. Aussi paradoxal que cela puisse paraître, dans nos esprits butés, les faits peuvent se retourner contre la vérité.

L'une des études les plus connues sur ce phénomène a été réalisée par un duo de politologues américains au milieu des années 2000, dans la foulée de la guerre en Irak. Les chercheurs ont fait lire à leurs sujets une dépêche dans laquelle le président George W. Bush défend l'invasion américaine en prétendant que Saddam Hussein possédait des armes de destruction massive – une idée discréditée depuis mais encore répan-

due à l'époque. La citation était suivie d'un passage qui rétablissait les faits. Mais le correctif n'a pas convaincu tout le monde ; seuls les lecteurs progressistes se sont laissés persuader. Pire, parmi les conservateurs, ceux qui avaient lu le texte étaient encore plus enclins à croire en l'existence de ces armes que ceux qui avaient lu la citation de Bush sans rectification.

Une autre équipe de chercheurs s'est intéressée aux campagnes de santé publique sur la vaccination. Ils ont distribué un prospectus qui déboulonnait plusieurs mythes sur le vaccin contre la grippe (notamment celui voulant que les effets secondaires du vaccin sont plus graves que la grippe elle-même). Une demi-heure après avoir lu le feuillet, les gens demeuraient confus, et prenaient certains mythes pour des vérités. Même que ces personnes étaient moins favorables à la vaccination et avaient moins l'intention de se faire vacciner, par rapport aux gens qui n'avaient jamais eu le dépliant sous les yeux.

Par un curieux retournement de situation, les efforts qu'on déploie pour déloger les faussetés pourraient donc, dans certaines circonstances, contribuer à les propager.

C'est ce qu'ont trouvé deux politologues américains, il y a quelques années, lorsqu'ils ont mené l'expérience. Leurs sujets ont tous consulté exactement les mêmes informations sur le contrôle des armes à feu et la discrimination positive. À la lecture d'arguments pourtant équilibrés, les gens qui étaient au départ favorable à ces mesures le sont devenus encore plus ; et ceux qui étaient contre ont redoublé d'hostilité.

Et c'est sans doute la découverte la plus déroutante qui émerge des études que j'ai consultées. Plusieurs chercheurs constatent que ce ne sont pas les distraits ou les incultes qui se montrent les plus hostiles aux avis contraires. Ce sont les plus fins connaisseuses et ceux qui ont les meilleures capacités de raisonnement. Car ils ont plus de munitions intellectuelles à leur disposition pour démonter l'argumentaire du camp adverse.

Des convictions ferventes, doublées d'un esprit agile, feraient des êtres particulièrement inébranlables. « De toute façon, ça ne change rien, je le pense ! »

*Noémie Mercier, chroniqueuse*

## VIE DE L'AREQ



### Action collective contre les CHSLD : l'AREQ demande des gestes concrets pour améliorer les conditions de vie en hébergement

Québec, le 24 septembre 2019 - L'Association des retraitées et retraités de l'éducation et des autres services publics du Québec (AREQ-CSQ) est satisfaite de la décision d'un juge de la Cour supérieure du Québec d'autoriser un recours collectif de 500 millions de dollars contre le gouvernement du Québec en raison de la maltraitance organisationnelle en CHSLD. Cette démarche juridique doit rendre justice aux personnes hébergées et à leurs proches qui ont souffert de cette forme de maltraitance depuis des années, et forcer le gouvernement à rehausser le niveau de services en CHSLD.

« Cette action collective met en évidence les lacunes en CHSLD, lesquelles ont un impact direct sur les personnes âgées en situation de vulnérabilité depuis trop longtemps. Une personne hébergée demeure une personne avec tous ses droits, notamment le droit à une vie digne. En ce sens, cette démarche juridique leur redonne un pouvoir sur leurs conditions de vie », souligne Lise Lapointe, présidente de l'AREQ.

Des réformes et des compressions budgétaires qui ont fait mal

Le réseau de la santé a souffert des contrecoups des dernières réformes et des compressions budgétaires. Il en a notamment résulté une dégradation des conditions de travail pour les personnes qui œuvrent quotidiennement auprès des aînés en CHSLD. D'ailleurs, l'AREQ a dénoncé publiquement cette situation de maltraitance organisationnelle en 2018, en interpellant la protectrice du citoyen.

« Dans son plus récent rapport sur les soins de longue durée, la protectrice du citoyen avait clairement démontré les effets pernicieux des réformes et des compressions sur la qualité des soins. Si nous voulons offrir une qualité de vie digne à celles et à ceux qui ont bâti le Québec, cela doit passer par l'ajout de ressources qualifiées et des conditions de travail adéquates », rappelle Mme Lapointe.

Enfin, l'AREQ déplore qu'il ait fallu se rendre à un recours en justice pour faire valoir les droits des personnes âgées hébergées en CHSLD. Cette situation doit nous amener, comme société, à une réflexion globale sur le traitement réservé aux personnes en perte d'autonomie.

### Recul de la CAQ sur la réforme du mode de scrutin : déception pour les aînés du Québec

Québec, le 16 septembre 2019 - Depuis plusieurs années, l'Association des retraitées et retraités de l'éducation et des autres services publics du Québec (AREQ-CSQ) milite pour une réforme du mode de scrutin au Québec. Elle a d'ailleurs fait de cet enjeu un élément de son plan d'action triennal 2017-2020. Alors que le premier ministre François Legault s'était engagé à le faire dans son premier mandat, la ministre Sonia LeBel a finalement laissé entendre que son gouvernement renierait sa promesse. Les 59 000 membres aînés de l'AREQ avaient pourtant espoir d'enfin obtenir un mode de scrutin proportionnel.

« Les personnes âgées en ont vu des gouvernements passés et des promesses brisées. Reculer sur la promesse d'un changement de mode de scrutin ne ferait qu'attiser le cynisme dans la population. Ainsi, nous exigeons une démocratie plus représentative dès 2022, pour les aînés, et pour les générations futures », soutient Lise Lapointe, présidente de l'AREQ.

En ce sens, l'AREQ demande au gouvernement de reconsidérer sa promesse. L'électoratisme et la partisanerie ne sont pas des avenues viables pour favoriser la participation citoyenne. Rappelons que l'AREQ s'intéresse depuis longtemps à l'idée d'une réforme du mode de scrutin pour un plus grand respect de la volonté populaire, du pluralisme politique, ainsi qu'une juste représentation des femmes et de la diversité ethnoculturelle tout en reflétant les particularités régionales du Québec.

#### À propos de l'AREQ

Fondée en 1961, l'Association des retraitées et retraités de l'éducation et des autres services publics du Québec (AREQ-CSQ) compte plus de 59 000 membres dans l'ensemble des régions du Québec. L'AREQ est affiliée à la Centrale des syndicats du Québec (CSQ).

Source : Samuel Labrecque, conseiller aux communications

Cell : 418 802-1357

Courriel : labrecque.samuel@areq.lacsq.org

## NOS MEMBRES S'EXPRIMENT

### MORDU DE SCRABBLE



Pouvoir jouer au Scrabble *duplicate* en salle pour Raymond Nellis est toujours une invitation, voire une tentation; l'appel est encore plus grand quand cette activité se combine à un petit voyage.

Voilà pourquoi, du 19 au 26 juillet 2019, il a participé au 48<sup>e</sup> Championnat du monde de Scrabble francophone à La Rochelle (France).

Chaque année le championnat se déplace afin de visiter les différents pays de la francophonie. L'an dernier, il a eu lieu à Tremblant et en 2013 à Rimouski. L'an prochain, il se tiendra à Abidjan (Cote d'Ivoire) et en 2021 à Louvain-La-Neuve (Belgique). Le mondial est ouvert aux différentes catégories : de l'élite à l'open.

Ce fut l'occasion de faire de belles rencontres d'échanges et de partages.

Raymond était accompagné de sa fille France et de sa femme Henriette, un petit support familial. En plus de la Semaine à La Rochelle il a été possible d'ajouter une semaine à Paris et une autre à Gauriac, pas très loin de Bordeaux.

De bien bons moments!

*Henriette Nellis*

## INFORMATIONS

### LIVRE DE LA SOCIÉTÉ D'HISTOIRE DE LA HAUTE-SAINT-CHARLES :

#### *Main dans la main*

La Société d'Histoire de la Haute-Saint-Charles vient de publier un livre-souvenir sur la Haute-Saint-Charles. Le sous-titre est *Main dans la main*. Il regroupe plus de 200 photos et textes accompagnateurs de 1860 à 1960 de Lac Saint-Charles, Loretteville, Neufchâtel, Saint-Émile et Bélair.

Ce livre, composé par les bénévoles de la Société d'Histoire de la Haute-Saint-Charles, a été édité chez GID. Ses photographies proviennent de la banque de la société ou encore de celles de gens du secteur qui nous ont autorisés à nous en servir. Pour les gens de ces différents secteurs, plusieurs photos vous rappelleront des moments inoubliables de votre enfance. Ces photos sont regroupées sous sept thèmes différents.

Le coût est de 30 \$ pour les membres de la Société d'Histoire et 35 \$ pour les non-membres.



Vous pourrez vous le procurer tous les mercredis et vendredis au local de la Société d'Histoire situé au 264 rue Racine, local 109, ouvert de 13 h à 16 h. Vous pouvez aussi téléphoner au 418 641-6412 poste 8638 pour information ou par courriel : [societe\\_hst\\_hstc@hotmail.com](mailto:societe_hst_hstc@hotmail.com)

*Lisette Godbout*



# INFORMATIONS



2019



**4 sept. Québec et ses abords au temps du gouverneur Frontenac**  
19h30 Par Jean-Marie Lebel (*au Centre communautaire Lebourgneuf*)

**9 oct. La vie dans les camps de bûcherons**  
19h30 par Raymonde Beaudoin

**13 nov. L'époque des écoles de rang**  
19h30 par Robert Tessier

**4 déc. 15e anniversaire de la Société d'histoire Les Rivières**  
17h00 Réservée aux membres de la Société d'histoire Les Rivières

2020



**8 janv. Les grands voyageurs d'Amérique**  
19h30 Par Gilles Bédard

**12 fév. Joe Malone et les Bulldogs**  
19h30 par Marc Durand

**25 mars Assemblée générale annuelle**  
18h00 Pour les membres de la SHLR (*à la Maison O'Neill*)

**8 avril Histoire de la Croix-Rouge, de son origine à nos jours**  
19h30 Par Jean-Claude Bellavance

**13 mai Les pierres tombales nous parlent**  
19h30 Par Brigitte Garneau

Les conférences se déroulent habituellement à la  
**Salle Irénée-Lemieux—Bibliothèque Aliette-Marchand**  
243, boulevard Pierre-Bertrand (coin rue Chabot)  
Arrondissement des Rivières, secteur Vanier

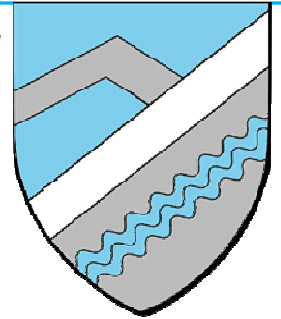
Gratuit pour les membres / 5 \$ pour le public  
Renseignements : 418 628-9905 [info@shlr.org](mailto:info@shlr.org)

**Desjardins**  
Caisse Des Rivières de Québec

Suivez-nous sur les réseaux sociaux  
[www.shlr.org](http://www.shlr.org)  
[facebook/shlr.org](https://www.facebook.com/shlr.org)

**ENTENTE**  
DE DÉVELOPPEMENT CULTUREL  
VILLE DE QUÉBEC Québec

## SOCIÉTÉ D'HISTOIRE DE LA HAUTE-SAINT-CHARLES



### CALENDRIER DES ACTIVITÉS 2019-2020

2019

2 octobre **Les femmes à la Haute-Saint-Charles**

26 octobre **Salon des Sociétés d'histoire Université Laval**

6 novembre **Bâtiments de ferme à La Haute-Saint-Charles**

4 décembre **Les coups de coeur du livre *Main dans la main***

2020

5 février **La solidarité à La Haute-Saint-Charles**

4 mars **Intérieurs anciens à La Haute-Saint-Charles**

1<sup>er</sup> avril **Boire à La Haute-Saint-Charles**

6 mai **Les 100 ans du Golf de Lorette**

24 juin **Fête champêtre Parc Jean-Roger-Durand**

Toutes les conférences sont présentées à la Bibliothèque Chrystine-Brouillet, 264 rue Racine, arrondissement Loretteville.

Ces conférences sont présentées par le président, Mario Lussier, à 19 h 30.

Entrée aux conférences, gratuite.

Il en coûte 10 \$ par année pour être membre pour les résidents de l'arrondissement, 15 \$ pour les non-résidents et 2 \$ pour les étudiants à temps plein.

Avantages d'être membre :

- > accès aux documents du centre,
- > possibilité de venir y chercher des informations
- > réception des bulletins quand ils sont publiés.

## INFORMATIONS

Le Centre d'excellence sur le vieillissement de Québec (CEVQ), en partenariat avec le comité des usagers du CHU de Québec-Université Laval, présente

**Gratuit!**

*Saison*  
2019-2020

Les conférences grand public  
du **CEVQ** •  **Vieillir en santé**

---

**Les effets néfastes du stress et de l'anxiété sur le vieillissement : comment y faire face ?**  
Mercredi 6 novembre 2019  
de 10 h à 12 h  
Sébastien Grenier, psychologue, chercheur au CRIUGM et professeur au département de psychologie de l'Université de Montréal



---

**Le rôle du proche aidant : ce qu'on ne dit pas**  
Mardi 24 mars 2020  
de 10 h à 12 h  
Sophie Éthier, professeure agrégée, École de travail social et de criminologie, Université Laval, chercheuse au CEVQ, CERSSPL-UL



À la salle Saint-Augustin du Montmartre  
1669, chemin Saint-Louis  
Entrée et stationnement gratuits

Pour information :  
418 682-7987  
www.cevq.ca

Centre intégré universitaire de santé et de services sociaux de la Capitale-Nationale  
Québec

### ACTIVITÉS RÉGULIÈRES

- **Déjeuners en anglais** : lundi 9 h à 11 h  
Restaurant Eggsquis  
5050, boul. Wilfrid-Hamel, Québec  
G2E 5X5
- **Déjeuners en espagnol** : mercredi 9 h à 11 h  
Restaurant Normandin  
986, rue Bouvier, Québec G2J 1A3
- **Quilles** : mardi 9 h 30  
Salon de quilles Laval  
709, rue Kirouac, Québec G1N 2J5
- **Club de lecture** : 3<sup>e</sup> lundi du mois à midi  
Restaurant Roreke  
40, rue Morissette, Québec G2A 1S4

### RECRUTEMENT POUR LE NOUVEAU JALON

L'équipe du journal est une équipe dynamique qui a à cœur de vous livrer un journal de qualité. Un peu de sang neuf apporterait de nouvelles idées pour continuer à améliorer votre journal. Nous sommes ouverts à tous. Si nécessaire, nous sommes disposés à donner les formations aux personnes intéressées qui en auraient besoin.

Plus de membres il y a aura dans l'équipe, mieux le travail sera partagé, et ce, dans un esprit de camaraderie et d'ouverture. Bienvenue à ceux et à celles qui répondent à cet appel en communiquant avec le responsable Robert St-Denis par courriel — pau.rob@videotron.ca — ou par téléphone — 418 845-2662.

*Les membres de l'équipe du journal*

### In memoriam

*Christiane Julien, membre;*  
*Colette LaBrie, sœur de Catherine LaBrie;*  
*Gilles Légaré, époux d'Hélène Drolet;*  
*Richard Bujold, membre.*

#### Correction

*Dans la liste des décès publiée dans le Nouveau Jalon d'été, on aurait dû lire :*  
*Gérard Paquet, frère de Juliette P. Lantier et Claire Paquet, beau-frère de Marc Doré et Françoise Allard.*



*Si vous êtes au courant d'un décès, veuillez communiquer avec Johanne Fontaine-Cossette  
418 659-4102 jfontainek7@gmail.com:*

*Pour une publication dans le courrier électronique de l'AREQ Chauveau (tôt après le décès),  
contacter : Renelle Nicole par courriel : renelle.nicol@gmail.com*

# INFORMATIONS

## IMPORTANT

Pour le prochain journal, envoyez vos textes **avant** le 3 février 2020 à Robert St-Denis  
 Téléphone : 418 845-2662  
 Courriel : pau.rob@videotron.ca

Expédition du Nouveau Jalon:  
 par courriel : 12 février 2020  
 par la poste : 19 février 2020

## Équipe du journal

Robert St-Denis, resp.  
 Huguette Bourret  
 Pauline Gagnon  
 Lisette Godbout  
 Maurice Goupil

## Mise sous enveloppe du journal

Nicole Brousseau-Brissette  
 Lise Landry  
 Paul-Émile Robitaille  
 et des membres de l'équipe du journal

## Liste de diverses activités et de leurs responsables

### RESPONSABLES DU SECTEUR AUX COMITÉS RÉGIONAUX

<b>Condition des hommes</b>	Louis-Marie Pichette	418 871-4079	pichette.lm@hotmail.com
<b>Condition des femmes</b>	Hélène Leclerc	418 845-0016	coulec2010@videotron.ca
<b>Comité des Assurances</b>	Camille Paré	418 661-2879	camillepare44@hotmail.com
<b>Comité Retraite</b>	Marie-Hélène Thomas	418 844-2886	djobin@cableshannon.com
<b>Comité Sociopolitique</b>	Clément Cormier	418 843-5103	clecormier@videotron.ca
<b>Comité Environnement</b>	Sophie Perreault	418 875-2672	soperreault2012@gmail.com

### ACTIVITÉS DE SECTEUR ET LEURS RESPONSABLES

<b>Activité</b>	<b>Responsable</b>	<b>Téléphone</b>	<b>Courriel</b>
<b>Club littéraire</b>	Claire Ennis	418 843-3611	ennisclaire17@yahoo.ca
<b>Communication membres</b>	Renelle Nicole	418 847-8781	renelle.nicol@gmail.com
<b>Décès</b>	Johanne Fontaine-Cossette	418 659-4102	jfontainek7@gmail.com
<b>Déjeuner en anglais</b>	Claudette Raynault	418 871-8986	raynaultc1965@gmail.com
<b>Déjeuner en espagnol</b>	Denise Lizotte-Rochette	418 872-3657	dnslztt@gmail.com
<b>Déjeuners mensuels</b>	Gisèle Boudreault	418 844-3925	gisboudreault2008@hotmail.com
<b>Entraide</b>	Claire Ennis	418 843-3611	ennisclaire17@yahoo.ca
<b>Ligue de quilles</b>	Guy Chouinard	418 871-7518	guy.chouinard7@sympatico.ca
<b>Marche</b>	Henriette Nellis	418 842-5525	henrietteb10@yahoo.ca
<b>Nouveau Jalon</b>	Robert St-Denis	418 845-2662	pau.rob@videotron.ca
<b>Site Web</b>	Huguette Bourret	418 843-8769	hbouret@yahoo.ca
	Renelle Nicole	418 847-8781	renelle.nicol@gmail.com
<b>Sorties et voyages</b>	Jacques Tessier	418 875-2672	jacques777tessier@gmail.com
<b>ViActive</b>	Renelle Nicole	418 847-8781	renelle.nicol@gmail.com
<b>Fondation L.-Gaudreault</b>	Francine Perron	418 877-9381	francineperron@videotron.ca

## Octobre 2019

<b>21</b> Anglais ViActive Club de lecture	<b>22</b> Marche Quilles	<b>23</b> Espagnol ViActive	<b>24</b>	<b>25</b>
<b>28</b> Anglais ViActive	<b>29</b> Marche Quilles	<b>30</b> Espagnol ViActive	<b>31</b>	<b>1</b>

## Novembre

<b>4</b> Anglais ViActive	<b>5</b> Déjeuner du mois Marche Quilles	<b>6</b> Espagnol ViActive	<b>7</b>	<b>8</b>
<b>11</b> Anglais ViActive	<b>12</b> Marche, Quilles	<b>13</b> Espagnol ViActive	<b>14</b> Conférence : Les pierres tombales	<b>15</b>
<b>18</b> Anglais ViActive Club de lecture	<b>19</b> Marche Quilles Journée des hommes	<b>20</b> Espagnol ViActive	<b>21</b>	<b>22</b>
<b>25</b> Anglais ViActive	<b>26</b> Marche Quilles	<b>27</b> Espagnol ViActive	<b>28</b>	<b>29</b>

## Décembre

<b>2</b> Anglais ViActive	<b>3</b> Déjeuner du mois Marche, Quilles	<b>4</b> Espagnol ViActive	<b>5</b>	<b>6</b>
<b>9</b> Anglais	<b>10</b> Marche, Quilles	<b>11</b> Espagnol	<b>12</b>	<b>13</b>
<b>16</b> Anglais Club de lecture	<b>17</b> Fête de Noël	<b>Joyeuses fêtes à tous!</b> 		

## Janvier 2020

<b>6</b> Anglais	<b>7</b> Déjeuner du mois Marche Quilles	<b>8</b> Espagnol	<b>9</b>	<b>10</b>
<b>13</b> Anglais ViActive	<b>14</b> Marche Quilles	<b>15</b> Espagnol ViActive	<b>16</b> Conférence Qué- bec Ouest/Vanier	<b>17</b>
<b>20</b> Anglais ViActive Club de lecture	<b>21</b> Marche Quilles	<b>22</b> Espagnol ViActive	<b>23</b>	<b>24</b>
<b>27</b> Anglais	<b>28</b> Marche Quilles	<b>29</b> Espagnol ViActive	<b>30</b>	<b>31</b>

## Février

<b>3</b> Anglais ViActive Date de tombée NJ	<b>4</b> Déjeuner du mois Marche Quilles	<b>5</b> Espagnol ViActive	<b>6</b>	<b>7</b>
<b>10</b> Anglais ViActive	<b>11</b> Marche Quilles	<b>12</b> Espagnol ViActive	<b>13</b>	<b>14</b>