

Dans ce numéro:

[Mot du président 2 et 3](#)
[Communiqué 4](#)
[Action politique 5](#)
[Condition féminine 6](#)
[Changements 7](#)
[Millén 7](#)
[Parlons voyages 8](#)
[Avis de décès 9](#)
[Page littéraire 10](#)
[Offres en informatique 11 et 12](#)
[Marche des femmes 13](#)
[Suicide 14](#)
[La fenêtre 14](#)
[Le crématorium des vieux 15](#)
[Journée inter-des femmes 16](#)
[Boutique nouvelle chance 17](#)
[L'histoire du blé d'Inde 18](#)
[Numéros utiles 19](#)
[Équipe AREQ 03 20](#)

Vive la rentrée



ciné club

brunch

déjeuners anglais

Activités culturelles

Les quilles

sorties et visites

Conférences

cours informatiques

club littéraire



L'automne

Dans une autre vie, nos vacances prenaient fin officiellement avec la fête du Travail. Aujourd'hui retraités, nous profitons pleinement de l'été jusqu'à l'équinoxe d'automne! Et puis après? Eh bien! ensuite, on profitera autant de cette belle saison qu'est l'automne québécois jusqu'au solstice d'hiver. Dure, dure la vie de retraités n'est-ce-pas? Des idées, des projets, des partenariats, l'équipe qui forme votre Conseil sectoriel en a plein la tête pour l'année qui vient. L'automne nous inspire.

La Non-Rentrée

Encore cette année, notre activité de la Non-Rentrée a connu un réel succès. Un gros merci à Jean Lapointe et Marcel Allaire qui ont organisé cette activité appréciée de tous les participants. La Côte-Du-Sud, avec sa pléiade d'attraits et d'événements nous a reçus comme elle sait si bien faire. L'héritage maritime de cette région, les Moulin banal et Manoir seigneurial des Aulnaies, les nombreux musées, et bien sûr, l'omniprésence de la sculpture sur bois qui définissent depuis des générations Saint-Roch-des-Aulnaies et Saint-Jean-Port-Joli nous ont offert une belle activité pour débiter la saison!

Les dîners anglophiles

Le projet de dîners anglophiles est toujours dans nos cartons. En effet, plusieurs membres ont manifesté leur intérêt. Il nous reste à trouver une personne responsable bilingue pour animer ces rencontres. Nous souhaitons quelque chose de simple et de convivial. Surveillez la suite des choses. C'est un rendez-vous! « It's a date! »

La Fête des aînés

Le 1^{er} octobre est la Journée nationale des aînés. L'AREQ de Charlesbourg est fière de rendre hommage à ses aînés qui ont contribué à bâtir et à animer notre association. La Journée nationale des aînés est l'occasion pour nous de montrer notre appréciation et de célébrer en l'honneur des aînés qui nous sont chers. Votre Conseil sectoriel organise pour ses aînés une activité spéciale. Chaque aîné de 90 ans et plus ainsi que chaque membre qui a atteint ou atteindra 85 ans en 2015 recevra une invitation.

L'augmentation des tarifs

Vous le savez, nous aimons réaliser avec vous des activités dans le but principal d'avoir du plaisir ensemble. Malheureusement, nous devons composer avec une hausse continue des coûts de location de salles, de transport, de restauration et des tarifs demandés par nos partenaires. Ces nouvelles charges nous mettent dans l'obligation d'augmenter nos tarifs. En effet, à compter de maintenant, les frais exigés pour participer aux activités organisées par le Conseil sectoriel seront légèrement haussés. Vous pouvez être assurés que ces coûts nous ont été imposés et que nous ne nous sommes résignés à les appliquer qu'afin de pouvoir continuer à vous offrir des activités de qualité qu'elles soient sociales, sportives, culturelles ou associatives ; et ceci en assurant une excellente santé financière à notre Association. Nous comptons sur votre compréhension.

Les activités-phares

Notre brunch des Retrouvailles (14 octobre 2015)

Notre souper de Noël (9 décembre 2015)

Notre Assemblée Générale Sectorielle (27 avril 2016)

Les élections

N'oublions pas, comme on disait autrefois, *de faire notre devoir de citoyen et d'aller voter* le 19 octobre. Et il faut encourager, me semble-t-il, nos enfants et petits-enfants en âge de voter, à exercer ce droit citoyen, à développer chez eux le sens de la démocratie, à valoriser ce précieux droit de parole. Bref, à agir pour combattre le cynisme qui risque de devenir l'ennemi numéro un de nos sociétés démocratiques modernes. Voter, c'est s'exprimer!

Le plaisir

Votre conseil sectoriel a hâte de vous retrouver et de partager plein des petits bonheurs. Commençons la saison en beauté par notre traditionnel Brunch des Retrouvailles du 14 octobre prochain. Au plaisir de vous y rencontrer.

Je vous souhaite une merveilleuse saison!

Vive la retraite! Vive l'AREQ de Charlesbourg!

Bonne lecture!

Michel Caron, président

Brunch des retrouvailles

AREQ Charlesbourg

Manoir du Lac Delage

Mercredi 14 octobre 2015

11 heures

Date limite d'inscription: 25 septembre 2015

Coût : 25\$

On vous y attend nombreux

[*\(coupon réponse\)*](#)



Communiqué

Québec 30 août 2015

L'AREQ appuie l'initiative « Unis pour l'éducation publique »

L'Association des retraitées et retraités de l'éducation et des autres services publics du Québec (AREQ-CSQ) joint sa voix à la coalition de partenaires de l'éducation qui demande au gouvernement du Québec de cesser les compressions et de réinvestir dans les services aux élèves qui fréquentent l'école publique.

« Des dizaines de milliers de nos membres ont contribué à bâtir un réseau public d'éducation de qualité. Nous avons investi notre cœur et nos énergies pour permettre à plusieurs générations d'élèves d'aspirer à un avenir meilleur. Nous sommes fiers de l'héritage que nous avons légué à nos enfants et à nos petits-enfants. Aujourd'hui, nous sommes à la fois tristes et préoccupés de voir que le réseau est mis à mal par des coupures qui auront des impacts majeurs à court, à moyen et à long terme. Il faut arrêter le rouleau compresseur de l'austérité avant qu'il soit trop tard! », a souligné le président de l'AREQ, Pierre-Paul Côté.

Ainsi, les membres de l'AREQ seront invités à porter fièrement le macaron « Unis pour l'éducation publique » et à adhérer à la cause afin que l'éducation redevienne une priorité au Québec.

« Dans un élan de solidarité intergénérationnelle, nous voulons appuyer de tout cœur les femmes et les hommes qui tiennent à bout de bras le réseau public d'éducation, de même que tous les parents qui veulent offrir une éducation de qualité à leurs enfants », a conclu Pierre-Paul Côté.

Source : Dominic Provost, conseiller en communication

Cell. : 9418 929-4082 provost.dominic@csq.qc.n



**LE COMITÉ RÉGIONAL DE L'ACTION SOCIOPOLITIQUE
VOUS INVITE À DEUX CONFÉRENCES SUR DES SUJETS CHAUDS DE L'ACTUALITÉ
LE 27 NOVEMBRE 2015**

LA CLASSE MOYENNE : AUSTÉRITÉ ET RELANCE

Conférencier : Philippe Hurteau Chercheur à l'IRIS (Institut de recherche et d'informations socio-économiques).



Depuis plusieurs années au Québec, on entend des préoccupations quant à l'avenir de la classe moyenne. Cette conférence a pour but de clarifier la situation et d'envisager l'avenir de la classe moyenne en fonction des politiques publiques actuellement avancées.

Voici quelques questions que nous aborderons:

Comment évolue la classe moyenne au Québec?
Dans quelle situation se trouve-t-elle?

Assistons-nous à une érosion de la classe moyenne?
Comment vont les revenus de cette classe?
Comment assure-t-on sa pérennité tant au début de la vie (éducation) qu'à la fin (retraite)?

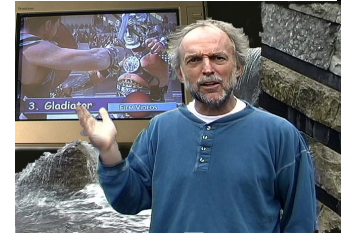
Nous verrons également quelle est l'influence des mesures d'austérité et de relance prises par le gouvernement sur la classe moyenne.

Enfin, est-il possible dans le contexte écologique actuel de reconduire le pacte fordiste¹ qui a mené à la création de la classe moyenne? Si ce n'est pas le cas, vers quel avenir pouvons-nous nous projeter ?

¹ Qui adhère au fordisme (modèle d'organisation d'entreprise développé par Henry Ford en 1908)

LES ÉCRANS: LIBÉRATION OU ESCLAVAGE ?

Conférencier : Jacques Brodeur
Jacques Brodeur a enseigné pendant 30 ans l'éducation physique. Son parcours de militant est impressionnant, particulièrement son implication dans les dossiers de la non-violence.



Depuis août 2002, il anime le programme de mobilisation communautaire EDUPAX pour prévenir la violence et aiguïser le sens critique des jeunes et des moins jeunes face aux écrans. Le conférencier a participé à la conception d'un colloque à l'AREQ de la Mauricie ainsi qu'à celui qui l'a précédé à Paris le 30 avril 2014.

On peut facilement remarquer l'engouement pour les écrans des enfants et des ados qui ressemble de plus en plus à une fièvre, fièvre qui guette aujourd'hui les aînés. On parle d'obsession, de nomophobie, une névrose qui suscite une véritable anxiété à l'idée de passer la nuit sans tablette ou téléphone soi-disant intelligent. Les dommages consécutifs à la surexposition précoce aux écrans ont donné lieu à des milliers d'études. Les contenus scientifiques porteront sur cette nouvelle « dépendance » de même que sur les solutions pour s'en sortir.

Jacques Brodeur viendra partager avec nous les préoccupations et les solutions de personnes retraitées face à ce nouveau phénomène. Nous vous invitons à venir vous renseigner et à vous exprimer sur cette réalité qui touche tous les paliers de la société.

Horaire

9 h 30 à 12 h : Conférence de Philippe Hurteau
12 h à 12 h 45 : Dîner
12 h 45 à 14 h 30 : Conférence de Jacques Brodeur

Coût tout inclus :

Membre : 12 \$ Non-membre : 17 \$

Lieu : Auberge Québec

3055, boul. Laurier, Québec G1V 4X2
(coin Lavigerie près de l'Hôtel Plaza)
Fin des inscriptions : 16 novembre
Robert St-Denis, responsable régional

[\(Coupon réponse\)](#)

COMITÉ DE LA CONDITION DES FEMMES



Le rassemblement final de la Marche mondiale des femmes aura lieu à Trois-Rivières le 17 octobre 2015. Il y aura un autobus (gratuit) pour le transport. Départ à 8 h et retour à Québec vers 14 h 30. On doit apporter sa boîte à lunch pour le dîner. Inscriptions du 24 août au 25 septembre. Pour s'inscrire, on envoie un courriel à Pierrette Bouchard, la responsable régionale du Comité de la condition des femmes. bouchardpierrette1@gmail.com

Des toilettes de genre neutre, ni pour garçons ou filles exclusivement, seront aménagées dans des écoles élémentaires et secondaires qui en ont fait la demande à Ottawa. Ces salles de bain universelles seront disponibles pour les hommes, les femmes et ceux qui remettent en question leur identité de genre.

Encore cet été, des femmes ont été victimes de violence conjugale. Leurs chums étaient violents, impulsifs, contrôlants. Madame Sylvie Schirm, avocate, a écrit un article intitulé Il y a une vie après la violence dans La Presse. «...Tu ne mérites pas d'être avec un homme violent. Jamais tu ne mérites de te faire rabaisser, insulter par ton partenaire et encore moins d'être frappée et abusée physiquement et psychologiquement. Rien ne justifie d'endurer cet abus... Tu ne le sauveras pas. Tu ne le changeras pas... Même s'il dit regretter,...et les mille excuses pour justifier son comportement, car c'est toujours la faute des autres. Nous sommes en 2015 et il y a des ressources. Il y a une vie après la violence. Et il y a des hommes qui ne le sont pas et qui savent aimer et apprécier une femme.»

Du 17 août au 23 septembre 2015, les auditions sur le projet de loi 59 portant sur les discours haineux et la protection des personnes contre les mariages forcés et les crimes d'honneur se déroulent à l'Assemblée nationale. (Loi édictant la Loi concernant la prévention et la lutte contre les discours haineux et les discours incitant à la violence et apportant diverses modifications législatives pour renforcer la protection des personnes)

Pour suivre les débats, il faut aller sur le site de l'Assemblée nationale www.assnat.qc.ca (Vous pouvez visionner toutes les présentations et avoir accès à tous les mémoires.) ou se rendre sur le canal de l'Assemblée nationale à la télévision. Madame Fatima Houda-Pepin (14 h) et le Conseil du statut de la femme (15 h) seront entendus le 14 septembre. Madame Djemila Benhabib, le 16 septembre (16 h). Pour les droits des femmes du Québec, le 22 septembre (15 h).

Carole Dionne, responsable





AVIÉZ-NOUS SI...

Vous changez d'adresse postale, d'adresse électronique, ou de numéro de téléphone?

Il serait important d'en aviser l'AREQ nationale au numéro 418-525-0611.

En contactant ce numéro, nous en serons informés et tout ce qui provient de l'AREQ nationale (*Quoi de neuf*) ou sectorielle (*Communicareq*) vous parviendra.

Venez vivre une expérience enrichissante



Vous mijotez l'idée de vous investir personnellement dans la solidarité en donnant un peu de votre temps. Voici une belle occasion!

*Le **MIFFIM** est un organisme communautaire de Québec qui œuvre dans l'accueil et l'aide à l'intégration des nouveaux arrivants. Dans le cadre de son programme de francisation, le **MIFFIM** est à la recherche de bénévoles pour donner des cours de francisation. Ces cours se donnent individuellement ou en petits groupes de 2 ou 3 immigrants et s'adressent surtout à des adultes. Horaire souple selon vos disponibilités. Les activités se tiennent au centre Monseigneur-Marcoux dans le secteur anciennement appelé St-Pascal- de-Maizerets; c'est juste à côté de l'église.*

C'est un excellent moyen de favoriser l'intégration d'immigrants venant de tous horizons, de lutter contre les inégalités, de participer à l'amélioration de la société québécoise, de nous sentir utiles, de créer des liens. Une belle expérience, croyez-nous!

*Pour de plus amples informations, n'hésitez pas à communiquer avec nous ou directement avec le **MIFFIM** : (Milieu d'Intégration pour les Familles Immigrantes Mazerets)*

*Margarita Morales,
responsable
tél.418-661-7766 poste 5*

ou

*Suzanne Giguère,
adjointe
tél.418-661-7766 poste 5*

PARLONS VOYAGES AVEC NICOLE



Projet 2016

AU COEUR DE LA SCANDINAVIE

Venez découvrir la Scandinavie. C'est un rendez-vous pour septembre 2016

Comme il est trop tôt pour la programmation 2016, je vous donne à titre indicatif la programmation 2015. Il y aura de légers changements....

Programmation 2015. 1^{er} au 15. Septembre

- Jour 1. Départ de Mtl.
- Jour 2. Correspondance à destination de Copenhague. Dîner de Bienvenue au parc de Trivoli
- Jour 3. Visite guidée de Copenhague
- Jour 4. Visite du château de Kronborg et traversée en ferry jusqu'en Suède
- Jour 5. Visite de Stockholm
- Jour 6. Visite du château de Drottningholm,
- Jour 7. Sigtuna (première capitale de Suède). Uppsala, Leksand, Mora
- Jour 8. Départ vers la Norvège, Lillehammer, ville hôte des Jeux olympiques d'hiver 1994
- Jour 9. Vinstra, Geiranger, Alesund. Croisière sur le Geirangerfjord, la "Perle des fjords"
- Jour 10. Alesund, Briksdal, Skei, Glacier de Briksdal
- Jour 11. Skei, Bergen. Croisière de 2h. sur le Sognefjord, le plus profond des fjords Scandinaves
- Jour 12. Bergen, visites
- Jour 13. Bergen, Geilo. Croisière sur le fjord d'Hardanger...
- Jour 14. Geilo, Honefoss, Oslo. Visite guidée d'Oslo, la capitale norvégienne Dîner d'adieu
- Jour 15. Oslo. Montréal

Prix réservez tôt. Avant 31 janvier, 31 mars, 30 avril. Prix régulier 5245\$
Rabais paiement comptant 100\$. Clients fidèles 50\$. Supplément chambre simple: 940\$
aucune excursion facultative. Air France ou KLM

Si vous désirez être jumelé, je vous mettrai en contact avec quelqu'un si j'ai des demandes

Une présentation sera faite par Tours Chanteclerc. Probablement en novembre
M'envoyer un courriel si vous désirez la programmation complète 2016 et je vous la ferai parvenir

Au plaisir de vous avoir avec nous
Nicole Chamberland. 418 254 6298. ncchamberland@gmail.com

Décès

Benoît Lortie *
Léopoldine Labbé Langlois, mère de Marthe langlois *
Gilles Martin *



* membre de l'AREQ

Sympathies et pensées amicales aux familles et ami/es éprouvé/es!

NB Les personnes concernées par le décès d'un proche sont priées de communiquer avec Monique Chabot ou Michel Caron.



GILLES MARTIN
1933-2015



Président de l'AREQ de Charlesbourg

C'est avec tristesse que nous apprenions le décès de notre ami Gilles Martin. Natif de Saint-Alexis de Matapédia, il a enseigné successivement à Montmagny, Saint-Jean-Port-Joli et, durant vingt-cinq ans, Charlesbourg. Spécialiste en français langue maternelle, il a travaillé aux écoles Mgr-de-Laval, Albert-Ouellet et à la Polyvalente de Charlesbourg.

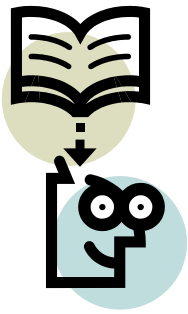
À cinquante-cinq ans, il prend sa retraite en 1988. Il a présidé, entre autres engagements sociaux, le conseil sectoriel (jadis nommé « comité directeur ») de l'AREQ de Charlesbourg de 1994 à 1997. Rassembleur, Gilles aimait communiquer. C'est d'ailleurs sous sa présidence que notre bulletin de liaison, le COMMUNICAREQ fut créé. La première parution du bulletin fut publiée le 19 mars 1996. Avec d'autres « pionniers » formant une équipe de camelots bénévoles, il livrait le journal à domicile. Chapeau monsieur!

En ces moments douloureux, nous présentons à son épouse, sa famille, amis et ex-collègues, toutes nos condoléances émues.

Sympathies et pensées cordiales à ses proches et amis éprouvés. L'AREQ de Charlesbourg se souvient. Merci Gilles!

Michel Caron, président
AREQ de Charlesbourg





Page littéraire

Lire, un plaisir qui se partage...

Pour sa 13e saison, le club littéraire vous convie à venir partager vos découvertes et coups de coeur avec des personnes passionnées.

Dates: 28 septembre, 26 octobre, 30 novembre

Heure: 13 h 15 à 16 h 30

Endroit: Bibliothèque Paul-Aimé Paiement,
Charlesbourg

A la dernière rencontre en juin les membres ont présenté ces belles lectures:

Le coffret bleu, Lise Dion
La colère du faucon, Hans Jürgen Greif
L'île noire de Marco Paulo, Aline Apostolska
Sur la route de Parramatta, Louise Simard
Le garçon qui ne parlait pas, Dona Leone
Les fantômes de la Sierra Maestra, Paul Ohl



“ Quand je pense à tous les livres qu’il me reste à lire, j’ai la certitude d’être encore heureux.”

Jules Renard

“C’est le bon lecteur qui fait le bon livre.”

Ralph Waldo Emerson

“Le bon lecteur ne s’identifie pas au héros ou à l’héroïne du livre, mais à l’esprit qui a conçu et composé le livre.”

Vladimir Nabokov

Lise Paradis, pour le club littéraire

Avis important

À noter que la visite du Trait-Carré annoncée le 23 septembre a été déplacée le 10 septembre.

Nous nous excusons de ce contretemps.

Le comité culturel

Cours d'initiation à l'informatique pour les 50 ans et plus



Vous avez un nouvel ordinateur ou une nouvelle tablette, vous désirez apprivoiser les procédures qui vous permettront de naviguer sur Internet sans vous y noyer, vous désirez faire du traitement de texte, gérer efficacement vos photos, communiquer avec des amis ou des parents par Skype ou FaceTime, vous désirez vous aussi vous afficher sur FaceBook, et quoi encore???

Un petit peu de formation de base, peut-être, pas trop loin de chez vous, pas trop cher? Voilà ce qui vous est proposé:

Le Centre de Formation générale des Adultes de la Commission scolaire des Premières-Seigneuries offre différents cours d'initiation à l'informatique pour les 50 ans et plus, cours qui vous sont sommairement présentés à la page suivante.

Ces cours, d'une durée de 15 semaines, à raison de 3 heures par semaine, sont donnés à la Maison des Adultes (480, 67e Rue Est, à Charlesbourg), à la session d'automne (septembre à décembre) et à la session d'hiver (janvier à mai). Cependant le cours d'initiation au iPad est d'une durée de 7 semaines et se donne au début de chaque session et à la mi-session.

Le coût de chaque cours est de 50 \$.



**Maison
des Adultes**

480, 67e Rue Est, Charlesbourg
madultes@csdps.qc.ca
418-622-7825

Pour s'inscrire il faut présenter:

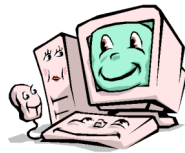
- L'original du certificat de naissance grand format (Exigence du MELS);
- Une preuve d'identité valide avec photo.

Initiation à l'informatique, niveaux 1, 2 et 3 (niveaux progressifs)

Objectifs du cours: apprivoiser l'ordinateur ou la tablette, accroître une certaine autonomie.

Contenu de la formation

- Internet;
- Courriel électronique;
- Windows 7 ou 8;
- Traitement de texte;
- Réseaux sociaux;
- Transfert de photos;
- Graver un CD musique;
- Clé USB;
- Tablette iPad;
- Traitement de l'image;
- La sécurité.



DURÉE pour chaque niveau : 15 semaines (3h/sem)

Initiation à Internet

Contenu de la formation

- Les outils de Windows;
- Windows—Gestion des fichiers –Clé USB;
- Exploration des ressources d'internet;
- Outlook et ses fonctionnalités;
- Traitement de texte : les tableaux, images et mise en page;
- Tableur : création d'un budget;
- Transfert de photos avec appareil numérique;
- Graver un cd musique;
- Créer un diaporama;
- Les outils de Google;
- Les réseaux sociaux



Critère d'admissibilité :

Être familier avec l'environnement Windows (Avoir si possible fait le cours Initiation à l'ordinateur ou l'équivalent)

DURÉE : 15 semaines (3h/sem)

Initiation à l'ordinateur

Contenu de la formation

- L'ordinateur démystifié;
- L'environnement de Windows;
- Traitement de texte : création d'un document, mise en forme, modification et insertion d'image;
- Initiation à la navigation sur Internet;
- Recherche sur Internet;
- Exploration sur Internet;
- Gestion des fichiers;
- Courriel électronique;
- La sécurité informatique;
- Skype et les réseaux sociaux.



DURÉE : 15 semaines (3h/sem)

IPad



Contenu de la formation

Vue d'ensemble de l'iPad : Safari, Mail, FaceTime, Appareil photo, Calendrier, Contacts, Notes, Cartes routières, Musique, iTunes Store, App Store, Kiosque, iBooks, Podcasts, Game Center, Accessibilité, Réglages, Sécurité.

Critère d'admissibilité : Avoir son IPAD

DURÉE : 7 semaines (3h/sem)



Coalition régionale de la

**MARCHE MONDIALE
DES FEMMES**

MOBILISATION 17 octobre 2015

EN ROUTE VERS TROIS-RIVIÈRES



Afin de nous permettre de bien planifier le **TRANSPORT** à Trois-Rivières par autobus gratuitement, nous ouvrons une période **D'INSCRIPTIONS** du **24 août** au **25 septembre 2015**.

Le départ pour **TROIS-RIVIÈRES** se fera **SAMEDI 17 OCTOBRE 2015** à **8 heures** et le **RETOUR** vers **QUÉBEC** à **14h30**.

Vous devez apporter votre boîte à lunch pour le dîner.

VEUX-TU T'INSCRIRE?????



Envoie ta réponse par **COURRIEL** à :

bouchardpierrette1@gmail.com

D'autres informations suivront à la fin de septembre.

Pierrette Bouchard, responsable régionale de la Condition des Femmes
Québec-Chaudière-Appalaches





(La parenthèse)

« Rien n'est plus dangereux que lorsque l'ignorance et l'intolérance sont armées du pouvoir. » Voltaire



La fenêtre

Un jeune couple venait de s'installer dans un nouveau quartier. Le lendemain matin, au moment où le couple prenait le petit déjeuner, la femme aperçut leur voisine qui étendait son linge. "Quel linge sale! Dit-elle. Elle ne sait pas laver. Peut-être a-t-elle besoin d'un nouveau savon pour mieux faire sa lessive". Son mari regarda la scène mais garda le silence. C'était le même commentaire chaque fois que la voisine séchait son linge. Après un mois, la femme fut surprise de voir un matin que le linge de sa voisine était bien propre et elle dit à son mari : "Regarde! Elle a enfin appris à laver son linge maintenant. Qui le lui a enseigné ?" Le mari répondit: Personne, je me suis levé tôt ce matin et j'ai lavé les vitres de notre maison !

Moralité : Parfois tout dépend de la propreté de la fenêtre à travers laquelle nous observons les faits. Avant de critiquer, il faudrait peut-être vérifier d'abord la qualité de notre regard.

Le crépuscule des vieux

Des fois, j'ai hâte d'être un vieux.
Ils sont bien, les vieux, on est bon pour eux, ils
sont biens.

Ils ont personne qui les force à travailler; on
veut pas qu'ils se fatiguent. Même que la
plusssspart du temps, on les laisse pas finir leur
ouvrage. On les stoppe, on les interruptionne,
on les retraite fermée.

On leur donne leur appréhension de vieillesse et
ils sont en vacances.... Ah! Ils sont bien les
vieux!

Et puis, comme ils ont fini de grandir, ils ont
pas besoin de manger tant tellement beaucoup.
Ils ont personne qui les force à manger. Alors
de temps en temps, ils se croquevillent un petit
biscuit ou bien ils se retartinent du pain avec du
beurre d'arrache-pied, ou bien ils regardent
pousser leur rhubarbe dans leur soupe...

Ils sont bien... Jamais ils sont pressés non plus.
Ils ont tout leur bon vieux temps.
Ils ont personne qui les force à aller vite;
ils peuvent mettre des heures et des heures à
tergiverser la rue...

Et plus ils sont vieux, plus on est bon pour eux.
On les laisse même plus marcher... On les
roule... Et puis d'ailleurs, ils auraient même
pas besoin de sortir du tout; ils ont personne
qui les attendresse...

Et l'hiver... Ouille, l'hiver! C'est là qu'ils sont
le mieux, les vieux; ils ont pas besoin de dou-
zaines de quatorze soleils... Non! On leur
donne un foyer, un beau petit foyer modique qui
décrépite, pour qu'ils se chaufferettes les mi-
taines...



Ouille, oui l'hiver, ils sont bien. Ils sont drôle-
ment bien isolés... Ils ont personne qui les dé-
range. Personne pour les empêcher de bercer
leur ennuitouflé...

Tranquillement, ils effeuilletent et revisionnent
leur jeunesse rétroactive; qu'ils oublient à me-
sure sur leur vieille malcommode...

Ah! Ils sont bien...!

Sur leur guéridon, par exemple, ils ont une bou-
teille, petite, bleue. Et quand ils ont des maux,
les vieux, des maux qu'ils peuvent pas com-
prendre, des maux mystères; alors à la petite
cuiller, ils les endorlotent et les amadouillent...

Ils ont personne qui les garde malades.
Ils ont personne pour les assistés soucieux...

Ils sont drôlement bien...!

Ils ont même pas besoin d'horloge non plus,
pour entendre les aiguilles tricoter les se-
condes... Ils ont personne qui les empêche
d'avoir l'oreillette en dedans, pour écouter leur
coeur qui grelinde et qui frilotte, pour écouter
leur corps se débattre tout seul...

Ils ont personne qui... Ils ont personne...

*Sol (Marc Favreau), l'unique et tendre poète.
Écrit peu avant sa mort... Touchant*

**JOURNÉE INTERNATIONALE DES
FEMMES, LE 8 MARS 2016**

Faire la différence

dans le plaisir!

Avec Flavie Payette et Mireille Dubois
Réservez déjà cette journée dans votre agenda 2016

Flavie Payette

Mireille Dubois

Petite fille de Lise Payette, indépendantiste et féministe engagée, membre Fondatrice du PDF-Québec (pour le droit des femmes). Réalisatrice sur l'émission La Voix. On lui doit le documentaire « Lise Payette : Un peu plus haut, un peu plus loin. »

Humoriste, elle a été fonctionnaire 32 ans à la Ville de Québec. Réalisatrice du spectacle « SOIR DE PREMIÈRES » C'est une femme sensationnelle qu'on reçoit.

Lieu : Hôtel Québec

**Coût :
12,00\$ (membres)**

17,00\$ (non-membres)

Surveillez les détails dans la prochaine parution du COMMUNICAREQ

L'équipe du Communicareq



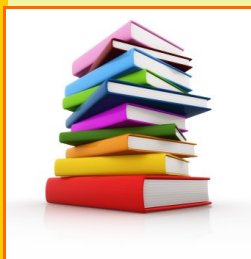
Un gros merci à tous ces gens qui ont aidé à la réalisation et à l'envoi du journal, et ce quatre fois par année pendant plus de 10 ans.

Merci d'être là !

Jean Lapointe

**Qu'importe la vitesse
à laquelle vous progressez,
vous aurez toujours
une longueur d'avance
sur ceux qui ne font rien.**

BOUQUINERIE NOUVELLE CHANCE



La Bouquinerie Nouvelle Chance a besoin de vos dons de livres et de disques pour mener à bien son œuvre pour soutenir les personnes qui ont des problèmes de différentes dépendances comme le jeu, l'alcool et les drogues. Nous vous invitons à venir nous porter les livres et les disques. Si vous en avez plusieurs caisses, nous pouvons aller les prendre chez-vous. Merci de nous aider.

Nous vous invitons à visiter notre site web : www.nouvellechance.org.

Notre adresse: 1595, chemin de la Canardière Québec QC G1L 2C8

Téléphone: 418-948-3287

IMPORTANT: Nous sommes à la recherche d'un ou deux bénévoles pour faire des cueillettes de volumes à domicile soit une demi-journée ou deux par semaine. Il faut avoir une automobile. Nous sommes disposés à donner 15\$ de la cueillette pour compenser l'essence.

Marcel Allaire, bénévole

La petite histoire du blé d'Inde



L'histoire est connue. Quand les conquérants espagnols ont découvert l'Amérique au 16^e siècle, ils ont d'abord pensé avoir réussi à atteindre les Indes. Puis ils ont compris qu'ils avaient plutôt découvert un nouveau continent, et ils l'ont appelé les Indes occidentales. Quelques espèces naturelles doivent leur dénomination actuelle à cette méprise géographique, que l'on pense au *cochon d'Inde*, originaire d'Amérique du Sud, à la *poule d'Inde* (aujourd'hui appelée *dinde*) ou au *blé d'Inde*. Champlain lui-même utilisait déjà le mot *blé d'Inde* pour désigner le maïs.

« *Quand ils mangent le bled d'Inde, ils le font bouillir dedans des pots de terre qu'ils font d'autre manière que nous. Ils le pilent aussi dans des mortiers de bois & le réduisent en farine, puis en font des gâteaux & galettes, comme les Indiens du Pérou.* » (Samuel de Champlain, 1613)

Si le mot *blé d'Inde* est encore couramment utilisé au Québec pour désigner cette graminée, qu'elle soit en crème, en grains ou en épi, il perd peu à peu du terrain au profit de *maïs*, sans doute en raison de l'utilisation de ce mot dans l'affichage, dans l'étiquetage et dans les émissions de cuisine, notamment. Une des expressions où le blé d'Inde domine encore, c'est dans « *épluchette de blé d'Inde* ».

ÉPLUCHETTE DE BLÉ D'INDE

D'abord organisées comme une corvée entre voisins pour dépouiller de leurs feuilles les épis de blé d'Inde de la récolte d'une famille, les épluchettes sont des rencontres conviviales où après avoir collectivement épluché les épis, les invités prennent part à un grand repas en plein air.

C'était [...] la tradition, chez le seigneur Cantlie, que le jour où les censitaires payaient leurs redevances, les jeunes gens et les jeunes filles organisent une épluchette de blé d'Inde. [...] chacun et chacune espéraient secrètement mettre la main sur un de ces épis rouges que la nature distribue parcimonieusement parmi leurs congénères dorés. L'épi rouge donnait le droit d'embrasser son voisin ou sa voisine. (Louis Caron, *Les fils de la liberté : le canard de bois*, 1989, p. 176)

Et si un jour les *épluchettes de maïs* remplacent les *épluchettes de blé d'Inde*, les générations futures devront ouvrir leurs dictionnaires pour déchiffrer la recette de pâté chinois, telle qu'imaginée par Claude Meunier : *steak-blé d'Inde-patates*.

Numéros importants et utiles

AREQ-CSQ Présidente régionale <i>Pierrette Simoneau</i>	1-800-663-2408/418-525-0611 Tel. 418-667-1927 Fax. 418667-8268	www.areq.qc.net simoneauareq@bell.net
RRQ	1-800463-5185/418-643-5185	www.rrq.gouv.qc.ca
PSV Pension de la sécurité de la vieillesse	1-800-277-9915	www.hrhc.drhc.gc.ca
CARRA	1-800-463-5533/418-643-4881	www.carra.gouv.qc.ca
RAMQ	1-800-561-9749	www.ramq.gouv.qc.ca
SSQ	1-888-6962/418-651-6962	www.ssq.ca
RÉSAUT– La Personnelle	1-800-363-6344	Www.csq.lapersonnelle.com
CANAssistance Assurance-Voyage (Canada-USA)	1-800-465-2928	
CANAssistancers Assurance-Voyage (ailleurs dans le monde)	0-514-286-8412	
CANAssistance Assurance-Voyage (Remboursements)	1-800-264-1852	



Visitez notre site internet

www.areqcharlesbourg.ca



Secteur Charlesbourg (3E)

www.areqcharlesbourg.ca

Conseil sectoriel

Michel Caron, président micaron2@videotron.ca 418-628-7159
Marie Rancourt, vice-présidente rancourt.marie@gmail.com 418-845-1002
Monique Chabot, 2^e vice-présidente monit@videotron.ca 418-628-1228
Claudette Lortie, secrétaire claudettelortie@hotmail.com 418-626-9463
Marcel Allaire, trésorier marcel.allaire@sympatico.ca 418-623-9966
Denis Arsenault, 1^{er} conseiller darsen8@videotron.ca, 418-998-3690
Jean Lapointe, 2^e conseiller jmlapo@videotron.ca 418-628-4282

Responsables bénévoles

Avis de décès, téléphonistes, F.L-G; Monique Chabot 418-628-1228
Téléphonistes; Lucy Hickey lucyhickey130@sympatico.ca 418-626-2390
Fernande Fortier 418-626-0569
Comité Condition féminine; cadii@globetrotter.net Carole Dionne
418-873-4874
Comité Condition masculine; Jean-Guy Couillard 418-523-2773
Comité retraite ; Gervais Soucy 581 742-7797
gervaisoucy@hotmail.com
Comité Assurances; Gilles Pelletier gilpel3@hotmail.com 418-626-9085
Comité Environnement; Jean-Louis Helstroffer
faulquemont@hotmail.com 418 525-8428
Grosses Quilles; Marie Lemieux 418-627-7044
Petites Quilles; Denis Filiatrault d.filiatrault@ccapcable.com 418 -841-4833
Vélo; Yvon Desrosiers yvondesrosiers@videotron.ca 418-628-3914
Comité culturel; Françoise Lapierre lapierrefrancois@hotmail.com
418-624-0227
Nicole Chamberland ncchamberland@gmail.com
Tél: Cell: 418 254 6298. ou rés:418 682 8772
Lise Paradis lise.par@videotron.ca 418-623-5748
Site Web; Denis Arsenault darsen8@videotron.ca, 418-998-3690
Sociopolitique; Lucie Dumais luciedumais@videotron.ca 418-650-3183
Ciné-Club; Gervais Soucy gervaisoucy@hotmail.com 581 742-7797
Comité du bulletin COMMUNICAREQ ;
Jean Lapointe jmlapo@videotron.ca 418-628-4282

Conseil régional

Pierrette Simoneau simoneauareq03@bell.net 418-667-1927

Brunch des Retrouvailles 14 octobre 2015

Nom : _____ Nombre de personnes _____

Leurs noms : _____

Tél.: _____

Coût : **25\$** membres et **35\$** non-membres

Date limite d'inscription : 30 septembre 2015

Faire le chèque daté du 7 octobre au nom de AREQ Charlesbourg 03E et l'adresser à: Marcel Allaire, 9420, rue Ampleman, Québec Qc G 1G 3X3

Activité sociopolitique

27 novembre 2015

Nom : _____ Nombre de personnes _____

Leurs noms : _____

Tél.: _____

Coût : **12\$** membre ou **17\$** non-membre

Date limite d'inscription : 18 octobre 2015

Faire le chèque daté du 16 novembre au nom de AREQ Charlesbourg 03E et l'adresser à: Lucie Dumais, 888 de Villers app. 512 Québec QC G1V 5B5