

Ex-Tension

MOT DU PRÉSIDENT et du conseil sectoriel

Bonjour à tous,

Nous voici, comme les scouts, « Toujours prêts ». Nous avons profité d'un temps de répit bien mérité qui nous a permis de faire le plein de soleil, de repos et de relaxation.

L'assemblée générale de mai dernier nous a permis de faire le point sur l'année écoulée. Nous avons aussi rencontré autour d'une table conviviale tous les bénévoles de notre secteur, ces personnes qui permettent de maintenir le dynamisme au sein de notre association et de nos cellules. J'en profite pour les remercier encore de leur implication.

Une autre année s'amorce. Plusieurs rencontres permettront de ressouder nos liens. Nous vous convions particulièrement à notre fête automnale. La cellule de La Pocatière sera l'hôte de cette dernière. Une belle occasion de fraterniser avec les membres du secteur. Lors de cet événement, nous accueillerons aussi les nouveaux membres qui viennent enrichir nos rangs. Les multiples de cinq auront aussi leur « part du gâteau ».

Vous pourrez constater dans cette édition de l'*Ex-Tension* plusieurs activités régionales prometteuses. Pensons à l'activité de l'environnement, à la Journée des hommes et à la rencontre sociopolitique entre autres.

Nous avons aussi à cœur pour cette année de rejoindre certains membres afin de mieux faire connaître notre association et ainsi assurer la relève.

Nous suivrons aussi de près certains dossiers prioritaires à l'AREQ et qui s'inscrivent dans notre plan d'action sectoriel.

Bonne année à tous et au plaisir de se revoir,



Clermont Morneau, président

SOMMAIRE

Mot du président	1
Renseignements	2
Mot de la présidente rég.	3
Demande particulière	3
Nouvelles de La Pocatière	4
Nouvelles de l'Islet-Nord ..	4
Nouvelles de Mont. Nord ..	5
Nouvelles de Mont. Sud	6
Rendez-vous automnal	7
Le casse-tête de la vie	8-9
Environnement	10
Condition des hommes	11
Assurances	12
Nécrologie	13
Indexation	14
Sociopolitique	15
Condition des femmes	16
Fondation Laure G.	17
Activités La Pocatière	18
Activités L'Islet-Sud	19
Activités Montmagny	19
Activités secteur région	20



RENDEZ-VOUS AUTOMNAL

Mercredi, 30 septembre
Club de golf Saint-Pacôme)



**LE CONSEIL SECTORIEL**

Clermont Morneau	président	418-356-5561
Serge Picard	1 ^{er} v.-prés	418-598-6965
Lise Bélanger	2 ^e v.-prés	418-249-4262
Huguette Nicole	secrétaire	418-248-3190
Jacques Caron	trésorier	418-247-3238
Bernard Blanchet	1 ^{er} conseiller	418-246-5325
Gilles Dussault	2 ^e conseiller	418-246-2055

PROCHAIN JOURNAL

Tombée des articles
13 octobre 2015
Mise sous enveloppe
9 novembre 2015
Envoi du journal
10 novembre 2015

RESPONSABLES DES CELLULES

La Pocatière	Maxellande Bureau 418-856-4218 ou 2516
Montmagny-Nord	Françoise Boulet 418-248-3646
L'Islet-Sud	Réjane St-Amant 418-356-3930
Montmagny-Sud	Ghyslaine Lavoie 418-469-2279
L'Islet-Nord	Poste à combler
Amis Amies AREQ	Colette Giguère 418-248-3907



Vous désirez consulter notre journal (en couleurs), visitez notre site Internet.

*Merci à Mario Cloutier pour la mise à jour de notre site Internet.
VISITEZ NOTRE SITE Internet: <http://pascaltache.araq.ca>*

ÉQUIPE DU JOURNAL

Les responsables des nouvelles pour les cellules:

La Pocatière	Maxellande Bureau
L'Islet-Nord	Rose-Hélène Fortin
L'Islet-Sud	<i>Poste à combler</i>
Montmagny-Nord	Elise Melanson
Montmagny-Sud	Ghislaine Lord

Correction et révision

Suzanne Fournier
Ginette Francoeur
Lucile Litalien

Cueillette des informations

Huguette Nicole

Mise sous enveloppe

Françoise Boulet et son équipe

Poste

Nicole Labonté

Mise en page et conception

Claudette Moreau Legros Photocopie **Denise Dupont**

418-356-5117 Courriel: legnor@globetrotter.net

Les responsables des comités (secteur)

Assurances	Rita Lapointe
Condition des femmes	Georgette Roy
Condition des hommes	<i>Poste à combler</i>
Environnement	Serge Picard
Fondation Laure Gaudreault	Lise Bélanger
Retraite	Gilles Dussault
Sociopolitique	Jacques Dansereau

Merci au SECS et à Denise Dupont pour leur collaboration à l'impression de notre journal sectoriel.

NUMÉROS À RETENIR:

AREQ	1-800-663-2408	www.araq.qc.net
CARRA	1-800-463-5533	
SSQ	1-888-833-6962	www.ssq.ca

Mot de la présidente régionale



Une année de ce triennat 2014-2017 s'est terminée. Année où les orientations votées au Congrès de juin ont pris vie. Le national, le régional et le sectoriel se sont donnés un plan d'action de même que les comités consultatifs. Ces comités ont choisi des points du plan d'action national et les ont transmis aux responsables régionaux. Les actions entreprises dans notre région et nos secteurs sont liées directement à ce plan. Cela ressemble à un fil d'Ariane.

Notre région et ses 12 secteurs ont élaboré multiples activités et je me suis rendue compte lors des assemblées générales sectorielles à quel point, les Conseils sectoriels sont actifs et veulent répondre aux intérêts de ses membres. Tout est en place et il n'y manque que vous. Répondez à leur invitation, le plaisir est garanti.

Le Conseil régional, formé des 12 présidences de secteur et de la présidence régionale ont planifié l'année 2015-2016. Vos bulletins sectoriels vous informent de ces activités. Mettez-les à votre calendrier. Activité environnementale, action sociopolitique, journée internationale des hommes et des femmes sont au menu. C'est un rendez-vous.

L'AREQ prend position dans les dossiers d'actualité. Vous êtes informés par les communiqués de presse que vos présidences reçoivent et qui vous sont transmis par courriel ou placés sur votre site Internet. L'infolettre auquel vous pouvez vous abonner sur areq.qc.net, vous informe à toutes les semaines sur ce qui se passe dans notre actualité. C'est de notre responsabilité de nous tenir informés de ce qui se passe et par les temps qui courent il s'en passe.

Ma tâche de présidente régionale me demande du temps et me donne des satisfactions. C'est un plaisir renouvelé de vous rencontrer lors de certaines activités. Merci de votre accueil.

Au plaisir de vous rencontrer

Pierrette Simoneau, présidente régionale

DEMANDE PARTICULIÈRE

Pour rendre encore plus dynamique nos communications, pour que vous soyez renseignés sur les activités du secteur, nous avons pensé que ce serait intéressant de pouvoir rejoindre le plus grand nombre possible de membres.

Notre journal *Ex-Tension* ne paraissant que trois fois par année, nous sommes obligés de prévoir nos activités trop longtemps à l'avance.

Voilà pourquoi nous faisons appel à vous pour faciliter cette communication. Pour ce faire, il s'agirait de me faire parvenir votre adresse courriel. Nous pourrions ainsi vous rejoindre plus facilement.

Merci,

Clermont pour le Conseil sectoriel

Adresse courriel : **clermont_morneau@globetrotter.net**

P.S. Si par la même occasion, vous souhaitez recevoir le journal par courriel, il s'agirait de nous le signifier.



NOUVELLES DE LA POCATIÈRE
Maxellande Bureau

LES CELLULES

Au pays de mon amour

Les humains sont tous d'égale valeur.
La joie de vivre est bien meilleure.
Là où je t'aime

Les hommes chantent, parfois ils pleurent.
Les femmes rient et n'ont plus peur.
Personne ne se croit supérieur.
Là où je t'aime

On apprécie ses frères, ses sœurs.
Un grand respect est de rigueur.
On se pardonne sans rancœur.
Là où je t'aime

Vieillir n'est pas un grand malheur
Car la beauté jaillit de l'intérieur.
La peau se fane, jamais le cœur.
Là où je t'aime

La vérité n'a pas trente-six couleurs.
L'argent n'est pas le seul moteur,
Il se comporte en serveur.
Là où je t'aime

L'affection a mille et une saveurs.
Le sexe a une racine au cœur.
L'amour se mélange au bonheur.
Là où je t'aime

Le temps est un petit farceur.
L'être suprême, c'est le Bon Pasteur.
On vit Sa vie. Après, on meurt.
Là où je t'aime



Rita L.-Chouinard



NOUVELLES DE L'ISLET-NORD
Rose-Hélène Fortin

Lapsus

Mais non L'Islet Nord, pas e x - t i n c t i o n
mais e x - t e n s i o n.



Tu es dyslexique, nom d'un p'tit bazou. 35 ans à corriger les autres et tu coules ta conjugaison du verbe élire. S'il le faut, tu dois te « garder après l'école » et réviser les temps présent, passé et futur de tes actions : *j'étais un chef, tu as été un chef, tu seras peut-être élu un chef*, etc. C'est facile....

Passé. Pendant 35 ans, tu as résolu tous les problèmes de tes petits babibobus. Même devant des pupitres vides : la grattelle, la grippe, le va-vite, pas de fermeture. Du rattrapage, une image et quand l'école va, tout va.

Présent. Arrive une petite *problèmette* dans ton secteur : M. Passédate ton président démissionne. L'indisponibilité? L'usure? Le...vieux âge? Damoclès installe son épée juste au-dessus de ton occiput. Vie ou mort?

Conditionnel. La paix? Le repos? La liberté? Le... vieux âge? L'herbe tendre dirait La Fontaine? Un brin de paresse avec ça? Refus d'acharnement thérapeutique? Tout pour obliger Serge à faire ses vocalises. Gageons qu'il finira par le chanter son « Venez divins messies ».

Futur Un réservoir de nouvelles à sec. Un stylo itou...



NOUVELLES DE MONTMAGNY-NORD

Elise Melanson melaelis@hotmail.com

LES CELLULES

Le syndrome de la page blanche... date butoir pour remettre le texte : demain...

Difficile pour moi de présenter des activités auxquelles je n'ai pas participé. L'hiver long, froid et pénible pour tout le monde n'a facilité les choses pour personne!

Malgré la mauvaise température, malgré le froid, malgré la neige, malgré les « bobos dus à l'âge »... on continue d'exécuter ce que l'on a à faire, à faire ce qui nous plaît, ce qui nous fait du bien. On le fait pour nous, pour notre famille, pour nos amis, pour notre association, etc.

Cela s'appelle « le bénévolat », cet art de la gratuité du cœur, du geste et du temps. Sur internet, on peut lire : *est bénévole toute personne qui s'engage librement pour mener une action non salariée en direction d'autrui, en dehors de son temps professionnel et familial.* On peut aussi y lire que c'est « *un don de soi librement consenti et gratuit* ».

Les retraités sont très occupés à faire du « bénévolat »; c'est un peu pour ça que nous n'avons plus le temps de travailler! C'est une autre manière de contribuer à améliorer notre société, à aider, à soutenir des gens, des organismes. C'est une action valorisante et stimulante pour ceux et celles qui s'impliquent dans leur collectivité. C'est également un apport apprécié par la communauté et un bel exemple pour ceux qui suivent.

Plusieurs d'entre nous ont participé au dîner des bénévoles, le 20 mai dernier, au Motel de la Plage. Généralement, à cette occasion, le conseil sectoriel souligne le travail des bénévoles par catégorie. Cette année, ce sont tous les bénévoles, toutes catégories confondues, qui se sont vus offrir un cadeau de remerciement. Il s'agit d'un stylo multifonctions. Les bénévoles ont apprécié ce geste en reconnaissance de leur implication.

Finalement, je m'en suis pas mal sortie... ma page n'est plus blanche! Vous m'inspirez, vous qui cimenter notre groupe par vos actions et votre dévouement!

À la prochaine!

« Ce n'est pas parce que je suis un vieux pommier que je donne des vieilles pommes. »

Fête des bénévoles, le 20 mai 2015

Le 20 mai dernier, cinquante-deux membres de l'AREQ, bénévoles, se sont réunis au restaurant de la plage à Berthier-sur-Mer pour un dîner offert par le CS en remerciement de leur bénévolat. Le CS a remis également à chaque bénévole, un stylet/crayon/lumière.

Merci à vous tous; votre bénévolat est grandement apprécié !

(Texte et photos de Lise Bélanger et Huguette Nicole)



NOUVELLES DE MONTMAGNY-SUD
Ghislaine Lord

***Dédiée à nous, les jeunes vieillissants.
Je la trouve bien drôle et assez vraie...***

SI MON CORPS ÉTAIT UNE VOITURE ...

*Si mon corps était une voiture,
le temps serait venu où je commencerais
à songer à l'échanger pour un modèle plus récent.*

*Ma finition commence à avoir des bosses,
des bosselures et des égratignures,
et ma peinture devient plutôt mate.
Mais ce n'est pas le pire.*

*Mes lumières ont perdu leur focus et
il devient de plus en plus difficile de voir les choses de près.
Ma traction n'est plus aussi gracieuse qu'auparavant.
Je glisse et dérape de travers et
me cogne sur des choses,
même lorsque la température est idéale.*

*Mes beaux pneus blancs sont tachés de vilaines varices.
Ça me prend des heures pour atteindre ma vitesse maximum.
Mon taux de consommation de carburant est inefficace.*

*Mais voici le pire de tout.
Chaque fois que je me mouche, tousse ou rit...
Soit que mon radiateur coule ou que
mon échappement gronde...*

Malgré tout, Viva la Vida !!!

Auteur inconnu

Dîner à la cabane à sucre de Laurent Bernier

Mardi, le 31 mars, 37 membres de l'AREQ de la cellule Montmagny se sont réunis pour déguster un repas du temps des sucres. Nos deux responsables Françoise Boulet et Pauline Forgues ont organisé cette activité très appréciée. Des prix de présence ont été offerts. Pour terminer de belle façon cette festivité, nous avons savouré la tûre sur la neige. Cette rencontre a été très agréable. Merci à ceux qui nous ont reçus et merci aussi à nos organisatrices.

(Texte de Lise Bélanger et photos d'Huguette Nicole)





Rendez-vous automnal

Notre 4^{ème} édition du *Rendez-vous Automnal* se déroulera au club de golf de Saint-Pacôme le mercredi 30 septembre à compter de 11 h 00.

En plus d'être une occasion de fraterniser, cette journée veut rendre hommage à nos aînés (65 ans et multiples de 5) et accueillir de nouvelles personnes retraitées.

Une contribution de **15\$** (payable à l'accueil) est demandée aux autres membres (non fêtés).

Votre inscription doit se faire auprès de Serge Picard au **418-598-6965** ou à l'adresse courriel **picaserge@hotmail.com**

avant le 25 septembre

Soyez nombreux à venir fêter les couleurs de l'automne!

MEMO

Coût des activités

Nous avons constaté, lors de nos dernières activités, un certain relâchement pour ne pas dire un relâchement certain de plusieurs membres. Les inscriptions ne correspondent pas aux présences.

En conséquence, nous devons préciser que toutes les personnes inscrites à une activité devront obligatoirement défrayer le coût de cette dernière.

Le casse-tête de la vie

Denise Beaulieu



Il y a bien longtemps, tellement que je ne me rappelle plus le moment exact et significatif, un morceau de moi-même en lien avec l'enfance s'est hissé hors de mon corps. Parti! Il s'est sauvé sans que je n'y prenne garde et je n'ai jamais pu le récupérer. Un mince souvenir de ce passé lointain s'est gravé dans mon for intérieur. Je me disais que devenir grand devait avoir ses inconvénients et ses obligations. J'ai donc passé outre à ces interrogations. L'opération évacuation à petite échelle de différentes données enregistrées se répètera maintes et maintes fois en de multiples occasions. Terminées les illusions d'optique à l'effet que je ne passerais pas la rampe de l'âge adulte. Tracas et autres velléités me rendront la vie dure ou joies et enthousiasme me faciliteront la vie. Les impacts de ces changements furent nombreux dans ma vie et celle de mes proches.

À l'aube de mon accomplissement, mon être entier devait dépasser facilement les mille morceaux de différentes catégories, avec toutes les cellules qui l'en imprégnaient, les organes qui s'y cachaient, le sang qui y circulait, enfin tout ce qui le constituait. Depuis le moment fatidique de ma naissance, des avaries ont commencé à me faire perdre pied et constance. Reconstituer mon corps dans son entièreté serait peine perdue, les traces de ce

passé étant devenues évanescentes.

Si je me rappelle bien ma façon de procéder pour compléter un véritable casse-tête, stratégiquement parlant, il fallait placer le pourtour, reformer les coins pour prendre son élan. Ensuite, classer les pièces par couleur ou tête d'affiche. Le bleu ciel, je détestais l'assembler. Il y en avait toujours trop et avec si peu de nuances. Pourtant, j'aime bien le beau temps, même s'il se laisse distraire par les nuages. Je remettais donc aux calendes grecques cette partie de mon casse-tête. Pour la continuité du montage, les formes explicites se positionnaient très bien, ça déboulait, l'image cartonnée aidant.



Après une centaine d'heures de travail (j'exagère), les mille morceaux s'imbriquaient enfin. Le casse-tête une fois complété, je lui étalais une colle appropriée pour permettre de le soulever afin de le fixer au mur, gardant une preuve de mes efforts de reconstruction. C'était ma façon ringarde de décorer le sous-sol à peu de frais. D'autres amateurs préférèrent démonter leur œuvre jusqu'à la prochaine envie de lui faire reprendre du service. J'ai l'impression que c'est ce qui arrive avec les différentes tranches de ma vie. Elles se démontent peu à peu jusqu'à se ranger dans les tiroirs de l'oubli. Pourtant, je ne crois pas

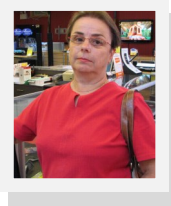
que j'aurais le courage ou le luxe de repartir à neuf.

Depuis le temps que les objets me glissent des doigts, jamais je n'aurais cru que ce pouvait être des parties de moi qui se laisseraient ainsi tanguer. Je me suis rendue compte dernièrement que l'érosion s'amplifiait, à vive allure, imitant en cela les grandes marées de l'automne en train de réduire les berges à néant. Je ne l'avais pas pressentie. Dans ma tête, tout semblait me retourner une image positive, comme celle de penser que l'avancée en âge glisse sur la peau sans effets secondaires trop apparents, que ces délits d'usure ne seraient pas pour moi. Un peu de négligence assaisonnée de manque de temps ont suffi à aggraver le tout.



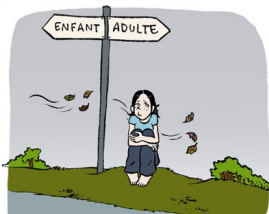
J'étais donc dû pour une petite visite de routine chez le médecin. Il y avait bien longtemps que je n'étais pas passée au « garage ». L'explication savante au sortir de cette consultation était que j'étais dans ma phase pré-vieillesse, à un âge mûr qui rétrécit de plus en plus la devanture ou la penche par en avant. Il n'y a pas lieu de s'inquiéter encore, contrairement à la période enfance où tu accumules des points d'autonomie pour le plaisir de ton avenir.

(Suite page 9)



(Suite de la page 8)

Je me rappelle qu'au secondaire, le professeur de religion nous incitait à prendre un directeur de conscience, probablement pour éviter l'égaré en chemin. L'adolescence est un âge où la route devant soi semble longue et attrayante.



C'est facile de s'y perdre. Les points de repère varient d'une personne à l'autre. Les conseils pleuvent et peu nous servent de bouée de sauvetage. Notre plus grand désir à ce moment-là est de s'insérer dans la gang d'amis, de s'y fondre pêle-mêle. Là, je peux signaler des modèles introduits dans ma vie par souci de mimétisme. C'est toujours utile de partir d'une situation connue. Les vedettes de film, de musique ou même de téléromans font faire bien des entourloupettes à leurs fans, que ce soit par la copie de leurs tenues vestimentaires, leurs gestes affectés, leur allure générale. Puis, un jour, le réel se distingue de l'imaginaire. Des morceaux préférés se différencient des autres. J'étais ainsi devenu, par la magie de l'imitation, une nouvelle personne. J'étais disponible à mon entourage. Entre-temps, je forgeais ma personnalité qui me serait bien utile pour me sortir des situations complexes. Je pouvais d'ores et déjà m'en remettre au conseiller d'orientation pour un choix de carrière. Adieu les enfantillages, bienve-

nue dans les ligues majeures. L'heure de l'âge adulte sonnait et me révélait à moi-même. Ce qui signifiera de lâcher du lousse dans les morceaux empreints de jeunesse, en réalisant de nouveaux défis accaparants.

VIEILLIR
ce n'est pas du tout diminuer,
mais GRANDIR.
[Marcel Jouhandeau]

Sans même m'en rendre compte, les années s'écoulèrent à la vitesse grand V. Les études terminées, de plus en plus, je finissais par ressembler à monsieur et madame tout le monde. Mes activités suivaient la norme, à quelques exceptions près. Je travaillais, je conduisais une voiture. La famille, l'amitié, l'amour occupaient une place de choix dans ma vie. Passé le cap de la trentaine, des signaux marquants et évidents me révélèrent que la jeunesse prenait ses distances d'avec mon corps. Bientôt, j'en arrivais à la conclusion que le temps passait vraiment trop vite à mon goût. Pas moyen d'appliquer les freins. Le processus de vieillissement s'activait d'emblée. Je tatillonnais dans mes désirs. La cinquantaine fut précurseur d'une foule de changements physiques et intellectuels. D'autres, les derniers mêmes, morceaux de l'innocence se perdirent ainsi en chemin. Trop tard pour la récupération, le temps accordé à notre accomplissement sur terre marque presque un point final lorsque tu quittes ton nuage. Il y aura du monde pour te faire sentir dépassée. Tes souvenirs seront déjà clairsemés, tes idées du présent et du passé se con-

fondront. Les mots ne te viennent pas toujours vite à l'esprit, la mémoire se distend. Pour moi, le futur ne se conjugue plus qu'en mode raccourci et c'est déjà beaucoup, car ce n'est pas tout le monde qui perdure ainsi tout au long du voyage. Passé le cap de la soixantaine, le cœur n'est pas toujours joyeux et allège s'il faut se fier à la clientèle des voyageurs.

Tous s'entendent pour dire pourtant que le jeu en vaut toujours la chandelle, même s'il connaît des écueils. Les épreuves continuent de t'attendre au détour du chemin supposément pour renforcer ton équilibre moral. Tu dois lâcher du lest si tu ne veux pas sombrer avec le bateau. Enfin, la question se pose à chacun: *Seriez-vous prêts à tout recommencer et repartir à zéro?*

Seriez-vous prêts à tout recommencer et repartir à zéro?

La plupart des gens semblent répondre oui, à certaines conditions, dont celles de pouvoir y apporter des améliorations ou des changements minimes. Une chose est sûre : l'amateur de vrai casse-tête aime bien se donner une deuxième chance tant il se sent attiré par ses morceaux, un peu comme pour tout art où il fait bon revisiter ses auteurs préférés.

Puis, pourquoi s'en faire d'une si petite misère? Quelque soit le client, l'issue sera toujours la même.

LES COMITÉS

COMITÉ DE L'ENVIRONNEMENT

Serge Picard, responsable



Saviez-vous que ...?



- En France, à compter du 1^{er} janvier 2016, on mettra fin à la mise à disposition à titre onéreux ou gratuit de sacs en matières plastiques à usage unique destinés à l'emballage de marchandises sauf pour les sacs compostables en compostage domestique et constitués pour tout ou en partie de matières biosourcées.

Source : Article publié dans [Autres sujets environnementaux](#) le 26-06-14

- Pour contrer les 89 milliards de bouteilles en plastique vendues chaque année dans le monde, trois étudiants en design de Londres proposent une petite bulle comestible, la Ooho. Il suffit d'aspirer à même la membrane pour que l'eau se libère. Elle reste toutefois complexe à transporter et à garder propre. Autre problème : grosses soifs... s'abstenir !



Source : Internet : Une bulle d'eau comestible pour lutter contre les bouteilles en plastique.



-Au Royaume-Uni, la ville d'Oxford exige des restaurateurs de rue uniquement des emballages et contenants alimentaires RECYCLABLES ET BIODÉGRADABLES.

Source : Article publié dans [Autres sujets environnementaux](#) le 21-04-15

- Dans un rapport publié en octobre 2014, le Comité sur la situation des espèces en péril * au Canada (COSEPAC) a identifié 15 espèces disparues, 22 disparues du pays, 306 en voie de disparition, 165 menacées et 200 préoccupantes.

En avril 2015, le comité a étudié 20 nouvelles espèces et a conclu que 7 sont en voie de disparition, 5 sont menacées, 7 sont préoccupantes et 1'espèce sauvage n'est pas en péril.

* *Espèces végétales et animales*



Sources : Rapport de situation du COSEPAC, octobre 2014

Article publié dans Europe et International le 05-05-15 sous le titre *La biodiversité du Canada en difficulté.*

LES COMITÉS

CONDITION DES HOMMES

Clermont Morneau



Tenue d'une activité pour marquer, pour une deuxième année consécutive, la *Journée internationale des hommes*. Cette journée se tiendra le 19 novembre prochain.

Une activité spéciale, portant le titre provisoire *Sous la mouvance des talents des hommes*, marquera la *Journée internationale des hommes* de 2015. Pour respecter le principe de l'alternance des lieux de réalisation de nos activités, cette dernière se tiendra, cette année, du côté de Québec.

Pour la circonstance, nous allons de l'avant avec l'idée de favoriser une vision positive des hommes en leur permettant de mettre en lumière leurs différents talents, quels qu'ils soient : jardinier, peintre, cuisinier, sculpteur, écrivain, biographe, ébéniste, verrier, monteur de mouche, photographe, dessinateur, costumier, coiffeur, fermier, musicien, clown, fleuriste, généalogiste, collectionneur, webmestre, graphologue, entraîneur, etc. Pour permettre à ces différents créateurs, membres de l'AREQ, de faire connaître leur talent, nous allons mettre à leur disposition, un espace d'exposition de leurs créations. Chacun pourra alors présenter, à sa façon, sa spécialité propre; et, éventuellement, vendre aussi quelques-unes des œuvres qu'il aura placées en démonstration.

Le plus rapidement possible, tous ceux intéressés remplissent la *fiche d'inscription* que vous transférez à *Jean Noël Laprise*. Cela permettra de connaître le nombre des artistes que nous recevrons pour la journée et de leur prévoir un espace de présentation.

Fiche d'inscription de l'artiste pour la *Journée internationale des hommes* 2015
Nom : _____

Adresse : _____

Téléphone, cellulaire : _____

Courriel : _____

Secteur de l'AREQ de l'artiste : _____

Domaine de création : _____

Nombre d'œuvres présentées : _____

Merci à l'avance de croire à ce projet, de vous lancer dans l'aventure de trouver ces « perles rares » et d'appuyer la suite des étapes qui permettront de faire de cette deuxième activité pour marquer la *Journée internationale des hommes* un autre succès...

Au plaisir!

 Jean-Noël Laprise

Responsable régional

Du Comité de la Condition des hommes

N.B. Si vous désirez assister à cette journée, l'inscription s'effectuera début novembre auprès d'un membre du Conseil sectoriel

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

Le poste de représentant à la Condition des hommes (secteur) est toujours vacant.



ASSURANCES
Rita Lapointe, responsable

LES COMITÉS

Voici un court résumé d'informations reçues de l'AREQ, glanées à la pharmacie et suite à un échange avec un pharmacien, je les trouvais importantes et je vous les communique.

La 28 et son impact sur les services pharmaceutiques

Depuis l'adoption de cette loi, les pharmaciens pourront offrir trois services:

- Prescriptions d'un médicament si aucun diagnostic est requis,
- Prescriptions pour des maladies mineures,
- Ajustements d'ordonnance.

Par contre, certains services actuellement offerts et financés par la RAMQ seront peut-être complètement ou partiellement désassurés :

- préparation de piluliers
- transmission de profil*
- heures d'ouverture*

* (informations reçues lors d'une discussion avec un pharmacien)

L'éventualité que les pharmaciens compenseraient la baisse des honoraires versés par la RAMQ en ne préparant plus les piluliers ou en imposant des frais aux clients (s'ils en préparent), plusieurs personnes âgées pourraient en subir de réelles conséquences sur leur état de santé.

Cette éventualité est préoccupante et l'AREQ demeura vigilante.

Cette information est un résumé d'un article du FOCUS (Mai 2015)

Et pour poursuivre, quelques informations relativement à la mention:

«**Ne pas substituer**» inscrite sur une prescription reçue du médecin.

Depuis le 24 avril 2015, cette mention doit s'accompagner d'une inscription d'un code justificatif.

Soyez vigilantes et vigilants lorsque vous recevez une nouvelle prescription avec cette mention. Votre médecin en est certainement avisé.

Différence entre médicament générique et médicament innovateur:

Les médicaments génériques sont des reproductions des médicaments innovateurs. Ils sont approuvés par Santé-Canada (mêmes normes de sécurité). Cependant, certaines personnes, pour des considérations thérapeutiques reconnues peuvent recevoir une prescription portant un code justificatif et ce pour diverses raisons:

- Allergie documentée
- Intolérance documentée

- Médicament innovateur essentiel à l'atteinte des résultats cliniques escomptés est le seul inscrit à la liste sous cette forme.

Les médicaments innovateurs sont des **produits brevetés et approuvés par Santé-Canada**

Pour plus de renseignements, vous pouvez consulter le site www.inesss.qc.ca

Tant qu'à cette information, elle provient d'un feuillet explicatif que j'ai pris à la pharmacie. Si vous êtes un peu curieuse et curieux, pendant l'attente de votre prescription consulter les différents dépliants à la disposition des clients, ils contiennent une foule d'informations utiles.

Comme la médication est toujours complexe, n'hésitez pas à questionner votre médecin et votre pharmacien.

Un rappel:

Les services suivants ne sont plus déductibles d'impôt (fédéral et provincial) : massothérapie, kinésithérapie, orthothérapie, naturothérapie.

Notez bien ce renseignement ne concerne que l'impôt.

Rita Lapointe, responsable.



Nécrologie



Monsieur Pierre-Paul Caron
Madame Lucille Giasson

frère de Laurence et Jocelyne Caron
mère de Marielle Caron et sœur de Marie-Paule
Giasson

Monsieur Paul-Émile Morin
Monsieur Laurent Bernier
Madame Germaine Lacroix-Thibault
Madame Juliette Gagné-Nolet

frère de Géraldine Morin
frère de Marie et Claudette Bernier
mère de Rachel Thibault
belle-mère de Madeleine Chabot

Monsieur Guy Nolet
Monsieur Gérard Bélanger
Monsieur Raymond Dionne, 86 ans
Madame Irène Dionne, 88 ans
Madame Thérèse Coulombe, 82 ans

époux de Madeleine Chabot
père de Lise Bélanger
frère de Réal Dionne
sœur de Réal Dionne
belle-sœur de Martin Gaudreau

Madame Josette Méthot, 77 ans
Madame Éva Laferrière, 93 ans
Madame Françoise Walsh, 97 ans
Monsieur Jean-Charles Chénard, 89 ans
Madame Danny Laboissonnière, 42 ans

sœur de Jeannine Méthot
mère de Claude Talbot
mère de Serge Belly
beau-frère de Monique Bérubé
fille de Denis Laboissonnière et de Monique
Lévesque

Madame Thérèse Michaud-Lebrun, 85 ans
Monsieur Hervé Frève, 72 ans

mère de Ginette Lebrun
époux de Cécile Gamache

Aux familles éprouvées, nos sincères condoléances

«Si nous ne goûtions pas à l'adversité la réussite ne serait pas tant appréciée.» (Anne Bradstreet)

LES COMITÉS

RETRAITE

Gilles Dussault, responsable



RETRAITE ET PROTECTION DU POUVOIR D'ACHAT

Aucun nouveau développement ne s'est produit depuis la dernière parution du journal l'Extension.

La priorité pour les employés de l'État, c'est la négociation du renouvellement des conventions collectives.

Toutefois, l'AREQ a produit deux jolis et intéressants cartons de sensibilisation pour les membres dont je vous présente succinctement le contenu.

Ces cartons ont pour thème « La cigale et la fourmi » et « Le rouleau compresseur ».

LA CIGALE ET LA FOURMI

Monsieur Couillard, il n'y a aucune raison DE VOUS ATTAQUER À NOS PENSIONS!

Le gouvernement Couillard demande une série de concessions aux personnes retraitées et futures retraitées de l'État.

Or, les chiffres le démontrent : LE RREGOP EST EN BONNE SANTÉ!

Appauvrir les personnes retraitées, c'est appauvrir l'ensemble de la société!

LE ROULEAU COMPRESSEUR

Il n'y a aucune raison de s'attaquer à nos pensions!

En écrasant leurs régimes de retraite au rouleau compresseur, le gouvernement va diminuer davantage le POUVOIR D'ACHAT des personnes retraitées.

Les personnes retraitées ont contribué et contribuent TOUJOURS à la société.

P.S. Quand vous lirez ce texte, trois mois auront passé ...

Assemblée générale de secteur, le 12 mai 2015

En après-midi, le spectacle d'une heure trente d'un chansonnier, monsieur Bernard Roy accompagné de monsieur Charles Cochon fut très apprécié par les membres.

Bernard Roy a travaillé comme infirmier en Basse-Côte-Nord et dans le Nord québécois. Il enseigne maintenant à l'Université Laval et vit avec une dame de Natashquan. Gilles Vigneault lui-même l'a invité à participer à ses Ateliers de création de chansons en 2011.

Bernard Roy propose des textes de qualité poétique remplis d'émotions qui invitent à la réflexion.

(Texte et photos d'Huguette Nicole)





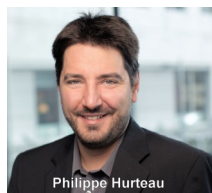
Comité Sociopolitique
Jacques Dansereau, responsable

LES COMITÉS

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 sa 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 fordiste qui a mené à la création de la classe moyenne?

Si ce n'est pas le cas, vers quel avenir pouvons-nous nous projeter ?

**LES ÉCRANS:
LIBÉRATION OU ESCLAVAGE ?**

Conférencier : Jacques Brodeur

Jacques Brodeur a enseigné pendant 30 ans l'éducation physique. Son parcours 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 nomphobie, 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 vous exprimer sur cette réalité qui touche tous les paliers de la société.

Horaire	Lieu :
9 h 30 à 12 h : Conférence de Philippe Hurteau	Auberge Québec 3055, boul. Laurier, Québec G1V4X2 (coin Lavigerie près de l'Hôtel Plaza)
12 h à 12 h 45 : Dîner	
12 h 45 à 14 h 30 : Conférence de Jacques Brodeur	
Coût tout inclus :	Pour inscription : Jacques Dansereau 418-856-1474
Membre : gratuit Non-membre : 17\$	Fin des inscriptions : 16 novembre

LES COMITÉS

CONDITION DES FEMMES
Georgette Roy, responsable.
roy.georgette@videotron.ca
418-248-2319



Notre deuxième rencontre a eu lieu le 9 avril. C'est avec plaisir que je vous transmets un résumé de cette réunion.

Une demande est faite pour avoir un résumé de ce qui se passe à la condition des femmes au national, car on voudrait travailler dans le même sens.



Nous avons cette année la *marche mondiale des femmes*. Nous aurons plus de détails avec les centres pour les femmes.

Nous avons reçu le plan d'action 2014/2017.

Les demandes sont les suivantes :

Avoir des conférences sur la santé mentale :

« anxiété, angoisse et vieillissement »

Prévoir de demeurer le plus longtemps possible à son domicile

Se faire informer sur les médicaments par une pharmacienne d'hôpital

S'informer pour avoir de l'aide dans les centres de bénévoles

Chercher des moyens pour dénoncer des agressions sexuelles

AREQ s'informe des nouvelles dispositions sur les soins de fin de vie

Informers les personnes sur les numéros de téléphone :

les services offerts: 211 et info-santé: 811

Faire une action spéciale pour le 6 décembre et la Journée de la femme

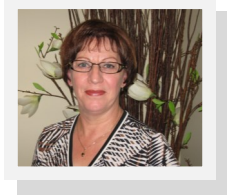
Il y aura un site de rencontre pour femmes avec la *marche mondiale* qui se tiendra le 17 octobre 2015 à Trois-Rivières. On s'en reparle.

Nous avons du travail à faire et c'est ensemble qu'on va y parvenir.

On a aussi fait un retour sur la journée du 10 mars 2015. D'abord, notre conférencier M. Jacques Goulet était très intéressant et très renseigné sur les probiotiques « ce qui nous aide à combattre les maladies ». Merci à ceux et celles qui se sont joints au groupe . Nous étions 170 personnes.

En après-midi, nous avons eu une conférence avec Véronique Couillard, des Calacs de Charlevoix, qui nous a donné un aperçu de ce que peuvent vivre les aînées au niveau des agressions sexuelles.

Le comité pour la journée de la femme est formé de trois personnes qui vont la préparer. Dans le but d'avoir plus de monde, il serait bon de faire une chaîne téléphonique dans chaque secteur.



FONDATION LAURE-GAUDREAU
Lise Bélanger, responsable
lisebelanger@sogetel.net 418-249-4262



25^e de la Fondation Laure-Gaudreault

Le 3 juin dernier a eu lieu l'assemblée générale de FLG. À cette occasion, Madame Marielle Raymond, présidente régionale, nous a fait part de la contribution des secteurs de Québec-Chaudière-Appalaches pour amasser des fonds pour la Fondation. Une somme de plus de 14 000\$ a été recueillie. La Fondation a redistribué 10 818\$, dont 72% du montant total, à différents organismes et à des individus. Le comité de sélection des bénéficiaires a analysé vingt-huit demandes. Vingt-trois de ces dernières ont été retenues. Ils ont favorisé les demandes individuelles, tant pour les jeunes que pour les personnes âgées dans le besoin. Mme Raymond remettait les chèques aux responsables FLG pour la distribution dans leur secteur. Malheureusement, il n'y a pas eu de demandes dans le secteur Pascal-Taché. Il n'y a donc pas eu de bénéficiaires.

Les cartes de sympathie est un moyen de financement pour notre Fondation. Notons que la Fondation donne pour des recherches médicales : maladie d'Alzheimer, cancer, SLA et gériatrie. Quand on demande de donner à une de ces sociétés, lors de décès, nos cartes répondent à ce souhait. Je profite de ce communiqué pour remercier



bien sincèrement les personnes qui ont fait un don à FLG lors du décès de mon père. Votre geste m'a grandement touchée.

La Fondation Laure-Gaudreault fête vingt-cinq ans, de juin 2015 à juin 2016. Monsieur Robert Gaulin, président national de FLG, a précisé que nous voulons mettre en évidence la vie et la contribution de la fondatrice Laure Gaudreault. Nous ferons la promotion de la Fondation et solliciterons votre générosité. Il y a eu la signature d'un protocole entre la CSQ et FLG. Il constitue un engagement à collaborer pour amasser des fonds pour FLG. M. Gaulin invite encore les membres à consulter le site internet de FLG. Si quelqu'un a des idées pour nous aider à recueillir de l'argent, vous pouvez m'en faire part, j'en discuterai avec le conseil sectoriel et nous prendrons une décision concernant sa réalisation. Vous pouvez aussi partager vos idées avec M.Gaulin sur le site internet : [wwwFondationlg.org](http://www.Fondationlg.org)

L'année 2015-2016 sera l'occasion de faire connaître davantage la Fondation Laure-Gaudreault. Ensemble, nous soulignerons ses vingt-cinq années d'existence.

Votre contribution à la Fondation Laure-Gaudreault peut prendre différentes formes :

- devenir membre à vie de la Fondation (10\$)
- faire un don
- vous procurer nos cartes de condoléances (10\$)

Formulaire d'inscription ou de don

Nom et prénom		Région	
Adresse			
Ville		Code postal	Téléphone
<input type="checkbox"/> Devenir membre à vie de la Fondation (10\$)			\$
<input type="checkbox"/> Faire un don au montant de: _____ \$			\$
<input type="checkbox"/> Achat de _____ carte(s) de condoléances (10\$/unité)			\$
Reçus d'impôt émis pour toute souscription annuelle de 15\$ ou plus.			Total: \$

AREQ- CELLULE DE LA POCATIÈRE
ACTIVITÉS 2015-2016
2015

Mercredi, 2 septembre	<u>Dîner</u>	Roche-à-Veillon, Saint-Jean-Port-Joli Réservation avant le 28 août	11 h 30
-----------------------	---------------------	--	---------

Mercredi, 14 octobre	<u>Déjeuner</u>	Restaurant Cap-Martin, La Pocatière Réservation avant le 9 octobre	9 h 00
----------------------	------------------------	--	--------

Mercredi, 11 novembre	<u>Dîner</u>	Le Buro des Sports, La Pocatière Réservation avant le 6 novembre	11 h 30
-----------------------	---------------------	--	---------

Mercredi, 2 décembre	<u>Dîner de Noël</u>	Restaurant Cap-Martin, La Pocatière Réservation avant le 27 novembre	11 h 30
----------------------	-----------------------------	--	---------

Echange de cadeau: ce que j'aimerais avoir (Dollarama)

2016

Jeudi, 14 janvier	<u>Déjeuner</u>	Restaurant Opéra, La Pocatière Réservation avant le 8 janvier	9 h 00
-------------------	------------------------	---	--------

Mercredi, 10 février	<u>Dîner St-Valentin</u>	Restaurant Mikes, La Pocatière Réservation avant le 5 février	11 h 30
----------------------	---------------------------------	---	---------

Mercredi, 9 mars	<u>Dîner</u>	Club La FADOQ, La Pocatière Réservation avant le 4 mars	11 h 30
------------------	---------------------	---	---------

Mercredi, 13 avril	<u>Dîner</u>	Restaurant L'Escale, Saint-Pacôme Réservation avant le 8 avril	11 h 30
--------------------	---------------------	--	---------

Mercredi, 15 juin	<u>Souper</u>	Club de Golf, Saint-Pacôme Réservation avant le 10 juin	17 h 30
-------------------	----------------------	---	---------

☎ N'oubliez pas de toujours réserver auprès de Maxellande Bureau (Rés. : 418-856-4218 ou Chalet : 418-856-2516).

Merci de votre précieuse collaboration et au plaisir de vous rencontrer.
L'équipe de La Pocatière, Maxellande Bureau, responsable

ACTIVITÉS CELLULE L'ISLET-SUD 2015-2016

2015

Merc. 26 août	9 h 00	Non-rentree	Club de golf	Saint-Pamphile
Merc. 14 octobre	9 h 00	Déjeuner	L'Ancestral	Saint-Pamphile
Merc. 11 novembre	9 h 00	Déjeuner	Ô Sommet	Saint-Adalbert
Merc. 9 décembre	11 h 30	Dîner de Noël	Le Jasmin	Tourville

2016

Merc. 10 février	11 h 30	Dîner St-Valentin	Chez Réjean	Saint-Pamphile
Merc. 16 mars	11 h 30	Dîner	L'Ancien Presbytère	Saint-Marcel
Merc. 15 juin	9 h 00	Déjeuner	Bistro O.K.	Saint-Jean-Port Joli

***Cette liste peut être sujette à changement.**

N.B. Les conjoints(tes) sont toujours bienvenus(es)

Il y a toujours une chaîne téléphonique. ☎

AU PLAISIR DE VOUS RENCONTRER

Réjane St-Amant, responsable

ACTIVITÉS MONTMAGNY-NORD-SUD 2015-2016

2015

Lundi 31 août	9 h 00	Déjeuner non rentrée ☎ (chaîne téléphonique)	Restaurant de la Plage Berthier-sur-Mer
Mercredi, 30 septembre	11 h 00	Rendez-vous automnal ☎ (chaîne téléphonique)	Dîner Club de Golf, Saint-Pacôme
Jeudi 10 décembre	11 h 30	Dîner de Noël ☎ (chaîne téléphonique)	Restaurant La Couvée L'Oiselière, Montmagny

2016

Mercredi 10 février	18 h 00	Souper (St-Valentin) ☎ (chaîne téléphonique)	Restaurant La Marmite d'Or L'Envolée, Ecole Casault
Mardi 5 avril	11 h 30	Dîner (Cabane à sucre) ☎ (chaîne téléphonique)	Laurent Bernier Cap-Saint-Ignace Route Des Pommiers
Mardi 7 juin	9 h 30	Déjeuner Bla Bla ☎ (chaîne téléphonique)	Restaurant Bar Traiteur. Lafontaine, Montmagny

NB. : Merci de votre précieuse collaboration et au plaisir de vous rencontrer.
Françoise Boulet et Pauline Forgues, responsables de cellule. Merci

ACTIVITÉS SECTEUR

2015-2016

Fête automnale	mercredi le 30 septembre 2015 Saint-Pacôme
Accueil des nouveaux membres	mercredi le 30 septembre 2015 Saint-Pacôme
Fête des aînés	mercredi le 30 septembre 2015 Saint-Pacôme
Toujours en action	mercredi le 20 avril 2016 Salle Rousseau, Saint-Jean-Port-Joli
Assemblée générale sectorielle	mardi le 3 mai 2016 Saint-Pacôme
Fête des bénévoles	mercredi le 18 mai 2016 Le Jasmin de Tourville

ACTIVITÉS RÉGIONALES

Journée des hommes	19 novembre 2015
Activité régionale socio-politique	27 novembre 2015
Journée de la femme	8 mars 2016
Assemblée générale régionale	jeudi le 2 juin 2016 (Rive-Sud?)

N.B.

Invitation à la cellule L'Islet-Nord à se joindre aux activités de l'une ou l'autre cellule.

Assemblée générale de secteur, le 12 mai 2015

Le 12 mai 2015, cinquante-sept personnes étaient présentes à l'**assemblée générale**.

Merci aux six artistes qui ont présenté des œuvres.
Mesdames Thérèse Morneau, Gisèle Rancourt,
Jeannine Mercier, Michèle Desjardins,
Denise Mailly et Micheline Boucher

Résultats du vote « Coup de cœur »

1er prix :	Madame Michèle Desjardins	100 \$
2e prix :	Madame Denise Mailly	75 \$
3e prix :	Madame Micheline Boucher	50 \$

Félicitations!

Chaque artiste gagnante apporte son œuvre à l'assemblée générale régionale à Québec le 3 juin 2015.
(Texte et photo d'Huguette Nicole)

