

MOT DU PRÉSIDENT et du conseil sectoriel

Novembre.

Dans la foulée de cette année, nos activités se perpétuent aux couleurs de la fête automnale. Cette année, nous avons innové en faisant d'une pierre trois coups. Ce rassemblement convivial de la Fête automnale du premier octobre a permis aux membres de notre secteur de fraterniser, de socialiser. Nous avons voulu aussi souligner par une pensée amicale l'affection à nos sages multiples de cinq. La relève est importante. Nous avons donc profité de l'occasion pour souligner officiellement la non-entrée de nos nouveaux membres et souligner l'importance qu'ils s'intègrent à notre famille Pascalienne.

Merci à Huguette Nicole, Lise Bélanger, le comité de cette fête (Serge Picard, les responsables des cellules et leurs acolytes).

Les jours se sont rétrécis. Nous éprouvons davantage de légers frissons nous demandant si nous allons nous habituer à la froidure. Ensemble, dans l'attente de nos futures activités, nous sentons une petite flamme poindre le bout de son nez : la Journée des Hommes, les rencontres festives de la Noël dans nos cellules. Autant d'occasions de se retrouver.

Au plaisir et Joyeuses Fêtes à chacun et chacune.

Clermont Morneau



SOMMAIRE

Mot du président.....	1
Renseignements.....	2
Mot de la présidente régionale3	
Fête de l'automne	3
Confidences	4-5
Nouvelles de La Pocatière	6
Nouvelles de l'Islet-Nord.....	6
Nouvelles de Montmagny	7
Assurances.....	8-9
Nouveaux membres	9
Indexation	10
Condition des Hommes.....	11
Condition des Femmes	11
Journée environnement	12
Sociopolitique.....	13
Nécrologie	14
FLG	15-16

«Noël n'est pas un jour ni une saison, c'est un état d'esprit.» Calvin Coolidge



Joyeuses fêtes

**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

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	Gertrude Gagné 418-469-2279
L'Islet-Nord	Poste à combler
Amis Amies AREQ	Colette Giguère 418-248-3907

PROCHAIN JOURNAL

Tombée des articles
13 février 2015
Mise sous enveloppe
16 mars 2015
Envoi du journal
Mois: semaine 25 mars 2015



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 Lavoie

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
Indexation	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



Pierrette Simoneau

Mot de la présidente régionale

Le temps file. Il y a quelques temps, nous étions en plein été. Depuis, l'automne nous a rattrapé et bientôt tous les signes de la grande période de froid seront à nos portes : arbres dégarnis, gelée matinale et surtout les abris d'hiver.

L'AREQ est en pleine action. Suite au Congrès de juin dernier, le plan d'action pour 2014-2017, adopté fin octobre, sera acheminé dans la région Québec-Chaudière-Appalaches et ses secteurs. Celui-ci guidera nos actions, place aux nouveautés et aussi à nos valeurs sûres. Vous, membres, n'en aurez que l'embarras du choix. Vous avez des suggestions, n'hésitez pas d'en faire part à votre Conseil sectoriel.

Le projet de loi 3 sur les régimes de retraite des municipalités nous interpelle, la suppression de l'indexation chez ces personnes retraitées sera-t-elle un jour la solution ? On se rappelle que nous avons une désindexation de 1982 à 1999 et nous en connaissons les effets. Pour nous personnes retraitées, d'un régime de retraite à prestation déterminée, ne sommes pas touchées, mais l'AREQ surveille de près la situation. En tant que citoyen à part entière faisons-nous un devoir de suivre les grands dossiers de l'actualité. Pensons à la santé avec les coupures annoncées, l'éducation qui elle aussi reçoit son lot de coupures. Gardons l'œil ouvert !

Plusieurs activités régionales sont en place : la journée internationale des hommes du 19 novembre, la journée internationale des femmes en mars et l'environnement. D'autres activités pourront se greffer, surveillez vos bulletins sectoriels.

En attendant de voir blanchir la nature, je veux profiter de l'occasion pour vous souhaiter une heureuse période hivernale, de joyeuses fêtes et la meilleure santé possible.

Pierrette Simoneau, présidente régionale

Fête de l'automne, fête des aînés et accueil des nouveaux membres

129 participants se sont rassemblés pour célébrer ces festivités le 1^{er} octobre 2014.

Serge Picard et les responsables de secteurs nous avaient préparé cet événement. Nous avons été reçus au restaurant La Plage de Berthier-sur-Mer. Un délicieux dîner nous a été servi. Une animation a suivi, nous invitant aux voyages. Ce fut un plaisir d'échanger et d'entendre les anecdotes réelles ou imaginaires des autres équipes. Enfin, des prix de présences ont été tirés, œuvres de nos artistes locaux.



Prochain rendez-vous : 19 novembre à Saint-Henri-de-Lévis, organisé par le comité des hommes.

Le conseil sectoriel se joint à moi pour vous remercier d'avoir participé en si grand nombre. Au plaisir de vous rencontrer à nouveau!

Texte de Lise Bélanger Photo d'Huguette Nicole

Les confidences

Denise Beaulieu

Être juste une oreille attentive, j'en entendrai des confidences. Des véritables, il va sans dire, que je ne pourrais répéter, toute vérité n'étant pas bonne à dire.



Je saurais enfin tout ce qui se cache derrière ce masque sans tache, ce visage sans ridicule. J'apprendrais si c'est de la sensibilité, camouflée en indifférence; de la mesquinerie, pour sauver les apparences. Je connaîtrais enfin les réponses, dévoilerais de profonds secrets oubliés dans la nuit des temps, par la majorité des personnes sensées.

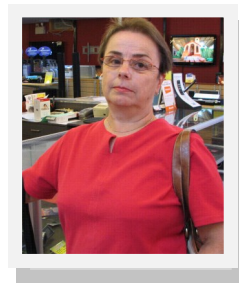
Je découvrirais ce que les gens veulent dissimuler, ce qui ne se confie pas à toutes les oreilles embusquées, ce qui est authentique. Démêler le faux du vrai, quel plaisir ce serait! Bien sûr, je préférerais que ce ne soit pas sur moi que ces personnes curieuses, imbues de bonnes pensées, déblatèrent, au risque de m'étourdir et de me projeter immanquablement vers la sortie. Ou encore, je ne pourrais résister, tant leurs paroles sont vérités, à l'envie de me souvenir de leurs belles pensées ou au contraire, de sortir marteau interne et enclume dans le but avoué de leur mettre des bâtons dans les roues.

Plus souvent qu'autrement, je préfère être celle qui

écoute, sans les tourments d'une juste livraison d'échange de pensées, gardant mon opinion et mes sentiments pour moi, pour ne pas créer de l'émoi chez les gens que je côtoie. J'accumule ainsi réflexions et expériences. Pour moi, les sons sont plus intéressants que le papier ou l'image. Disons que je crains aussi de m'embarquer dans une stratégie sans issue et avec un niveau de stress certain dont je ne pourrais m'échapper sans laisser de traces à fleur de peau sur tout mon pavillon.

Bien sûr, c'est une secousse pour tout ton être, quand tu te laisses aller à des confidences pour bien paraître. Un vrai tympan ouvert! Tu trahis toi-même tes propres secrets, te donnes en pâture sans rien de concret. Les autres passent un laps de temps sur ton cas. Ils jouent à faire semblant de vouloir connaître tous tes bons et surtout faux pas. Le passé personnel, sis parmi les petites lignes et les moindres détails, n'est pas fait pour intéresser le monde, déjà pris par ses propres tracas, avec comme résultat que les gens n'en feront pas tout un plat de tes allégations.

Être juste un nez, c'est sûr que j'aurais du pif. Je détecterais toutes les odeurs subtiles et agréables. Je me rapprocherais de tout ce qui



sent bon et donne de l'appétit. Je partagerais mon avis si on me le demandait. À la moindre alerte, je me sauverais de la fumée enivrante ou étouffante. Je me pincerai pour savoir s'il y a danger. Je fuirais toute sensation suspecte. Renifler ne serait pas pour moi. Le rhume n'aurait aucune validité; j'aime trop bien respirer. C'est une question de santé!



Être juste un œil, c'est sûr que je me délecterais de la beauté du monde. Je jagerais les couleurs dans toute leur tonalité. J'adapterais la chaude lumière avec subtilité, afin qu'elle me captive et me soit coutumière. Je lorgnerais les trous de serrure, pour les faire parler. J'irais au front, comme le soldat à la guerre. Je clignerais sur tout ce qui me sourirait. Je chercherais à m'associer avec un de mes semblables dans le but avoué de percevoir la vie en haute définition.

(Suite page 5)

(Suite de la page 4)

Être juste une langue, sûre qu'elle serait étrangère, afin de pouvoir me délecter de tous les mets alléchants de ce monde. Je ne serais pas fourchue; je n'aime pas médire de mes concitoyens et adopter un langage cru. Je l'utiliserais à bon escient, faisant usage de la parole seulement pour dire le juste et le vrai, sans aucune idée présomptueuse.



Être juste une voix, ce serait dur pour les histoires. Je me permettrai d'en raconter des vertes et des pas mûres, des piquantes et des salées, assez pour m'enrouer la gorge, à défaut de pouvoir fredonner et à la limite, chanter. Car là serait mon plaisir : alto, soprano, mezzo,.... Rien ne serait trop beau pour quelqu'un qui vise le sommet de l'art lyrique, assaisonné d'une touche de célébrité.



Être juste une main, comme j'en toucherais des gens. Pas besoin d'avoir les larmes aux yeux pour les at-

tendrir. Un simple contact nous rapprocherait à n'en plus finir. Puis, tout serait prévu pour me protéger si la nécessité se faisait sentir. De bons réflexes, je m'assurerais : chaud, froid, brûlant, mettez-en. Un seul gant me suffirait. Si un rien m'horripilait, me crispait, attention, je pourrais taper et vous faire la vie dure.



Être juste un pied, c'est sûr que j'en visiterais des pays! J'en parcourrais des kilomètres. Je prendrais le temps qu'il faut pour m'acclimater aux nouveaux paysages. Je me protégerais de tous les dangers imminents par le port de souliers et d'orthèses adaptés. Aucune odeur ne serait suspecte, je connaîtrais le bon usage de l'emploi. Avec moi, la pédicure ne serait pas une mince affaire. L'exigence servirait de rempart à toutes les occasions de me faire écraser les orteils ou marcher sur les pieds.



Être juste un bras, j'en étreindra des personnes. Tout le monde voudrait un « colleux », pour se

sentir soutenu, s'empêcher de ramer à toute allure, s'assurer d'être bien accroché à une épaule consolatrice.

Être juste une âme, j'aurais peur de partir à la dérive. Me retrouver au ciel me plongerait dans l'extase, l'enfer ne serait pas une idée envisageable. Réintégrer un corps serait mon premier choix : il me semble qu'à deux, on ferait bien la paire. C'est sûr qu'il y aurait une profession de foi à accomplir pour y parvenir. De toute façon, je n'aurais rien à perdre.

Me retrouver au ciel me plongerait dans l'extase, l'enfer ne serait pas une idée envisageable.

En fin de compte, ce qui est plaisant, c'est qu'avec tous ces éléments, tu puisses concocter un de tes plats préférés, ta personne imaginée et réelle avec quelques ajouts assez substantiels. Bien sûr, vu que l'existence se partage plutôt bien à deux, j'inviterais mes doubles nécessaires à façonner mon image complète. La vie ne fait donc rien à moitié. Disons que je doute un peu de ma réussite. La création d'un être si complexe et toujours en activité dépasse les bornes. Je comprends la science de toujours découvrir de nouvelles facettes de l'être humain.

Que c'est compliqué!



NOUVELLES DE LA POCATIÈRE

Maxellande Bureau

J'ai dix ans

J'ai dix ans dans ma tête et dans mon cœur même si mon miroir m'affirme le contraire en m'indiquant quelques rides bien apparentes.

J'ai dix ans dans ma tête et dans mon cœur quand je joue aux cartes avec mes petits- enfants. Ils ne se lassent jamais même s'ils ne sont pas toujours gagnants. Je crois qu'à ces moments-là, j'ai dix ans dans leur tête et dans leur cœur.

J'ai dix ans dans ma tête et dans mon cœur quand j'arbore une nouvelle toilette qui me sied bien. Je me sens alors prête à conquérir le monde.

Avoir dix ans dans sa tête et dans son cœur nous ouvre des volets vers les sentiers du rêve. Nous entrons dans l'avenir à pas feutrés sans nous retourner de peur de buter sur l'essentiel.

Jacqueline Bernier



NOUVELLES DE L'ISLET-NORD

Rose-Hélène Fortin

La Bonne Chanson.

Le Canadien errant a trouvé son vis-à-vis... féminin dans L'Islet-Nord.

Pour une deuxième fois à l'orphelinat sans son chef, notre cellule errante gémit, espère soupire, implore et pleurniche en chantant:

-1-

Une cellule errante
A perdu son ami
Le désespoir la hante
Et craint d'être bannie.

-2-

Un jour de grand chagrin
Elle eut un vif sursaut
Et fit un chaud câlin
À toi, pour dire ces mots:

-3-

Si tu vois mes copains
Mes copains généreux
Va dire, avant demain
Que j'ai grand besoin d'eux.

-4-

Lorsque l'heureux(se) élu(e)
Recevra l'ovation
Serge ne pleur'ra plus
Et chant'ra ma chanson.

**Postes à combler**

Responsable de la cellule L'Islet-Nord en remplacement de Serge Picard.

Responsable des nouvelles de L'Islet-Sud en remplacement de Julie Chouinard.



NOUVELLES DE MONTMAGNY-
NORD-SUD

Elise Melanson melaelis@hotmail.com



Le temps passe donc vite... surtout lorsque nous avons le temps de prendre le temps... Le déjeuner de la rentrée a

déjà deux mois. À cette occasion, nous avons souligné l'arrivée d'une nouvelle retraitée... raconteuse d'histoires... c'est donc dire que l'on ne s'ennuiera pas avec Odette Sylvestre qui vient de se joindre à nous. Il y a deux nouveaux retraités dans notre secteur mais absents lors du déjeuner, Serge Charland et François Riel auxquels nous souhaitons également la bienvenue et une belle retraite.

C'est connu, les retraités sont des gens très occupés... que dire de Serge Picard et Raymond Raby??? Ces messieurs font partie de la chorale « La Marée Chante ». Est-ce que vous saviez qu'une chorale doit travailler pendant au moins cinq heures, chacune des chansons qu'elle offre en spectacle? C'est du temps ça mes amis! C'est la passion qui anime les choristes et leur directrice artistique professionnelle et soprano, madame Peggy Bélanger qui leur permet de passer ce temps à s'amuser tout en chantant. Un exercice de bonheur à pratiquer avec excès!

L'été 2014 a vu célébrer les cinquante ans de fonctionnement de La Roche à Veillon. À



cette occasion, la chorale « La Marée Chante » s'est produite à trois reprises et une fois en supplémentaire. Le spectacle nous a fait voyager à l'époque des boîtes à chansons. Combien de belles mélodies nous avons entendues et que de précieux souvenirs elles ont éveillé chez chacun des spectateurs. Un spectacle de très grande qualité, la preuve... plusieurs spectateurs y ont assisté plus d'une fois... dans la salle près de moi une « fan » inconditionnelle a vu les quatre représentations!

La chorale « La Marée Chante » œuvre sur le territoire de la MRC de L'Islet. À Montmagny, nous avons l'excellente chorale « La Troupe Hallélou ». Si vous aimez chanter et que l'expérience vous intéresse, une chorale a beaucoup à offrir. Nul besoin de connaître la musique il suffit d'aimer chanter.

« Chanter c'est la santé! »

(Andréanne Gallichant, fondatrice de La Marée Chante)





ASSURANCES
Rita Lapointe, responsable



Résumé d'une conférence auquel j'ai assisté et qui peut intéresser plusieurs d'entre vous sinon toutes et tous. Conférence donnée par le docteur Robert Béliveau, de l'Institut de cardiologie de Montréal / Centre EPIC.

Je vous fais part des grandes idées que nous pouvons, toutes et tous, intégrer dans notre mode de vie. Petite anecdote pour débiter . *On a demandé à un sage :*

«*Qu'est-ce qui vous surprend le plus dans l'humanité?*»

- Il a répondu: - Les hommes... Parce qu'ils perdent la santé pour accumuler de l'argent, ensuite ils perdent de l'argent pour retrouver la santé.
- Et à penser anxieusement au futur, ils oublient le présent de telle sorte qu'ils finissent par vivre ni le présent, ni le futur. Ils vivent comme s'ils n'allaient jamais mourir et meurent comme s'ils n'avaient jamais vécu. »

Pour briser ce cercle vicieux, quelques conseils que le docteur Béliveau a donnés.

D'abord S'ARRÊTER

C'est très facile, très simple et très efficace:

Arrêter 1 minute, trois fois par jour:

1 minute de respiration consciente, au moins 3 fois par jour: Lever, Mi-journée, et Coucher.

Le stress:	Quels en sont les signes:								
	<table border="0"> <tr> <td>Physiques</td> <td>+/-De sommeil Fatigue Maux de tête, dos, estomac Palpitations Grippes fréquentes</td> </tr> <tr> <td>Comportementaux</td> <td>+/-Appétit et poids changeant Tabac Alcool / drogues Médicaments Compulsions</td> </tr> <tr> <td>Émotionnels et Relationnels</td> <td>Agressivité soudaine et inexplicable Sens de l'humour Relations sexuelles Estime de soi Empathie et perte de compassion</td> </tr> <tr> <td>Intellectuels</td> <td>Concentration Capacité à prendre une décision Trous de mémoire</td> </tr> </table>	Physiques	+/-De sommeil Fatigue Maux de tête, dos, estomac Palpitations Grippes fréquentes	Comportementaux	+/-Appétit et poids changeant Tabac Alcool / drogues Médicaments Compulsions	Émotionnels et Relationnels	Agressivité soudaine et inexplicable Sens de l'humour Relations sexuelles Estime de soi Empathie et perte de compassion	Intellectuels	Concentration Capacité à prendre une décision Trous de mémoire
Physiques	+/-De sommeil Fatigue Maux de tête, dos, estomac Palpitations Grippes fréquentes								
Comportementaux	+/-Appétit et poids changeant Tabac Alcool / drogues Médicaments Compulsions								
Émotionnels et Relationnels	Agressivité soudaine et inexplicable Sens de l'humour Relations sexuelles Estime de soi Empathie et perte de compassion								
Intellectuels	Concentration Capacité à prendre une décision Trous de mémoire								

(Suite de la page 8)

«Nous avons toutes et tous des limites...» «mais nous n'avons pas toutes et tous les mêmes limites»

Comment S'ARRÊTER? Le repos, le calme, la sagesse, la lenteur, une vision profonde...

Quels sont les BESOINS?

Santé physique, vitalité, danse, jeux,

Alimentation saine et équilibrée

Exercices légers et constants

ÊTRE MIEUX CONNECTÉ

Clarifier, confronter, collaborer, conflits (les gérer calmement)

Des relations saines entre nous et avec la famille

LA PRIORITÉ

Absolute nécessité de trouver la sérénité intérieure et la préserver à l'aide de la méditation, des exercices et surtout un équilibre de vie

Prendre soin de soi

Selon Ralph Walds Emerson *Une vie réussie!*

«Avoir beaucoup et souvent ri;

Avoir gagné le respect des gens intelligents et l'affection des enfants;

Laisser le monde en meilleur état;

Savoir qu'une vie a mieux respiré parce que vous avez vécu...»

C'est à tout cela que se mesure le SUCCÈS.

N'est-ce pas que si nous nous efforcions d'adopter ce style de pensée intérieure et physique, nous utiliserions moins et plus tard les **médicaments** et donc les **Assurances**.

MEMBRES

Nous sommes heureux de vous annoncer que nous avons dépassé le cap des 600 membres. En effet, depuis quelques mois, nous sommes 602 membres dans le secteur 03-C (Pascal-Taché).

Bienvenue à la relève.

Cette année, nos nouveaux membres sont :

Beaulieu, Brigitte

Blais, Andrée

Chamard, Michelle

Charland, Serge

Cloutier, Suzanne

Labillois, Donald

Lévesque, Luce

Ouellet, Jacques

Perron, Madeleine

Riel, François

Simard, Raymonde

Sylvestre, Odette

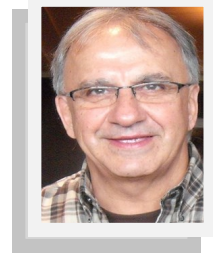
Vasseur, François.



Le président, Clermont Morneau, accompagné de quelques responsables des cellules et des nouveaux membres lors de notre rencontre le 1^{er} octobre 2014.

LES COMITÉS

INDEXATION



Gilles Dussault, responsable.

RETRAITE ET INDEXATION

Ce n'est pas parce que notre dossier de la non-indexation complète de nos rentes de retraite n'a pas vécu de nouveaux développements que le régime de retraite de plusieurs syndiqués ne fait pas les manchettes dans l'actualité québécoise.

Rien à souligner dans nos démarches auprès des représentants du gouvernement concernant nos régimes de retraite. Par contre, le gouvernement est passé à l'action à l'égard des déficits des régimes de retraite dans le secteur municipal.

Le projet de Loi 3 vise le secteur municipal

Le projet de loi 3 a été déposé et même amendé récemment. Malgré ces amendements la grogne des syndiqués se poursuit :

- la suspension de l'indexation des rentes des retraités est reportée à 2017,
- sur le partage des DÉFICITS PASSÉS, le projet de loi garde le cap en maintenant le partage à 50-50 entre les municipalités et les employés.

Les retraités de l'État, que nous sommes toutes et tous, savons très bien qu'une mesure « temporaire » adoptée en 1982, la désindexation des rentes pour 1982-1999 n'a toujours pas été corrigée, plus de trente années plus tard.

Les membres de l'AREQ ne sont pas visés

Les prestataires du RREGOP ou encore du RRE, du RRCE ou du RRPE, ne sont visés ni par le rapport D'Amours ni par les projets de loi du gouvernement pour restructurer les régimes complémentaires de retraite. L'AREQ n'a pas déposé de mémoire devant la commission parlementaire sur le projet de loi 3.

L'AREQ suit néanmoins de très près l'évolution des travaux entourant le projet de loi 3 et, plus globalement, l'ensemble des discussions touchant l'avenir des régimes de retraite. Bien sûr, si les membres de l'Association devaient être interpellés, concernés ou visés par un projet de loi ou par une décision gouvernementale, l'AREQ réclamera d'être entendue devant l'Assemblée nationale et prendra la parole publiquement pour faire valoir leurs droits.

D'autres moyens de s'informer

Le magazine *Quoi de neuf* de l'AREQ

Il est possible d'obtenir plus d'information concernant le dossier Retraite en parcourant le magazine *Quoi de neuf*.

L'AREQ en ligne

L'AREQ diffuse des actualités qui touchent le dossier Retraite et informe ses membres de ses actions et représentations dans son site Internet à l'adresse suivante : areq.qc.net.

Pour recevoir de l'information directement par courriel, inscrivez-vous à « l'infolettre de l'AREQ » accessible sur la page d'accueil du site Internet.

LES COMITÉS

CONDITION DES HOMMES

Clermont Morneau, responsable sectoriel



Le comité se réunit traditionnellement deux fois par année. Cette année, comme le plan d'action national a été entériné seulement lors du dernier Conseil national tenue fin octobre à Québec, la première rencontre devrait se tenir probablement au début janvier 2015.

« L'activité régionale *Journée internationale de l'homme* le 19 novembre 2014 comprendra une partie musicale avec la participation de M. Bernard Roy et le lancement du recueil de textes (environ 120 pages) *Des hommes se racontent*. Ces textes ont tous été rédigés par des hommes des secteurs de l'AREQ région 03 (16). »

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

CONDITION DES FEMMES

Georgette Roy, responsable.



Bonjour vous toutes et tous

Comme l'année 2015 est à nos portes, il me fait plaisir de vous souhaiter une année remplie de joie, de bonheur et de santé. Je crois que c'est le plus beau cadeau que l'on peut offrir à quelqu'un qu'on aime. J'ai rencontré une personne à qui lui reste seulement 4 à 5 mois à vivre et cette personne me disait qu'on n'a pas le choix et que ce n'est pas lui qui a choisi mais qu'il doit finalement l'accepter. Bonne réflexion.



Nous n'avons pas eu de réunion cet automne à la condition des femmes mais je dois vous dire que nous aurons notre dîner à Québec pour la journée de la femme et on se tient au courant pour ceux et celles qui désirent venir partager cette belle journée.

Au plaisir de se voir.

Dates à se rappeler	
Journée des hommes:	19 novembre 2014.
Journée de la femme	8 mars 2015.
Journée de la terre:	22 avril 2015.

Drôles de pensées

- Avant je savais bien écrire et. un jour, j'ai eu un téléphone portable: é depuis il e produi kelk choz 2 bizarr....
- Les statistiques, c'est comme les bikinis: ça donne des idées mais ça cache l'essentiel!

LES COMITÉS



Journée environnement



12 août 2014.

C'est sous un beau soleil que 110 personnes de la région Québec-Chaudière-Appalaches se sont rencontrées pour découvrir trois sites de notre beau coin. Le premier rendez-vous était donné à La Seigneurie des Aulnaies. Le groupe découvrait le site, le manoir et enfin le moulin à farine. Chaque visite était guidée et chacun a apprécié les nombreuses explications fournies par notre accompagnatrice ou le meunier, tous vêtus en costumes d'époque. Notre matinée a été très agréable. Nous nous sommes déplacés jusqu'à Saint-Jean-Port-Joli, au Parc des Trois Bérêts, pour nous restaurer. Nous nous sommes rendus ensuite à la ferme des Bisons Chouinard. Une promenade dans le champ des bisons, en charrette tirée



par un tracteur, nous a grandement intéressés. Le jeune homme a su répondre à nos questions. Une dégustation de terrines et de saucisses suivait cette visite. Nous sommes repartis avec la terrine de notre choix. Enfin, le Vignoble

du Faubourg nous recevait pour une dégustation et une présentation du processus de fabrication des différents produits. M. Sébastien Vaillancourt et son équipe ont été très accueillants.

Grand merci à Serge Picard pour l'organisation de cette belle journée. Chacun semblait entièrement satisfait de cette excursion!

Bravo et merci Serge!
Texte de Lise Bélanger
Photos d'Huguette Nicole





Sociopolitique
Jacques Dansereau, responsable

LES COMITÉS

Lutte au déficit et paradis fiscaux
Par Carol Beaupré, secteur Des Deux-Rives

Les gouvernements de tous les pays cherchent différents moyens pour diminuer leur déficit et enrayer la crise financière qui sévit actuellement dans le monde. Le Québec n'échappe pas à ce courant. Notre déficit actuel, plus de 270 milliards, (voir le site « Compteur de la dette québécoise ») est un véritable boulet qui nous empêche d'investir dans des secteurs stratégiques.

Pour régler notre problème d'endettement, notre gouvernement envisage une série de mesures plus ou moins populaires; comme d'habitude tout le monde est d'accord pour que le gouvernement s'attaque au déficit, mais il ne faut pas s'attaquer aux acquis. Notre gouvernement semble cependant oublier une source de revenus qui permettrait d'alléger les compressions budgétaires à imposer : les paradis fiscaux.

En effet, les paradis fiscaux sont un autre cancer qui gruge notre économie et les gouvernements devraient prendre des moyens draconiens pour que ces paradis soient chose du passé. Au point de vue mondial, entre 20 et 30,000 milliards échappent ainsi à la fiscalité des gouvernements.

(www.echecparadisfiscaux.ca).



Comme groupe ou comme individu, nous pouvons dénoncer cette situation ou, au moins, être sensibilisé à ce problème. C'est comme les saucisses Hygrade, ;-), plus on en parle, plus la disparition des paradis fiscaux sera vue comme une évidence. Il

n'y a pas de solution magique; la chasse aux paradis fiscaux ne règlera pas tous nos problèmes économiques, d'autres compressions seront nécessaires. Mais quand on sait que le ministère des Finances (2005) évaluait les pertes associées aux paradis fiscaux à 5% du produit intérieur brut, nous croyons qu'il vaut la peine d'exploiter cette potentielle source de revenus.

Nous pourrions ainsi aider à assainir les finances publiques sans toucher aux plus vulnérables de la société, ou, du moins, rendre l'effort budgétaire moins contraignant...

« LA TÂCHE DES VRAIS DÉMOCRATES EST DE VOIR À CE QUE LE PEUPLE SOIT DE PLUS EN PLUS AU COURANT, INSTRUIT, ET RENSEIGNÉ SUR SES PROPRES INTÉRÊTS. »

(René Lévesque)

Campagne de cueillette de soutiens-gorge

Pour la campagne de cueillette de soutiens-gorge 2013-2014, les deux commanditaires, Omer DeSerres et Rouge FM ont remis un chèque de 161 878,00\$ à la Fondation du cancer du sein du Québec. 7 514,00\$ de ce montant provenaient de notre région.

Merci aux personnes qui ont contribué à cette collecte et bienvenue à celles qui se joindront à la campagne 2014-2015 de **OSEZ LE DONNER**.

Serge Picard, responsable comité de l'environnement.



Nécrologie

**Madame Estelle Loubert (94 ans)****Membre**

Monsieur Hervé Fournier

Frère de Pauline Fournier et
beau-frère de Suzanne Fournier

Monsieur Yoland Pelletier

Frère de Ghislaine Pelletier

Madame Émilie Bélanger

Belle-sœur de Lucille Litalien Bélanger

Monsieur Léo Morin

Beau-frère de Raymond Raby

Monsieur Yvon Morin

Frère de Jocelyne Morin et
beau-frère de Claude Turgeon

Madame Francine Gauthier

Belle-sœur de Denise Vaillancourt

Monsieur Delphin Bourgault

Père de Jean-Yves Bourgault

Madame Gemma Corneau

Belle-sœur de Claire Cloutier

Madame Lucille P. Gaumond (94 ans)

Belle-mère de M. Antonio Cicchetti

Madame Régina Carrier (86 ans)

Belle-mère d'Élise Melanson

Monsieur Fernand Coulombe (91 ans)

Père de Micheline Coulombe

Monsieur Raymond Hébert (73 ans)

Beau-frère de Pauline Bernier et
Simone Leclerc

Monsieur Marcien Giroux (86 ans)

Beau-frère de Ghislaine Robitaille

Monsieur Serge Gaudreau (65 ans)

Époux de Marguerite (Margot) Brochu

Madame Célyne Chamard (73 ans)

Sœur de Gisèle Chamard

Monsieur Denis Breton (79 ans)

Beau-frère de Gaétan Jacques

Madame Gilberte G. Chabot (90 ans)

Belle-sœur de M. et Mme Roland Dion et
Jeanne-Mance Chabot

Monsieur Armand et Madame Noëlla Bernier

Frère et sœur de Jacqueline Bernier

Monsieur Patrick Chénard

Beau-frère de Marie-Reine,
Simon et Gaston Lévesque

Madame Jeanne Bérubé

Belle-sœur de Rolande Bérubé et de
Marcelle Gagnon

Monsieur Aurèle Jean

Conjoint de Jeannette Bouchard

Monsieur Clément Pelletier

Frère de Colette Pelletier-Gagnon

Madame Clothilde Laflamme

Belle-sœur de Rita Gauvin

Monsieur Jacques Richard

Beau-frère de Marcel L'Italien

Monsieur Gabriel Bélanger

Beau-frère de Lucile Litalien

Aux familles éprouvées, nos sincères condoléances.

«L'espérance voit ce qui n'est pas encore et qui sera.» (Charles Péguy)

«Quand le rayon de lune s'est posé sur la dernière fleur qui pointait sous la première neige, j'ai entendu un ange me souffler: ESPÈRE.» (auteur inconnu)

«Le plus grand obstacle à la vie est l'attente qui espère demain et néglige aujourd'hui.»
(Sénèque)



FONDATION LAURE-GAUDREULT

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

Des nouvelles de la Fondation Laure- Gaudreault



J'arrive de la rencontre des responsables de la Fondation. Des statistiques nous ont été remises. Une somme de 22 266\$ a été redistribuée dans la région Québec- Chaudière-Appalaches. Le tournoi de golf CSQ a fourni 2 116\$, cet argent va en aide à des jeunes dans le besoin. 19 650\$ a été remis à des organismes ou à des individus qui en avaient fait la demande. Dans notre secteur, nous avons reçu 500\$. Une seule demande avait été faite.

Chaque responsable FLG a expliqué comment son secteur s'y est pris pour amasser ce que nous avons retourné à la Fondation. Pascal-Taché a fait parvenir 761\$. Notre Fondation nous tient à cœur, nous devons continuer à trouver les moyens de maintenir des fonds afin d'aider nos aînés dans le besoin, la recherche médicale qui nous touche et des jeunes dans le besoin. Comme le signalait M. Robert Gaulin, nos personnes aînées, dans le besoin, ne demandent pas forcément. C'est à nous, qui les côtoyons, à être vigilants et à penser que de l'aide est disponible. Les personnes peuvent ne pas être membre de l'AREQ.

Notre président FLG, au bureau régional, M. Robert Gaulin nous a invité à consulter le site de l'AREQ . Des informations sont mises à jour régulièrement. [wwwFondationlg.org](http://www.Fondationlg.org) Notre président a invité des gens qui ont connu Laure Gaudreault à écrire un témoignage qui est publié sur le site. Il existe également la donation en ligne qui est sécurisée. Les

montants sont comptabilisés dans le secteur du donateur. Des reçus d'impôts sont fournis pour des dons de 15\$ et plus. Les cartes de sympathie, achetées à titre personnel, constituent aussi un don. M. Gaulin nous a appris que nous nous dirigeons en 2015-2016 vers le 25^e de la création de la Fondation. Déjà des projets sont en branle pour souligner cet événement. Des enveloppes pour des dons appelés : **Petits bonheurs** seront bientôt disponibles. De nouveaux signets de lecture seront aussi offerts.

Pour participer activement à la célébration du 25^e FLG, j'ai pensé inviter nos membres de l'AREQ qui ne font pas encore partie de la Fondation à y adhérer immédiatement:

10\$ une seule fois et on devient membre de FLG. J'ai les formulaires d'adhésion,

25% de nos membres qui feraient partie de la Fondation, est-ce trop demandé? Actuellement, nous sommes environ 12% seulement.

Je vous rappelle que je peux vous fournir les *formulaires de demande d'aide pour des organismes ou des individus*. Ils doivent être acheminés à notre présidente de secteur Mme Marielle Raymond avant le 30 mars.

Nous savons que vous êtes sollicités de toutes parts, mais je vous invite à soutenir FLG étant la Fondation parrainée par l'AREQ. Je vous remercie de votre appui et vous assure de ma disponibilité si vous désirez d'autres informations.

- Ayant exigé beaucoup d'efforts de la part de mes élèves de 1^{re} année, j'ai eu des remords quand Benoît m'a dit: «Ouf! On a travaillé fort! J'ai les doigts tout essoufflés!» (Nathalie Vaillancourt)

- Prof: Combien de cœurs avons-nous?

Élève: Nous avons deux cœurs.

Prof: Deux??

Élève: Oui, le vôtre et le mien! (Évidemment!)

FONDATION LAURE-GAUDREAU

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

La Fondation Laure-Gaudreault est gérée avec rigueur :

- Les fonds sont confiés à du personnel administratif, supervisé par les élus.
- Tout montant d'argent recueilli est déposé dans une institution bancaire aux investissements socialement responsables.
- Les dons recueillis dans une région financent les projets d'aide de cette même région.
- Les coûts de gestion sont réduits au minimum, grâce au bénévolat et à l'appui de l'AREQ : plus de 80 % des sommes recueillies sont redistribuées.
- Des rapports financiers détaillés des sommes recueillies, du coût de la gestion et des dons sont produits annuellement. La FLG répond ainsi aux normes gouvernementales des organismes de bienfaisance.

Quelques exemples de contributions de la FLG :

- Carpe Diem – Centre de ressources Alzheimer (Trois-Rivières)
- Maison des jeunes de Laterrière
- La Popote roulante de Salaberry-de-Valleyfield
- Maison des grands-parents de Sherbrooke
- Centre de recherches McGill



Qui était Laure Gaudreault ?

Institutrice dans Charlevoix, Laure Gaudreault a fondé le premier syndicat des institutrices rurales. Par la suite, elle a mis sur pied la CIC qui est devenue la CEQ, puis la CSQ.

En 1961, elle fondait l'AREQ avec un noyau de 295 pionnières et pionniers. L'Association regroupe aujourd'hui plus de 55 000 personnes retraitées.

Travailleuse infatigable, elle a mené et gagné une lutte fondamentale : obtenir une retraite décente et une indexation des pensions au coût de la vie pour les personnes retraitées.

La Fondation Laure-Gaudreault





FONDATION LAURE-GAUDREAU
 320, rue Saint-Joseph Est, bureau 100
 Québec (Québec) G1K 9E7
 Tél. : 418 525-0611
 1 800 663-2408
 Téléc. : 418 525-0769

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: \$