

Ex-Tension

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



MOT DU PRÉSIDENT

Depuis notre dernière publication, bien des événements se sont déroulés dans notre secteur.

Notre assemblée générale, tenue à Saint-Pacôme le 3 mai dernier, a permis de faire le point sur l'année écoulée. Lors de cette rencontre, nous avons complété notre conseil sectoriel qui se compose comme suit : Clermont Morneau, présidence; Serge Picard, première vice-présidence; Lise Bélanger, 2^e vice-présidence; Huguette Nicole, secrétariat; Jacques Caron, trésorerie; Rita Lapointe, 1^{ère} conseillère et Bernard Blanchet, 2^e conseiller. Nous avons aussi déterminé nos délégués pour le prochain congrès à Lévis en 2017. Les délégués sont : (la personne nouvelle à la présidence); Lise Bélanger, déléguée officielle, Rita Lapointe, Huguette Nicole, Jacques Caron, Clermont Morneau. Les substituts sont Serge Picard, Yvonne Morneau et Hélène Lemieux. M. Yvon Lapointe, représentant de CAA, a réussi à captiver son auditoire lors de sa conférence *La bonne conduite n'a pas d'âge!*

Merci à tout ce beau monde!

Les artistes du « Coup de cœur » qui nous ont représentés lors de l'assemblée générale régionale sont Michelle Desjardins (1^{er} prix), Gisèle Fournier (2^e prix) et Laetitia Leclerc (3^e prix).

Bravo à ces trois artistes bien de chez-nous!

Le tirage de la magnifique toile de Michelle Desjardins a permis à M. Pierre-Paul Fournier, (conjoint de Jeannine Lepage, membre de l'AREQ) d'être l'heureux gagnant de cette dernière.

La Fête des bénévoles au Jasmin regroupant une soixantaine de nos bénévoles a permis de constater comment leur dynamisme est important et leur

présence réconfortante au sein de notre organisme. Nous avons pu découvrir ou nous familiariser davantage avec notre nouveau site WEB. Mario Cloutier nous a présenté la conception d'un tel site en nous faisant découvrir tous les éléments qu'on peut y retrouver et quelques techniques conduisant à la réalisation de ce dernier. Ce fut une belle découverte.

Merci Mario pour ton implication, ton merveilleux travail et ton enthousiasme. Merci à tous les bénévoles.

Plusieurs avaient répondu « PRÉSENT » pour l'activité *Toujours en action*. Tous ensemble, nous avons pu découvrir ou redécouvrir des facettes de la belle ville de Québec.

Quelques membres de notre secteur ont assisté à l'AGR tenue à St-Henri le 2 juin dernier. Ce fut aussi l'occasion de souligner le 30^e anniversaire de la région au sein de l'AREQ.

Très bonne nouvelle : notre cellule L'Islet-Nord, orpheline depuis quelques temps, rejoint notre équipage. Mme Yvonne Morneau sera responsable de cette cellule. Merci à Mme Morneau et longue vie à la cellule L'Islet-Nord.

Repos bien mérité pour tous lors de la période estivale.

Nous reprenons la dernière année de mon 2^e triennat ensemble. Ce sera ma dernière année en tant que président. J'aurai toujours autant de plaisir à vous accompagner dans la préparation et l'accomplissement de toutes les activités et événements de notre secteur. Vous retrouverez dans le journal les dates, lieux, descriptions de certaines activités à ne pas manquer.

Bonne année à tous,
Clermont Morneau



LE CONSEIL SECTORIEL

| | | |
|------------------|------------------------------|--------------|
| Clermont Morneau | président | 418-356-5561 |
| Serge Picard | 1 ^{er} v.-prés | 418-598-6965 |
| Lise Bélanger | 2 ^e v.-prés | 581-226-8842 |
| Huguette Nicole | secrétaire | 418-248-3190 |
| Jacques Caron | trésorier | 418-247-3238 |
| Rita Lapointe | 1 ^{ère} conseillère | 418-291-0631 |
| Bernard Blanchet | 2 ^e conseiller | 418-246-5325 |

LES RESPONSABLES DES COMITÉS (SECTEUR)

| | |
|------------------------------------|-------------------------------|
| Assurances | Bernard Blanchet |
| Condition des femmes | Georgette Roy |
| <u>Condition des hommes</u> | <u>Poste à combler</u> |
| Environnement | Serge Picard |
| Fondation Laure Gaudreault | Lise Bélanger |
| Retraite | Jacques Caron |
| Sociopolitique | Jacques Dansereau |

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

Internet: <http://pascaltache.areq.lacsq.org>

*Merci à Mario Cloutier pour la mise à jour de notre
site Internet.*

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 | Yvonne Morneau 418-246-2076 |
| Amis Amies AREQ | Colette Giguère 418-248-3907 |

ÉQUIPE DU JOURNAL

Les responsables des nouvelles pour les cellules:

| | |
|----------------|-------------------------------------|
| La Pocatière | Rita Lemieux |
| L'Islet-Nord | Rose-Hélène Fortin |
| L'Islet-Sud | <u>Membres en alternance</u> |
| 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

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

PROCHAIN JOURNAL

Tombée des articles

14 octobre 2016

Mise sous enveloppe

17 novembre 2016

Envoi du journal

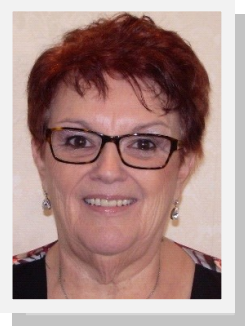
Novembre 2016

Photocopie Denise Dupont

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

SOMMAIRE

| | | |
|--------------------------------|-------------------------------|---------------------------------|
| Mot du président 1 | Nouvelles: L'Islet-Nord.... 9 | Invitation de la Folie 16 |
| Renseignements 2 | Nouvelles: La Pocatière.... 9 | Condition des hommes 17 |
| Mot de la prés régionale.... 3 | Condition des femmes 10 | Activités LaPocatière 18 |
| Site Internet 3 | C'est-ti d'ma faute? 11 | Activités Montmagny..... 19 |
| FLG 4 | Retraite 12 | Activités L'Islet-Sud 20 |
| Rendez-vous automnal 5 | Nécrologie 12 | Activités secteur 20 |
| Leçon de conjugaison.... 6-7 | Socio-politique invitation 13 | |
| Nouvelles: Mont.N.S..... 8 | Assurances 14-15 | |



Pierrette Simoneau

Mes salutations, membres de la région.

L'année 2015-2016 tire à sa fin, elle fut parsemée d'activités des plus intéressantes :

- sortie à l'île d'Orléans,
- journée sur la classe moyenne : *Existe-t-elle encore?*
- l'austérité,
- journée des hommes où on a rendu hommage aux créateurs,
- journée des femmes où conférencière et humoriste nous ont divertis.

Dans les secteurs, je me suis vite aperçue, lors des visites aux assemblées générales, de la richesse et de la quantité de ce qui vous sont offert dans vos milieux. Vous êtes privilégiés.

En début de juin, ce fut autour de la région de tenir son assemblée générale. Nous avons profité de cette journée pour souligner le travail des bénévoles qui ont donné du temps pour la région et pour fêter les 30 ans de sa fondation avec ses 12 secteurs actuels.

L'an prochain, ce sera la troisième année du triennat avec la clôture au Congrès 2017 qui se tiendra au Centre des congrès de Lévis. En tant que présidente régionale, mon mandat se termine à ce moment. Six années auront passé, lors de l'assemblée générale régionale du 18 mai 2017, ce sera le temps d'élire une nouvelle présidence régionale. Soyez assurés que ma tâche m'a apporté beaucoup de satisfaction. J'ai connu des gens formidables et j'espère, que ces six années d'implications personnelles, auront été un élément positif à l'AREQ.

La programmation de l'an prochain est déjà prête, il n'y manque que vous.

Bon été, plein de bonheurs avec votre famille et vos amis.

Pierrette Simoneau, présidente régionale

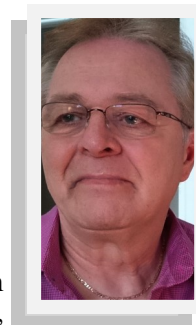


NOTRE SECTEUR ADOPTE UN NOUVEAU SITE INTERNET Mario Cloutier, édimestre

Tout récemment, le conseil sectoriel de notre secteur a adopté la nouvelle présentation du site Internet. Dans une tournée de formations régionales, M. Dominic Provost, conseiller en communication de l'AREQ (CSQ), a donné une formation préalable à la réalisation de sites sectoriels. Notre président, Clermont, accompagné d'Huguette Nicole et de moi-même avons participé à cette rencontre qui s'est tenue à Québec en octobre 2015. Grâce à la collaboration de son service informatique, la CSQ hébergea gratuitement chacun des nouveaux sites produits.

En janvier dernier, après avoir complété le cycle de formations régionales, monsieur Provost a mis en ligne sur YouTube sept capsules de formation plus spécifiques à la réalisation d'un site Web. Après le visionnement de ces capsules et l'échange de nombreux courriels avec monsieur Provost, le nouveau site Internet a vu ainsi le jour. Votre conseil sectoriel et moi sommes très fiers de vous inviter à le visiter à sa nouvelle adresse :

<http://pascaltache.areq.lacsq.org/>.





FONDATION LAURE-GAUDREULT
Lise Bélanger, responsable
lisebelanger1949@gmail.com TÉL.: 581-226-8842



Bonjour à tous!

Pour souligner le 25^e de FLG, Madame Yvonne Morneau nous avait proposé de vendre des billets pour faire le tirage d'une toile. Madame Michelle Desjardins nous a offert une peinture : Des oies au repos dans l'eau. Le tirage s'est effectué à l'assemblée générale annuelle de notre secteur à Saint-Pacôme, le 3 mai 2016. Monsieur Pierre-Paul Fournier a gagné la toile. La vente des billets a rapporté 764\$ qui seront donnés à la Fondation Laure-Gaudreault de la part de notre secteur. Madame Desjardins recevra un reçu pour don de charité, pour fin d'impôts. L'évaluation de la toile, selon sa grandeur, est de 432\$, son reçu sera de 80% ce montant. Je tiens à remercier chaleureusement Madame Michelle Desjardins pour sa grande générosité. Un merci sincère à Madame Yvonne Morneau pour son aide à travers tout le processus. Ma reconnaissance s'adresse aussi à toutes les personnes qui ont acheté des billets. Je tiens aussi à souligner l'appui et la collaboration active des membres du conseil sectoriel. Grâce à vous tous, cette activité de financement a été un succès.

Le conseil sectoriel a résolu d'offrir leur carte de membre FLG à chaque nouveau

membre retraité de notre secteur. C'est une façon pour nous de contribuer à FLG. Nous continuons à remettre une carte de sympathie FLG aux membres qui ont perdu un proche, de la part du secteur.

Quand nous amassons des fonds, nous nous attendons que des gens dans le besoin reçoivent en retour. Ce sera certainement le cas. Toutefois, aucune demande dans notre secteur, à ma connaissance, n'a été acheminée à Madame Raymond, la présidente de FLG. Sûrement que des personnes ou des organismes de Pascal-Taché pourraient bénéficier de l'aide de notre fondation. Soyons vigilants, regardons autour de nous et pensons à la possibilité de demander à FLG.

Je peux fournir des formulaires de demande de dons, pour organismes ou individus, et des dépliants pour devenir membre de FLG, au coût de 10\$ pour la vie. J'ai aussi des cartes de sympathie si vous voulez les offrir personnellement, aussi à 10\$ chacune.

Je vous invite à consulter les sites internet du secteur : <http://pascaltache.araq.lacsq.org/>. et celui de FLG : www.fondationlg.org

Je demeure disponible pour répondre à vos questions.

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: \$ |



Rendez-vous automnal

Nous voici déjà à la 5^{ème} édition du
Rendez-vous Automnal.
Il se déroulera au centre municipal de
Saint-Pamphile
le mardi 4 octobre à compter de 11h00.
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

Tél. 418-598-6965

Cour. picaserge@hotmail.com

avant le 29 septembre.

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

Leçons de conjugaison



La conjugaison donne bien du fil à retordre à des milliers d'utilisateurs. La mémorisation de verbes modèles favorise grandement cet apprentissage, même si le recours à une vérification dans le dictionnaire est souvent justifié. L'imbroglie est si facile dans ce monde de connaissances. Voici quelques remarques tirées d'un trait pour s'amuser un brin.

À prime abord, le **futur** suit deux comparses: le présent toujours d'adon et le passé qui ne donne pas dans la dentelle. L'**imparfait** n'a pas la cote la plus méritoire; le **plus-que-parfait** lui cause rigueur et malaise et se prend pour son supérieur. Surprenant, puisque le temps **parfait** semble ignoré de ce monde. Le passé **simple** porte bien mal son nom; la plupart du temps, une recherche est requise pour l'utiliser à bon escient tellement il nous complique la vie. Au moins, il est drôle lors de sa récitation orale. Pourtant, c'est le **passé composé** qui s'adjoint un auxiliaire pour combler sa solitude. Certains verbes, sûrement de famille royale, servent de modèles de conjugaison aux autres pour éviter la délinquance de leurs différents sujets irréguliers. Il y a de quoi abaisser le moral des troupes qui ne veulent en faire qu'à leur tête. Le verbe le plus utilisé dans le monde, j'ose espérer, le verbe aimer, jette un regard sur nos goûts ou se profile sous sa forme pronominale comme plusieurs autres à l'ego fort développé. Si vous le permettez,

j'entonnerais un nouveau discours de présentation de cette matière au cœur sensible et à la terminaison pour le moins variée.

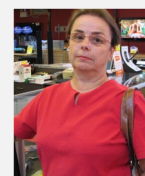
Conjugaisons et ses subordonnés

L'imparfait est le temps parfait pour parler de ses souvenirs !

Je conjugue ma vie à l'**imparfait**; c'est le plus long temps que je connais pour raconter mes histoires, celui dont je suis l'heureuse récipiendaire depuis ma naissance dans ce monde. J'ai essayé d'améliorer le tout; rien n'y fait, même pas la connaissance. Je n'emprunte ni ligne droite, ni ne suit un parcours régulier. Je rogne les alentours en essayant malgré tout de poursuivre le chemin vertigineux tracé par mes prédécesseurs. Je garde contenance. La température reste mitigée, le ciel n'est ni jamais tout bleu, ni complètement nuageux. La journée comporte sa part de joies et de peines et sur ses entrefaites, au risque de me répéter, je conjugue ma vie à l'imparfait.

Je conjugue ma vie au **passé**. Je dois par contre la recomposer par bribes dévergonnées; la machine à remonter le temps n'étant pas encore partie prenante de ce monde. Ce n'est pas si simple la souvenance, la sauce est étirée et combien épaisse avec l'accumulation du facteur temps. Antérieurement, ma mémoire suivait ma ligne de pensée; les années se comp-

Denise Beaulieu



taient encore sur le bout des doigts. Maintenant, le passé éloigné voudrait accaparer toutes mes idées. Je n'aime pas y retourner pour y séjourner et me sentir en captivité; à moins d'y élire les meilleurs instants dans leur précarité, les « bloopers » comme à la télé. Tant de gens s'y frottent le nez ou s'y creusent les méninges. Alors, je conjugue ma vie au passé date, vous l'aurez bien deviné.



Je conjugue ma vie au **futur**; elle a probablement encore de l'avenir en usant de divers subterfuges. Sans détours, je fonce tête baissée, bras tendus en signe d'abandon devant l'inconnu, imitant le chevalier sans peur et sans reproche, sans foi ni loi. Tant qu'il y'a de la vie devant soi, même incertaine, vague et improbable avec l'usure du temps appropriée et condescendante, celle du corps et de l'esprit, il y a de l'espoir. Celle d'une période mieux adaptée aux nombreux désirs et volontés d'un être humain désormais appelé aîné coincé par la peur d'être isolé et retiré du monde actif. La ligne de vie atteindra bientôt ses limites. Je conjugue ma vit au futur, qui n'est pas si lointain.

Je conjugue ma vie au **présent**, façon de parler tellement le temps passe vite.

(Suite page 7)

(Suite de la page 6)



L'heure se déboulonne en minutes. Puis, ces dernières laissent leur place aux secondes, les petites pressées. Finalement, je n'ai plus d'espace pour moi; je ne tiens plus en place. Tout s'est passé sans mon assentiment, à la va comme je te pousse. Les activités s'accumulent en continu jusqu'à la nuit tombée faisant corps avec l'arrivée du repos bien mérité et espéré. Je conjugue ma vie au présent; j'essaie de le capter pour en faire des petits plats d'énergie.

Je conjugue ma vie à l'**indicatif**. Son code n'est pas régional, encore moins international.

Je mets des flèches partout, dans toutes les directions. Je n'aime pas les ronds-points, plutôt les intersections aux multiples consignes : Tourner à droite, virer à gauche, avancer d'un pas, reculer de deux. Tout semble un jeu pour celui qui n'a de cesse de se mouvoir sans tourner en rond. Je veux toujours savoir où je me dirige, façon d'envisager la vie sans quiproquo. Je conjugue ma vie à l'indicatif, plongée vers le devenir et le paraître.



Je conjugue ma vie au **participe**. Je me situe là où on a besoin de moi. Je donne au lieu de recevoir. La table est mise pour

une variété de sujets appropriés, de découvertes oblongues. M'inscrire à diverses activités est mon principal hobby. L'ennui ne fait pas partie de mon circuit quotidien, plutôt l'accumulation de fatigue à trop vouloir en accomplir. Je conjugue ma vie au participe, tant que c'est possible.

Je conjugue ma vie à l'**impératif**. Je lui donne des ordres d'un air sévère. Je commande ce qui me plaît et boude dans le cas contraire. J'agis en lui imposant mes idées des plus simples aux plus farfelues. Elle doit écouter mes consignes et agir en conséquence, de peur de planer sur l'infinitif et d'avoir si peu à dire. Je conjugue ma vie à l'impératif; question de vie ou de mort.

Je conjugue ma vie au **subjonctif**. C'est tellement difficile à réussir que j'en oublie le sujet. J'accompagne toujours un autre être. Je ne me sens pas assez grande pour me lancer seule. J'adore la lettre q et ses deux complices u et e. J'en fais des petits plats arrosés d'un zeste de jouvence. Je conjugue ma vie au subjonctif; j'ai bien du pif.

Je conjugue ma vie au **conditionnel**. Ma tête est remplie d'excuses à n'en plus finir. J'énumère des conditions impossibles à remplir. Je n'ai pas le courage de m'accepter comme je suis. J'erre dans l'atmosphère avec de soudains désirs de plaire. J'utilise les « j'aurais » comme d'autres utilisent la salière. Les si accompagnés de l'imparfait comblent ma vie imaginaire. Je conjugue ma vie au conditionnel; cause très personnelle.

Beaulieu

Je conjugue ma vie à l'**infinitif**. C'est la plus simple façon de donner son nom et son lien d'attachement à sa famille. J'appartiens à une liste sans fin accompagné d'un joyeux calembour. On me cherche et on me trouve. Dans les dictionnaires, je règne en maître et souverain. J'adapte les finales selon les circonstances. J'adore l'ordre de préséance; il y a quand même des limites à la chance. Je conjugue ma vie à l'infinitif; gracieuseté de la maison des mal nommés.

Finalement, je conjugue ma vie à toutes les sauces et à toutes les manières à l'ordre du jour. J'exploite la concordance de toutes ces expressions du langage humain: temps de grandir, de vieillir, de partir; modes de passage, illusoire et irréels, même familiers. Ma poursuite de nouveauté m'amène à me créer des illusions éléphanthesques; confondre le paraître et l'être, le semblant et le néant, me barrer les pieds dans la langue française, oublier la sagesse pour connaître l'ivresse passagère du savoir. Avec l'apprentissage journalier, je conjugue ma vie sans m'en faire imposer par mes semblables. Mon but est de me la couler douce jusqu'à la sempiternelle destinée.



Denise Beaulieu

LES CELLULES

NOUVELLES DE MONTMAGNY-NORD

Françoise Boulet, responsable

Cultiver ses passions... ce sont les mots qui me trottent dans la tête depuis la fête des bénévoles qui a eu lieu le 18 mai dernier, au restaurant Le Jasmin à Tourville. Bien sûr, le but de cette rencontre est de souligner le travail des bénévoles au sein de notre association et je vous ai déjà entretenus sur l'importance et les bienfaits personnels du bénévolat...

Cultiver ses passions... est maintenant associé à Mario Cloutier, le responsable de notre site internet. Ce retraité a toujours eu un intérêt pour l'informatique et cet intérêt, utile dans son travail d'enseignant est devenu une passion qu'il a cultivée et qu'il continue d'entretenir au fil des années. Lors de cette rencontre, le travail-passion de Mario a été souligné par ses compétences qu'il accepte de nous partager si généreusement.

Cultiver ses passions... C'est aussi notre amie, Henriette Corriveau, artiste-peintre. Une magnifique tasse enjolivée d'un dessin original, exécuté par l'artiste, a été remise à chaque bénévole. Ce fût très apprécié de tous!

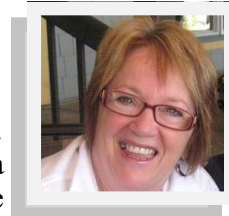
« Choisissez un travail que vous aimez et vous n'aurez pas à travailler un seul jour de votre vie. »
Confucius



(Une image vaut-elle vraiment mille mots ? Pas toujours... Ils ne dansaient pas... Clermont remerciait simplement Claudette.) Lise Bélanger.

Photos de Huguette Nicole.

Cultiver ses passions... C'est également la constance avec laquelle notre souriante Claudette Moreau réalise la mise en page et la conception de notre journal l'EX-TENSION. Des heures de plaisir... Merci Claudette!



Cultiver ses passions... C'est aussi tous les membres du conseil exécutif qui remplissent leur rôle avec générosité et passion. Un gros MERCI à vous, qui êtes là pour nous représenter, nous informer et nous réunir.

Cultiver ses passions... C'est moi qui dois interrompre ce texte afin d'aller fabriquer un tracteur en gâteau, pour l'anniversaire de mon petit-fils! Puis, mes vous autres, allez cultiver vos fleurs, votre jardin... vos amitiés... vos passions...

Bon été à tous!

Élise Melanson
melaelis@hotmail.com





Rose-Hélène Fortin

NOUVELLES DE L'ISLET-NORD

Yvonne Morneau, responsable

Notre cellule en congé sabbatique jette toujours un œil intéressé sur les activités de ses consœurs actives et capte les ondes fraternelles qui l'entourent. Le départ d'un des nôtres pour un monde meilleur nous attriste tous. En avril, Cap-Saint-Ignace a vécu cette peine au décès de Monique Pelletier (Jean).

De sa petite école primaire port-jolienne, Monique a rejoint mon groupe de finissantes de la *grande classe* au couvent de Saint-Aubert pour terminer les années qui ouvrent les portes aux études supérieures. Cet ange de bonté devient l'amie de toutes; mon amie qui le sera à vie par ses grandes qualités de cœur sincère et discret. Puis ensemble, nos pas amicaux dans l'inconnu du grand monde de l'École normale ont arrimé leur cadence pour atteindre le fameux carrefour du « gagneton-pain » dont le couperet tombe sur notre belle vie étudiante et disperse nos liens adolescents. C'est ça la vie! Suite à notre courte expérience à la *Émilie Bordeleau*, un jour, quelle joie de nous retrouver voisines de paroisse! Monique y a « redoublé sa 1^{ère} année » pendant plus d'un quart de siècle. Par centaines, ses petits bourgeons du savoir mûrissent l'un après l'autre pour libérer leurs graines d'avenir sans se douter qu'ils

couvrent de givre la chevelure de leur enseignante. Un second carrefour pour Monique mais pas un arrêt. Enseignante un jour, ouvrière toujours.

Le respect quasi religieux de notre regrettée compagne pour toute personne de son entourage ont mis en évidence ses autres talents dont celui d'une photographe envoûtée par la beauté de la moindre petite chose de la nature. Sur la pellicule de sa caméra, la plus humble violette dissimulée dans les longs brins verts comme le passage de l'oie en cavale deviennent des merveilles de l'univers. Lors d'un concours «Coup de cœur », parmi nos œuvres artistiques en exposition, Monique a déjà raflé les votes d'appréciation nécessaires pour la compétition provinciale.

Sans bruit comme le fut sa vie, sa carrière, elle est récemment entrée dans une autre cellule, celle de la lumière céleste qui lui a décerné *la prime de l'inspecteur*, emblème autrefois tant convoité comme récompense de l'excellence.

Rose-Hélène Fortin

LES CELLULES



NOUVELLES DE LA POCATIÈRE

Maxellande Bureau, responsable

Juste pour aujourd'hui :

...souris à un étranger
 ...écoute le cœur de quelqu'un
 ...laisse tomber une pièce de monnaie où un enfant
 pourra la trouver
 ...apprends quelque chose de nouveau et enseigne-le
 ensuite à quelqu'un
 ...dis à quelqu'un qu'il compte pour toi
 ...donne une étreinte à une personne que tu aimes
 ...ne garde pas rancune
 ...n'aie pas peur de dire «je suis désolé»
 ...regarde un enfant dans les yeux et dis-lui
 combien il est grand
 ...regarde derrière le visage de quelqu'un,
 jusque dans son cœur
 ...fais une promesse et tiens-la
 ...montre de la gentillesse envers un animal
 ...tiens toi debout face à tes convictions
 ...sens la pluie, sens la brise, écoute le vent
 ...utilises tous tes sens au maximum.
 ...dis bonjour à quelqu'un en premier
 ...fais rire ou sourire quelqu'un
 ...rends service à quelqu'un.



Auteur inconnu

LES COMITÉS

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



Au cours de l'année 2016, j'ai assisté à trois réunions pour la condition des femmes.

À notre première réunion, nous avons parlé de toutes les ressources disponibles pour les personnes âgées : Le CLSC, le centre communautaire pour personnes âgées, le centre de prévention pour le suicide, les Calacs de Charlevoix et l'appui des proches aidants d'ainés.

On peut demander un répertoire des ressources communautaires auprès de chaque ville. Il existe aussi des guides : «Services-Québec: Perdre son autonomie, Prendre sa retraite, Que faire lors d'un décès, Certification des résidences pour aînés».

Nous avons finalisé la journée de la femme pour le 8 mars 2016 qui a pour thème :

«Faire la différence dans le plaisir.»

La conférencière madame Flavie Payette et l'humoriste Mireille Dubois ont su meubler notre journée. Nous avons eu l'explication sur le programme «Pied» dont je vous tiendrai au courant pour l'organiser.

On a fait un retour sur la marche mondiale des femmes à Trois-Rivières. La présence de nombreuses jeunes femmes a été remarquée, le féminisme est toujours vivant. Nous avons eu une conférencière madame Sylvia Morin qui nous a

donné sa réflexion sur l'Art de bien vieillir. Très intéressant, car ça nous permet de vivre des situations avec certaines personnes qui acceptent de vieillir en beauté.

Notre deuxième rencontre était sur la formation au sein de la condition des femmes. C'est une journée motivante et bien structurée...

Notre dernière rencontre a eu lieu le 14 avril. Il y a eu un retour sur la journée du 8 mars. Tous les secteurs étaient représentés et tout le monde était satisfait de sa journée. Nous étions au-dessus de 200 personnes. On garde la même place l'an prochain et déjà on s'affaire à trouver une conférencière.

Nous avons eu un compte-rendu sur la rencontre qui a eu lieu les 3 et 4 mars sur le sommet des femmes. C'est à ajouter sur le site de l'AREQ.

Nous communiquons beaucoup d'informations par internet. À notre dernière rencontre, nous avons discuté sur les mères porteuses et les pilules abortives. Il faut être prête pour en parler à nos jeunes.

Ce résumé vous transmet l'information de notre année 2015-2016.

À la prochaine

Mon panier

L'autre jour, je me posais une question : Que vais-je laisser derrière moi lorsque je partirai?

Sur le coup, je n'eus pas de réponse, mais le lendemain matin,

J'ai senti quelque chose dans ma main gauche.

C'était un panier.

Dedans, il y avait des regrets, des j'aurais dû, des si j'avais su...

Ce panier que je portais était complètement inutile!

Aussitôt, je l'ai laissé tomber et il a disparu à tout jamais.

Peu de temps après, j'ai senti quelque chose

De très léger dans mon autre main.

C'était un petit panier.

Il y avait plein de belles choses dedans.

En regardant de plus près,

J'ai vu des choses que j'avais reçues

Et surtout ce que moi j'y avais déposé :

Des sourires, des caresses, des gestes, des mots d'amour

Des belles réunions, des repas, des appels téléphoniques,

Des regards, et j'en passe!

Il est tout petit, mon panier, tout simple,

Mais il est unique et il est à moi.

Je continue de le remplir avec beaucoup de joie.

Je l'appelle mon panier de gestes d'amour...



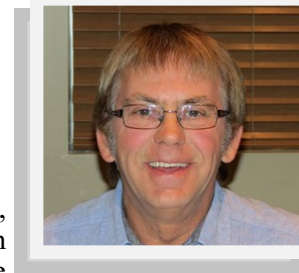
LES COMITÉS

ENVIRONNEMENT

Serge Picard, responsable

C'est-ti d'ma faute ... ?

Les groupes d'écologistes m'en veulent, me harcèlent, médisent sur mon dos, me font la guerre, souhaitent ma fin prochaine, me tourmentent, m'ignorent totalement, me taxent de catastrophe pour l'environnement, et pourtant ... à quel point leur suis-je utile ? Je suis une pauvre victime de ma trop grande utilité ! Pourtant je suis léger, prends peu de place, me plie à tous les caprices, en un mot, je suis né il y a déjà 40 ans pour servir !



Chaque année, aidé de mes 500 milliards de jumeaux, je regroupe et transporte les achats des consommateurs partout dans le monde. Je procure un gagne-pain à tous ces gens qui travaillent à me produire et reproduire et re-reproduire, encore et re-encore. Je recueille même les déchets (il va sans dire, pas toujours en odeur de sainteté !) quand on me rabaisse en sac poubelle.

C'est-ti d'ma faute ...

- ⇒ si je ne suis généralement utilisé qu'une ou deux fois et en moyenne, pendant seulement vingt minutes alors que la durée de vie d'un sac réutilisable équivaut en moyenne à celle de plus de 700 sacs de plastique jetables ?
- ⇒ si seulement 1% de mes confrères sont recyclés sur le trillion [1 000 000 000 000] qui sont utilisés annuellement à travers le monde ?
- ⇒ s'il me faut entre 400 et 1 000 ans pour me désagréger totalement dans l'environnement ?
- ⇒ si, lors de ma décomposition, des substances toxiques sont libérées dans les sols et entrent ainsi dans la chaîne alimentaire ?
- ⇒ si, avec mes semblables, nous représentons 10% de tous les déchets côtiers aux États-Unis et près de 90 % des débris qui flottent sur les océans ?
- ⇒ si ces huit millions de livres de plastique qui finissent dans nos océans tuent annuellement un million d'oiseaux marins, 100 000 mammifères marins et une quantité innombrable de poissons. C'est pas d'ma faute si ces animaux en ingurgitent mes fragments, toxiques j'en conviens, et que ceux-ci s'enroulent autour de leurs intestins ou les étouffent mortellement ?
- ⇒ si je suis constitué d'un dérivé du pétrole et que je contribue ainsi à l'émission de gaz à effet de serre ?

Qu'on se le tienne pour dit, je ne suis pas responsable de tout ... rien qu'un peu !

Chaque personne qui emploie des sacs réutilisables tout au cours de sa vie aura ainsi contribué à réduire de 22 000 le nombre de sacs de plastique consommés.

Dans le cas contraire, c'est-ti d'ma faute ?

P.S. Pendant l'année 2016-2017 le Comité Régional en Environnement vous proposera des activités et de l'information en lien avec l'utilisation de sacs de plastique à usage unique.



LES COMITÉS

RETRAITE

Jacques Caron, responsable



À la suite du départ de notre regretté collègue, Gilles Dussault, et conformément à une recommandation du Conseil sectoriel, j'ai accepté de vous représenter au Comité de la retraite. N'ayant participé qu'à une seule rencontre du comité, le 10 mars dernier, je suis bien embarrassé de dresser un bilan de l'année comme le font ici tous les responsables des différents comités de l'AREQ.

Je vous rappelle que le mandat premier de ce comité est d'étudier toute la problématique reliée à la protection du pouvoir d'achat, notamment par l'amélioration de la formule d'indexation des rentes de retraite pour les années 1982 à 1999 et pouvant mener jusqu'à la pleine indexation des rentes des membres de l'AREQ, selon l'indice des prix à la con-

sommation. Dans le contexte d'austérité où nous nous retrouvons, la tâche est énorme. Mais je crois que nous devrions poursuivre le travail de Gilles qui a très souvent affronté de tels défis et qui **jamais n'a baissé les bras**.

Le Comité se donne aussi le mandat de contrer les propos démagogiques entendus ici et là portant sur les aîné(e)s en mettant l'accent sur leur contribution positive dans la société.

Soyez assurés que je ferai tout mon possible pour être à la hauteur de vos attentes.

Jacques Caron, responsable.



Nécrologie

**Madame Monique Pelletier (80 ans)**

Madame Dolores Pelletier-Ancil
Monsieur Maurice Nicole
Monsieur Jean-Marie Pelletier
Madame Gabrielle Caron (96 ans)

Madame Denise Coulombe (81 ans)
Madame Louise Robin (80 ans)

Monsieur Maurice Pelletier (77 ans)
Monsieur Dany Bernier Picard (28 ans)
Monsieur Georges Gervais
Monsieur Jacques Vaillancourt

Membre de L'AREQ

Mère de Rachel Ancil
Frère de Rose-Emma Nicole
Frère de Thérèse Pelletier
Belle-mère de Jacques Carrier, de Berthe Raymond et de Luce Raymond
Sœur de Thérèse Coulombe Lemieux
Belle-sœur de Gilberte Lamonde et de Irène Hébert
Époux de Fernande Miville
Fils de Angèle Bernier
Beau-frère de Julie Chouinard
Beau-frère de Julie Chouinard

Aux familles éprouvées, nos sincères condoléances.

«Le temps est comme une rivière. Vous ne pouvez toucher deux fois la même eau parce que l'eau est passée et ne repassera plus. Profitez du moment de cette vie. Trouvez le temps de vivre.»

(auteur inconnu)



SOCIOPOLITIQUE

Jacques Dansereau, responsable

LES COMITÉS

Les Comités régionaux Retraite et Action sociopolitique vous invitent à deux conférences sur des sujets d'intérêt

le 7 octobre 2016

Avant-midi

Les finances publiques, quels liens avec la qualité de vie des personnes âgées ?

La situation est-elle catastrophique ?

Payons-nous trop d'impôts ?

Deux questions que l'on se pose trop souvent. En abordant la question des bienfaits des services publics, M. Bouchard-Boulianne, économiste à la CSQ, nous aidera à comprendre la relation entre la fiscalité et les inégalités des revenus des personnes.

Qu'en est-il de la dette du Québec ?

Québec a-t-il perdu le contrôle ?

Pour répondre à ces questions, il faut comprendre la taille relative de la dette. On doit parler de la dette en relation avec la taille de l'économie. En mars 2015, la dette brute de 206 milliards représentait 55 % du PIB québécois. Le ratio dette/PIB est moins élevé maintenant qu'à la fin des années 1990 et c'est vrai malgré quelques années de légers déficits.

De quoi avons-nous besoin pour avoir une bonne qualité de vie ?

Après-midi

Vers un nouveau mode de scrutin

Présenté par le Mouvement Démocratie Nouvelle (MDN)

Pourquoi changer de mode de scrutin ?

Il ne reflète pas la volonté populaire

Aucune des élections québécoises n'a produit une Assemblée nationale conforme aux votes exprimés. À cinq reprises, il a été porté au pouvoir un parti ayant obtenu moins de votes que celui qui a formé l'opposition (en 1886 et 1890), et plus récemment en 1944, 1966 et 1998. Notre mode de scrutin actuel déforme systématiquement le résultat du vote.

Il n'exprime pas le pluralisme politique

La représentation par circonscription fait en sorte que, pour qu'un tiers parti fasse élire une candidate ou un candidat, il faudrait que tous ses partisans habitent dans la même circonscription. Ce système est conçu pour limiter la concurrence à deux « grands » partis, qui alternent entre le pouvoir et l'opposition

Horaire:

9 h 00: Inscription

9 h 30 à 11 h 30: Les finances publiques

11 h 30 à 12 h 45: Dîner

12 h 45 à 14 h 45: Nouveau mode de scrutin

Lieu: L'Hôtel Québec

3115, avenue des Hôtels

Québec, QC G1W 3Z6

Fin des inscriptions:

27 septembre 2016

Coût tout inclus:

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

L'inscription et une partie du transport regroupé sont défrayés par le secteur.

Jacques Boucher, responsable régional retraite

Robert St-Denis, responsable régional sociopolitique.

**Les membres qui désirent participer à l'activité doivent s'inscrire
à Jacques Dansereau au numéro 418-856-1474
avant le 27 septembre 2016.**

ASSURANCES

Bernard Blanchet, responsable



RAPPORT ASSUREQ

Bonjour à vous,

Pour vous dire qu'il y a eu quelques modifications cette année, et que toutes les informations importantes sont dans le petit fascicule de «Votre régime d'assurance collective en un coup d'œil, de janvier 2016» que vous devez tous avoir reçu.

Nouvelles responsabilités des pharmaciens, Loi 41 : le pharmacien peut prescrire, prolonger et ajuster un médicament. Il faut aussi savoir qu'il peut y avoir des frais qui s'appliquent à ce service, et que les honoraires sont par contre remboursés par la RAMQ.

Pour ma part, j'ai assisté à une formation des responsables en février. J'ai aussi participé à une réunion des responsables sectoriels «Assurances» au mois d'avril, où nous avons discuté d'une possibilité d'organiser l'an prochain une journée d'information pour les membres sur le dossier Assurances .

À lire dans le journal l'Ex-Tension : l'information sur l'aide-mémoire pour la personne conjointe survivante en cas de décès du membre Assureq.

En terminant, rappelez-vous ce que Confucius a dit :

«Assurez-vous d'être bien assurés»

Bernard Blanchet, responsable.

ASSUREQ

Aide-mémoire pour le membre ASSUREQ en cas de décès d'une personne à charge (personne conjointe ou d'un enfant à charge)

Ce document s'adresse au membre ASSUREQ en cas de **décès d'une personne à charge** et consiste en un aide-mémoire des démarches à effectuer auprès de l'assureur SSQ concernant le régime d'assurance collective ASSUREQ.

Pour connaître l'ensemble des démarches à faire auprès des ministères et organismes gouvernementaux, nous vous suggérons de consulter le site Internet de *Services Québec-citoyens, Que faire en cas de décès?*

- ✓ *Communiquer avec SSQ pour aviser du décès.*
- ✓ Faire une demande de prestations d'assurance vie auprès de SSQ, s'il y a lieu (applicable seulement si vous participez au régime d'assurance vie de la personne conjointe et des enfants à charge d'ASSUREQ, en protection familiale).
- ✓ Faire la demande de réduction du statut de protection pour votre régime d'assurance maladie (de familial à monoparental ou à individuel) et d'assurance vie (de familial à individuel) **s'il y a lieu**. SSQ ne modifie pas systématiquement le statut de protection lors du décès d'une personne à charge. C'est au membre ASSUREQ à en faire la demande.

(Suite de la page 14)

Pourquoi? Parce que SSQ ne peut prendre pour acquis que vous désirez effectuer le changement puisque vous pourriez vouloir, par exemple, maintenir le statut familial pour continuer d'assurer votre ou vos enfants à charge malgré que votre personne conjointe soit décédée.

- ✓ Le changement de statut de protection doit se faire pour les deux régimes distinctement c'est-à-dire pour l'assurance maladie et pour l'assurance vie.

Pourquoi? Parce que vous pourriez choisir la protection individuelle pour un régime et conserver la protection familiale pour l'autre, **si les dispositions du contrat le permettent.**

- ✓ Faire la modification du nom de votre ou vos bénéficiaires d'assurance vie, s'il y a lieu.

Comment faire? En effectuant la modification vous-même via le site:

Accès | assurés de SSQ ou en communiquant avec SSQ.

Montant de protection payable au membre ASSUREQ lors du décès d'une personne à charge

| Personne à charge | Montant de protection |
|--|-----------------------|
| Personne conjointe | 5000\$ |
| Enfant à charge (âgé d'au moins 24 heures) | 5000\$ |

*Dans le cas d'une famille monoparentale, une somme est ajoutée au montant payable.

Coordonnées utiles

AREQ (CSQ), Association des retraitées et retraités de l'éducation et des autres services publics du Québec

320, rue St-Joseph Est, bureau 100

Québec (Québec) G1K 9E7

Téléphone : 418 525-0611 Sans frais : 1800 663-2408

Site Internet : www.araq.qc.net

SSQ, Société d'assurance-vie inc.

2525, boulevard Laurier

C.P. 10500, succursale Sainte-Foy

Québec (Québec) G1V4H6

Téléphone: 418 651-6962 Sans frais : 1 888 833-6962

Site Internet : www.ssq.ca

Veillez noter que ce document est distribué à titre de renseignement seulement et ne remplace pas les dispositions prévues au contrat d'assurance collective ASSUREQ. Il est fortement conseillé de communiquer avec l'AREQ ou avec SSQ pour toutes questions relatives au décès d'un membre ASSUREQ avant de prendre une décision.

Jean de la Fontaine
n'a pas écrit que des fables animalières..... !!!

Invitation de la Folie !

(fable de Jean de la Fontaine)

La Folie décida d'inviter ses amis pour prendre un café chez elle.
Tous les invités y allèrent.
Après le café *la Folie* proposa :
On joue à cache-cache ?
Cache-cache ? C'est quoi, ça ? demanda *la Curiosité*.
Cache-cache est un jeu. Je compte jusqu'à cent et vous vous cachez.
Quand j'ai fini de compter... je cherche, et le premier que je trouve sera le prochain à compter.
Tous acceptèrent, sauf *la Peur* et *la Paresse*.
1, 2, 3... *La Folie* commença à compter.
L'Empressement se cacha le premier, n'importe où.
La Timidité, timide comme toujours, se cacha dans une touffe d'arbre.
La Joie courut au milieu du jardin.
La Tristesse commença à pleurer, car elle ne trouvait pas d'endroit approprié pour se cacher.
L'Envie accompagna *le Triomphe* et se cacha près de lui derrière un rocher.
La Folie continuait de compter tandis que ses amis se cachaient.
Le Désespoir était désespéré en voyant que *la Folie* était déjà à 99.
CENT ! cria *la Folie*, je vais commencer à chercher...
La première à être trouvée fut *la Curiosité*, car elle n'avait pu s'empêcher de sortir de sa cachette pour voir qui serait le premier découvert.
En regardant sur le côté, *la Folie* vit *le Doute* au-dessus d'une clôture ne sachant pas de quel côté il serait mieux caché.
Et ainsi de suite, elle découvrit *la Joie*, *la Tristesse*, *la Timidité*...
Quand ils étaient tous réunis, *la Curiosité* demanda :
Où est *l'Amour*?
Personne ne l'avait vu.
La Folie commença à le chercher. Elle chercha au-dessus d'une montagne, dans les rivières au pied des rochers.
Mais elle ne trouvait pas *l'Amour*.
Cherchant de tous côtés, *la Folie* vit un rosier, prit un bout de bois et commença à chercher parmi les branches,
lorsque soudain elle entendit un cri : C'était *l'Amour*, qui criait parce qu'une épine lui avait crevé un œil.
La Folie ne savait pas quoi faire. Elle s'excusa, implora *l'Amour* pour avoir son pardon et alla jusqu'à lui promettre de le suivre pour toujours.
L'Amour accepta les excuses.
Aujourd'hui, *l'Amour* est aveugle et *la Folie* l'accompagne toujours...

Joli, n'est-ce pas !?!



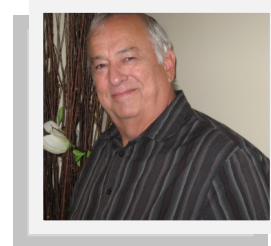
LES COMITÉS

CONDITION DES HOMMES

Jean-Noël Laprise, responsable régional



**18 novembre 2016
à Saint-Henri-de-Lévis**



Prochaine activité de la
Journée internationale des hommes (JIH)

- La *JIH 2016* se tiendra au *Centre récréatif de Saint-Henri* le 18 novembre prochain.
- Une réponse auprès d'un membre du votre conseil sectoriel serait appréciée avant le 10 novembre 2016.
- À cause de la présence de ce thème sur plusieurs tribunes actuelles, la *JIH 2016* se penchera sur la réalité du vécu de certaines personnes handicapées et sur tout ce qui s'appelle limites, voire bien sûr, nos limites personnelles. Pour ce faire, le thème de la journée sera *Avec nos limites, avançons...*
- Deux personnes ont déjà accepté d'être nos ressources pour la journée :
 - o *Sœur Louise Bellavance scq* qui œuvre auprès des sourds, des aveugles, des multi-handicapés et des handicapés mentaux;
 - o *Le Docteur Jacques DeBlois* qui est devenu paraplégique à la suite d'un grave accident; et qui, malgré son handicap, continue d'exercer sa profession.
- Notre journée se déroulera en deux temps principaux autour des interventions de nos personnes-ressources; l'avant-midi et l'après-midi.
- Nous compléterons notre journée par des activités complémentaires, dont le dîner qui se prendra sur place et une autre activité à préciser.

Nous avons tous l'impression d'avoir un peu mis la main à la pâte pour que cette autre journée soit mémorable et superbement accueillie par les personnes qui accepteront l'invitation de venir la vivre avec nous...

Poursuivons notre marche qui donne encore raison à Gerry Boulet :

- *Toujours vivant, je suis celui qui r'garde en avant...*

Au plaisir de vous revoir et de partager avec vous tous !

Jean-Noël Laprise
Responsable régional

**AREQ- CELLULE DE LA POCATIÈRE
ACTIVITÉS 2016-2017**

2016

| | | | |
|-----------------------|-----------------------------|---|---------|
| Mercredi, 7 septembre | <u>Dîner</u> | Roche-à-Veillon, Saint-Jean-Port-Joli Réservation avant le 1 ^e septembre | 11 h 30 |
| Mercredi, 12 octobre | <u>Déjeuner</u> | Restaurant L'Escale, Saint-Pacôme Réservation avant le 7 octobre | 9 h 00 |
| Mercredi, 16 novembre | <u>Dîner</u> | Le Buro des Sports, La Pocatière Réservation avant le 9 novembre | 11 h 30 |
| Mercredi, 7 décembre | <u>Dîner de Noël</u> | Restaurant Cap-Martin, La Pocatière Réservation avant le 1 ^e décembre <i>Échange de cadeaux 5,00\$: participation libre</i> | 11 h 30 |

2017

| | | | |
|----------------------|------------------------------------|--|---------|
| Mercredi, 11 janvier | <u>Déjeuner</u> | Restaurant Opéra, La Pocatière Réservation avant le 6 janvier | 9 h 00 |
| Mercredi, 15 février | <u>Dîner St-Valentin</u> | Restaurant Mikes, La Pocatière Réservation avant le 10 février | 11 h 30 |
| Mercredi, 15 mars | <u>Cabane à sucre-Dîner</u> | au Club Hiboux, Saint-Onésime Réservation avant le 8 mars | 11 h 30 |
| Mercredi, 19 avril | <u>Dîner</u> | Club FADOQ, La Pocatière Réservation avant le 15 avril | 11 h 30 |
| Mercredi, 21 juin | <u>Dîner</u> | Club de Golf, Saint-Pacôme Activité de vert de pratique suivie du dîner Réservation avant le 14 juin | 10 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

**Activités de la cellule
Montmagny Nord-Sud
2016-2017**

2016

| | | | |
|-----------------------|------------------|--|--|
| Mercredi 31 août 2016 | 9h00 à 11h00 | Déjeuner non-Rentrée (chaîne téléphonique) ☎ | Restaurant de la Plage Berthier-sur-Mer |
| Mardi 4 octobre 2016 | 11h30 à 15h00 | Dîner Rendez-vous automnal (chaîne téléphonique) ☎ | Saint-Pamphile Salle municipale |
| Jeudi 8 décembre 2016 | 11h30 à 14h00 | Dîner de Noël (chaîne téléphonique) ☎ | Restaurant La Couvée de L'Oiselière Montmagny |

2017

| | | | |
|-------------------------------------|------------------|---|---|
| Février 2017 (date à déterminer) | 18h00 à 21h00 | Souper de la St-Valentin (chaîne téléphonique) ☎ | Restaurant La Marmite d'Or L'Envolée École Casault |
| Mardi 4 avril 2017 | 11h30 à 14h00 | Dîner (cabane à sucre) (chaîne téléphonique) ☎ | Laurent Bernier Cap-St-Ignace Route des pommiers |
| Jeudi 15 juin 2017 | 9h00 à 11h00 | Déjeuner BlaBla (chaîne téléphonique) ☎ | La Roche à Veillon Saint-Jean-port-Joli |

N.B. : Merci de votre précieuse collaboration et au plaisir de vous rencontrer.

Françoise Boulet et Pauline Forgues, responsables de Cellule.

NUMÉROS À RETENIR: ☎

| | | |
|-------|----------------|--|
| AREQ | 1-800-663-2408 | www.araq.qc.net |
| CARRA | 1-800-463-5533 | |
| RAMQ | 1-800-561-9749 | |
| SSQ | 1-888-833-6962 | www.ssq.ca |
| RRQ | 1-800-463-5185 | |

ACTIVITÉS CELLULE L'ISLET-SUD 2016-2017**2016**



| | | | | |
|---------------|-------|---------------|--------------|----------------|
| Merc. 31 août | 9h00 | Non-rentree | Club de golf | Saint-Pamphile |
| Merc. 19 oct | 9h00 | Déjeuner | Ô Sommet ... | Saint-Adalbert |
| Merc. 16 nov. | 9h00 | Déjeuner | National | Saint-Pamphile |
| Merc. 14 déc. | 11h30 | Dîner de Noël | Le Jasmin | Tourville |

2017

| | | | | |
|---------------|-------------|-------------|---------------------|----------------------|
| Merc. 15 fév. | 11h30 | Dîner | Chez Réjean | Saint-Pamphile |
| | | St-Valentin | | |
| Merc. 5 avril | 11h30 | Dîner | L'Ancien Presbytère | Saint-Marcel |
| Merc. 14 juin | 9h30 | Déjeuner | La Roche à Veillon | 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 du secteur et de la région

| | | |
|--|--|------------------------------------|
| La fête automnale | <i>(accueil des nouveaux membres et multiples de 5)</i> | |
| | 4 octobre 2016 | Salle Communautaire Saint-Pamphile |
| Activité sociopolitique et retraite | 7 octobre 2016 | Hôtel Québec |
| La tournée du CE pour le Congrès | 19 octobre 2016 | Hôtel Québec |
| Journée des hommes | 18 novembre | Saint-Henri-de-Lévis. |
| Journée de la femme | 8 mars 2017 | (endroit à déterminer) |
| Activité régionale Assurances | 23 mars 2017 | Hôtel Québec |
| Toujours en action | 27 avril 2017 | Saint-Jean-Port-Joli. |
| L'assemblée générale du secteur | 2 mai 2017 | Cap-Saint-Ignace. |
| L'assemblée générale régionale | 17 mai 2017 | Hôtel Québec. |
| Le Congrès de l'AREQ | les 29, 30, 31 mai et 1 ^{er} juin 2017 au Centre des Congrès de Lévis. | |
| La Fête des bénévoles | 7 juin 2017 | Berthier-sur-Mer. |

Conseil sectoriel 3 mai 2016