

MOT DE LA PRÉSIDENTE

Saviez-vous que l'AREQ, ça déniaise ?



En mars dernier, le journal La Presse+ publiait un questionnaire sur nos connaissances en matière d'impôt. Le genre de questions un peu embêtantes sur ce qui est imposable ou non. Bien entendu, je n'ai pu résister

à la tentation de faire le test. Résultat : 78 %. Mon conjoint à qui j'ai « imposé » le test aussi, 83 %. La moyenne des répondants dans la province : 55 %. « Alors pourquoi est-on supérieur à la province? », lui demandais-je? Bien, dit-il, on suit des conférences, on s'informe, on est abonné à l'infolettre de l'AREQ et l'AREQ, ça déniaise. Bonne réponse! Alors chaque soir, je rejoins les bras de Morphée moins niaiseuse. C'est toujours cela de pris quand on se couche avec une carapace qui nous révèle souvent de nouvelles zones douloureuses.

Nous avons eu un déjeuner des bénévoles des plus gratifiants le 14 avril dernier. Je pense que les 92 personnes bénévoles présentes ont apprécié. Échanges, tirage de prix, repas intéressant au Best Western. Du bonheur, disons-le d'offrir aux gens qui se dévouent gratuitement une petite reconnaissance pour leur engagement. Notre assemblée générale sectorielle a été aussi du goût des membres si je me fie aux feuilles d'évaluation. Le Conseil sectoriel est heureux que cette assemblée, quelquefois ardue, ait particulièrement plu à toutes et tous.

À venir. Ben là, c'est pas mal fini pour l'année 2015-2016, à part le dîner au restaurant Pacini où nous nous retrouvons une bonne cinquantaine, en espérant que dame Nature reprendra ses droits sur le beau temps et la chaleur. Et nous aurons le 2 juin une rencontre d'infoetraite pour les nouvelles personnes retraitées de la CSRDN qui, on l'espère, viendront rejoindre les rangs des 1 162 membres de l'AREQ Rivière-du-Nord. Alors, je m'arrête là pour ne pas empiéter sur le temps que vous pourriez mettre à vous prélasser au soleil en lisant les belles suggestions de la chronique de lecture de France Lapierre ou en regardant les photos de la fête de la Saint-Valentin, celles de la cabane à sucre, du déjeuner des bénévoles et de notre AGS. Ou le temps dont vous avez besoin pour butiner dans vos parterres ou cajoler vos petits-enfants.

Le Conseil sectoriel tiendra son lac à l'Épaule d'une journée à Lachute en juin pour planifier l'année 2016-2017. Pour celles et ceux qui ne connaissent pas cette expression, au Québec, un lac à l'Épaule est une réunion de planification stratégique. Cette expression est née de la réunion du conseil des ministres de Jean Lesage, qui a eu lieu les 4 et 5 septembre 1962 au camp de pêche du *Lac à l'Épaule*, situé aujourd'hui dans le Parc national de la Jacques-Cartier. Cette réunion, où a été décidée, entre autres, la nationalisation de l'électricité, est considérée comme un des temps forts de la Révolution tranquille du Québec.

Alors, voyez-vous, nous allons encore nous coucher moins niaiseux...

Pierrette Boudreau
Présidente du secteur Rivière-du-Nord

Mot de la présidente régionale



Le temps passe et une autre année s'achève à l'AREQ. Mais je peux dire que cette année se termine sur une bonne note. En plus d'avoir assisté à toutes les formations des comités consultatifs avec vos responsables sectoriels, j'ai fait la tournée des neuf assemblées générales sectorielles de la région. Presque tous les postes sont comblés dans les conseils sectoriels par des gens de qualité et motivés. La plupart des secteurs ont aussi un responsable dans nos huit comités. Cette année, comme vous le savez, les membres présents aux assemblées générales ont élu des personnes déléguées pour le congrès national prévu pour la fin mai 2017 à Lévis.

Une année se termine, mais une autre s'annonce très chargée avec les formations des personnes déléguées et les rencontres régionales des responsables sectoriels. Malgré mes nombreux engagements, je peux dire qu'il m'est toujours agréable d'être à la tête d'une si belle organisation qu'est l'AREQ et de partager des rencontres avec les membres enthousiastes et dévoués, disons-le. Ma récompense est de constater l'implication des gens de l'AREQ dans chaque milieu et d'être fière des bénévoles qui représentent nos 8 611 membres à la région. L'AREQ est une force nationale et soyons fiers d'y appartenir.

Au plaisir de vous revoir pour la saison 2016-2017.

Mireille Ménard, présidente régionale Laval-Laurentides-Lanaudière

L'ÉQUIPE DE L'ODYSSÉE

Rédaction

Éditrice

Diane Sunderland

Rédaction des textes

Membres du Conseil sectoriel

Responsables des comités

Responsables des activités

France Lapiere

Correction et révision

Gaston Roy

Diane Sunderland

Infographie et mise en page

Diane Sunderland

Acheminement

Responsable

Jean-Marie Cyr

450 432-6084

Équipe de préparation

23 personnes

Équipe de distribution

29 facteurs

Imprimerie

900 copies

Imagerie Denis

Merci à Katy Locas

Service à la clientèle

*** MERCI à Gilles Piché pour les retouches de deux photos.

Dans ce numéro :

Invitation au Salon des arts	3 et 20
Comité Assurances	4-5
Condition des femmes	6-7
Retraite Indexation	8
Fête de la Saint-Valentin	9
Comité Sociopolitique	10
Cabane à sucre	11
Forum des hommes	12-13
Hommage à Charles Sénécal	14
Et si nous lisions!	15
Déjeuner des bénévoles	16-17
Arts visuels : lauréates et lauréats	18-19
Université du 3 ^e âge	21
Fondation Laure-Gaudreault	22-23
Comité Environnement	24 à 26
Nouvelles personnes retraitées	27
Voyages et Grands Explorateurs	28-29

*** Les opinions émises dans ces pages ne reflètent pas nécessairement celles de l'association et n'engagent que la responsabilité de leurs auteurs.

CHANGEMENTS D'ADRESSE, DE COURRIEL, DE NUMÉRO DE TÉLÉPHONE

Oui, nous le disons à chaque bulletin de l'ODYSSÉE.
Mais il faut répéter.

On ne veut pas savoir si vous changez de conjointe ou de conjoint, ni si une marmotte a élu domicile dans votre cour, mais...



On veut connaître vos changements de coordonnées – adresse, courriel, téléphone – et il faut le faire à l'**AREQ nationale à Québec** au 1 800 663-2408

ou

laverdiere.luce@areq.lacsq.org

Personne ne peut modifier vos changements de coordonnées à votre place sur la liste officielle nationale. Alors, SVP, appelez à Québec et la réceptionniste, *madame Luce Laverdière*, se fera un plaisir de vous répondre et d'enregistrer les modifications.

Pierrette Boudreau, présidente

« *J'aurais voulu être un artiste...* » *Luc Plamondon*



Membres de l'AREQ, vous cherchez constamment à vous ressourcer, à vous lancer de nouveaux défis, à réaliser de vieux rêves...

Pour vous aider dans cette démarche, le comité régional des *Arts visuels* vous invite, le mercredi 19 octobre 2016 entre 9 h et 15 h, à vivre une journée motivante qui satisfera pleinement votre curiosité artistique.

À cette occasion, vous rencontrerez une vingtaine de nos membres, artistes et artisans de la région Laval-Laurentides-Lanaudière, qui présenteront leurs œuvres et expliqueront leurs techniques.

Vous repartirez ainsi la tête remplie de nouvelles idées. Cette journée inspirante vous émerveillera et stimulera sûrement votre créativité.

Nous vous invitons en grand nombre au « Salon des Arts » et nous vous conseillons de remplir le formulaire que vous trouverez à la page 20 de ce bulletin..

Les membres du comité régional des Arts visuels

Colette Bonneville, responsable régionale

Nicolé Fouquette, responsable sectorielle

Assurances



Un dernier bonjour avant la période de relâche estivale. Nous avons profité d'un gel de notre prime d'assurance collective pour l'année 2016. C'est certainement une nouvelle que toutes et tous apprécient en ce temps où tout augmente rapidement. Cependant, le 1^{er} juillet 2016, la RAMQ devra réviser le coût de la partie couverte pour les médicaments. Espérons que la pilule ne soit pas trop difficile à avaler.

Quoi dire avant la relâche, période favorable pour refaire le plein de vitamine D? Il est parfois plus prudent de s'informer inutilement plutôt que de se voir face à des problèmes difficiles à résoudre par la suite. En voyage, pensez à

CanAssistance, le numéro de téléphone pour rejoindre ce service est à l'endos de votre carte ASSUREQ. **Communiquer avec ce service est la première chose à effectuer.**

Le rapport de l'année 2015-2016 a été déposé à l'Assemblée générale sectorielle le 3 mai 2016. Ce rapport apparaîtra en détail dans l'Odyssee du mois de septembre. Il contiendra les items que je résume. **Une rencontre nationale**, à Québec, dans laquelle il sera question des nouveaux services offerts par les pharmaciens et des médicaments, de l'historique d'ASSUREQ, du site « ACCÈS|assurés » et d'un forum questions /réponses. Quatre **rencontres régionales** à Blainville pour travailler sur le plan d'action et le « Régime des assurances », échanger sur les questions qui nous sont adressées et préparer la journée du 1^{er} novembre 2016. **Responsabilités sectorielles** : écrire des articles pour « l'Odyssee », participer à l'AGS et à l'AGR, préparer la rencontre du 1^{er} novembre 2016, participer à l'Inforetraite et à l'accueil des nouveaux membres et, surtout, être disponible pour répondre et vous diriger dans toutes les demandes que vous m'adressez.

En terminant, je veux insister sur l'annonce d'une demi-journée d'information sur les assurances animée par M^{me} Johanne Freire qui se tiendra au Days Inn à Blainville. Consultez l'invitation à la page suivante pour cette demi-journée qui se tiendra le 1^{er} novembre 2016 en avant-midi ou en après-midi au choix. Pour les personnes qui ont assisté au printemps 2015 à une réunion semblable, vous pourrez constater qu'il y aura beaucoup de nouveaux thèmes traités. Prenez le temps de lire attentivement et de mettre à votre agenda.

Je vous souhaite le plus bel été à venir, la prudence étant de mise.

Jacques Lajeunesse

Responsable au secteur Rivière-du-Nord
gbeljlaj@videotron.ca 450 436-4729



Menu pour le déjeuner de la non-entrée du jeudi 25 août 2016

1. Deux œufs brouillés, bacon, jambon, fruits et rôties.
2. Omelette jambon et cheddar, fruits et rôties.
3. Pain doré servi avec fruits et crème anglaise.
4. Tempête de fruits frais enrobés de yogourt et recouverts de muesli.
5. Muffin déjeuner avec œuf, bacon, fromage jaune et fruits.
6. Déjeuner santé : 2 œufs pochés, fromage cottage, fruits et rôties.

Note : Les plats 1 – 2 et 5 sont accompagnés de pommes de terre

«Rencontre d'informations en assurances» AREQ Laval-Laurentides-Lanaudière mardi 1^{er} novembre 2016

Lieu : *Hôtel Days Inn, (Le Mirage)*

1136, boul. Labelle à Blainville QC J7C 3J4 ---- Tél. : 450 430-8950

Horaire : **8 h 30** : Accueil

9 h à 12 h : Présentation de Johanne Freire (conseillère à la sécurité sociale)

12 h : Dîner

13 h à 16 h : Présentation de Johanne Freire (la même présentation que le matin)

Sujets prévus :

1. L'assurance médicaments (nouveaux rôles des pharmaciens et des pharmaciennes, implication de votre médecin dans votre dossier, couverture pour les problèmes des yeux et de l'ouïe, etc.)
2. L'accès assurés (comment se connecter, s'enregistrer, réclamer, trouver les reçus pour l'impôt, etc.)
3. L'assurance voyage (votre protection, vos obligations envers l'assureur, l'assurance et le remboursement de frais refusés dans certaines circonstances)
4. Le décès d'un membre assuré, de son conjoint ou de sa conjointe (qu'est-ce qui arrive quant aux assurances?)

FRAIS D'INSCRIPTION : 10 \$ - AM ou PM (*non remboursable*)

DÎNER : Si vous désirez réserver une place pour dîner au **Days Inn**, ajoutez un montant de 23 \$ à votre inscription. Vous pouvez aussi choisir un restaurant dans les environs.

Pour vous inscrire, vous **complétez le formulaire** ci-dessous au plus tard le **15 octobre 2016** et vous le postez à : JACQUES LAJEUNESSE

adresse : 1239, DES CHÊNES, PRÉVOST (Qc) code postal : J0R 1T0

✂-----

FORMULAIRE D'INSCRIPTION : « RENCONTRE D'INFORMATIONS EN ASSURANCES » MARDI 1^{ER} NOVEMBRE 2016

Nom : _____ **Prénom :** _____ **Secteur :** _____

Téléphone : _____ **Courriel :** _____

J'assisterai à la rencontre de l'avant-midi _____ **ou de l'après-midi** _____

Je dînerai à l'hôtel Days Inn : 23 \$ Oui _____ Non _____

Ci-joint un chèque *au montant de 10 \$* (frais d'inscription seulement) **ou de 33 \$** (frais d'inscription et dîner), libellé à l'**AREQ 10C** et **daté du 15 octobre 2016**.

Signature : _____ **date :** _____

Envoyé à : Jacques Lajeunesse, 1239, des Chênes, Prévost (QC), J0R 1T0

Condition des femmes

Rencontre nationale du CCF

Le 18 février dernier, avait lieu à Québec une rencontre nationale pour le Comité de la Condition des Femmes. Ce fut une rencontre très fructueuse pour les nouvelles personnes qui siègent sur ce comité.

Mme Ginette Plamondon, responsable du Comité de la Condition des Femmes au National a présenté l'**Énoncé des valeurs** qui devraient être priorisé à l'AREQ. Ces valeurs sont : **l'égalité et la justice – le respect et la reconnaissance** et finalement, **l'engagement et la solidarité**. Il nous arrive parfois d'oublier l'importance de les appliquer envers toutes et tous. La mission de l'AREQ est bien de défendre les droits des aînés.



M^{me} Nicole Patry Lisée, trésorière au conseil exécutif, a ensuite expliqué les structures de l'AREQ : Congrès – Conseil national – Conseil administratif – Conseil exécutif. Elle a poursuivi en donnant le rôle de chaque représentante et représentant aux

autres niveaux, régional et sectoriel.

On nous a aussi expliqué qu'il existe un programme : « AREQ, toujours en action » qui nous permet d'obtenir une légère subvention pour la réalisation de petit projet.

M^{me} Gisèle Bourret, du comité des Femmes aînées et de la Fédération des Femmes du Québec, a fait une conférence sur « L'âgisme et les femmes aînées : les préjugés sur les femmes aînées. » Vous connaissez l'expression « **Ma petite madame** » qui en fait réagir plus d'une.



En après-midi, c'était au tour de M^{me} Léa Cousineau, signataire du Manifeste avec M^{me} Lise Payette, de nous présenter le « Manifeste des femmes » dans lequel on signale la colère de certaines femmes face au pouvoir politique, économique et social. Elles

souhaitent que chacune prenne vraiment la place qui lui revient.

Finalement, on a fait une mise au point sur les activités du 8 mars (Journée internationale des Femmes)

et du 6 décembre 2016 (Journée de commémoration et d'actions contre la violence faite aux femmes).

Ce fut une rencontre très bénéfique et on nous a rappelé notre mission et les tâches que l'on devrait réaliser en tant que responsable du comité de la Condition des Femmes.

Journée internationale des Femmes

Plusieurs activités ont eu lieu dans la région pour souligner la « **Journée internationale des Femmes** » qui a pour but d'améliorer le sort des filles et des femmes dans le monde entier. Chez nous, au Québec, il y a encore des femmes qui souffrent de l'injustice sociale, de la violence conjugale, qui ne peuvent atteindre leurs objectifs de vie parce qu'elles sont des femmes. Oui, ça existe encore!

On profite aussi de cette journée pour célébrer les nombreuses victoires obtenues au cours des dernières décennies. C'est ce que le *Carrefour des Femmes* à Lachute a voulu souligner cette année.



Vendredi, le 4 mars, la population (femmes et hommes) était invitée à un **super-spectacle** avec l'humoriste *Francine Lareau*, connue par son rôle dans « Épopée Rock ». L'artiste a bien fait rire l'assistance avec son spectacle *Merci Manda, La Poune, Dodo, Denise, Clémence et tant d'autres!*



Samedi, le 5 mars, c'était au tour de la municipalité de Grenville-sur-la-Rouge, d'inviter la population à se rendre au Centre communautaire Campbell. Cette journée était sous le thème : « *Prévention, Santé, Sécurité* ». On y présentait des mini-conférences, des ateliers, des kiosques, des soins de beauté, de l'artisanat, des produits locaux.

Quant à Saint-Jérôme, l'activité se faisait le mardi 8 mars avec divers regroupements de femmes CLAF (*Calacs Laurentides, Espaces Laurentides, Centre de femmes les Unes les Autres, Maison d'Ariane, Cercle des fermières*). Il est toujours bon de participer à cette activité pour constater qu'il y a, encore aujourd'hui, des femmes dépourvues et dans le besoin. Durant ce 5 à 7, à l'*Hôtel des Régions* sur la rue de la Gare, on a mis l'accent sur l'**austérité du Gouvernement Couillard** et de tout ce que ça engendre comme complications pour les femmes et leurs conditions de travail. Il y avait un lunch, du slam, des quiz, chants et tirages.

Rencontre régionale du CCF

Le 31 mars fut une autre belle journée très enrichissante pour le Comité de la Condition des Femmes. En avant-midi, *M^{me} Annick Letartre*, conférencière de l'**APPUI** des Laurentides, nous a parlé de la situation des proches aidants.

- 88 % des soins à domicile sont offerts par des proches aidants
- un adulte sur 4 est un proche aidant d'aîné au Québec
- un aidant sur 2 occupe toujours un emploi à temps plein

Défis :

- être reconnu
- être compris par des gens de confiance
- être soutenu
- trouver et obtenir des services
- éviter l'épuisement.

L'**épuisement** peut conduire à la maladie et à la maltraitance.

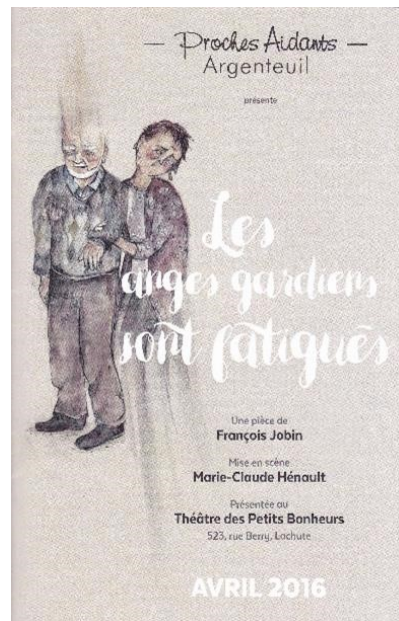
Une pièce de théâtre-amateur sera présentée à la salle Anthony Lessard à Saint-Jérôme le 21 juin 2016 : « **Les anges gardiens sont fatigués.** »
À ne pas manquer!

L'après-midi fut tout aussi bénéfique avec madame *Chantal Dubois* du CALACS-Laurentides (*Centre d'aide et de lutte contre les agressions à caractère sexuel*)

CALACS est présent à la Polyvalente de Saint-Jérôme depuis une vingtaine d'années pour les étudiantes et étudiants des secondaires 2 – 3 et 4.

Les règles de fonctionnement sont : - partager du temps de parole – le respect et la confidentialité.

Chez les aînés, on sait très bien que les agressions à caractère sexuel existent également et on serait surpris de savoir combien de personnes ont déjà été agressées : **1 femme sur 3** a été victime d'au moins une agression sexuelle depuis l'âge de 16 ans. Je pourrais vous dévoiler d'autres statistiques tout aussi alarmantes. **Soyons vigilantes! Sachons dire « Non! » avec fermeté!**



Claire Blais Corbeil.
Répondante au comité Condition des femmes

Retraite Indexation



ON L'A ÉCHAPPÉ BELLE

Bonjour à chacune et à chacun,
On l'a échappé belle. Aujourd'hui surtout, cette locution prend tout son sens : « éviter de justesse un danger ».

Il n'y a pas eu de changement concernant l'indexation de la retraite dans les nouvelles ententes collectives des employés de l'État. Mais dans le dépôt initial, le gouvernement voulait introduire une indexation des rentes conditionnelle.

Le Régime des rentes du Québec a annoncé un taux d'indexation de 1,2 % à compter du 1^{er} janvier 2016. Nous connaissons, avec le RREGOP, une indexation partielle à la suite d'un décret en 1982 : les années cotisées entre le 1^{er} juillet 1982 et le 31 décembre 1999 vous donnent une rente indexée à 0 %.

Merci à chacune et chacun d'entre vous qui a pris le temps de participer à l'opération « cartes postales ». Nous avons fait parvenir les cartes signées par nos membres aux bureaux de comté, et aux bureaux du parlement, de messieurs Couillard, Leitao et Coiteux. Bravo pour cette mobilisation! Nous avons évité le pire.

Les fonds du RREGOP déposés à la Caisse de dépôt et de placement sont importants. L'argent n'arrive pas là par magie. Ce sont les contribu-

tions des retraités et des futurs retraités de l'État. Des sommes considérables sont investies par la Caisse dans de nombreuses entreprises, d'ici, dont 2 milliards dans la division transport de Bombardier le 19 novembre 2015. Bientôt, nous aurons un SLR, un système léger sur rail électrique, dans la région de Montréal. Est-ce que nous attendons des remerciements de monsieur Sabia, de monsieur Coderre et de membres du gouvernement? Pourquoi pas? Sérieusement, comme monsieur Pierre-Paul Côté de l'AREQ, nous exhortons la Caisse à la plus grande prudence pour éviter de mettre nos économies à risque.

L'entente prévoit une convention collective qui se termine dans moins de quatre ans, le 31 mars 2020. L'AREQ se réjouit de la préservation de l'indexation de la rente qui était en jeu. Cependant, elle poursuit la lutte pour la protection du pouvoir d'achat des personnes retraitées et futures retraitées. On a notamment parlé des frais accessoires en santé.

Il nous faudra dès maintenant être vigilants. Il faudra aussi trouver une façon d'établir des contacts soutenus avec la CSQ, les *actifs*, les syndicats qui nous concernaient : personnel professionnel, personnel de soutien, personnel enseignant et d'autres services publics.

Vitor Sabino

responsable au secteur Rivière-du-Nord

MOT D'ENFANT

La grand-mère Angèle un peu fatiguée, explique à sa petite fille Catherine avant de la coucher qu'elle n'a plus d'histoire à lui raconter, que tous les livres ont été lus. « Pas grave, lui répond Catherine, je vais t'en conter une, une histoire moi! » Je me suis assise et j'ai écouté son histoire.....

Faites-nous parvenir vos meilleurs mots d'enfant. Nous en publierons quelques-uns.

Diane et Pierrette

AVENTURES AVEC LES ASSURANCES EN FLORIDE

Le conjoint de notre même Angèle Marineau s'est brûlé sous les doigts du pied droit en posant son pied sur l'allumeur du BBQ qui était par terre à refroidir. AYOYE! BOBO!... Appel à **CanAssistance** (notre assureur SSQ), on les réfère à la clinique la plus près. **Quinze minutes** plus tard, le médecin avait reçu le fax et il attendait le brûlé. Aucuns frais à déboursier et prescription donnée sur le champ. Un peu d'attente à la pharmacie et médicaments remboursés lors du retour au Québec. Deux semaines à marcher à clochepied et des pansements à faire. Voilà toute l'histoire. Alors, si vous pensez que nous sommes mal servis par notre assureur... Je ne sais pas quoi dire!

Pierrette Boudreau, présidente

Saint-Valentin

Le 11 février dernier, nous avons célébré la Saint-Valentin au restaurant *L'Ambiance*. Après nous être inscrits et avoir échangé les dernières nouvelles avec notre monde, nous sommes passés aux choses sérieuses. Le comité organisateur avait préparé diverses activités pour notre plus grand plaisir :

- un 1^{er} jeu où chaque table devait replacer en ordre les mots d'une chanson, ce qui a occasionné quelques fous rires
- un excellent diner
- un 2^e jeu où chacun devait retrouver sa chacune (et vice-versa) à l'aide de photos de personnages célèbres ex : Angéline cherchait son Brad et Mickey sa Minnie
- quelques tirages qui ont fait des heureuses et des heureux
- du karaoké où Ginette Sirois et André Reid nous ont fait fredonner de bien belles chansons d'amour
- et, pour finir tout cela en beauté, un peu de danse en ligne.

Que de beaux moments! Un immense MERCI à celles et ceux qui ont rendu cela possible.

Diane Piché Reid



André Reid

DÉCOUVRE TA MOITIÉ.

Ma moitié était un personnage très important du 18^e siècle puisque j'avais Joséphine de Beauharnais, épouse de Napoléon Bonaparte.

Alors ma chasse a débuté pour retrouver Napoléon Bonaparte. Après une recherche fort agréable, Nicole était en possession de Napoléon ainsi notre Cœur était complété. J'ai fait la connaissance de *Nicole Villeneuve*, une enseignante qui a fait ses débuts en 1955.

Après quelques échanges, tous avaient repris leur place respective, un copieux repas s'en est suivi ainsi qu'un karaoké mené par notre chef d'orchestre, monsieur *André Reid*, qui nous ramenait quelques années en arrière.

Un grand merci à nos organisateurs et à bientôt!

Marlène Cardinal-Gani



Comité de l'Action sociopolitique

Monsieur Yves Grand-Maison a accepté la présidence du comité de l'Action sociopolitique au régional. Il fait d'ailleurs un excellent travail. Donc, je l'ai remplacé comme responsable sectorielle au national depuis sa nomination.



Une formation a eu lieu à Québec le 10 novembre 2015. Plusieurs dossiers d'actualité ont été abordés dont *Le Projet de loi 52* sur les soins de fin de vie. L'invitée spéciale était *madame Véronique Hivon*, avocate et femme politique québécoise (Quelle chance!) Elle nous a entretenus sur les différents points de cette loi.



Madame Hivon a siégé à la commission spéciale sur la question de mourir dans la dignité, puis a déposé le projet de loi 52 à l'Assemblée Nationale en 2012. Après plus de 4 ans et demi de travaux parlementaires, le projet de loi est adopté le 5 juin 2014 et enfin, la loi est entrée en vigueur le 10 décembre 2015.

La présentation a été suivie d'échanges en atelier.



En après-midi, la *Dre Marie-Claude Goulet*, de médecine québécoise pour les régimes publics, a brossé un tableau de notre système de santé depuis sa création en 1969. Elle nous a démontré que depuis de nombreuses années, plusieurs interventions gouvernementales ont eu pour effet de réduire l'accessibilité aux services. De plus, les récentes réformes et coupures imposées dans un contexte d'austérité contribuent à créer un système de santé à deux vitesses.

Ensuite, *madame Ginette Plamondon*, conseillère à la condition des femmes et à l'action sociopolitique au national, nous a entretenus sur les frais accessoires facturés dans les cliniques médicales et elle ajoute qu'en adoptant le projet de loi 20 qui décrète par règlement les frais autorisés à facturer, c'est un pas supplémentaire vers une médecine à deux vitesses.



NOTE : Nous sommes à la recherche d'une ou d'un responsable au comité sectoriel de l'action sociopolitique en remplacement de monsieur Yves Grand-Maison.

Marcellé Lemay Fournier

Répondante au comité d'Action sociopolitique



LES BEAUX MERCREDIS **Programmation de la session automne 2016**

**Conférences organisées par le comité du Savoir et des sages
en collaboration avec le cégep Saint-Jérôme.**

- 1. De l'Église à l'église par Normand Doré (28 septembre)**
- 2. Arthur Buies par Gilles Duguay (5 octobre)**
- 3. La création monétaire par Benoît Gervais (12 octobre)**
- 4. Série XX^e siècle : La chute du communisme en Europe par Nicolas Fournier (19 octobre)**
- 5. Violoncelleries par Catherine Mathieu (26 octobre)**
- 6. Félix Leclerc par Louis Lavoie (2 novembre)**
- 7. Conférence dégustation : Deux gars dans le pétrin par Lionel Ducreau (9 novembre)**

Cabane à sucre



Gagnants des tirages : Lise T. Cossette (pour Pierre Labelle) Claire Blais Corbeil (pour Yvonne Montpetit), Normand Brière, Marie-Paule Deschamps, Carole Blanchette et Marcelle Fournier.

monsieur Yves Grandmaison et madame Françoise Ferland. Et sans oublier tous ceux et celles qui ont participé avec entrain.

Il sera agréable de revivre l'expérience l'an prochain.

Marcelle L. Fournier



Avec l'AREQ l'accueil est chaleureux. Bien longtemps que je n'avais pas été à la cabane. Les bénévoles sont enthousiastes et l'énergie circule. Très satisfaite du repas "comme dans l'temps".

Cette cabane à sucre dispose d'objets anciens rappelant de joyeux souvenirs. En plus, les serveurs (ses) au costume carrelé ajoutent de l'ambiance. Merci pour tout.

Solange Dagenais Valiquette



Rappel important

Votre *Conseil sectoriel*
a mis en place une

« Politique de réservation ou d'annulation » concernant les activités du secteur.

Nous comptons sur votre collaboration pour respecter les dates de réservation et, en particulier, d'annulation. Vous comprendrez que l'association doit payer le nombre de repas réservés.

Nous ne jugeons pas équitable de faire payer par l'ensemble des membres le repas d'une personne qui annulerait à la dernière minute. Une facture sera envoyée aux personnes absentes ayant réservé et qui n'auraient pas annulé.

Merci de votre compréhension

Forum des Hommes

Écho de la rencontre intersectorielle du comité Forum des hommes sur le livre « *La santé repensée* » du Dr Gaétan Brouillard



« La pensée se forme dans l'âme comme les nuages dans l'air. » Joseph Joubert

Prendre conscience de l'importance que prend la santé à la retraite, c'est l'objectif que 23 hommes de la région Laval-Laurentides-Lanaudière ont poursuivi en se réunissant à Blainville, le 16 mars 2016 pour réaliser l'étude critique du livre : « *La santé repensée* » du Dr Gaétan Brouillard.

Chacun avait acquis le livre et l'avait lu avant la rencontre de manière à pouvoir exprimer ses points de vue dans la visée des questions préparés par André Thérien, le responsable de l'activité et le responsable régional du comité Forum des hommes.

Réconcilier notre corps avec notre esprit représente tout un défi. Les membres du comité Forum des hommes s'efforcent de dire oui à la vie grâce à cette médecine moderne et énergétique qui nous invite à la coopération et à la prévention. Il est temps que certains hommes repensent leur relation avec eux-mêmes, avec leurs semblables et avec leur environnement, tout en assurant leur place dans l'univers.

Lors de nos échanges, nous avons été heureux de manifester la grandeur et l'unicité de notre humanité si complexe et si multiple. Nous avons fait preuve d'ouverture, de partage et de compassion. Le Dr Gaétan Brouillard nous a confirmé que l'homme est doué d'un double cerveau, le gauche, plus intuitif, et le droit, plus raisonnable.

Nous avons pu parler de nos peurs du changement, de la maladie et de la mort. Comme nous le rappelle le Dr Brouillard à la page 169 de son livre : «...nos pensées créent en partie notre réalité.» Il faut : «...ouvrir notre esprit à tous les possibles et accepter bien humblement que nous n'avons pas toutes les réponses ». « Vivre dans le moment présent, c'est accepter ce qui est et faire confiance à ce qui sera. C'est se mettre dans les meilleures dispositions possibles pour cultiver la santé. »

Je termine en rappelant aux membres de l'AREQ régionale la tenue de la prochaine *Journée internationale des hommes* le mercredi 16 novembre 2016 à Saint-Jérôme. Les membres du comité Forum des hommes du secteur Rivière-du-Nord seront les hôtes de cet événement pour une quatrième année d'affilée. Le bulletin *L'Odyssée* de septembre 2016 vous donnera de plus amples précisions sur le contenu de cette activité.



Gilles Bégin,

Vous pouvez consulter les sites de l'AREQ nationale et régionale en tout temps.

Site WEB de l'AREQ nationale : <http://areq.lacsq.org/>

Nous vous suggérons de vous abonner à l'infolettre de l'AREQ (bas de la page d'accueil du site).

Site WEB de la région Laval-Laurentides-Lanaudière: <http://regionlaurentie.areq.ca/>

Site WEB du secteur Rivière-du Nord : nouveau site à venir

Conférence interactive ouverte aux femmes organisée par le comité Forum des hommes

Et si les rêves nous révélaient à nous-mêmes

Sigmund Freud a écrit : « Le rêve est le messenger royal de l'inconscient. » et « L'interprétation des rêves est la voie royale pour parvenir à la connaissance de l'âme. »



Notre personne ressource était Yves Dubuc, un membre du secteur Laval Nord. Quatre femmes et trois hommes du secteur Rivière-du-Nord ont participé à cette conférence offerte à Blainville le 27 avril 2016.

Une soixantaine de femmes et d'hommes ont pu bénéficier de cette présentation interactive, grâce à un excellent document remis à cet effet par le conférencier.

Le document présentait les éléments suivants :

1. Mise en situation
2. Le rêve onirique : définitions et réflexions
3. Le rêve et le mouvement oculaire rapide
4. La métaphore de Postes Canada
5. L'horloge du sommeil
6. Les fonctions du rêve (à quoi servent-ils?)
7. Les postulats quotidiens de rêves
8. La mémoire des rêves
9. Analyse et structure des rêves
10. Les dictionnaires de rêve
11. Les cauchemars chez les adultes et les enfants
12. Les personnages de nos rêves
13. Les personnes décédées dans nos rêves
14. Les rêves récurrents
15. Les rêves prémonitoires et prophétiques
16. La gestion d'un journal de rêves
17. Conclusion
18. Références bibliographiques

Dans une perspective globale, le rêve a une fonction de :

- Collaborateur efficace : Qui suis-je? Quelles sont mes passions?
- Informateur d'appoint : Quelle est ma mission personnelle sur cette terre?
- Communicateur éclairant : Tous les jours, nous prenons des nouvelles du monde; mais quand prenons-nous des nouvelles de nous-mêmes?
- Avertisseur précieux de préparation ou de destin.

De manière plus spécifique, les rêves servent principalement à :

- Consolider la mémoire, c'est-à-dire à se souvenir des moments importants dans sa vie,
- Intégrer les apprentissages, c'est-à-dire qu'on rejoue la nuit ce que l'on a vécu le jour,
- Évacuer le stress de jour, soit élaguer les tensions accumulées,
- Libérer les émotions refoulées aidant à maintenir l'équilibre émotif et psychique,



Si vous avez l'occasion de participer à une autre conférence similaire, n'hésitez pas, car les rêves constituent un précieux moyen de mieux se connaître soi-même.

François Tanguay

Répondant au Conseil sectoriel du comité Forum des hommes

Hommage à Charles

Hommage à Charles Sénécal pour son implication à la TRARA (Table de Réflexion et d'Action de Retraités et d'Aînés de la MRC Rivière-du-Nord)



Charles Sénécal a été le représentant de l'AREQ Rivière-du-Nord auprès de la TRARA de 1999 à 2015. En septembre 1999, il a remplacé Jean-Luc Lavoie. En septembre 2015, André Chénard a accepté de poursuivre sa représentation. André Chénard représentait déjà le secteur Rivière-du-Nord depuis quelques mois sur le comité sectoriel des conférences. André Sauvé a accepté de jouer un rôle similaire pendant l'année 2015-2016. Je profite de cette occasion pour remercier André Sauvé de s'être impliqué pendant ces quelques mois.

Les principales implications de Charles Sénécal auprès de la TRARA sont les suivantes :

- Membre du comité exécutif de la TRARA pendant au moins 14 ans.
- Membre du comité Bénévolat qui a donné naissance au site Web Jebenevole.ca.
- Membre pendant de nombreuses années du comité Conférence qui a permis d'offrir des conférences variées au Quartier 50+ et qui a donné naissance, entre autres, au Café Causerie.
- Pendant les 16 ans comme représentant de l'AREQ à la TRARA, Charles a participé à au moins 250 réunions pour un total de plus de 770 heures.

Comme représentant de la TRARA, Charles Sénécal s'est aussi impliqué dans diverses actions, notamment :

- Rédaction (en collaboration) et présentation d'un mémoire à la commission Clair sur les services de santé et services sociaux en septembre 2000.
- Membre du Forum de la population de l'Agence de santé et services sociaux comme représentant de la TRARA de 2001 à 2003.
- Membre du comité organisateur d'une journée spéciale ayant pour thème *Les aînés et la santé* en mai 2004.
- Membre organisateur d'une marche de solidarité demandant un centre de radiothérapie et le maintien du service d'orthopédie à Saint-Jérôme en juin 2007.
- Membre organisateur et animateur d'une Journée Vitalité au Quartier 50+ avec comme présidente d'honneur Jocelyne Cazin en mai 2009.
- Rédaction (en collaboration) et présentation d'un mémoire à la Commission sur le projet de loi *Mourir dans la dignité*.
- Membre du comité santé qui a, entre autres, fait circuler une pétition qui a récolté plus de 48 000 noms visant à obtenir à Saint-Jérôme un centre de radiothérapie et qui a organisé des rencontres régulières avec la directrice de l'hôpital afin de la sensibiliser aux besoins des aînés en matière de santé de 2002 à 2004.
- Membre du comité organisateur de l'édition 2012 de la Journée internationale des Aînés des Laurentides au Quartier 50+. Cette journée a regroupé 270 personnes.
- Représentant de la TRARA au comité MADA (Municipalité Amie Des Aînés) de la ville de Saint-Jérôme.

Merci Charles pour toutes ces années comme représentant du secteur Rivière-du-Nord auprès de la TRARA. Avec tes multiples implications, tu as su faire une différence pour le mieux-être de tes semblables.

François Tanguay, répondant au Conseil sectoriel du comité sectoriel des conférences

Et si nous lisions... par France Lapierre



Une auteure à découvrir et de très bons romans à lire.

Si vous ne deviez lire qu'un seul roman cet été, ce devrait être **Dragonville!** Le souvenir de cette saga m'habitait tellement que j'ai décidé d'en relire des passages pour mieux vous convaincre de la lire. Je me suis fait prendre au jeu et j'en ai relu une grande partie, pour mon plus grand plaisir!

PORCELAINES, ENCRE ET EMPOIS, tels sont les titres évocateurs des trois tomes de **Dragonville**, écrit par Michèle Plomer.

Li le beau est vendeur de limonade à Hong Kong, en 1910. Vie banale, s'il en est une. Toutefois, Lung, une femme mystérieuse s'éprend de lui et changera sa vie à jamais. En 2010, Sylvie Matthews revient dans les Cantons-de-l'Est après avoir vécu quelque temps en Chine. Elle décide d'ouvrir une boutique d'antiquités et d'importations chinoises dans sa ville natale. Quels sont les liens entre les deux histoires à part l'immense dragon dessiné sur le mur extérieur du local de Sylvie et les idéogrammes chinois dissimulés sous le plâtre des murs? Comme des plaques de jade cousues patiemment les unes aux autres par un fil de soie rouge, la narration alterne entre les événements de 1910 et leurs répercussions en 2010 : drame amoureux, héritage familial, secrets enfouis désormais révélés.

En compagnie de ses personnages, Michèle Plomer nous convie à un incroyable voyage dans le temps et au-delà des mers. Son écriture nous fait humer l'odeur « de cuir et de feutre sec tapissant l'intérieur d'un étui » ; chatoyer « un chapeau de coton de couleur fuchsia se détacher du bleu du ciel comme un drapeau » et même goûter « le thé, d'une âcreté inhabituelle, lui rappela le goût des matins rances de sa mère opiomane. » Cette trilogie est complexe, riche et habitée à la fois par des êtres de chair et par des êtres mythiques, issus des légendes.

Pour mieux connaître la lumineuse Michèle Plomer et ses autres œuvres :

<http://www.micheleplomer.com/biographie/>

Édition originale en trois tomes. En vente également en un seul volume, aux éditions Marchand de Feuilles 2013.

Dans un style tout à fait différent, j'ai été remuée et bouleversée par **Le ciel de Bay City** de Catherine Mavrikakis. C'est une lecture difficile en raison des thèmes évoqués : la mort, la Shoah, les rêves avortés, l'omniprésence du ciel qui est toujours une menace (orage, pollution). La narratrice a 18 ans en 1961 et elle veut désespérément quitter le Michigan. Elle y parviendra, mais en aura-t-elle fini de son mal de vivre qu'elle transportera jusqu'en Inde? (Héliotrope, 2008)

Publiée chez Alto (2015), Catherine Leroux nous a livré avec **Madame Victoria** un recueil de portraits de femmes, toutes plus attachantes ou troublantes les unes que les autres. Cette madame Victoria a existé, mais on ne peut lui donner d'identité. Son squelette a été découvert dans un boisé près de l'hôpital Royal Victoria de Montréal et personne n'est venu le réclamer. Catherine Leroux lui donne de multiples identités. À lire, un récit à la fois pour s'imprégner de l'écriture efficace de Catherine Leroux.

Quels souvenirs laisse-t-on à ceux qui nous survivent, particulièrement lorsque la disparition est soudaine et inattendue? C'est ce que Claudia Larochelle nous partage dans **Les Îles Canaries** (VLB, 2014). Louisa Vanier est agente de bord sur le vol 459, abîmé en mer en partance de Paris. Tour à tour, sa famille, ses proches nous parlent d'elle. Grâce à ces différents regards, nous découvrons une femme blessée, tourmentée. Louisa avait-elle prévu cette fin?

Enfin, ma liste ne serait pas complète si je ne vous parlais pas des **Maisons** de Fanny Britt. Quelle découverte! Je connaissais Fanny Britt pour son magnifique album **Jane, le renard et moi**, sans savoir qu'elle écrivait également pour les adultes, étant reconnue comme une dramaturge respectée.

Agente d'immeuble, Tessa est mère de trois enfants et traverse une crise existentielle lorsqu'elle revoit un ancien amoureux. Quelle sera sa décision : partir ou rester? Avec humour, sensibilité et intelligence, Fanny Britt décrit la vie quotidienne, parle des hommes qui sont capables de vraiment aimer et des femmes qui prennent de l'âge et deviennent invisibles. Le style est fluide, rythmé.

France Lapierre

Déjeuner des bénévoles



Responsables des comités statutaires régionaux et sectoriels

Était absent pour la photo, monsieur *Richard Desmarais*, responsable au comité Forum des hommes.



Comité des Arts visuels

Claire Blais Corbeil, Ronald Forbes, Colette Bonneville, responsable régionale, Nicole Fouquette, responsable au secteur. Étaient absentes pour la photo, mesdames *Gisèle Jetté* et *Francine Bouchard*.



Comité de l'Action sociopolitique

Yves Grandmaison, responsable régional, Vitor Sabino, Françoise Ferland et Marcelle Lemay-Fournier, répondante.

Bénévole, bénévolons, bénévoliez...

Je sais, ce n'est pas un verbe le mot « bénévole ». Mais quant à moi, c'est un verbe d'actions importantes qui rend notre secteur aussi dynamique et aussi intéressant. C'est pourquoi le Conseil sectoriel de l'AREQ Rivière-du-Nord a tenu à honorer ses 150 bénévoles le 14 avril dernier. Quatre-vingt-douze membres ont partagé un déjeuner au restaurant du Best Western. Ces rencontres donnent lieu à une ambiance festive et conviviale. Tous les bénévoles présents ont été cités et ont posé pour la postérité. Les photos paraîtront sur le site et seront disponibles pour celles et ceux qui en feront la demande à M^{me} Diane Sunderland, responsable des communications au secteur.

Le Conseil sectoriel de l'AREQ Rivière-du-Nord se fait un joyeux devoir d'inviter ses personnes bénévoles au moins une fois par année à ce déjeuner. C'est peu pour récompenser de si généreuses actions et on ne le dira jamais assez, sans nos bénévoles, le secteur n'existerait pas.

Pierrette Boudreau, présidente
450 432-5552
boudreaup@videotron.ca



Responsables des activités sociales

Absentes de la photo, les personnes qui ont aussi collaboré à l'organisation des nombreuses activités sociales :

Agathe Hamel : dîner de la Saint-Valentin

Carole Lauzon : déjeuners mensuels (Est)

Charlotte Delisle : jour du Souvenir

Gaston Roy : fête de l'accueil

Hélène Roussy : fête de l'accueil

Jeannine Hébert : dîner de la Saint-Valentin

Nicole Charbonneau : déjeuners mensuels (Est)

dîner de juin chez Pacini

Thérèse Latour Laurin : responsable des billets des activités

L'équipe de l'Odysée



L'équipe de préparation



16 de nos 29 facteurs



Comité Forum des hommes



Une partie de l'équipe des téléphonistes



Comité Condition des femmes



Chorale « Les voix de l'amitié » et chorale liturgique

Merci!
Merci!
Merci!
Merci!



Responsables des activités et services

Exposition en Arts visuels Métiers et Artisanat

Lors de l'exposition en Arts visuels et en Métiers et Artisanat d'art au Centre communautaire Notre-Dame à Saint-Jérôme, les 13-14 et 15 mai 2016, il y a eu **44** exposants en **Arts visuels** et **23** exposants en **Métiers et Artisanat d'art**. Plus de **320** visiteurs ont pu apprécier **61** tableaux, **20** photographies et **5** sculptures ainsi que **45** œuvres de Métiers et Artisanat d'art.

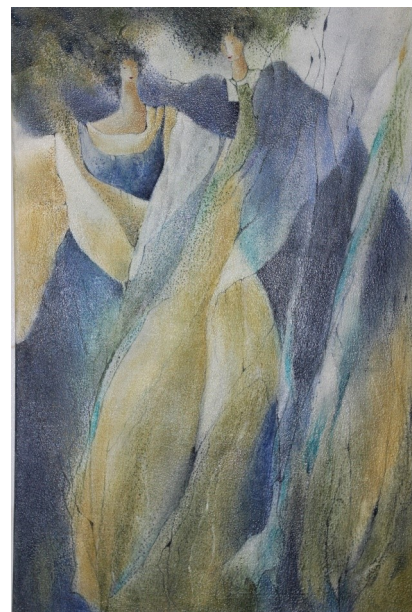
Cette année, un jury a accordé 4 prix (2 en tableaux, 1 en photographie, 1 en sculpture) et le public a donné 3 «Coups de cœur» : 2 pour l'ensemble des Arts visuels et 1 pour les Métiers et Artisanat d'art.



Fières et radieuses
Tableau de Louise Des Landes
Prix du jury de 50 \$



Émerveillement
Photographie d'Yvon Poirier
Prix du jury de 50 \$



Harmonie
Tableau de Denise Dufour
Prix du jury de 50 \$



Le nid
Sculpture de Donald Pelchat
Prix du jury de 50 \$



L'éveil de la Tamise
Photographie de Jacques Lajeunesse
Coup de cœur du public : prix de 50 \$



Mère et filles
Sculpture de Nicole Fouquette
Coup de cœur du public : 50 \$



Le jury a accordé une mention à Jean-Pierre Carrière (absent lors de la remise des prix) pour sa photographie

Parfum de lavande





Courtepointe
Gertrude St-Onge
Coup de cœur du public : prix de 50 \$



Le public a accordé trois mentions

Fières et radieuses de Louise Des Landes
La Méduse de Lise Riopel
Neige d'or bleuté de Francine Bouchard

Le 26 mai 2016, les 5 œuvres gagnantes (4 prix du jury et le «Coup de cœur» en Métiers et Artisanat d'art) participeront à l'exposition régionale des 9 secteurs à l'AGR (assemblée générale régionale).

Cinq prix de 100 \$ seront remis dans chaque discipline... Bonne chance à nos gagnants!



À l'occasion de cette 10^e exposition, le comité a rendu un hommage à monsieur Ronald Forbes pour la création du comité des Arts visuels à l'AREQ et pour son implication assidue pendant toutes ces années au sein des comités régionaux et surtout dans notre secteur.

Un album photo des différentes expositions lui a été remis en souvenir.

Mesdames Monique Carvalho, Jocelyne Charpentier, Monique Karvanagh et Marjolaine Lalonde se sont mérité chacune 25 \$ pour leur participation.



Pour les Art visuels
Claire Blais Corbeil, Nicole Fouquette, Francine Bouchard,
Colette Bonneville, Ronald Forbes et Gisèle Jetté
Pour Métiers et Artisanat
Louise Des Landes et Gertrude St-Onge

Merci aux exposants d'être là pour le plaisir et d'échanger avec les visiteurs.

Merci aux membres du Conseil sectoriel Rivière-du-Nord pour leur présence et leur implication lors de l'exposition (Pierrette Boudreau, Angèle Marineau, Claire Blais-Corbeil, Yvonne Montpetit-Labelle, Marcelle Lemay-Fournier, François Tanguay et Lise T. Cossette).

Merci aussi à André Chénard, Alain Monette et Yves Grand-Maison pour leur aide précieuse lors l'organisation matérielle de la salle, de l'accrochage, du décrochage et de leur réponse aux différentes demandes d'installation.

Merci aux membres du comité des Arts visuels pour votre implication.

Nicole Fouquette, pour le comité des Arts visuels.

«Salon des Arts» AREQ Laval-Laurentides-Lanaudière mercredi 19 OCTOBRE 2016

Lieu : *Hôtel Days Inn, (Le Mirage)*

1136, boul. Labelle à Blainville (Québec) J7C 3J4 tél : 450 430-8950

8 h 30 : Accueil

9 h à 12 h et de 13 h 15 à 15 h 30 : visite libre des exposants en fonction de vos centres d'intérêt : Tout au long de la journée, une vingtaine d'artistes et d'artisans vous expliqueront leur technique et répondront à vos questions. Notez que des chaises seront mises à votre disposition.

12 h à 13 h : Dîner

Atelier de 10 h à 11 h 30 : Démonstration de *Christian Lauzon*, photographe, qui vous expliquera comment apprivoiser les techniques de prises de vue de base et qui vous donnera des trucs et astuces pour aborder différents sujets à photographier.

Atelier de 13 h 15 à 14 h 45 : Démonstration d'*André Roger*, artiste peintre proclamé «peintre le plus rapide au monde». Il réalisera une toile devant vous en \pm 45 minutes, toile qui sera vendue à l'encan.

FRAIS D'INSCRIPTION : 10 \$ - Que vous veniez en *AM* ou en *PM* seulement **ou** toute la journée (*non-remboursable*)

DÎNER : Si vous désirez réserver une place pour dîner au **Days Inn**, ajoutez un montant de 23 \$ à votre inscription. Vous pouvez aussi choisir un restaurant dans les environs.

Pour vous inscrire, vous **complétez le formulaire** ci-dessous au plus tard le **1^{er} octobre 2016** et vous le postez à : NICOLE FOUQUETTE

adresse : 640, RUE MORIN, SAINT-JÉRÔME ,QC, J7Z 3Y6

tél : 450 436-486 ou courriel : niquette41@videotron.ca

⌘-----

FORMULAIRE D'INSCRIPTION POUR « LE SALON DES ARTS» DU MERCREDI 19 OCTOBRE 2016

Nom : _____ Prénom : _____ Secteur : _____

Téléphone : _____ Courriel : _____

Pour faciliter l'organisation de la journée, notez votre choix, s'il y a lieu :

- J'assisterai à la démonstration en AM de *Christian Lauzon* : Oui _____ Non _____
- J'assisterai à la démonstration en PM d'*André Roger* : Oui _____ Non _____

Frais d'inscription : 10 \$

Je dînerai à l'hôtel *Days Inn* : 23 \$ Oui _____ Non _____

Ci-joint un chèque *au montant* de 10 \$ ou de 33 \$, libellé à l'AREQ 10 C et daté du 1^{er} octobre 2016

Signature : _____ date : _____



Programmation Automne 2016

Formule «Auditeur libre»

Cours de jour – 50 ans et plus

ATELIERS • COURS • CONFÉRENCES

LA CRISE SYRIENNE (1^{RE} PARTIE)

Lundi, 12 septembre au 3 octobre AM 60 \$
Saint-Eustache, Maison du citoyen

PSYCHOLOGIE : VIEILLIR, UN PRIVILÈGE

Mardi, 18 octobre au 1^{er} novembre AM 45 \$
Saint-Eustache, Bibliothèque Guy-Bélisle
Mardi, 15 au 29 novembre AM 45 \$
Blainville, Centre 50+ Blainville

HISTOIRE DES ÉTATS-UNIS DE LA GUERRE DE

SÉCESSION JUSQU'À NOS JOURS

Mardi, 13 septembre au 1^{er} novembre AM 95 \$
Saint-Eustache, Maison du citoyen

ARCHITECTURE : AUDACE ET INNOVATION D'HIER À AUJOURD'HUI (1^{RE} PARTIE)

Mercredi, 14 septembre au 5 octobre AM 60 \$
Saint-Eustache, Bibliothèque Guy-Bélisle

LES AUTEURS RUSSES DU XIX^E SIÈCLE : SONT-ILS FOUS OU PHILOSOPHES?

Mercredi, 19 octobre au 9 novembre AM 60 \$
Saint-Eustache, Maison du citoyen

ATELIER D'ÉCRITURE : J'ÉCRIS MA VIE

Lundi, 12 septembre au 7 novembre 135 \$
Sainte-Thérèse, Bibliothèque municipale AM
Rosemère, Centre Communautaire PM

SECRETS ET MERVEILLES DE L'ART DE L'ESTAMPE

Mardi, 13 septembre au 1^{er} novembre PM 95 \$
Boisbriand, Maison du citoyen

DROITS DES USAGERS DU SYSTÈME DE SANTÉ : QUELLES EMBÛCHES, QUELS RECOURS ?

Mercredi, 12 au 26 octobre PM 45 \$
Boisbriand, Maison du citoyen

SCIENCES : LES ÉTOILES

Jeudi, 13 au 27 octobre PM 45 \$
Saint-Eustache, Bibliothèque Guy-Bélisle

HISTOIRE RELIGIEUSE DU QUÉBEC (1^{RE} PARTIE)

Jeudi, 22 septembre au 13 octobre AM 60 \$
Saint-Eustache, Maison du citoyen

IMPACTS DES NOUVELLES TECHNOLOGIES ET DES PIÈGES À ÉVITER

Jeudi, 27 octobre au 17 novembre AM 60 \$
Saint-Eustache, Maison du citoyen

QUELQUES CHEFS D'ŒUVRE DE LA MUSIQUE

Lundi, 12 septembre au 7 novembre PM 95 \$
Boisbriand, Maison du citoyen

LA QUÊTE HUMAINE : TISSAGE ET MÉTISSAGE

Mardi, 13 septembre au 4 octobre AM 60 \$
Saint-Eustache, Bibliothèque Guy-Bélisle

Les Varié-thé du mercredi

**Les voyages de Marco Polo – Les nouveaux
prédicateurs – La vie d'Ernesto Che Guevara**

Mercredi du 14 au 28 septembre, PM, 45 \$
Boisbriand, Maison du citoyen, (Thé servi à 13h)

Leurs vies...quelles vies !

FRANÇOIS 1^{ER} - HENRI IV - LOUIS XIII

Jeudi, 15 au 29 septembre PM 45 \$
Boisbriand, Maison du citoyen

Inscription en ligne disponible au : www.usherbrooke.ca/uta/crn

Aucun préalable
Aucun examen

Inscriptions : du 1^{er} au 31 août 2016

Pour informations :

Ginette Boyer : 450 473-2031
Ginette Montplaisir : 450 437-0100

Les institutrices rurales



Enseigner n'a jamais été tâche facile. Au début du XX^{ème} siècle, la vie d'une institutrice de campagne dans notre rude province était harassante. Laure Gaudreault exprime cette réalité en termes non équivoques, lourds de son propre vécu : « Non, ce n'était pas le bon vieux temps. On s'est arraché le cœur à le changer. »

Au terme de ses deux premières années d'enseignement, la jeune fille, répondant à une vocation, regagne Québec et entre comme novice chez les Ursulines. Sa santé l'oblige

toutefois à renoncer à cet état de vie, elle le déplore, déclarant modestement : « Il faut croire que je n'étais pas destinée à une vocation aussi haute. » Une autre forme d'action l'attend. Revenue dans Charlevoix, Laure Gaudreault enseigne tour à tour à Pointe-au-Pic, à Clermont et à Rivière-Mailloux, et ce, jusqu'en 1919.

Malgré la rudesse de son existence, Laure Gaudreault ne jure que par l'enseignement. C'est toute sa vie. Et c'est la mort dans l'âme que, une fois encore, elle devra quitter son poste pour cause de maladie. Puisque Laure Gaudreault ne peut plus enseigner, elle va écrire. Son but : être utile, participer à une prise de conscience collective et, surtout, faire que les institutrices rurales puissent avancer la tête haute. C'est en tant que journaliste au *Progrès du Saguenay*, quotidien déjà prisé à l'époque, qu'elle va tenter de semer la bonne parole.

Quand, en 1931, cette pédagogue née va enfin pouvoir retourner auprès de « ses enfants », elle exercera sa profession successivement à Chicoutimi, à Saint-Cœur-de Marie et à Clermont. Parallèlement, elle parvient à convaincre ses collègues, éparpillées dans les campagnes, qu'elle a besoin d'elles pour faire avancer leur cause commune. La tâche est ardue, car il y a bien des tabous à briser.



Le plus souvent, les institutrices rurales, très jeunes et isolées, souffraient en silence. Elles redoutaient de subir, au moindre signe de rébellion, le courroux de MM. les Commissaires, de MM. les Inspecteurs, de M. le Curé ou, pire encore, de Mgr l'Évêque. L'âme de l'école de rang était sans contredit l'institutrice. Les parents lui donnaient toute leur confiance, car, après le curé, le maire et les commissaires d'école, l'institutrice était la personne la plus respectée de la paroisse.

Mais Laure Gaudreault savait les défendre et s'élever contre les décisions odieuses prises en haut lieu, en faisant sienne la célèbre phrase de Montesquieu : « Une chose n'est pas juste parce qu'elle est dans la loi, mais elle doit être dans la loi parce qu'elle est juste ». Solidarité, justice, dignité, voilà son leitmotiv. L'instruction n'a pas de prix, dit-on. « Sans doute est-ce la raison pour laquelle on ne nous paie pas ? », rétorque celle qui n'a pas la langue dans sa poche.

À une époque dite de Grande Noirceur, Laure Gaudreault réussit le tour de force de regrouper en association les institutrices du Québec. Jusqu'à sa mort, en 1975, cette pionnière portera bien haut le flambeau de la cause pour laquelle elle se sera battue pendant plus d'un demi-siècle.

Le 2 novembre 1936, elle organise une rencontre d'enseignantes rurales. Une trentaine d'entre elles se rendent au couvent de La Malbaie. Le jour même, à l'issue d'intenses discussions, naît l'ACIR, L'Association Catholique des Institutrices Rurales. Mais pas d'association sans une « *petite caisse* » ; on se cotise et on réunit la somme de 6,25 \$...

Ainsi va naître la FCIR, la Fédération Catholique des Institutrices Rurales de la province de Québec, sous la présidence de Laure Gaudreault. Jusqu'alors enseignante active, Mlle Gaudreault va devenir, à la demande de ses collègues et avec leur aide, leur représentante officielle. Un salaire annuel de 450 \$ lui est assuré. On ne parlait guère alors de délégués syndicaux ou de conventions collectives, mais la semence était jetée, et la récolte suivrait.

C'est dans cet esprit que Laure Gaudreault va participer à la rédaction de *Notre petite feuille* qui, en 1941, deviendra *Notre feuille*, mensuel au service de la cause des enseignantes rurales. Ce bulletin va paraître durant neuf ans, puis céder sa place à **L'Enseignement**, pas si lointain ancêtre de **Nouvelles CSQ**, aujourd'hui tiré à plus de 100 000 exemplaires.

Active dans le syndicat des enseignantes jusqu'en 1965, Laure Gaudreault a de plus contribué à la fondation de **L'AREQ**, l'Association des retraitées et retraités de l'enseignement du Québec, un regroupement « d'envergure et d'avenir ». En 2003, *Quoi de neuf ?* atteint les 40 000 exemplaires. Pour votre information, créé en 1977, le magazine *Quoi de neuf ?* est tiré à plus de 58 000 exemplaires en 2016 et envoyé à toutes les personnes membres de l'AREQ à leur domicile, à raison de quatre numéros par an. L'information touche principalement la vie de l'AREQ et les sujets qui répondent aux besoins et aux intérêts exprimés par ses membres.

Lorsque, en novembre 1966, à l'occasion de ses 60 ans de vie professionnelle, cette pionnière définissait la jeunesse, savait-elle que ses paroles la définissaient elle-même et contribueraient à garder vive sa mémoire ?

« La jeunesse n'est pas une époque dans la vie, c'est un état d'esprit, c'est une volonté bien campée, une imagination vive et des sentiments ardents, plus d'audace que d'appréhension, un plus grand besoin d'aventure que de bien-être. »

par Denyse Plouffe et Marcellé L. Fournier



Sources : Par Bettey Achard dans la revue *Madame*, sept 2003 – Mme Laure Gaudreault, pionnière du syndicalisme enseignant au Québec

Hommage à un parrain

La fondation FLG offre ses plus sincères condoléances à la famille de M. Yvon Charbonneau et lui exprime toute sa reconnaissance pour sa contribution à l'avancement de la FLG. M. Charbonneau avait accepté avec empressement de devenir parrain du 25^e de la fondation. En plus de faire un don personnel, il a recruté des amis pour se joindre à cet événement. Il avait également choisi de verser les éventuels droits d'auteur de ses mémoires en cours à deux fondations, dont la FLG.

Plusieurs se souviendront de M. Charbonneau et de son parcours syndical important depuis 1970, lorsqu'il a été élu président de la corporation des enseignants du Québec qui est devenue la Centrale des syndicats du Québec CSQ. Son passage a été marqué par l'important conflit de travail qui a secoué le Québec au début des années 1970.

On retiendra donc son engagement inspiré par des valeurs de démocratie et de changement social ancré dans les réalités du travail, de l'éducation et des services publics.

Une partie de cet article est paru dans le site de La fondation Laure-Gaudreault.

Environnement et développement durable

En tant que responsable sectorielle en environnement, j'ai été invitée à participer à une journée de formation à Québec le 11 novembre dernier et le sujet le plus important à l'ordre du jour a été *La surconsommation de plastique*.

On nous a présenté les débuts de sa fabrication et on a fait le tour de ses nombreuses utilisations : ameublement, articles ménagers, emballage, industrie, jouets, sports, loisirs, médecine, pharmacie, hygiène, publicité, transport, travaux public et j'en passe beaucoup.

Au Québec, bon an mal an, on consomme plus d'un milliard de sacs de plastique à usage unique et autant de bouteilles. Pour un usage de quelques minutes, le plastique prend énormément de temps à se dégrader : 400 ans, peut-être 1000 ans et même jamais selon le type... Ça fait réfléchir.



Pour terminer cette formation, madame Évelyne Daigle, biologiste au biodôme de Montréal, a offert une conférence à propos de la surconsommation de plastique et de ses impacts...

Elle y a énoncé des constats troublants : des millions de tonnes de déchets de plastique flottent et se désagrègent dans les mers du monde. Ils tuent des millions d'êtres vivants et contaminent les grands cours d'eau, dont le fleuve Saint-Laurent.

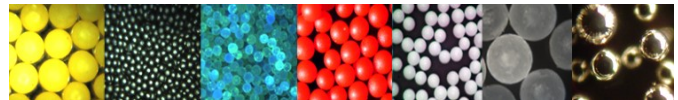
N.B. Je vous invite à visionner un des vidéos qu'elle nous a présenté à propos du fleuve Saint-Laurent : <http://zonevideo.telequebec.tv/media/21214/le-saint-laurent-contamine-par-des-tonnes-de-microbilles-de-plastique/le-code-chastenay>

Les microbilles et microplastiques de moins de 0,1 mm de diamètre, utilisés dans les produits cosmétiques les plus courants – dentifrice, déodorant, « eye-liner », masque de gommage... constituent une menace pour les océans et votre santé. Vous pouvez toutefois les éviter, certaines marques se sont engagées à les éliminer de leurs produits en 2015.

En savoir plus sur <http://www.consoglobe.com/cosmetiques-micro-plastiques-occeans-cg#3Jd6FmtLYE0Lzz7J.99>

Les microplastiques finissent dans les océans... et commencent dans nos cosmétiques et produits ménagers

Les microbilles de plastique sont, plus exactement, de petites **billes de polyéthylène**. On les trouve essentiellement dans les produits suivants, pour leur donner, prétendument, douceur, fluidité, ou effet gommant.



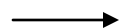
Visitez le site de la société Cospheric (cospheric.com), qui en fabrique une large gamme, et vous constaterez l'omniprésence de ces produits :

- La plupart de ces microbilles de plastique sont en réalité issues de **crèmes pour les mains**, parmi les fameux nettoyants hydroalcooliques, de nettoyants pour le visage, et autres **gommages**. Un flacon de 200 ml de cosmétique peut contenir jusqu'à 21 grammes de micro-plastique !
- Dans les **dentifrices**, les microbilles sont prétendues aider à enlever les taches sur les dents.
- Dans les **crèmes anti-rides**, les billes peuvent être colorées et couvrir la peau.
- Vous en trouvez également dans les **produits ménagers**, dont elles peuvent constituer jusqu'à 10 % du volume.
- Les **panneaux réfléchissants** et, bientôt, le **papier électronique**.
- Dans les **peintures**, les **adhésifs**, certaines **encres**.

Source : consoGlobe ... Ma planète



Lise T. Cossette, responsable
au secteur Rivière-du-Nord



VÉLO ÉLECTRIQUE... COMMENT ÇA MARCHE ?

Moi, j'aime le V@E (vélo @ssisté par l'énergie Solaire)



Le V@E encourage les personnes âgées, retraitées et même les Centenaires.

75 minutes d'activité physique par jour, avec mon V@E, (facilement prises sur les 3 heures 30 de télévision quotidiennes) sont un médicament préventif et curatif universel.

C'est un vélo électrique équipé d'un moteur de 180 à 250 Watts et d'une batterie de 24 ou 36 Volts.

Le V@E (Vélo Électrique Assisté à l'énergie Solaire) nargue pentes et kilomètres. Assisté par l'énergie électrique, il vient au secours des dits obstacles de la bicyclette : c'est le relais idéal quand les distances sont grandes ou quand les dénivelés effrayent. Même si certains obstacles sont subjectifs – gravir une pente à vélo ne relève pas forcément de l'exploit sportif – ces représentations liées au vélo classique dissuadent plus d'une personne.

Le V@E intervient alors comme un renfort. Habilement, il lève la peur liée à l'effort. Il devient le véhicule transitoire entre la voiture et le vélo classique, le véhicule complémentaire ou le véhicule à part entière du trajet pendulaire.

Prise de conscience du citoyen : éviter les (GES) émissions de gaz à effet de serre liées aux trajets en voiture individuels.

Un moyen simple et facile pour diminuer la pollution (y compris sonore) dans les zones urbaines.

Faciliter l'usage des V@E

⇒ Prévoir « **une station** (abri) pour une flotte de 15 V@E ».

Un **aménagement cyclable** : type d'aménagement d'itinéraire destiné exclusivement au cycliste, destiné à sécuriser des pratiques comme le cyclisme urbain, le cyclisme sur la route et le **cyclotourisme** sur le parc linéaire *Le p'tit train du nord*.

Exemple : Faire le tracé d'une piste cyclable de : rue Filion, rue Ouellette, parc Labelle..... Saint-Janvier, Saint-Augustin, Sainte-Monique, Saint-Canut.....

Encourager nos personnes retraitées (ainées et centenaires) à pratiquer le V@E au parc linéaire *Le p'tit train du nord*.

Saïd Loukil, membre de l'AREQ
www.saidloukil.org/416737963



EFFECTIFS au 1^{er} mai 2016

Le secteur comptait **1 162** membres réguliers de l'AREQ.

La région 10 **Laval-Laurentides-Lanaudière** comptait **8 611** membres, répartis dans neuf secteurs.

L'Association comptait **57 492** membres.



Votre épicerie en ligne!

C'est une Coopérative d'alimentation qui gère un marché virtuel sur Internet. Elle assure la liaison entre les membres producteurs et les membres consommateurs de la grande région des Laurentides.



Venez découvrir la nouvelle façon de profiter des produits alimentaires de qualité offerts par des producteurs locaux.

Nous vous invitons à devenir membre de la coopérative d'alimentation en ligne à Saint-Jérôme afin de vous procurer votre épicerie de produits écoresponsables en un seul endroit tout près de chez vous! Visitez notre site Web www.msrdn.com pour vous y inscrire et consulter la liste de tous les produits disponibles.

*** Profitez en ce moment d'un rabais de 10 \$ sur la cotisation annuelle! ***



Que vous soyez solidaire à la cause de l'achat de produits locaux ou que vous désiriez manger santé à Saint-Jérôme, n'hésitez pas à venir nous rencontrer au 345, rue du Palais (à côté du CÉGEP).

La boutique Éco-locale de la Coop d'alimentation Rivière-du-Nord est ouverte du mardi au vendredi, de 10 h à 16 h.

En plus d'une saine alimentation, un geste pour l'environnement, l'économie locale et votre santé!

Ce marché d'alimentation en ligne favorise un accès direct à des produits locaux. On y offre des produits frais et des produits transformés de qualité provenant prioritairement des agriculteurs et des transformateurs de la région des Laurentides. La formule du marché en ligne combine la souplesse du commerce électronique et la convivialité de l'achat de proximité.

Lise T. Cossette, responsable du comité

en collaboration avec *François Tanguay*, secrétaire du Conseil sectoriel

Construction de 65 logements sociaux à Saint-Jérôme

La Coopérative d'habitation intergénérationnelle *Cité les Trois R* a reçu récemment l'accord de la Société d'habitation du Québec (SHQ) pour réaliser un projet de 65 logements au coût de 13 millions \$.

La Ville a aussitôt confirmé l'appui financier promis en 2011 lors du lancement initial de ce projet. À cet effet, la Ville fait don d'un terrain de 11 675 m² d'une valeur de 750 000 \$. Le projet sera situé au 850, avenue Bourg.

L'OBNL La Cité les Trois R construira des logements pour les *familles* et les *personnes seules*, les *personnes âgées ou en perte d'autonomie*, et des *personnes ayant besoin d'un encadrement minimal* pour une saine réinsertion sociale. Une stratégie de cohabitation a été établie pour ces clientèles différentes.

Source : [Ville de Saint-Jérôme](http://ville.saint-jerome.qc.ca)

Pour plus d'informations, on peut aller sur le site *Cité les 3R 2016*

Invitation pour la fête de l'Accueil

Vous aimeriez rencontrer des personnes avec lesquelles vous avez travaillé? C'est facile!

À chaque année, le Conseil sectoriel de l'AREQ Rivière-du-Nord invite ses membres à accueillir les *nouveaux retraités et retraitées* de la Commission scolaire. Si vous connaissez quelqu'un parmi les personnes de la liste suivante, n'hésitez pas à l'inviter à votre table pour la fête du **6 octobre 2016**.

Soyez au rendez-vous

Angèle Marineau

Allaire Louise	(2) CA 2	Laferrière Johanne	(2) CA 2
Archambault Chantal	(1) Horizon-Soleil	Lapointe Carole	(2) Champ Fleuri
Bertrand Lucie	(2) Saint-Julien	Laporte Suzanne	(2) CFTR
Birtz Francine Marie	(1) des Hauts-Sommets	Larocque Hamel Chantal	(2) Horizon Soleil
Brossoit Claire	(1) ÉPSJ	Lebel Hermel	(3) Conseiller pédagogique
Brouillette Sylvie	(1) Dubois	Leduc Marc	(1) Saint-Stanislas
Chalut Nicole	(2) École Prévost	Legault Danièle	(1) École Marchand
Charbonneau Danièle	(2) Joli-Bois	Lepage Monique	(1) de la Source
Charbonneau Michel	(1) CFTR	Leveret Bruno	(1) Frenette
Clément Ginette	(2) des Hauteurs	Martin André	(1) Grand-Héron
Clément-Grenier Ghislaine	(2) École Prévost	Martin Line	(2) Orée des Bois
De Varennes Michel	(1) CFTR	Mc Gee Elaine	(1) Marchand
Desjardins Danièle	(2) Aux Quatre-Vents	Monette Lise	(2) Saint-Jean-Baptiste
Dubé Damien	(1) CEP	Nantel Martine	(1) Jean-Moreau
Dubé Gaétane	(2) Val-des-Monts	Paquette Suzanne	(1) Le Parallèle
Dumais Andrée	(2) Croisée des Champs	Paquin Danielle	(1) Marchand
Dupuis Danièle	(2) ÉPSJ	Phaneuf Diane	(2) Services Éducatifs
Faircloth Ann	(1) Sacré-Cœur	Piché-Gratton Johanne	(2) Joli-Bois
Gagnon Manon	(1) CEP	Plouffe Ginette	(2) CA 2 (2)
Gaudreau Suzanne	(2) des Hauteurs	Poirier Denise	(2) Mariboisé
Gingras Louise	(2) CA RH	Poirier Pauline	(1) Hauts-Sommets
Gonthier René	(1) CFTR	Rodrigue Marguerite	(2) ÉPSJ
Grégoire Mario	(1) CFTR	St-Denis Marc	(1) Saint-Philippe
Guérin Benoit	(1) ÉPSJ	Tassé Linda	(2) Marchand (2)
Jollette Jacinthe	(2) CFTR	Trudel Lise	(2) Saint-Jean-Baptiste
Kittel Hélène	(1) Le Parallèle		

⇒ **SERN** Syndicat de l'enseignement de la Rivière-du-Nord **(1)**

⇒ **SPSERN** Syndicat du personnel de soutien technique et administratif de la Rivière-du-Nord **(2)**

⇒ **SPPELL** Syndicat des professionnelles et professionnels de l'éducation Laurentides-Lanaudière **(3)**

Voyages 2016



Marie-Claire Bigras
au 819 242-3992

PROCÉDURE D'INSCRIPTION :

De même que les saisons précédentes, les inscriptions aux différentes sorties ainsi que les paiements se feront auprès de l'agence qui les offre, **TOURCLUB** au **1 888 758-9052**.

Les membres de l'équipe sont toujours à votre disposition pour fournir de l'information et répondre à vos questions.



Jeannine Clément
au 450 436-3440

AVIS : la brochure de TOURCLUB que vous recevrez soit par la poste, soit par les membres de l'équipe, demeure une brochure publicitaire, ce qui implique que tout ce qui y est annoncé ne fait pas nécessairement partie de la programmation de l'équipe des voyages.

Notre programmation se limite à ce qui est annoncé dans l'Odysée.

PROGRAMMATION 2016

Mercredi 29 juin 2016 : Mary Poppins (259 \$ - incluant un repas)

Comédie musicale au théâtre Saint-Denis, avec Joëlle Lanctôt, René Simard, Jean-François Poulin. Mise en scène, traduction et adaptation de SERGE POSTIGO

*** CHANGEMENT AU PROGRAMME (que nous avons annoncé en janvier)

Jeudi 7 juillet 2016 : Le cirque du soleil, au Vieux Port de Montréal (189 \$ - incluant un repas)

Découvrez **LUZIA** et laissez-vous porter, comme dans un rêve éveillé, au cœur d'un Mexique imaginaire. Plongez dans un monde de lumière où la pluie danse et vous cajole – un lieu où tous vos sens sont en éveil.

Mercredi 24 août 2016 : Voyage surprise (159 \$ - incluant un repas)

Marie-Claire Bigras, pour le Comité Voyages

RABAIS AU RESTO-PUB LE CERBÈRE



Dans le but de développer une relation à long terme, *le Cerbere Resto-Pub* - anciennement connu sous le nom du *Grand Café* - est fier d'offrir aux membres de l'AREQ un rabais de 15 % sur leur addition individuelle sur présentation de leur carte de membre pendant toute la période estivale 2016 (1^{er} juin au 1^{er} septembre). Au menu, une nourriture de style « Pub » où se côtoient, entre autres, nos incontournables longes de kangourou, le tartare de canard, les saucisses de lapin, le burger de veau, et bien plus!

Plus d'information sur le site internet : www.lecerbere.com. Tél : 450 431-3333.

Georges-Etienne Gagnon
Propriétaire au Cerbere Resto-Pub

Note : L'AREQ peut accepter certaines offres de réduction comme celle-ci. On en retrouve sur le site de l'AREQ nationale et la personne qui annonce le fait gratuitement et nous ne recevons aucun profit de cette annonce.

Les Grands Explorateurs

Voici les prochaines représentations :

Hors-séries : 16 novembre : Rome

Avec *Philippe Sorel*

Difficile de trouver un endroit qui incarne avec autant d'éloquence l'expression « musée à ciel ouvert ». Rome ne fait qu'un avec ses quelque 28 siècles d'histoire. Palais, amphithéâtres, églises ou simples ruelles : qu'importe où le regard se pose, on ne peut qu'être happé par l'ampleur de cet héritage. Découpé en sept plans-séquences, ce film se vit comme une véritable semaine passée à explorer le patrimoine naturel et artistique de la ville. À chaque nouvelle journée, de l'aube au crépuscule, vous vous imprégnez d'une couleur différente parmi celles qui constituent la réjouissante palette de l'art de vivre à la romaine.



7 décembre : Les Pyrénées

Avec *Jean-Luc Diquélou*

Fascinante barrière naturelle surgissant entre la France et l'Espagne, les montagnes des Pyrénées forment une dentelle de falaises escarpées, truffées de charmants villages, de sentiers de bergers et d'espaces naturels à couper le souffle. Suivez l'excitant parcours du GRIO, ce sentier de grande randonnée qui traverse la chaîne de montagnes sur plus de 900 km. Sur votre route, vous croiserez les

femmes et les hommes qui, avec leurs traditions affirmées et leur multiculturalisme vigoureux, font des Pyrénées bien plus qu'un paradis naturel.

7 mars : Californie avec *Eric Courtade*

Avec son bagage culturel iconique, de San Francisco, au charme résolument européen, à l'ensorcelante Los Angeles, sans oublier l'incontournable route 66, vous serez entraîné aux sources mêmes du mythe californien. Puis, ce sera au tour des beautés majestueuses des déserts de la vallée de la Mort, des forêts du Sequoia National Park, de l'incomparable vallée glacière de Yosemite et de l'impétueuse Côte Pacifique de vous en faire voir de toutes les couleurs.



Les représentations auront lieu les mercredis à 19 h 30.



Pour assister à l'une ou l'autre des représentations sans abonnement au prix de 19,25 \$, présentez-vous 30 minutes à l'avance à la Salle Marie-France-Danis de la Polyvalente Saint-Jérôme.

Pour informations : Jeannedarc Bélanger au 450 560-9678

ou par courriel : beljdarc@gmail.com

Bonnes représentations!
Jeannedarc Bélanger

In Memoriam



- 7 déc. *Aline Raymond*, membre de l'AREQ
- 24 déc. *René Richer*, membre de l'AREQ
- 31 déc. *Colette Charbonneau*, membre de l'AREQ
- 7 janv. *Georgette Plessis-Bélair*, mère d'*Alain Plessis-Bélair*, sœur de *Marie-Marthe Lessard*, et belle-sœur de *Fernand Labelle*
- 15 janv. *Marguerite Dion*, mère de *France Mathieu*
- 18 janv. *Roland Jetté*, frère d'*Esthel Jetté* et beau-frère de *Justin Bussières*
- 24 janv. *Jean-Paul Marchand*, frère de *Thérèse Marchand Poirier*
- 27 janv. *Aline Durocher*, membre pionnière de l'AREQ
- 2 fév. *Marcel Notz*, beau-frère de *Pierrette Boudreau* et *François Tanguay*
- 7 fév. *Marie Thériault*, belle-sœur de *Claire Forest-Ostigny*
- 9 fév. *Anthony Carra*, père de *Louise Carra* et beau-père de *Claude Vadeboncoeur*
- 10 fév. *Jacques Lacasse*, beau-frère de *Robert Lefebvre*
- 14 fév. *Gisèle Kingsbury Legault*, sœur de *Cécile Pharand*
- 18 fév. *Rosaire Carrier*, beau-frère de *Marie-Claire Carrier*
- 26 fév. *Fernande Lapierre*, épouse de *Raymond Courtemanche*
- 6 mars *Patrick Soultan*, fils de *Ginette Gougeon*
- 16 mars *Guy Pelletier*, frère de *Janine Pelletier*
- 12 avril *Marielle Venne*, membre
- 15 avril *Lucienne Laurin-Racicot*, membre
- 15 avril *Richard Schwerzmann*, époux de *Kristin Kuendig Schwerzmann*
- 16 avril *Yves Bégin*, enseignant retraité de la Polyvalente Lavigne
- 24 avril *Léon Jetté*, frère d'*Esthel Jetté* et beau-frère de *Justin Bussières*
- 1^{er} mai *Claire Lamarche*, membre, belle-sœur d'*Agathe Hamel* et tante de *Diane Lamarche*
- 3 mai *Bernard Laflamme*, membre de l'AREQ
- 4 mai *Laurence Ouellette Légaré*, mère de *Monique Le Blanc-Légaré*
- 5 mai *Cécile Beaudoin Laurin*, mère de *Rachel Laurin Campeau*
- 6 mai *Rita Bougie Jolette*, membre de l'AREQ, mère de *Chantale* et de *Jacinthe Jolette*
- 7 mai *Sylvio Desjardins*, beau-frère de *Maurice Raymond* et frère de *Murielle Desjardins*

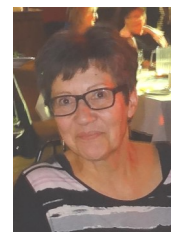


*Nos plus sincères condoléances à ces membres
et amis de l'AREQ, ainsi qu'à leurs familles*



Pierrette Perron (est)
450 436-1976
perronpier@gmail.com

Sylvie Tousignant (ouest)
450 562-8092
sylvtousi@hotmail.com



ACTIVITÉS

Sous la responsabilité de l'AREQ, secteur Rivière-du-Nord

Chorale :



Les activités reprendront en septembre 2016, les mardis, de 10 h à 12 h.

*** *Nous souhaitons accueillir plusieurs nouveaux membres.*

Les pratiques ont lieu à toutes les deux semaines.

Lieu : *Villa Mont-Joie*, située au 241, rue Élisabeth, à Lachute

Directeur : Jean-Claude Villeneuve

Accompagnatrice : Denise Chamaillard

Responsable : Esthel Morrissette 450 562-1213

Aquaforme :



La session d'automne aura lieu du 5 septembre au 16 décembre 2016.

Les lundis, à 13 h, les mercredis à 11 h et les vendredis, à 13 h et à 14 h 15.

Lieu : Au centre aquatique *Le Funambule* (stationnement inclus)

220, rue St-Marc, Saint-Jérôme (à côté de l'hôpital)

Coût : pour 15 semaines (à venir... en attente du contrat de location)

Faire un **chèque** au nom de *AREQ Rivière-du-Nord* et le remettre aux responsables à votre **premier cours**.

Préinscription : du 15 au 26 août. Par après, ce sera par ordre d'inscription indépendamment du statut de membre régulier ou ami.

Responsable : Claire Gareau Gauvin 450 436-5534
ou René Gauvin ou gauvin.gareau@videotron.ca

Vitalité 55 :

La session d'automne aura lieu du 13 septembre au 8 décembre 2016.

Les mardis et jeudis, de 9 h 30 à 10 h 15.

et

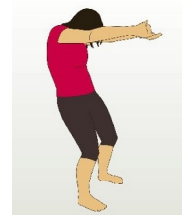
Accent souplesse : Les mardis et jeudis, de 10 h 15 à 11 h.

Lieu : *Centre Énergie-Cardio*, situé au 1055, rue Jean-Baptiste-Rolland Ouest, à Saint-Jérôme.

Coût : 60 \$ pour chaque session de 13 cours.

Inscription : les mardi 13 et jeudi 15 septembre, sur place, auprès de Carole Beauséjour, professeure.

Responsable : Lise T. Cossette 450 436-8751
ou gacossette@videotron.ca



Danse en ligne :



La session d'automne aura lieu du 20 septembre au 22 novembre 2016.

Les mardis, de 9 h 30 à 11 h.

Lieu : *Centre Notre-Dame*, au 655, rue Filion, à Saint-Jérôme.

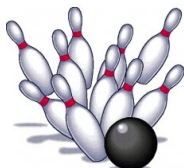
Coût : 55 \$ pour 10 cours

Inscription : sur place, le 20 septembre 2016, à partir de 9 h.

Professeure : Michelle Beaucage

Responsable : Monique St-Arnaud 450 438-2972

Quilles (est) :



Les activités régulières reprendront le 12 septembre 2016, de 12 h à 15 h.

*** *Nous souhaitons accueillir plusieurs nouveaux membres.*

Lieu : *Centre de quilles Lafontaine*


Inscription : avant le 25 août 2016

Responsables : Gérard Lavoie 450 436-6362
Maurice Roy 450 592-3223
Diane Forget (responsable des finances)

Cours de peinture : Peindre par plaisir

Professeur : Marcel Germain 450 438-7141



Retourner à: L'Odyssée AREQ 10C 162, Place Gatine Saint-Jérôme Québec J7Y 5K3	Expédier à:	POSTES CANADA 
		CANADA POST
		Port payé Postage Paid Poste Publications Publication Mail 40035540

Agenda

Responsables des réservations

Ouest : Claire Blais Corbeil 450 562-3862
Denyse Lapierre 450 562-8073

Est : Thérèse Latour 450 438-5159
Agathe Hamel 450 438-7095

Politique de réservation ou d'annulation : page 11

Déjeuners mensuels

Ouest : 1^{er} mercredi du mois, à 9 h
Lieu : La chaîne vous avisera.

Réservation auprès de Denyse Lapierre
Esthel Morrissette

Est : 2^e mercredi du mois, à 9 h
Lieu : Restaurant *Mikes*
340, boul. des Laurentides
Saint-Jérôme

Réservation jusqu'au mardi précédent, auprès de
Nicole Charbonneau au 450 436-9020 ou
par courriel : charbonneunicole@videotron.ca

Dîner de juin (Est)

Date : Le mercredi 8 juin 2016 à 11 h 30
Lieu : Restaurant Pacini (terrasse si possible)
5, rue De Martigny Est, Saint-Jérôme

Réservation jusqu'au **7 juin, avant midi**, auprès de
Nicole Charbonneau au 450 436-9020 ou
par courriel : charbonneunicole@videotron.ca

*** Chaque personne assume les frais de son repas.

Dîner de juin (Ouest)

Vous recevrez de plus amples informations par
votre chaîne électronique ou téléphonique.

Déjeuner de la non-rentree

Date : Le jeudi 25 août 2016
Accueil : 8 h 45
Déjeuner : 9 h 30
Lieu : Au Best Western
Coût : 15 \$ (taxes et service inclus)

Réservation entre le 12 août et le 19 août 2016,
Pour l'est
auprès de Thérèse Latour Laurin au 450 438-5159
ou par courriel : telaurin@hotmail.com
ou auprès d'Agathe Hamel au 450 438-7095

Pour l'ouest
auprès de Claire Blais Corbeil au 450 562-3862
ou par courriel : clairebcorbeil@gmail.com

**Important de donner votre choix de menu lorsque
vous réserverez** (voir page 4)

Annulation avant le 19 août 2016.

Fête de l'accueil

Date : Le jeudi 6 octobre 2016

Veillez inscrire la date à votre agenda.

Il y aura une prévente des billets au déjeuner de la
non-rentree du 25 août 2016. Ensuite, il y aura une
vente de billets jusqu'au 28 septembre 2016.

*** Vous recevrez de plus amples informations
dans le prochain bulletin *l'Odyssée* et par votre
chaîne électronique ou téléphonique.

Si vous connaissez une ou plusieurs personnes qui
prendront leur retraite cette année, nous vous sug-
gérons d'organiser une table pour la fête et de com-
muniquez avec elles pour les inviter. L'arrivée dans
notre groupe sera ainsi plus facile pour chacune et
chacun. La liste des nouveaux retraités et retraitées
(en date du 20 mai) est publiée à la page 27.

Vous recevrez de plus amples informations dans le
bulletin *l'Odyssée* de septembre 2016.