

MOT DE LA PRÉSIDENTE



C'est la dernière année du triennat donc, la troisième année après le congrès de 2014. Troisième année du plan d'action. Troisième année de la présidence qui peut ou non continuer son mandat... Je ne veux pas me lamenter, mais

c'est de l'ouvrage... surtout la trésorerie régionale... Mais quand je revois nos membres en août et durant l'année, cela me réconforte. C'est ma récompense de vous revoir, tous et toutes, aux fêtes et activités. Finies mes lamentations sur la tâche présidentielle et commençons cette dernière année du triennat avec le cœur léger et avec un ordinateur qui s'échauffe.

Voyons voir ce qui nous attend. Il faut bien feuilleter ce bulletin pour les cours et différentes activités, sans parler des conférences régionales sur les assurances (1^{er} novembre) et la très médiatisée exposition des arts le 19 octobre : un «must» selon le comité sectoriel des arts visuels. Et avec raison!

Pour le congrès national fin mai 2017, les 12 personnes déléguées ont été élues à l'AGS en mai dernier. *Si vous désirez faire une proposition pour le congrès, vous l'écrivez et vous la donnez à la présidente ou à un membre du Conseil sectoriel avant le 19 décembre 2016.* Le Conseil sectoriel évaluera la proposition et, le cas échéant, la transmettra au Conseil régional pour le congrès. Vous présentez une seule proposition par page.

En relisant « mon mot » de septembre 2015, je palabrais sur la météo pluvieuse de l'été 2015, blablabla. Cette année, j'ai vu des teints plutôt halés au déjeuner de la non-rentree. Les pelouses ont beau sécher, nous, on reste verts de vitalité et non de peur de vieillir. Parlant de non-rentree, nous avons

62 membres présents dont 12 nouvelles personnes retraitées. Je me dis que la relève s'en vient bien. N'est-ce pas les nouveaux et nouvelles? On vous attend à la soirée de l'Accueil qui aura lieu le 6 octobre prochain au *Centre Lafontaine*.

Consultez notre agenda sectoriel et régional. Restez en santé et soyez heureux. Au plaisir de vous rencontrer et de radoter ensemble.

Pierrette Boudreau, présidente

Dans ce numéro :

Mot de la présidente régionale	2
Rapport du Conseil sectoriel	3
Rapports des 8 comités sectoriels	4 à 11
Rapport financier 2015-2016	12
Activités 2016-2017	13
Politiques du secteur et adresses utiles	14 à 16
Rencontre d'information des assurances	17
Responsables : cours, activités et services	18-19
Salon des Arts régional	20
Journée internationale des hommes	21
Conférences	22-23
Jeu Questionnaire : Laure Gaudreault	24
Grands explorateurs	25
In Memoriam	26
Activités et agenda	27-28

MOT DE LA PRÉSIDENTE RÉGIONALE



La deuxième année du triennat 2014-2017 est déjà terminée. À notre Assemblée générale régionale (AGR) tenue le 26 mai dernier, il y avait 120 membres présents. Monsieur Pierre-Paul Côté, président national, nous a fait l'honneur de sa présence. En matinée, les responsables des différents comités, ainsi que moi-même pour les membres du Conseil régional (CR) composé de vos présidentes et présidents de Conseil sectoriel, avons présenté nos rapports d'activités. L'AGR s'est terminée par la remise de six prix de 100 \$ pour les coups de cœur des œuvres de nos artistes.

Les gagnantes et gagnants sont pour la photographie, Jean-Robert Lapierre, secteur des Affluents, la sculpture, Jacques Labadie, Deux-Rivières de Laval, les aquarelles, Pierrette Ouellette, Chomedey-Laval, Aline Labrie, Laval Nord, Monique Desjardins, Seigneurie-des-Mille-Îles et pour les métiers et artisanat d'art, une courtepointe, Gertrude St-Onge, secteur Rivière-du-Nord. En après-midi, l'historien Marcel Tessier nous a parlé du curé Labelle. La journée s'est terminée avec un tirage de douze prix de présence. Vous trouverez tous les documents de l'AGR sur notre site WEB : regionlaurentie.areq.ca

La troisième année du triennat est une année chargée qui se terminera en juin 2017 par le Congrès à Lévis. Lors de vos assemblées générales sectorielles (AGS), vous avez élu vos délégués. Vos représentantes et représentants seront invités à participer à des rencontres préparatoires au Congrès afin de prendre les décisions pertinentes pour le prochain triennat.

Avec les membres du Conseil régional, c'est-à-dire vos présidentes et présidents, nous avons planifié le budget des différents comités pour l'année 2016-2017. Les responsables de ces comités prépareront leur plan d'action le 28 septembre et viendront le présenter au Conseil régional le 11 octobre prochain. Je peux déjà vous annoncer deux dates importantes à inscrire à votre agenda:

-19 octobre : exposition régionale des arts visuels, métiers et artisanat d'art

-1^{er} novembre : rencontre régionale d'information du comité des assurances.

Vous trouverez toute l'information nécessaire dans vos bulletins sectoriels, sur notre site WEB ou par l'intermédiaire de votre responsable des communications, votre présidente ou votre président.

Le 14 juillet dernier, au nom de tous les membres de l'AREQ de la région, j'ai assisté aux funérailles de Louise Charlebois. Membre du secteur Seigneurie-des-Mille-Îles, Louise a été présidente régionale et par la suite elle a siégé comme vice-présidente au conseil exécutif, niveau national. Nos pensées sont avec les membres de sa famille. Nous avons aussi fait un don à la Fondation Laure-Gaudreault.

Au plaisir de vous rencontrer à nos belles activités,

Mireille Ménard, présidente régionale

L'ÉQUIPE DU JOURNAL

Acheminement

Responsable : Jean-Marie Cyr (450 432-6084)

Équipe de préparation : 23 personnes

Distribution : 28 facteurs

Tirage : 900 copies (Merci à Katy Locas, service à la clientèle chez Imagerie Denis

Rédaction

Rédaction : Conseil sectoriel

Responsables des comités et des activités

Correction et révision : Diane Sunderland

Gaston Roy

Infographie et mise en page : Diane Sunderland

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

RAPPORT DU CONSEIL SECTORIEL DE L'AREQ RIVIÈRE-DU-NORD

POUR L'ANNÉE 2015-2016

Les membres de votre Conseil sectoriel 2015-2016

- *Pierrette Boudreau*, présidente
- *Angèle Marineau*, 1^{re} vice-présidente, élue 1^{re} conseillère pour 2016-2017
- *Claire Blais-Corbeil*, 2^e vice-présidente
- *François Tanguay*, secrétaire
- *Lise Tousignant-Cossette*, trésorière
- *Marcelle Lemay-Fourier*, 1^{re} conseillère, élue 1^{re} vice-présidente pour 2016-2017
- *Yvonne Montpetit-Labelle*, 2^e conseillère



Avant : François Tanguay et Marcelle Lemay-Fournier,
Arrière : Yvonne Montpetit-Labelle, Pierrette Boudreau,
Angèle Marineau, Claire Blais-Corbeil et Lise Tousignant-Cossette

Le rôle de votre Conseil sectoriel.

En plus des tâches spécifiques dédiées à la présidente, au secrétaire et à la trésorière, les membres du Conseil sectoriel :

- Préparent et assistent à neuf rencontres annuelles
- Planifient l'agenda, déterminent les budgets et supervisent
 - ⇒ les huit comités statutaires (Assurances, Arts visuels, Action sociopolitique, Condition des femmes, Condition des hommes, Communication, Environnement et développement durable et Retraite)
 - ⇒ les activités sociales (non-rentree, accueil, journée des aînés, jour du Souvenir, soirée de Noël, Saint-Valentin, la cabane à sucre, le déjeuner des bénévoles), l'AGS et l'infotretraite et les deux chorales - Les Voix de l'amitié et la Chorale liturgique -)
 - ⇒ les cours (Aquaforme, danse en ligne, vitalité 55 et autres projets)
 - ⇒ les autres comités du secteur (TRARA, FLG, voyages, quilles, grands explorateurs, civilités, cartes d'anniversaire, etc.)

Comme vous voyez, on ne chôme pas...!



Lise et Marcelle



Yvonne et Claire

RAPPORT DU COMITÉ DES ASSURANCES
POUR L'ANNÉE 2015-2016
RESPONSABLE AU SECTEUR : JACQUES LAJEUNESSE



ACTIVITÉS AU NATIONAL

Rencontre nationale du comité à l'hôtel Four Points à Québec le 16 février 2016.

Sujets abordés :

- Rôle des responsables régionaux et sectoriels en assurances.
- La création d'ASSUREQ par monsieur Denis Leclerc.
- Site « *accès assurés* ».
- Conférence : *Médicaments et nouveaux services offerts par les pharmaciens*.
- Informations, questions et réponses en vrac.

Très bonne mise à niveau et informations pertinentes.

Rencontre dirigée par madame Johanne Freire, excellente personne ressource.

ACTIVITÉS AU RÉGIONAL

- Trois réunions des responsables sectoriels, mise à jour du Livre vert
- Questions - réponses des membres et conceptions de projets
- Préparation « *Rencontre d'information des assurances* » le 1^{er} novembre 2016.

RESPONSABILITÉS AU SECTEUR

- *Inforetraite* pour les nouvelles personnes retraitées le 2 juin 2016.
- Implication dans la *Préparation-retraite* le 18 mars 2016, Terrebonne.
- Réponses à de nombreux courriels et communications téléphoniques.
- Présences aux activités permettant de répondre aux questions.

Pour vous inscrire à la journée d'information sur les assurances : complétez le formulaire d'inscription inclus dans ce bulletin à la page 17.

Nouveau --- nouveau --- nouveau --- SUBSTITUT ---

Une nouvelle formule est appliquée cette année. Il est fortement suggéré de présenter aux rencontres régionales deux personnes, une personne **responsable** du dossier et une personne **substitut**. Ceci favorisera le suivi des dossiers. Les personnes intéressées à devenir substitut, communiquez avec moi par courriel le plus rapidement possible. Merci à l'avance pour votre implication.

Rappel --- rappel --- rappel --- 1^{er} NOVEMBRE ----

Déjà quinze inscriptions pour la rencontre du 1^{er} novembre 2016 sur les assurances. Voyez l'annonce dans ce numéro et réservez votre place le plus tôt possible à gbeljlaj@videotron.ca ou au 450 436-4729.

Jacques Lajeunesse, responsable du dossier des Assurances, secteur Rivière-du-Nord

AVIS DE CHANGEMENT D'ADRESSE

Vous déménagez, vous changez de numéro de téléphone ou d'adresse courriel, c'est au siège social de l'AREQ nationale **que vous devez vous adresser**. Téléphonnez au 1 800 663-2408 ou adressez-vous par courriel, à laverdiere.luce@csq.qc.net ou écrivez à l'adresse suivante : 320, rue Saint-Joseph Est, bureau 100, Québec, QC, G1K 9E7

RAPPORT DU COMITÉ DES ARTS VISUELS
POUR L'ANNÉE 2015-2016
RESPONSABLE AU SECTEUR : NICOLE FOUQUETTE-PICHÉ



RÔLE DU COMITÉ DES ARTS VISUELS

- organise l'exposition annuelle des arts visuels depuis dix ans
- recrute les exposants
- supervise les journées de l'exposition
- recrute les bénévoles pour l'exposition
- prépare la remise des prix

EXPOSITION RÉGIONALE À L'AGR, LE 26 MAI 2016

Parmi les 40 gagnants provenant des 9 secteurs de notre région, voici les «Coups de cœur» des personnes présentes à l'Assemblée générale :

Jacques Labadie (Sculpture)
Jean-Robert Lapierre (Photographie)
Gertrude St-Onge (Métiers et Artisanat d'art)
Pierrette Ouellette (Peinture)
Monique Desjardins (Peinture)
Aline Labrie (Peinture)

Gertrude St-Onge
de notre secteur a
gagné un prix de
100 \$
pour les Métiers
et
Artisanat d'art
avec sa courtepointe.
Félicitations!



Les membres du comité des Arts visuels 2015-2016 :
Nicole Fouquette, Colette Bonneville, Louise Deslandes,
Claire Blais-Corbeil, Francine Bouchard, Ronald Forbes,
Gisèle Jetté et Gertrude St-Onge

Le « *Salon des Arts* »
À ne pas manquer

Région Laval-Laurentides-Lanaudière

Le **19 octobre 2016** , à l'Hôtel Days Inn, 1136, boul. Labelle, Blainville.

Une invitation vous est lancée pour une **activité collective**. Venez rencontrer nos 22 artistes exposants qui proviennent de nos 9 secteurs. Vous ferez de belles découvertes!... De plus, 2 choix d'ateliers vous sont offerts. Il faut s'inscrire pour participer à cette journée.

Sur la feuille d'inscription (**page 20**), vous trouverez le contenu, l'horaire, et le déroulement de cette journée. Vous la ferez parvenir au nom et à l'adresse de la personne indiquée.

Nicole Fouquette, responsable au secteur

RAPPORT DU COMITÉ DE L'ACTION SOCIOPOLITIQUE (CASP)

POUR L'ANNÉE 2015-2016

RESPONSABLE AU SECTEUR : MARCELLE LEMAY-FOURNIER



ACTIVITÉS AU NATIONAL

Rencontre nationale du CASP à l'hôtel Four Points à Québec le 10 novembre 2015.

Sujets abordés :

- Loi sur les soins de fin de vie avec Véronique Hivon
- Avec la docteure Marie-Claude Goulet, conférence sur le système de santé public depuis sa création jusqu'à aujourd'hui.

ACTIVITÉS AU RÉGIONAL

Conférences du 15 novembre 2015

- AM : Claude Béland, ex-président du mouvement Desjardins, nous a entretenus de l'évolution de la situation économique du Québec depuis 1960.
- PM : Charles Laliberté, de l'Office de la protection du consommateur, nous a donné de judicieux conseils en matière de consommation.



Monsieur Yves Grand'Maison, responsable du CASP régional avec le conférencier, monsieur Claude Béland

Conférences du 20 novembre 2015

(Conjointement avec le comité de la RETRAITE)

- AM : conférence très attendue donnée par madame Marie-Josée Naud, conseillère en éducation à la F.T.Q. Elle nous a entretenus des différents régimes de retraite.
- PM : madame Ginette Plamondon, responsable du dossier socio-politique à L'AREQ - en remplacement de madame Véronique Hivon - nous a parlé de la loi 52 : *Mourir dans la dignité*.

AGENDA 2015-2016 au secteur RDN

- 2 octobre : manifestation nationale au Mont-Royal, 150 000 personnes
- 26 octobre : participation à la grève des employés de la CSRDN, plus de 1 000 manifestants
- 3 novembre : participation à la manifestation du ROCL
- 17 décembre : rencontre du comité sociopolitique chez Yves
- 11 mars : manifestation contre la fermeture du Pavillon Sainte-Marie

Ajout au CASP pour l'année 2016-2017

Monsieur Vitor Savino deviendra responsable du comité de l'Action sociopolitique. Madame Lemay-Fournier demeurera substitut pour ce comité et madame Françoise Ferland fera aussi partie du comité sectoriel. Merci Vitor pour ton engagement. Ton comité et toi ferez sûrement une très belle équipe. De plus, avec monsieur Yves Grand'Maison comme responsable régional, vous aurez de l'information de premier choix et un appui assuré.



Monsieur Vitor Sabino, responsable du comité de l'Action sociopolitique sectoriel

RAPPORT DU COMITÉ DE LA CONDITION DES FEMMES

POUR L'ANNÉE 2015-2016

RESPONSABLE AU SECTEUR : CLAIRE BLAIS-CORBEIL



ACTIVITÉS AU NATIONAL

Rencontre nationale du CCF à l'hôtel Four Points à Québec le 18 février 2016.

Sujets abordés :

En avant-midi :

- les structures de l'AREQ et les rôles des responsables du CCF
- l'âgisme et les femmes aînées

En après-midi :

- le manifeste des femmes de madame Lise Payette
- les activités (en ateliers) du 6 décembre et du 8 mars

ACTIVITÉS AU RÉGIONAL

Conférences du 27 novembre 2015

En avant-midi :

- la publicité sexiste et l'âgisme

En après-midi :

- la fiscalité des personnes aînées

Conférences du 31 mars 2016

En avant-midi :

- l'APPUI LAURENTIDES sur les proches aidants et les ressources offertes

En après-midi :

- les CALACS

AUTRES ÉVÉNEMENTS DIGNES DE MENTION

- La marche mondiale des femmes le 17 octobre 2015 à Trois-Rivières
- La commémoration contre la violence faite aux femmes lors de la journée du 11 novembre 2015 à Lachute



Participation de madame Pierrette Perron
aux rencontres régionales



EFFECTIFS au 1^{er} septembre 2016

Le secteur comptait **1181** membres réguliers.

La région 10 **Laval-Laurentides-Lanaudière** comptait **8 649** membres, répartis dans neuf secteurs.

L'Association comptait **57 835** membres.

RAPPORT DU COMITÉ DE LA CONDITION DES HOMMES – FORUM DES HOMMES

POUR L'ANNÉE 2015-2016

RESPONSABLE AU SECTEUR : RICHARD DESMARAIS



ACTIVITÉS AU NATIONAL

Rencontre nationale du CCH à l'hôtel Four Points à Québec le 14 avril 2016

Sujets abordés :

- Rôle de la personne responsable sectorielle
- Présentation du programme ATEA (AREQ Toujours en Action)
- Conférence de Jacques Roy : *Condition pour une retraite épanouie chez les hommes*
- Discussions en ateliers

ACTIVITÉS AU RÉGIONAL

- Journée internationale des hommes le 19 novembre 2015, conférence de Julien Blackburn : « *Oser être l'homme que je suis en accueillant et en acceptant ce qui me constitue.* »
- Échanges à partir du livre *La santé repensée*, le 16 mars 2016
- Conférence interactive *Et si les rêves nous révélaient à nous-mêmes*. Conférence ouverte aux femmes, le 27 avril 2016.

LE COMITÉ SECTORIEL DE LA CONDITION DES HOMMES

- Organise la Journée internationale des hommes de novembre
- Discute de la condition des hommes lors de déjeuners rencontres.

LES MEMBRES DU COMITÉ SECTORIEL

- *Richard Desmarais*, responsable
- *Gilles Bégin*, substitut
- *André Chénard*
- *Pierre A. Giroux*
- *Jacques Lalande*
- *Charles Sénécal*
- *Roger Tranchemontagne*
- *François Tanguay*, répondant au CS



Pierre A. Giroux, André Chénard, François Tanguay
Gilles Bégin, Charles Sénécal, Roger Tranchemontagne

Site WEB du secteur Rivière-du Nord : <http://rivieredunord10c.areq.ca/>
Site WEB de la région Laval-Laurentides-Lanaudière : <http://regionlaurentie.areq.ca/>
Site WEB de l'AREQ provincial : <http://www.areq.qc.net/>

RAPPORT DU COMITÉ DES COMMUNICATIONS

POUR L'ANNÉE 2015-2016

RESPONSABLE AU SECTEUR : DIANE SUNDERLAND



RESPONSABILITÉS AU SECTEUR

- production, mise en page et publication du bulletin *L'Odyssée* 3 fois par année : fin septembre, fin janvier, fin mai.
- supervision des chaînes téléphonique et électronique.
- supervision de la mise à jour du site web (nouveau site en construction)

La production du bulletin L'Odyssée

La responsabilité de la production du bulletin L'Odyssée demande énormément de coordination de la part de la responsable. C'est pourquoi, elle doit s'adjoindre une équipe. Voici les facettes de cette responsabilité :

Étape 1 : collecte, correction et montage des articles

Étape 2 : lecture finale et correction par monsieur Gaston Roy

Étape 3 : impression de la production finale

Étape 4 : vérification des étiquettes des membres et des amis avec les dernières mises à jour pour les suppressions, les ajouts et les corrections

Étape 5 : mise à jour et impression des listes de facteurs

Étape 6 : envoi des bulletins électroniques

Étape 7 : triage des adresses avec une équipe (au centre Notre-Dame)

Étape 8 : séparation des bulletins, préparation des sacs de facteurs et des boîtes pour le bureau de poste sous la supervision de monsieur Jean-Marie Cyr

Étape 9 : distribution par les facteurs et envoi des copies papier à Montréal par M. André Chénard.



À la correction,
Gaston Roy



Monsieur Cyr expliquant à une partie de son équipe la procédure du tri des bulletins par codes postaux.



Une partie de l'équipe à l'œuvre pour le tri des bulletins.

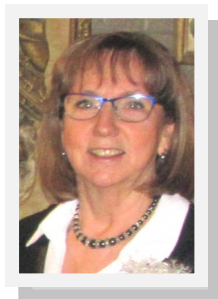
ACTIVITÉS AU RÉGIONAL

- La mise en œuvre du plan d'action du comité des communications.
- Formation pour la nouvelle plateforme du site web le 14 décembre 2015 avec Dominic Provost.
- Formations sur les tablettes iPad et Android en juin 2016 : 31 personnes de notre secteur y ont participé.

RAPPORT DU COMITÉ DE L'ENVIRONNEMENT ET DU DÉVELOPPEMENT DURABLE

POUR L'ANNÉE 2015-2016

RESPONSABLE AU SECTEUR : LISE TOUSIGNANT-COSSETTE



ACTIVITÉS AU NATIONAL

Rencontre nationale du CEDD à l'hôtel Four Points à Québec le 11 novembre 2015.

Sujets abordés:

- Surconsommation de plastique
- Ateliers pour identifier des actions à poser
- Projet commun à toutes les régions
- Conférence sur les impacts de la surconsommation

ACTIVITÉS AU RÉGIONAL

- Le 18 novembre 2015 :
CAUSERIE – DÉGUSTATION de la Mycoboutique
- Le 29 mars 2016 : ATELIER « Jardinons la santé »

ACTIVITÉ RÉGIONALE : le 7 juin 2016

- Visite complète de la cidrerie (salle de pressage, de cuves, d'embouteillage, alambic, etc.)



Lise Tousignant-Cossette et Yvonne Montpetit-Labelle
lors de l'activité régionale « Jardinons la santé »

Visite du Domaine Lafrance à Saint-Joseph du Lac

Le 7 juin dernier, huit membres de notre secteur se joignaient au groupe de l'activité régionale offerte par le Comité de l'Environnement et développement durable, la visite du Domaine Lafrance.

Les Vergers Lafrance proposent une vaste sélection de cidres tous élaborés dans la plus pure tradition artisanale, mettant en valeur le savoir-faire de trois générations. Les plus populaires étant leurs délicieux cidres de glace qui sont exportés en France, en Chine et au Japon.

La visite de la distillerie, très intéressante, en a captivé plus d'un! Et nous avons eu le bonheur de faire la dégustation de la majorité de ces délicieux cidres.

Le lunch pris sur la terrasse fut grandement apprécié! Et, avant le retour, c'est la visite de la Boutique et le magasinage de ces produits tous meilleurs les uns que les autres. Le choix est bien difficile!

Nous y avons passé une très belle journée qui nous a fait découvrir de délicieux produits de chez nous!

La cidrerie est ouverte toute l'année, tous les jours.

Jeannedarc Bélanger



Quelques visiteurs de la cidrerie Lafrance

RAPPORT DU COMITÉ DE LA RETRAITE

POUR 2015-2016

RESPONSABLE AU SECTEUR : VITOR SABINO



ACTIVITÉS AU NATIONAL

Rencontre nationale du comité de la Retraite à l'hôtel Four Points à Québec, le 12 novembre 2015.

Les responsables sectoriels de la retraite ont assisté à une journée de formation. Ils ont bénéficié notamment :

- d'une conférence sur le RREGOP par Mario Labbé, conseiller à la sécurité sociale à la CSQ,
- d'une conférence sur la fiscalité relative aux personnes âgées.

ACTIVITÉS AU RÉGIONAL

- La mise en œuvre du plan d'action du comité RETRAITE
- La poursuite de l'opération « cartes postales ». Nous avons fait parvenir les cartes signées par nos membres aux bureaux de comté et du parlement de messieurs Couillard, Leitaou et Coiteux. Merci de votre mobilisation...
- Colloque organisé par l'Observatoire de la retraite (OR), le mercredi 4 novembre 2015
L'amélioration du régime de rentes du Québec et la sécurité financière à la retraite : enjeux et perspectives. (Voir note ci-dessous)

Conférences du 23 novembre 2015 (Conjointement avec le comité de l'Action sociopolitique)

- AM : Conférence très attendue donnée par madame Marie-Josée Naud, conseillère à la FTQ. Il a été question de la fusion RRQ et CARRA ainsi que de la retraite en lien avec divers projets de loi.
- PM : Madame Ginette Plamondon, responsable du dossier socio-politique à L'AREQ - en remplacement de madame Véronique Hivon – a présenté le projet de loi 52, *Mourir dans la dignité*.

Personnellement, je voudrais vous indiquer que L'AREQ a dénoncé l'abolition du poste de Commissaire à la santé et au bien-être. Soulignons que le Commissaire à la santé et au bien-être constituait une source indépendante d'information et de pistes de solution à l'égard du réseau de la santé. Il poursuivait entre autres des travaux sur la qualité de l'hébergement des personnes âgées. D'autre part, on a dénoncé aussi les frais accessoires en santé. *C'est une nouvelle démonstration du principe de l'utilisateur-payeur. Pour les personnes âgées, qui se sont battues pour créer le régime de santé universel et gratuit, c'est un recul*, a souligné Pierre-Paul Côté.

En dernier lieu, nous avons appris, avec tristesse, le décès de madame Louise Charlebois, survenu le 30 juin dernier. Madame Charlebois s'était impliquée à l'AREQ en tant que présidente de la région Laval-Laurentides-Lanaudière. Elle était une personne engagée, particulièrement dans le dossier retraite et la défense des droits des retraités. Nos meilleures pensées à sa famille et à ses proches...

Note : L'Observatoire de la retraite est une initiative de l'Institut de recherche en économie contemporaine (IRÉC), qui s'adresse aux organismes et aux personnes qui veulent mieux comprendre pour agir sur l'institution de la retraite au Québec. La mission de l'OR est de soutenir et de mener des recherches, puis de favoriser les interventions permettant l'amélioration des régimes de retraite au Québec. Le site Internet de l'Observatoire de la retraite : <http://observatoireretraite.ca/>

Vitor Sabino, responsable

Secteur Rivière-du-Nord (10C)
Rapport financier annuel 2015-2016 (simplifié)
présenté à la présidence régionale

Disponibilités totales au début de l'exercice (le 1^{er} juillet 2015) :

14 415,22 \$

PLUS	PRODUITS						
	Sommes reçues du régional	17 782,64 \$					
	Sommes reçues du national	13 133,00 \$					
	Autres sommes reçues	26 949,10 \$					
	<table><tr><td>Cotisations des amis/amies</td><td>3 950,00 \$</td></tr><tr><td>Autres produits reçus</td><td>22 999,10 \$</td></tr></table>		Cotisations des amis/amies	3 950,00 \$	Autres produits reçus	22 999,10 \$	
	Cotisations des amis/amies	3 950,00 \$					
	Autres produits reçus	22 999,10 \$					
TOTAL DES PRODUITS :	57 864,74 \$	+ 57 864,74 \$					

MOINS

CHARGES	
Repas	18 274,72 \$
Transport et stationnement	3 153,45 \$
Animation de rencontres	5 864,48 \$
Location de salle	3 413,08 \$
Artiste, conférence ou invité	2 451,40 \$
Matériel et fournitures	1 824,36 \$
Journaux et documents	5 248,88 \$
Photocopie et imprimerie	3 778,85 \$
Frais de livraison	1 470,03 \$
Télécommunications	12,56 \$
Reconnaissance et dons	8 552,65 \$
Autres charges payées	12 920,40 \$
Inscriptions et frais de participation	10 377,80 \$
Autres charges payées	2 542,60 \$
TOTAL DES CHARGES :	55 851,50 \$

— 55 851,50 \$

Disponibilités totales à la fin de l'exercice (le 30 juin 2016) :

16 428,46 \$

Lise T. Cossette
 Rapport préparé par

28 août 2016
 rapport imprimé le

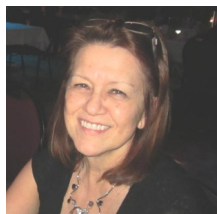
Pierrette Boudreau
 Présidence sectorielle

28 août 2016
 rapport signé le

CONSEIL SECTORIEL



Présidente 2014-2017
Pierrette Boudreau
450 432-5552
boudreaup@videotron.ca



1^{re} vice-présidente 2016-2019
Marcelle Lemay-Fournier
613 632-1469
marfou@hotmail.com



2^e vice-présidente 2014-2017
Claire Blais-Corbeil
450 562-3862
clairebcorbeil@gmail.com



Trésorerie 2016-2019
Lise Toussignant-Cossette
450 436-8751
gacossette@videotron.ca



Secrétaire 2014-2017
François Tanguay
450 432-5552
tanguayf2@videotron.ca



1^{re} conseillère 2016-2019
Angèle Marineau
450 438-1551
marangele@hotmail.com



2^e conseillère 2014-2017
Yvonne Montpetit-Labelle
450 562-7268
yvonnlabelle@hotmail.com

ACTIVITÉS 2016-2017

Dimanche 2 octobre 2016	Journée internationale des Aînés
Jeudi 6 octobre 2016	Fête de l'accueil
Mercredi 19 octobre 2016	Exposition régionale des Arts visuels
Jeudi 10 novembre 2016	Jour du Souvenir (Est et Ouest)
Mercredi 16 novembre 2016	Journée internationale des hommes
Mercredi 7 décembre 2016	Dîner de Noël (Ouest)
Jeudi 8 décembre 2016	Fête de Noël (Est et Ouest)
Jeudi 16 février 2017	Dîner de la Saint-Valentin (Est)
Jeudi 16 mars 2017	Cabane à sucre
Jeudi 6 avril 2017	Déjeuner des bénévoles
Mardi 25 avril 2017	Assemblée générale sectorielle
Vendredi 12 et samedi 13 mai 2017	Exposition sectorielle des Arts visuels
Jeudi 18 mai 2017	Assemblée générale régionale
Jeudi 8 juin 2017	Inforetraite

Nous vous suggérons de conserver les quatre pages centrales de ce bulletin, afin d'y référer au besoin, tout au cours de l'année.

POLITIQUES DU SECTEUR POUR 2016-2017

DÉCÈS

Généralités

Lors du décès d'un membre ou d'une personne amie de l'AREQ, il incombe aux proches, c'est-à-dire, à la famille ou à des amis de la personne décédée d'informer les responsables de l'AREQ.

L'apport de l'Association diffère selon que la personne décédée est membre de l'AREQ ou qu'elle est une parente d'un membre de l'AREQ.

Les personnes à contacter sont les personnes responsables de la publication de ces événements dans la section est ou la section ouest (**voir p. 26**) ou les responsables des chaînes électroniques.

* Prendre note que, pour les personnes du secteur Est qui ont Internet, il est préférable d'envoyer les informations concernant un décès, par courriel, aux responsables de la chaîne électronique : moniqueroger@bell.net

Procédures lors d'un décès

Statut	Communications	Offrandes
• Membre • Conjoint/conjointe d'un membre • Fils/filles d'un membre	Chaîne téléphonique et Chaîne électronique	Carte de sympathie
• Père/mère d'un membre • Frère/sœur d'un membre	Chaîne électronique	Carte de sympathie
• Ex-personnel de la CSRDN non membre de l'AREQ • Tout autre demande pour une personne acceptée par le CS	Chaîne électronique	

Procédures lors d'une maladie

Lors d'un séjour prolongé à l'hôpital d'un membre régulier de l'AREQ, une carte de prompt rétablissement ou un mot d'encouragement sera envoyé à cette personne. MERCI de nous aviser.

Vente des billets pour les activités du secteur

Pour nous faciliter la tâche, les personnes qui désirent être assises à la même table doivent **d'abord** acheter ou réserver leurs billets.

Elles peuvent ensuite nous préciser à quel nom cette table doit être identifiée.

Si vous n'êtes pas assez nombreux pour réserver une table complète, ne vous inquiétez pas : il y a suffisamment de places pour vous accueillir.

Au plaisir de vous rencontrer,

Thérèse et Agathe Claire et Denyse
secteur est secteur ouest

Rappel important

Votre Conseil sectoriel a mis en place une
« **Politique de réservation ou d'annulation** »
concernant les activités de l'AREQ.

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.

Pierrette Boudreault, présidente



AIDE-MEMOIRE
(lors du décès d'un membre)
AREQ 10C, Rivière-du-Nord
Personne conjointe survivante



La personne conjointe survivante d'un membre retraité peut devenir (si elle le désire) membre associé de l'AREQ (1 800 663-2408 ou www.areq.lacsq.org) et continuer d'avoir accès aux assurances. (demande dans les **90 jours** suivant la date du décès à la SSQ au 1 800 463-5525 ou www.ssq.ca)

Assurance-vie de la SSQ (s'il y a lieu)

La demande doit être faite au 1 800 565-4550

Demande de prestation de décès de Retraite Québec (RRQ) ou (RREGOP)

Communiquer au 1 800 463-5185 (pour RRQ) ou 1 800 463-5533 (pour RREGOP) ou par internet : www.retraitequebec.gouv.qc.ca .

La rente de conjoint ou conjointe survivant(e) de RETRAITE QUÉBEC

Avec une personne conjointe :

- **RREGOP** : 50 % ou 60 % (rente réduite de 2 %) de votre rente selon votre choix indiqué au moment de la prise de retraite.
- **RRE** : 50 % de votre rente + s'il y a lieu 10 % à chaque enfant à charge (max 40 %)

Sans une personne conjointe :

- **RREGOP** : aux héritiers légaux (total des cotisations versées + intérêts moins les sommes reçues depuis le début de la rente de retraite).
- **RRE** : **avec personnes à charge**, 20 % à chaque enfant à charge (max 80 %)
sans personnes à charge, aux héritiers (total des cotisations versées + intérêts moins les sommes reçues depuis le début de la rente de retraite).

Communiquer avec la **CARRA** au 1 800 463-5533 ou www.retraitequebec.gouv.qc.ca

Merci d'aviser l'AREQ du décès du membre.

L'avantage d'être une personne amie de l'AREQ

Une personne amie de l'AREQ comptera beaucoup d'avantages... Elle pourra participer à toutes les activités sociales, cours et voyages offerts par le secteur Rivière-du-Nord de l'AREQ au même coût que les membres réguliers. Il en coûtera 25 \$ pour l'année 2016-2017. Non, ce n'est pas cher!

Et pour faire justice aux personnes amies de l'AREQ et pour rentabiliser leur carte, le Conseil sectoriel a convenu qu'il en coûterait un certain pourcentage de plus à ceux et celles qui n'auront pas adhéré à notre association comme personnes amies pour participer aux activités de l'AREQ.

Alors, complétez votre adhésion aussitôt que possible et bienvenue dans nos rangs,

En toute amitié,

Pierrette Boudreau, présidente du secteur

Rappel pour l'adhésion : Michèle Laurin (450 432-2923) ou Claire Blais-Corbeil (450 562-3862)

ADRESSES UTILES

AREQ

320, rue Saint-Joseph, bureau 100
 Québec QC G1K 9E7
 Tél. : 1 800 663-2408
www.areq.lacsq.org
 Courriel : info@areqlacsq.org

ASSURANCES SSQ

2525, boul. Laurier, C.P. 10500
 Sainte-Foy QC G1V 4H6
 Tél. : 1 800 463-5525 (téléphoniste)
 1 800 463-2588 (agent)
www.ssq.ca

ASSURANCES MALADIE (RAMQ)

1125, chemin Saint-Louis
 Sillery QC G1S 1E7
 Tél. : 1 800 561-9749
www.ramq.gouv.qc.ca

CERTIFICAT (naissance, mariage, décès)

Directeur de l'état civil
 2050, rue Bleury, 6^e étage
 Montréal QC H3A 2J5
 Tél. : 1 800 567-3900
www.etatcivil.gouv.qc.ca

CLSC DE SAINT-JÉRÔME (CLSC Arthur-Buies)

430, rue Labelle
 Saint-Jérôme QC J7Z 5L3
 Tél. : 450 432-2777

CLSC DE LACHUTE (CLSC d'Argenteuil)

145, boul. de la Providence,
 Lachute QC J8H 4C7
 Tél. : 450 562-3761

COMMUNICATION QUÉBEC LAURENTIDES

500, boul. des Laurentides
 Saint-Jérôme
 Tél. : 450 569-3021
 1 800 363-1363

DEVIENS BÉNÉVOLE

www.jebenevole.ca
laurentides@jabanevole.ca

PROTECTEUR DU CITOYEN (ombudsman)

Tél. : 1 800 463-5070

PROTECTION DU CONSOMMATEUR

500, boul. des Laurentides, bureau 1503F
 Saint-Jérôme QC J7Z 4M2
 Tél. : 1 888 672-2556
www.opc.gouv.qc.ca

RETRAITE QUÉBEC (RRQ)

C.P. 5200, Québec QC G1K 7S9
 Tél. : 1 800 463-5185
www.retraitequebec.gouv.qc.ca

RETRAITE QUÉBEC (RREGOP)

475, rue St-Amable, Québec Qc G1R 5X3
 Tél. : 1 800 463-5533
www.retraitequebec.gouv.qc.ca

REVENU QUÉBEC

Tél. : 1 800 291-6467
www.revenu.gouv.qc.ca/fr/ministere/index.asp

REVENU CANADA

Tél. : 1 800 267-6999 (automatisé)
 1 800 959-7383 (impôt)
www.cra-arc.gc.ca/menu-f.html

SOCIÉTÉ DE L'ASSURANCE AUTOMOBILE DU QUÉBEC (SAAQ)

339, boul. Jean-Paul-Hogue, Saint-Jérôme
 ou
 505, rue Béthany, Lachute
 Tél. : 1 800 361-7620
www.saaq.gouv.qc.ca

OYE ! OYE ! BONNE NOUVELLE !

Le comité des Voyages sera de retour.

Madame Jeannine Clément me l'a confirmé. Trois autres collègues se joindront à elle dont mesdames Marie-Claire Bigras qui avait continué le comité en 2015-2016 et Françoise Delisle qui avait déjà pris une très grande part au comité des Voyages il n'y a pas très longtemps. Une nouvelle venue, madame Lise Venne. La programmation complète paraîtra dans notre bulletin *L'Odyssée* de janvier 2017.

Bon retour mesdames et bon comité!

Pierrette Boudreau



« 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

téléphone : 450 436-4729

courriel : gbeljlal@videotron.ca

8<-----

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 _____

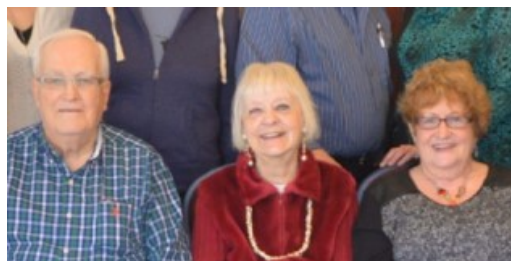
Ci-joint un chèque *au montant* de **10 \$** (frais d'inscription seulement) **ou de 33 \$** (frais d'inscription et dîner), libellé à l'**AREQ 10C** et daté du **15 octobre 2016**.

Signature : _____ date : _____

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

NOS RESPONSABLES DANS L'OMBRE

- COURS - ACTIVITÉS - SERVICES - POUR L'ANNÉE 2015-2016.
CES PERSONNES MÉRITENT UNE MENTION DANS NOTRE BULLETIN



LES CHORALES DE L'AREQ

Les voix de l'Amitié et la Chorale liturgique

*Jean-Claude Villeneuve, directeur
Denise Chamaillard, accompagnatrice
Esthel Morrissette, coordonnatrice*

De grandes musiciennes et de grands musiciens!



L'AQUAFORME

Claire Gareau et René Gauvin

Un beau couple qui n'a pas peur de se jeter à l'eau comme bénévoles!



DANSE EN LIGNE

Monique St-Arnaud

Elle est petite, mais elle a le pied dansant!



VITALITÉ ET ACCENT SOUPLESSE

Lise Tousignant-Cossette

En plus d'être notre trésorière... elle est souple et pleine de vitalité!



COURS DE PEINTURE

Marcel Germain

Sa devise :
peindre par plaisir

LES DÉJEUNERS MENSUELS (Est)



Nicole Charbonneau



*Carole Lauzon
(mois d'hiver)*



Gérard Lavoie



Diane Forget



Maurice Roy

LES QUILLES

LA VENTE DES BILLETS POUR LES SOIRÉES ET DINERS



PERSONNES AMIES

Michèle Laurin

Elle aime beaucoup avoir des personnes amies, cette belle dame!



*Denyse St-Jacques
(ouest)*



*Agathe Hamel
(est)*



*Thérèse Latour-Laurin
(est)*

LA FONDATION LAURE-GAUDREAU



Denyse Plouffe



Francine Pilon

Elles ont la fondation à cœur.

LE COMITÉ DES VOYAGES



Jeannine Clément



Marie-Claire Bigras

Elles reviennent en 2016-2017.

CONFÉRENCES



André Chénard

CHAÎNE ÉLECTRONIQUE



Monique Lafrance et Roger Tranchemontagne

SITE WEB



Alain Bouly

LES CARTES D'ANNIVERSAIRE ET DE RETRAITE



Nicole Michaud

Elle n'oubliera pas vos
80 années et plus!

LES CIVILITÉS



Sylvie Tousignant
(ouest)



Pierrette Perron
(est)

LES GRANDS EXPLORATEURS



Jeannedarc Bélanger

Explorez avec Jeannedarc
est toujours un plaisir!

CHAÎNE TÉLÉPHONIQUE



Diane Piché Reid

C'est tout un exploit de
mettre à jour la chaîne
téléphonique du secteur!

Merci à nos bénévoles

« 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 :** _____

Journée internationale des hommes

UNE INVITATION DU COMITÉ FORUM DES HOMMES

Le bonheur pour vieillir heureux

Brève description : Le bonheur, un état d'esprit. Les relations humaines. Écueils sur le chemin du bonheur. Surmonter les pertes du vieillissement. La géographie du bien-être. Être heureux contre vents et marées.

CONFÉRENCE INTERACTIVE avec André Ledoux, membre de l'AREQ

- Ses qualifications : L. ès L., L. Psycho.- Péd., M.A., Docteur en Naturopathie, Certificat en Gériatologie
- Auteur et conférencier. Membre du comité sectoriel Forum des hommes du secteur Lanaudière.
- Bénévole à l'Institut universitaire de gériatrie de Montréal et à l'Hôpital du Sacré-Cœur de Montréal.
- Il a publié une demi-douzaine d'ouvrages pour mettre en valeur le bien-vieillir dont:

*Vivez mieux, vivez plus vieux,
De la crise de l'homme à l'homme nouveau,
Le bénévolat auprès des malades et des aînés,
Cinq clés pour bien vieillir,
Les vieux... Poids ou richesse?*

QUAND : Mercredi 16 novembre 2016, de 9 h 30 à 15 h dans une salle du Centre Lafontaine
2020, rue Saint-Georges, Saint-Jérôme, J7Y 1M9. (450) 436-1163
Collation et remise de documents à partir de 9 h 30.

COÛT : 10 \$ pour les **hommes** du secteur Rivière-du-Nord

POUR PLUS D'INFORMATON, vous pouvez contacter l'un ou l'autre des membres du comité :

- Richard Desmarais, responsable du comité sectoriel Forum des hommes (450) 436-7093
- Gilles Bégin, substitut pour le comité sectoriel Forum des hommes (450) 436-7681
- André Chénard, membre du comité sectoriel Forum des hommes (450) 438-2821
- Pierre-A Giroux, membre du comité sectoriel Forum des hommes (450) 436-4429
- Charles Sénécal, membre du comité sectoriel Forum des hommes (450) 436-4171
- Roger Tranchemontagne, membre du comité sectoriel Forum des hommes (450) 504-1643
- Michel Wolfe, membre ami du comité sectoriel Forum des hommes (514) 746-0097

François Tanguay, répondant du comité sectoriel pour le Conseil sectoriel (450) 432-5552

POUR VOUS INSCRIRE : compléter le formulaire d'inscription ci-dessous et l'envoyer avec un chèque de 10 \$ à l'ordre de l'AREQ Rivière-du-Nord à François Tanguay, 162, Place Gatine, Saint-Jérôme, QC, J7Y 5K3 **avant le mercredi 9**

Nom : _____ Prénom : _____

Téléphone : _____ Courriel : _____

Nom du secteur : Rivière-du-Nord

Ci-joint, un chèque au nom de l'AREQ Rivière-du-Nord au montant de 10 \$ ____

Note : La réception de votre formulaire d'inscription et de votre chèque confirme votre inscription.

**Conférences organisées
par la Table de réflexion et d'action
de retraités et d'âinés de la MRC Rivière-du-Nord
en collaboration avec l'AREQ et le Quartier 50+**



Mercredi 26 octobre 2016 : Ces gadgets qui nous simplifient la vie

Dre Jacqueline Rousseau et son équipe analysent comment s'y retrouver dans toutes ces technologies qui nous promettent sécurité, confort et le bonheur avant la fin de nos jours. Quel est l'impact réel de ces produits sur notre qualité de vie? Comment les technologies peuvent nous aider à vivre dans un environnement confortable et sécuritaire? Cette conférence vous permettra d'obtenir toutes les réponses à vos questionnements.

Conférencière : Dre Jacqueline Rousseau, Ph. D., ergothérapeute, chercheuse au CRIUGM *, professeure à l'École de réadaptation de l'Université de Montréal et spécialiste des «gérontechnologies».

Mercredi 2 novembre 2016 : Entendez-vous bien ?

Lors de cette conférence sur la santé auditive, les thèmes suivants seront abordés : les types de surdité, leurs définitions, leurs taux de prévalence, les symptômes, le comportement, qui consulter, les moyens compensatoires (aides à l'audition), les stratégies de communication, les acouphènes, le bruit et finalement, les services offerts par votre Centre de réadaptation.

Conférencier : Michel Nadeau, Association des devenus sourds et malentendants du Québec.

Mercredi 30 novembre 2016 : Bien manger pour mieux penser

Il n'y a pas d'aliments miracles pour la mémoire. Par contre, il est vrai que l'alimentation peut influencer la santé du cerveau. Lors de cette conférence, vous apprendrez quels sont les amis et les ennemis d'un cerveau en santé. Des astuces vous seront également données afin de vous soutenir dans votre cheminement vers une saine alimentation.

Conférencière : Mélanie Narbonne, nutritionniste au soutien à domicile du CISSS des Laurentides-secteur de Saint-Jérôme

Mercredi 7 décembre 2016 : La «zénitude» festive, pour un temps des fêtes sans stress et sans détresse.

Pour plusieurs, le temps des fêtes est une période propice à générer du stress, de la fatigue et de la consommation exagérée. Il y a l'anxiété des rencontres de famille et les traditions qui s'éteignent souvent à cause des nouvelles réalités familiales et la solitude qui peut être difficile à vivre. Venez découvrir comment rester zen : renouveler ses idées et croyances sur l'aspect matériel, émotionnel et spirituel du temps des fêtes : revisiter le vrai sens de cette période, retrouver le plaisir, le calme, la joie et l'harmonie. Ainsi, vous pourrez dire sincèrement à tous et à vous-même: Joyeuses Fêtes!

Conférencière : Louise L. Lamoureux, M. Éd., c.m., conférencière, auteure, coach et formatrice.

Entrée libre

Joignez-vous à nous de 13 h à 15 h au Quartier 50+
situé au 425, rue Jean-Baptiste-Rolland Est à Saint-Jérôme.

**** Places limitées : Réservez votre place ****

en téléphonant au Quartier 50+ au 450 432-0550 durant les heures d'ouvertures.
Nous vous attendons en grand nombre!



André Chénard, responsable de l'AREQ à la TRARA



Conférence

Comment re-traiter ma vie ?

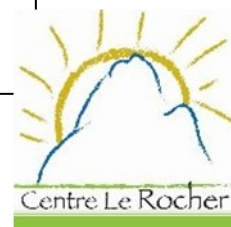


François Tanguay
Andragogue et théologien

**Quel sens donner à ma retraite ?
Comment affronter les peurs liées au
vieillessement ?
Comment bien vieillir ?**

Vendredi, 7 octobre 2016 à 13h30
Au Centre Le Rocher
(520, boul. Bourassa, St-Jérôme)
Billets : 15 \$ (à la porte = 20 \$)

Informations et réservation
450-432-5668
www.centrelerocher.com



JEU QUESTIONNAIRE - LAURE GAUDREULT

Aimeriez-vous mieux connaître cette grande dame?

Nous vous suggérons de tenter de répondre aux questions suivantes - les réponses suivront.

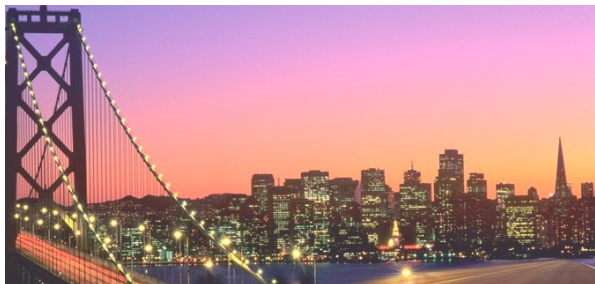
1. Elle a vu le jour le 25 octobre 1889.
Où Laure Gaudreault est-elle née?
A - Au Lac St-Jean
B - En Outaouais
C - À La Malbaie
2. Où a-t-elle commencé sa formation scolaire?
A - À l'école du rang secteur Snigoll, à 6 ans
B - À l'école du village, à 9 ans
C - Au Pensionnat à La Malbaie, à 13 ans
3. Devenue institutrice, combien pouvait-elle gagner par année tout en fournissant le bois de chauffage, les manuels scolaires, les craies, les broches et les produits d'entretien de son école?
A - 125 \$
B - 250 \$
C - 500 \$
4. Quel autre métier a-t-elle exercé?
A - Secrétaire
B - Journaliste
C - Infirmière
5. En quelle année posera-t-elle les premiers jalons du syndicalisme enseignant au Québec?
A - 1932
B - 1936
C - 1940
6. Quelle mission s'est donnée la Fondation par la distribution de ses dons aujourd'hui?
A - Aider les personnes retraitées dans le besoin
B - Soutenir les recherches médicales sur les maladies des personnes âgées
C - Appuyer les organismes qui soutiennent les aînés
7. Quelles sont les personnes les plus oppressantes de son époque?
A - La famille
B - Le clergé
C - Les politiciens
8. Quel est le nom du premier regroupement des enseignantes rurales?
A - FCIR
B - CEQ
C - ACIR
9. Quel est le montant de cotisation de ce regroupement à cette époque?
A - 5,00 \$
B - 6,25 \$
C - 10,00 \$
10. Quel est le nom du premier journal publié pour les enseignantes?
A - L'Enseignement
B - Nouvelles CSQ
C - Notre Petite Feuille

RÉPONSES

1. C – à La Malbaie - Laure Gaudreault est née à La Malbaie le 25 octobre 1889 dans un rang de la paroisse connu sous le nom de Snigoll (déformation du mot anglais Seagull ou goéland, oiseaux très présents sur ce territoire) aujourd'hui rattaché à la municipalité de Clermont rattachée à La Malbaie
2. C – à 13 ans - Comme il n'y a pas d'école de rang dans le secteur où elle habite, la petite Laure Gaudreault étudie sous la direction de sa mère Marguerite Bergeron-Gaudreault qui possédait une bonne formation. Ce n'est qu'à l'âge de treize ans que Laure Gaudreault connaît la vie scolaire. Elle devient alors pensionnaire au Couvent des Soeurs de la Charité à La Malbaie. Laure Gaudreault est une brillante élève.
3. A – 125 \$ - À l'âge de seize ans, elle devient institutrice à l'école numéro 1 de la paroisse des Éboulements. Son salaire annuel est de 125 \$, soit le dixième de ce que pouvait gagner un instituteur urbain.
4. B – Journaliste - Rapidement lassée par les dures conditions faites aux institutrices rurales, Laure Gaudreault quitte l'enseignement et travaille alors comme journaliste à l'emploi du journal *Le Progrès du Saguenay*. Elle rédige deux chroniques sous la rubrique « Le Coin des enfants » et « Au foyer ». Plusieurs de ses articles sont signés d'un pseudonyme « Cousine Laure » et s'adressent aux institutrices rurales.
5. B – À partir de 1936, Laure Gaudreault se donne pour objectif de réunir les institutrices rurales afin de tenter de rendre plus acceptables leurs conditions de travail.
6. A et B et C – toutes ces réponses sont plausibles – Les buts et objets de la Fondation tels que déterminés par la Charte sont les suivants : Obtenir des fonds par voie de souscription publique ou autrement ; recevoir et accepter tout don ou legs pour réaliser ses objectifs. Aider matériellement des retraités qui sont pauvres ou défavorisés, ou des organismes de charité enregistrés qui œuvrent auprès des personnes retraitées. Aider

LES GRANDS EXPLORATEURS

19 octobre : 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 glaciée de Yosemite et de l'impétueuse Côte Pacifique de vous en faire voir de toutes les couleurs.

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.

4 janvier : Les Îles grecques avec *René Van Bever*



Imprégnées du sillage salin de la mer Égée, les îles grecques offrent chacune à leur manière une interprétation authentique de l'art de vivre méditerranéen. C'est en voilier que vous découvrirez, telles des pierres précieuses dispersées sur l'eau, les oasis des Cyclades, du Dodécanèse et des Sporades de l'Est. Ce sont 20 îles qui vous attendent, comprenant les célèbres Mykanos, Rhodes et Santorin, somptueusement parées. Vous goûterez à la richesse immense du folklore

par l'entremise de ses traditions gastronomiques et artisanales. Préparez-vous à une odyssée qui fera chavirer tous vos sens.

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 André Prévost de la Polyvalente Saint-Jérôme.

Pour informations : Jeannedarc Bélanger au 450 560-9678 ou par courriel : beljdarc@gmail.com

Bonnes représentations!

IN MEMORIAM



- 21 mai *Yvon Beauchamp*, membre de l'AREQ
- 22 mai *Robert Desforges*, beau-frère de *Diane Sunderland*
- 25 mai *Marcel Fouquette*, frère de *Nicole Fouquette*
- 30 mai *Rose-Hélène Aylwin*, sœur de *Thérèse Aylwin* et belle-soeur de *Paul-André Saindon*
- 10 juin *Robert Chartrand*, époux de *Claudette Cartier*
- 11 juin *Fleur-Ange Aylwin*, sœur de *Thérèse Aylwin* et belle-soeur de *Paul-André Saindon*
- 14 juin *Madeleine Racicot-Meilleur*, mère de *Sylvie Marchand Tousignant*
- 19 juin *Georges Desjardins*, frère de *Sœur Colombe Desjardins*
- 27 juin *Sœur Angèle Perron*, tante de *Pierrette Perron*
- 30 juin *Louise Desroches Charlebois*, ex - présidente régionale Laval-Laurentides-Lanaudière
- 4 juillet *Philippe Bonneau*, ami de l'AREQ
- 5 juillet *Jacqueline Poulin-Gauthier*, mère de *Danielle Gauthier*
- 6 juillet *Anita Leblanc-Desrosiers*, mère de *Micheline Desrosiers-Côté*
- 9 juillet *Henriette Raymond*, belle-soeur de *Nicole Villeneuve*
- 9 juillet *Madeleine Fournier Harvey*, belle-soeur de *Marcelle Lemay-Fournier*
- 24 juillet *Sœur Thérèse Thibodeau*, membre de l'AREQ
- 1^{er} août *Georgette Servant Dinel*, sœur de *Gertrude Servant*
- 29 août *John Harter*, beau-frère de *Louise Carra* et de *Claude Vadeboncoeur*

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

Pierrette Perron (est) au 450 436-1976 ou par courriel : perronpier@gmail.com
Sylvie Tousignant (ouest) au 450 562-6234 ou par courriel : syltousi@hotmail.com

matériellement des organismes de charité enregistrés qui oeuvrent avec le domaine médical. Aider financièrement des œuvres de jeunesse enregistrées ou des jeunes dans le besoin. Est membre à vie de la Fondation toute personne ou tout organisme ayant signé une formule à cette fin et qui a acquitté les frais d'admission au montant de 10 \$.

7. B – Elles – les enseignantes – redoutaient les reproches des commissaires, des inspecteurs, mais surtout des curés et même des Évêques.

8. C – Le 2 novembre 1936 lors d'une réunion tenue à La Malbaie, elle fonde avec d'autres institutrices l'Association Catholique des Institutrices rurales du district d'inspection primaire de La Malbaie (A.C.I.R.) dont elle est élue secrétaire.

9. B – 6,25 \$ -

*10. C – La Fédération catholique des institutrices rurales de la province de Québec est créée le 2 juillet 1937 à la Malbaie. Laure Gaudreault est élue présidente. Elle abandonne l'enseignement pour un syndicalisme qui s'inscrit nettement dans le courant du syndicalisme confessionnel catholique. Commence alors tout le travail d'organisation de cette nouvelle association syndicale qui se donne un outil d'information indispensable, le bulletin **Notre petite feuille**.*

Francine Pilon et Denyse Plouffe



ACTIVITÉS

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

Chorale :



Les pratiques ont lieu à toutes les deux semaines, le mardi, de 10 h à 12 h.

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

Directeur : Jean-Claude Villeneuve

Accompagnatrice : Denise Chamaillard

Responsable : Esthel Morrissette 450 562-1213

Responsables de la chorale liturgique : Esthel Morrissette
Thérèse Marchand-Poirier

Aquaforme :



La session d'automne se poursuit jusqu'au 16 décembre 2016.

Lieu : Au centre aquatique du CPE *Le Funambule* (stationnement inclus), situé au 220, rue St-Marc, à Saint-Jérôme (à côté de l'hôpital).

Coût : 90 \$ pour les 15 cours

La session d'hiver aura lieu du 9 janvier au 7 avril 2017, les lundis, à 13 h, les mercredis à 11 h et les vendredis, à 13 h et à 14 h 15.

Coût (si tous les cours sont complets) : 78 \$ pour 13 cours (paiement par chèque à votre **premier cours**, au nom de AREQ Rivière-du-Nord).

Préinscription : du 5 décembre au 9 décembre 2017

Inscription : du 12 décembre au 16 décembre, par ordre d'inscription indépendamment du statut de membre régulier ou ami.

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

Vitalité 55 :

La session d'hiver aura lieu du 10 janvier au 30 mars 2017.

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.

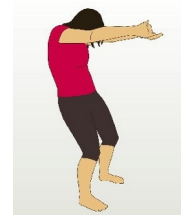
La session d'hiver se déroulera au *Centre Énergie-Cardio*, situé au 1055, rue Jean-Baptiste-Rolland Ouest, à Saint-Jérôme.

Coût : 55 \$ pour chaque session de 12 cours

Inscription : les mardi 10 et jeudi 12 janvier 2017 sur place

Professeure : Carole Beauséjour

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



Danse en ligne :



La session d'hiver aura lieu du 24 janvier au 28 mars 2017.

Les mardis, de 9 h 30 à 11 h

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

Coût : 50 \$ pour les 10 cours

Inscription : sur place, le 24 janvier 2017, à partir de 9 h 15

Professeure : Michelle Beaucage

Responsable : Monique St-Arnaud 450 438-2972

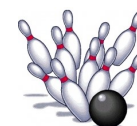
Quilles (Est) :

Les lundis à 15 h à partir du 5 septembre 2016.

Responsables : Maurice Roy 450 592-3223

Gérard Lavoie 450 436-6362

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:	 Port payé Postage Paid Poste Publications Publication Mail 40035540
--	--------------------	--

AGENDA

Responsables des réservations

*** Voir page 14 pour plus de détails

Ouest : Claire Blais Corbeil 450 562-3862
 Denyse Lapierre 450 562-8073
Est : Thérèse Latour Laurin 450 438-5159
 Agathe Hamel 450 438-7095

Déjeuners mensuels

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

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 : nicolecharbonneau2010@gmail.com

Journée des Aînés

Date : Le dimanche 2 octobre 2016
Heure : de 10 à 15 h
Lieu : *L'Espace Théâtre*
 543, rue du Pont
 Mont-Laurier

Fête de l'accueil

Date : Le jeudi 6 octobre 2016
Lieu : *Centre Lafontaine*
Coût : 30 \$
Accueil : 18 h (crudités) **Souper :** 19 h

*** *Le Conseil sectoriel et les membres du comité organisateur recevront les nouvelles et nouveaux retraités à 17 h 15 pour un cocktail.*

Réservation et annulation, avant le 29 septembre
 auprès des responsables.

Jour du Souvenir (est et ouest)

Date : Le jeudi 10 novembre 2016
Lieu : *Paroisse Sainte-Anastasie* de Lachute

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

Journée internationale des hommes

Date : Le mercredi 16 novembre 2016
Lieu : *Centre Lafontaine*
 2020, rue Saint-Georges
 Saint-Jérôme

Vous trouverez plus d'informations à la page 21.

Dîner de Noël (ouest)

Date : Le mercredi 7 décembre 2016

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

Fête de Noël (est et ouest)

Date : Le jeudi 8 décembre 2016
Lieu : *Centre Lafontaine*

Vous recevrez de plus amples informations par
 votre chaîne électronique ou téléphonique pour la
 vente des billets.

Conférences

Pour la huitième année, l'AREQ présentera les
 conférences en collaboration avec la TRARA et le
 Quartier 50+

Responsable : *André Chénard*

Vous trouverez plus d'informations à la page 22.