

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

Région 10 : Laval, Laurentides, Lanaudière

Secteur H : Des Affluents

Entre nous

Vol. 20 n°2- Janvier 2016



Coordination:

Yvon Doucet

Mise en page: Marie-Josée Doucet

Collaborateurs: Membres de l'AREQ

Mot de la présidente sectorielle

B onjour à vous toutes et tous, membres du secteur H des Affluents. Je vous souhaite une «Bonne et Heureuse Année 2016». Que ce soit une année remplie de bonheur, de joie, de santé et si possible que tous vos désirs se réalisent en cette nouvelle année.

Les nombreuses activités se poursuivront en 2016. La première sera le déjeuner des Rois, suivie par le souper de la Saint-Valentin. En mars, le secteur soulignera la Journée internationale des Femmes. Le 22 avril, nous pensons à notre planète en cette Journée de la Terre. Nous remercierons aussi tous nos bénévoles en les invitant à un dîner. Notre Assemblée générale de secteur se tiendra en mai et le Conseil sectoriel vous attend en grand nombre. C'est là que les décisions se prennent pour l'année à venir et vos suggestions nous aideront à répondre à vos attentes. Vous aurez aussi à voter pour élire des membres pour combler trois postes qui viendront en élection. Les postes de 1^{re} ou 1^{er} conseiller, de 1^{re} ou 1^{er} vice-président et de 1^{re} ou 1^{er} conseiller seront à combler. Nous invitons celles et ceux qui ont le goût de participer à l'organisation d'activités pour les membres du secteur. Nous lançons également une invitation toute spéciale aux nouvelles personnes retraitées qui arrivent avec un grand bagage d'idées. Le Conseil sectoriel et les membres pourraient en bénéficier.

À cette réunion, nous devrons choisir les personnes déléguées qui participeront au congrès de juin 2016. Votre participation est importante puisque c'est au congrès que se décident les grandes avenues pour les trois prochaines années. Les personnes déléguées ont droit de parole, ce qui permet au Conseil exécutif et au Conseil d'administration de mieux répondre à la volonté des membres.

Renée Beauséjour Présidente du secteur des Affluents renee.beausejour@videotron.ca

Sommaire

- 1 Mot de la présidente sectorielle
- Nouvelles personnes retraitées, In memoriam
- 3 Mot de la présidente régionale
- 4 Avis de convocation AGR et AGS
- 5 La Retraite, Saint-Valentin
- 6 Journée internationale de la femme Forum des hommes
- 7 Les Assurances
- 8 Comité des arts visuels, recrutement quilles
- 9 Photos
- 10 Photos

- 11 Photos
- 12 Sondage Entre nous et Communications
- Commémoration contre la violence Comité de l'action sociopolitique
- 14 Fondation Laure-Gaudreault (FLG) Environnement
- 15 Club de bridge des Affluents
- 16 Un merci aux bénévoles Élections sectorielles
- 17 Cours sur les tablettes électroniques
- 18 55 et + en forme
- 19 Sorties, voyage d'un jour
- 20 Le plaisir de lire

Liste des nouvelles personnes retraitées 2015-2016

Suzanne Beaudoin Claire Bédard
René Boisvert Mario Bourgeois
Manon Desrochers Ginette Dufort

Carole Julien-Beauchamp Jean-François Laferté

Lyne LaHaye Marie Lapalme
Dominique Lavoie Yvan Leroux
Francine Lussier Alain Martin

Ghyslaine Ricard Lucie Séguin-Reinhardt

François Senécal Louise Thomas

Martine Tremblay

IN MEMORIAM 2014-2015

M^{me} Lucille St-Hilaire, membre

M. André Leclerc, membre

 M^{me} Pauline Vincent, belle-sœur de M^{me} Berthe Lemyre

 M^{me} Denise Champagne, sœur de M^{me} Thérèse Champagne

M^{me} Claire Toupin-Francoeur, mère de M^{me} Denise Toupin-Francoeur

M^{me} Camille Gagnon, membre

M^{me} Marcelle Pelletier-Robillard, mère de M^{me} Diane Robillard

M^{me} Céline Dostaler-Richard, membre

M. Julius Koczan, conjoint de M^{me} Jeannine Carignan

M^{me} Simone Morel, sœur de M^{me} Gisèle Morel-Marcil

Mot de la présidente régionale Mireille Ménard

Déjà la deuxième année du triennat est commencée. J'ai à nouveau rencontré presque tous les membres des neuf Conseils sectoriels; c'est un plaisir de travailler avec des personnes aussi dynamiques. Les présidentes et présidents participeront à la fin du mois d'octobre au Conseil national qui aura lieu au Saguenay. À ce jour, notre région compte 8573 membres et 57 368 membres au National.



Dans la deuxième année du triennat, le National invite toutes les personnes responsables des comités consultatifs régionaux et sectoriels à participer à une journée d'information et de formation à Québec. Elles en ressortiront bien enrichies. Les présidentes et présidents participeront au Conseil national les 26, 27, 28 et 29 octobre à Chicoutimi.

La rencontre régionale a eu lieu le 30 septembre. Lors de cette rencontre, les responsables sectoriels des différents comités se sont regroupés en atelier et ont choisi une personne responsable pour leur comité. Ils ont ensuite préparé leur plan d'action respectif pour l'année 2015-2016 en choisissant des actions spécifiques avec des cibles à atteindre en établissant un échéancier et en respectant le budget alloué. Les responsables de ces comités sont venus présenter leur plan d'action aux membres du Conseil régional le 7 octobre.

Félicitations aux personnes nommées comme responsables des différents comités consultatifs :

Comité des arts visuels : Collette Bonneville, secteur Rivière-du-Nord

Comité des assurances : Lucien Thivierge, secteur Chomedey-Laval

Comité des communications : Lucille Gagné, secteur Chomedey-Laval

Comité de la condition des femmes : Lucille Francoeur, secteur Laval Nord

Comité de l'environnement et développement durable : Claudette Lefebvre, secteur Deux-Rivières de Laval

Comité du forum des hommes : André Thérien, secteur Lanaudière

Comité retraite, indexation : Thérèse Chaput, secteur Lanaudière

Comité d'action sociopolitique : Yves Grand Maison, secteur Rivière-du-Nord

Nous avons déjà eu deux belles conférences avec Claude Béland, ex-président du mouvement Desjardins et Charles Laliberté de l'Office de la protection du consommateur. Il y avait 102 personnes présentes. L'évaluation de cette journée a été très positive. D'autres conférences sont prévues. Vous recevrez l'information, soit par votre journal, votre site Web, votre courrier électronique ou par la chaîne téléphonique. Vous pouvez déjà inscrire à votre agenda la date de notre Assemblée générale régionale (AGR), soit le 26 mai 2016 à 9 h au Days Inn à Blainville.

Le 1^{er} octobre, j'ai participé à la Journée internationale des aînés des Laurentides. La Table de concertation a souligné le bénévolat de plusieurs aînés. Marcel Tessier était le conférencier invité. J'aimerais féliciter quatre de nos membres qui ont été honorés. Il s'agit de mesdames Claire Blais-Corbeil, 2^e vice-présidente du secteur Rivière-du-Nord et Louise Charlebois, membre du secteur Seigneurie-des-Mille-Îles et ex-membre de l'exécutif national et messieurs Michel De Courcy, 1^{er} vice-président du secteur des Laurentides et Jean-Marc Diotte, président du secteur Hautes-Rivières. Le 17 octobre, plusieurs de nos membres ont participé à la Marche mondiale des femmes à Trois-Rivières. Le thème de cette journée était : Femmes + Austérité = Vulnérabilité. Bravo aux marcheuses et marcheurs.

Vous pouvez avoir de nos nouvelles à partir du site national : www.areq.qc.net . Cliquez ensuite sur *Notre association*, puis sur *Régions* et sur *Laval-Laurentides-Lanaudière*; ou encore sur notre site régional : http://regionlaurentie.areq.ca/index.htm

J'espère avoir le plaisir de vous rencontrer en grand nombre aux différentes activités.

Citation de John Blythe Barrymore

Un homme devient vieux quand ses regrets prennent la place de ses rêves.

AVIS DE CONVOCATION

ASSEMBLÉE GÉNÉRALE RÉGIONALE (AGR) LAVAL-LAURENTIDES-LANAUDIÈRE

Tel que stipulé dans les Statuts et règlements adoptés en juin 2014, article 14.04, par la présente, vous êtes cordialement invités à participer à l'Assemblée générale régionale (AGR):

DATE: Le jeudi 26 mai 2016

HEURE: 9 h à 15 h

ENDROIT: Hôtel Days Inn, 1136, boul. Labelle, Blainville J7C 3J4

Téléphone: 450 430-8950

9 h: Présentation des différents rapports d'activités 2015-2016

13 h 15: Conférencier Marcel Tessier

C'est un moment privilégié pour nous rencontrer, prendre connaissance de nos réalisations et assurer la pérennité.

Je compte donc sur votre précieuse collaboration. Au plaisir de vous revoir.

N.B.: Pour assister à la conférence, vous devez participer à l'AGR en matinée.

Mireille Ménard, présidente régionale

Avis de convocation de l'AGS 2016

Tel que stipulé dans les statuts et règlements 2014-2017 de l'AREQ, article 21.04, par la présente, les membres sont officiellement convoqués à l'Assemblée générale du secteur H des Affluents qui se tiendra le lundi 9 mai 2016, à 9 h 45, à la salle du SERM située au 575, montée Masson, à Mascouche.

Invitation au déjeuner lors de l'AGS

Lundi, 9 mai 2016, 8 h 30

Restaurant Fruit Oeufolie, 495, montée Masson, Mascouche

Situé dans le petit centre commercial juste avant le SERM

Confirmation obligatoire : Auprès de M^{me} Renée Beauséjour 514 718-2820

Date limite d'inscription: Lundi, 2 mai 2016

Le petit déjeuner vous sera offert gratuitement sur réservation seulement.

L'AGS suivra à 9 h 45 au SERM

575, montée Masson, Mascouche

Toute personne qui s'inscrit au petit déjeuner et qui ne se présente pas aura à défrayer un montant de 10 \\$ au secteur.

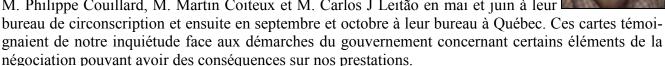
4

La Retraite

par Roger Laporte

« La Retraite »... Ce dossier s'appelait, il y peu de temps, « l'Indexation ». Ce dossier traitera désormais de plusieurs autres sujets et non seulement de l'indexation.

Je vous rappelle que nous avons envoyé des cartes postales que vous avez signées à M. Philippe Couillard, M. Martin Coiteux et M. Carlos J Leitão en mai et juin à leur



J'ai rencontré les députés de Masson et de Repentigny pour les informer de cette démarche afin qu'ils en tiennent compte dans leurs débats. J'ai reçu un très bon accueil et ils ont demandé plusieurs compléments d'information.

Je ne peux que vous encourager à utiliser les outils déjà disponibles pour comprendre le calcul de vos prestations au (http://areq.qc.net/publications/zoom-sur/#c321). Cet outil vous aidera aussi à calculer la fluctuation de votre pouvoir d'achat dans les années à venir. Le site de l'AREQ regorge d'informations concernant notre vécu, nos intérêts et nos démarches. L'avez-vous consulté récemment ? Les détails de l'entente y sont exposés depuis le 21 décembre. L'analyse des implications des dernières négociations pour les retraités ne saurait tarder. Êtes-vous inscrits à l'infolettre?

« Retraite Québec », vous connaissez? Cet organisme regroupera la Régie des rentes du Québec (RRQ) et la Commission administrative des régimes de retraite et d'assurances (CARRA). Je vous invite à consulter le dixième numéro du Bulletin de la retraite au (http://observatoireretraite.ca/wp-content/uploads/2015/12/bulletin10_dec2015.pdf) pour un survol historique, une comparaison avec d'autres pays et surtout des questions encore sans réponses pouvant nous toucher.

Eh oui, le monde change. Ce n'est pas parce qu'on est déjà à la retraite que tout est réglé. Il nous appartient de nous tenir au courant et de réagir au besoin.

SOUPER DE LA SAINT-VALENTIN

Le mardi 16 février 2016 Restaurant Le Monte Carlo 555, rue Leclerc, Repentigny

Accueil: 17 h
Spectacle: M. Roger Landry
Coût: 25 \$ membre
30 \$ non-membre

Vous devez vous procurer votre billet auprès de : M^{me} Gisèle Morel 450 581-9492
Date limite pour vous procurer votre billet :

Le vendredi 12 février 2016

Pour connaître la vie du secteur des Affluents, visitez notre site Web régulièrement à l'adresse suivante:

http://desaffluents.areg.ca ou desaffluents.areg.ca

Journée internationale de la femme DÎNER AU RESTAURANT GRENACHE

639, rue Notre-Dame, Repentigny Le mardi 8 mars 2016 Accueil: 11 h 30



Nous aurons comme personne invitée Madame Nathalie Lemieux, responsable de RE-GARD EN ELLE. Le but de l'organisme est d'aider et d'héberger des femmes et enfants qui vivent un contexte de violence et ainsi leur redonner du pouvoir sur leur vie. Le thème de cette année : "APPEL À TOUTES POUR SE FAIRE ENTENDRE ".

Emmenez vos conjoints, amis ou amies pour passer un bon moment ensemble. Pour réserver, vous pouvez communiquer avec : Ginette Gagnon 450 589-2120 gagjar@hotmail.com

Lise Desroches 450 582-2709 desroches.l@videotron.ca

Le Comité de la condition des femmes, responsable: Ginette Gagnon AREQ 10 H des Affluents

FORUM DES HOMMES

par Bernard Dubois

Bonjour,

ette année, la Journée internationale des hommes a regroupé 40 membres de l'AREQ au niveau régional. Notre secteur fut représenté par cinq membres. Je tiens à remercier les quatre braves qui m'ont accompagné lors de cette conférence interactive tenue à Saint-Jérôme le 19 novembre dernier. Je réservais pourtant plusieurs mercis aux personnes absentes.

La prochaine activité prévue pour le 16 mars 2016 sera intersectorielle et régionale. Il s'agira d'échanges à partir du beau livre : La santé repensée du Dr. Gaétan Brouillard, Éd. de l'Homme, 2015. Ce livre nous avait déjà été recommandé par notre secrétaire de secteur, M^{me} Pierrette Caron-Haguette. Et croyez-moi, c'est une véritable petite mine d'or pour qui veut prendre sa santé en main. Dommage que cette activité ne soit offerte qu'aux hommes seulement. Bienvenue aux hommes de bonne volonté pour une bonne santé, à l'hôtel Days Inn, 1136 boul. Curé-Labelle, Blainville, de 9 h 30 à 15 h.

L'activité suivante sera intersectorielle. Le conférencier et animateur, Yves Dubuc, nous livrera des secrets sur comment décoder et analyser nos rêves, même les plus fous. Heureusement, cette belle activité sera également offerte aux femmes membres de l'AREQ. Ainsi en a décidé le Forum des hommes cette année. Et j'en suis très heureux. Je le souhaitais depuis longtemps.

Alors curieuses et curieux, on se donne rendez-vous pour une belle journée le 27 avril 2016 à l'hôtel Days Inn, 1136 boul. Curé-Labelle, Blainville, de 9 h 30 à 15 h. Même endroit et mêmes heures que l'activité précédente prévue pour le 16 mars.

Espérant que les hommes participent en aussi grand nombre que les femmes à cette activité *Forum des hommes*, je vous laisse avec le beau mot de bienvenue à toutes et à tous.

Bernard Dubois, responsable du Comité du forum des hommes, secteur des Affluents

Les Assurances

par Ginette Paquin

B onne nouvelle, nous ne subirons pas d'augmentation pour la prime de notre assurance collective pour l'année 2016.

Pour communiquer avec la SSQ, l'AREQ encourage grandement ses membres à s'inscrire au site Accès | assurés afin de profiter de ses divers avantages. Il est possible de s'y inscrire en tout temps en suivant les indications suivantes: https://ssq.ca/particulier/assurance/



<u>assurance-collective/services-electroniques</u> ou en communiquant directement au service à la clientèle de SSQ au <u>418 651-6962</u> ou sans frais au <u>1 888 833-6962</u>.

Les membres qui le désirent pourront continuer de recevoir leur relevé de prestations par la poste. Cependant, le service de dépôt direct ne leur sera plus offert. Ils devront retourner à l'envoi par chèque pour le remboursement de leurs prestations. Pour résumer plus simplement, c'est dorénavant "tout électronique" ou "tout papier".

Rencontre régionale d'informations sur vos assurances

Une importante réunion est prévue pour le 1^{er} novembre 2016. Oui, c'est la bonne date. Il sera question de vos assurances : maladie, voyage et vie. Il est donc très important de réserver cette date à votre agenda. Il y aura plus d'informations dans votre prochain bulletin sectoriel. Vous pourrez vérifier s'il y a eu des changements de date et de lieu et vous pourrez vous inscrire à ce moment.

En attendant, si vous avez des questions, des commentaires ou des inquiétudes sur vos assurances, vous pouvez communiquer avec moi par téléphone ou par courriel.

Je vous souhaite tous mes vœux pour la nouvelle année.

Au plaisir de vous rencontrer en novembre 2016!

Ginette Paquin 450 474-1763 ginette.paquin@gmail.com

La nouvelle orthographe Capsule 16

Mots avec super-, hyper-, extra-, ultra-, archi-:

Ces préfixes se soudent à l'élément qui suit: superhéros, hyperactif, extrafort, ultrason, archiconnu pour former de nouveaux mots.

Vous pouvez retrouver toutes les capsules de la nouvelle orthographe dans le *Grand vadémécum de l'orthographe moderne recommandée*, écrit par Chantal Contant.

Comité des arts visuels

Montre-nous ta créativité...

Le Comité des arts visuels invite les membres de l'AREQ ainsi que les conjoints et conjointes de notre secteur à s'inscrire à notre exposition du printemps prochain.

Nous sommes à la recherche de nouveaux artistes pour élargir les horizons à travers de nouvelles techniques en métiers d'art, en plus de la peinture, la photographie et la sculpture. Ceci se veut une démarche exploratoire permettant une nouvelle orientation.



Nous savons que les personnes à la retraite pratiquent un loisir et n'exercent pas une carrière artistique. Elles exposent donc pour leur plaisir.

L'exposition aura lieu les 22, 23 et 24 avril au Centre d'art Diane-Dufresne, 11, Allée de la Création à Repentigny. Comme vous le constatez, il y a eu un changement d'horaire depuis la mise à jour avec la ville. On s'en excuse.

Les artistes intéressés à faire partie de l'exposition s'inscrivent avant le 29 janvier 2016.

On s'inscrit auprès de :

ginette.jeanrobert@videotron.ca gagjar@hotmail.com Jean-Robert Lapierre 450 589-4514 Ginette Gagnon 450 589-2120

Au plaisir de partager votre créativité. Le Comité des arts visuels Secteur des Affluents

Quilles : Nous sommes en période de recrutement par Roger Viens

Tu veux jouer aux petites quilles dès le retour des Fêtes. Fais-nous signe en téléphonant à Roger Viens au 450 657-7923. Il en coûte 13 \$ par semaine. On joue tous les vendredis après-midi à 13 h.

On a hâte de te rencontrer.

Les responsables de la Ligue.



Commanditaires







Quelques photos des activités

Dîner des bénévoles

15 avril 2015









Brunch de l'accueil

8 septembre 2015









Dîner de l'amitié

14 octobre 2015











Brunch de Noël

6 décembre 2015











Fête des Rois 6 janvier 2016





Sondage Journal Entre nous et Sondage Communications par Michel Haguette et Yvon Doucet

L'austérité ou les restrictions budgétaires nous frappent en plein front en ce qui concerne le journal *Entre nous*. Notre principal commanditaire nous a abandonnés. En effet, la CSA nous laisse à nous-mêmes. Dorénavant, nous devrons assumer les frais de livraison du journal. Le secteur devra défrayer les dépenses occasionnées pour les envois. Les enveloppes et les frais postaux seront à la charge du secteur. Il en coûte 3,90 \$ de frais postaux pour l'envoi d'un journal.

De plus, la présentation du journal sera modifiée. Le contenu, nous l'espérons, restera à la hauteur de vos attentes.

Dans le but de diminuer les frais de livraison nous vous incitons fortement à rénondre au sondage suivant en

ce qui concerne le journal <i>Entre nous</i> .			
1) Sondage Entre nous			
Voulez-vous continuer à recevoir le journal version papier par courrier à domicile? OUI NON			
Si votre réponse est négative, vous devez communiquer avec Yvon Doucet à l'adresse courriel : doucet.yvon@videotron.ca ou par voie téléphonique au 450 581-7086.			
N.B. Le journal est toujours accessible en visitant le site web AREQ des AFFLUENTS — Accueil- Entre nous puis cliquez vol			
http://desaffluents.areq.ca_ou_desaffluents.areq.ca_			
2) Sondage Communications			
Voulez-vous continuer à recevoir les communications par courriel ? OUI NON			
Si votre réponse est négative, vous devez communiquer avec Michel Haguette à l'adresse courriel : haguette@bell.net ou par voie téléphonique au 450 581-0440.			
Voulez-vous continuer à recevoir les communications par voie téléphonique? OUI NON			
Si votre réponse est négative, vous devez communiquer avec Michel Haguette par voie téléphonique au 450 581-0440.			
P.S. Les personnes qui ne reçoivent pas de communications par courriel ou par voie téléphonique et qui veulent en recevoir doivent communiquer avec Michel Haguette au numéro de téléphone suivant: 450 581-0440.			

COMMÉMORATION CONTRE LA VIOLENCE

Message lu à la messe de nos défunts le 2 novembre 2015

Nous profitons de cette rencontre ce soir, à la messe de nos défunts, pour se souvenir de toutes ces femmes disparues le 6 décembre 1989 qui avaient un bel avenir devant elles.

Non, on n'a pas oublié toutes ces souffrances vécues dans ces familles affligées par cette tuerie. Certains diront : "Pas encore ça! " Mais oui, il faut en parler; la violence sous toutes ses formes, qui est trop présente autour de nous.

Aujourd'hui encore, il y a de ces gens qui posent des gestes inacceptables et qui proviennent de toutes les catégories de notre société moderne. Tous, nous pouvons un jour ou l'autre être victimes d'un acte violent. Quel désastre! Quelle tristesse!

Prenons quelques moments de silence, de recueillement en pensant à toutes ces personnes qui souffrent physiquement et psychologiquement et qui espèrent du secours.

Pendant la messe, gardons en tête que la flamme du cierge pascal représente le CALME, la LU-MIÈRE et la PAIX au bout du tunnel, tandis que les ROSES BLANCHES sont la BEAUTÉ et la PURETÉ.

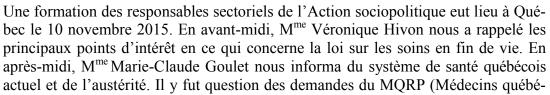
Merci au Conseil sectoriel des Affluents d'avoir permis de jumeler le Comité de la condition des femmes à cette rencontre.

Ginette Gagnon

Responsable de la Condition des Femmes

AREQ 10 H Secteur des Affluents

Comité de l'action sociopolitique par Yvon Doucet





cois pour le régime public). Voici ce que le MQRP demande au gouvernement, aux fédérations et au Collège des médecins :

Que les médecins et les patients soient mieux informés

Que la Loi sur l'assurance maladie soit mieux appliquée

Que la pratique des forfaits annuels soit éliminée

Que tous les soins médicalement nécessaires soient éventuellement couverts, notamment :

Les médicaments et agents anesthésiques administrés en cabinet (par l'assurance médicaments)

Les services à distance, les consultations pour renouvellement d'ordonnance, les attelles, les plâtres, les bandages, les résumés et transmission de dossier

Les formulaires pour les médicaments d'exception

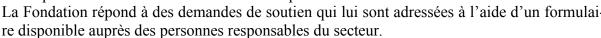
Les formulaires médicalement nécessaires

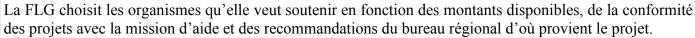
Le 23 novembre 2015, une conférence régionale eut lieu à Blainville. Tous les membres étaient invités. En premier lieu, M^{me} Marie-Josée Naud nous a informés des faits, des enjeux et des conséquences de la fusion CARRA et RRQ. En second lieu avec M^{me} Ginette Plamondon, il fut question de l'état de la situation en ce qui concerne les frais médicaux accessoires. Informons-nous et soyons toujours en état de veille.

13

Politiques de donation de la Fondation Laure-Gaudreault (FLG) par Michel Haguette

D'entrée de jeu, je vous rappelle que la FLG est le seul organisme que soutient l'AREQ et qui est autorisé à collecter des fonds auprès de ses membres.





Elle se fait un devoir de retourner, dans une région donnée et au bénéfice des organismes de cette même région et si possible du secteur, l'essentiel des sommes recueillies sur ce territoire.

En fonction des sommes recueillies au 31 décembre de l'année précédente, la FLG sélectionne les organismes bénéficiaires au printemps de chaque année, soit avant la fin du mois de juin 2016.

Les trois volets de Laval-Laurentides-Lanaudière

Le bureau régional de notre région, Laval-Laurentides-Lanaudière, accepte de répondre à des demandes de soutien qui concernent l'un ou l'autre des trois volets suivants : l'aide aux personnes aînées dans le besoin, le soutien aux organismes d'aide qui visent à améliorer la qualité de vie des personnes aînées et le soutien à des jeunes dans le besoin ou aux organismes d'aide aux jeunes. Notre Bureau régional a distribué 3 400 \$ avant le 1^{er} juillet 2015.

Les collectes de notre secteur

Notre secteur organise trois collectes par année soit : à l'Assemblée générale, au brunch de l'accueil des nouvelles personnes retraitées et au brunch de Noël. En décembre dernier, au vestiaire, on a collecté 162 \$. Pour recevoir un formulaire de demande d'aide, communiquez avec moi au 450 581-0440.

Michel Haguette

Responsable sectoriel et président régional de la FLG

Comité de l'environnement

L'année 2016 sera consacrée à l'environnement, tant dans notre région qu'au niveau de la planète. La Conférence de Paris sur le climat en décembre 2015 a réussi à mobiliser 195 pays, mais aussi à sensibiliser les peuples de la planète sur l'importance de la qualité de l'air.



Pour vous, les membres de l'AREQ, votre comité régional de l'environnement prépare une activité intergénérationnelle. C'est à suivre !

Enfin, n'oublions pas les hydrocarbures. Nous soulignerons le Jour de la Terre (22 avril 2016) en insistant sur la protection de l'environnement avec une conférence préparée conjointement avec le Comité régional en sociopolitique (CRSP) portant sur les hydrocarbures et les pipelines dans nos régions.

Lise Hébert, responsable sectorielle du Comité de l'environnement

Club de bridge des Affluents

Le club de bridge des Affluents a fêté en février 2015 sa 20^e année d'existence.

Pour faire partie du club de bridge, il faut être membre de l'AREQ ou être le conjoint ou la conjointe d'un membre. Les membres de l'AREQ d'autres secteurs sont aussi acceptés. Les conjointes ainsi que les membres d'autres secteurs sont acceptés conditionnellement aux places disponibles.

Les parties de bridge du jeudi, de 13 h à 16 h, se veulent d'abord et avant tout une détente. Même si le bridge est sérieux, les statistiques des résultats notés des parties ne sont pas compilées.

Si vous possédez les notions de base du jeu de bridge, que vous répondez aux critères (membres ou conjoints) et voulez passer un aprèsmidi de détente, vous pouvez vous inscrire au 450 581-1385.



Aux fins de sessions, en décembre et en mai, les rencontres de bridge se terminent à 17 h et les membres festoient ensuite au restaurant.

En avril prochain (les 25-26 et 27 avril 2016), des membres du club de bridge et quelques amis de l'AREQ se réuniront, comme à chaque année, à l'Auberge du Vieux-Foyer à Val-David : 6 sessions de bridge et repas gastronomiques.

Calendrier des réunions 2015-2016 :

Tous les jeudis de 13 h à 16 h du 10 septembre au 17 décembre 2015 et du 7 janvier au 12 mai 2016. Les 17 décembre et 12 mai, les réunions finiront à 17 h au lieu de 16 h.

Les responsables 2015-2016 :

Michèle Langlois 450 492-8418 Lise Gareau 514 642-5326 Jean-Claude Larouche 450 581-1385



Jean-Claude Larouche

Un très grand merci à nos bénévoles 2015-2016

e Conseil sectoriel des Affluents vous remercie pour votre disponibilité, votre temps, vos énergies et votre sourire constant. C'est grâce à vous si le secteur des Affluents est si accueillant et dynamique.

M. Gilles Bastien, M^{me} Diane Beaulieu, M^{me} Renée Beauséjour, M^{me} Pierrette Bérard-Lambert, M^{me} Céline Bertrand, M^{me} Josée Bertrand, M^{me} Gisèle Bérubé, M^{me} Francine Blais, M^{me} Olivette Blanchet-Desruisseaux, M^{me} Claire Bouchard, M. Germain Boudreault, M. Gilles Carrière, M^{me} Pierrette Caron-Haguette, M^{me} Thérèse Champagne, M^{me} Lorraine Cournoyer, M. Claude Chevrier, M. Jean Cusson, M^{me} Gisèle Denommé, M^{me} Lise Desroches, M^{me} Monique Doiron, M. Yvon Doucet, M. Bernard Dubois, M^{me} Diane Dufresne, M^{me} Claudette Fleury, M^{me} Geneviève Frédette, M. Jacques Gagné, M^{me} Ginette Gagnon, M^{me} Lise Gareau, M. Michel Haguette, M^{me} Jacqueline Girard, M^{me} Lise Hébert, M. Claude Jargaille, M. Jacques Lacombe, M^{me} Michèle Langlois, M. Jean-Robert Lapierre, M^{me} Louise Laporte, M. Roger Laporte, M. Jean-Claude Larouche, M. Jean Lavigne, M^{me} Lise Lecouffe, M^{me} Lilia Léveillé, M. Robert Ménard, M^{me} Gisèle Morel-Marcil, M^{me} Diane Ouimet, M^{me} Ginette Paquin, M^{me} Liette Renaud, M^{me} Claire Rivest-Fillion, M. Gaétan Robitaille, M. Michel Rompré, M^{me} Madeleine Roy, M^{me} Jacqueline Saucier, M. Luc St-Georges, M^{me} Denise Toupin-Fortin, M^{me} Lisette Tremblay, M. Pierre Trépanier, M^{me} Gisèle Turmel, M. Jules Vaillancourt, M. Roger Viens

ÉLECTIONS SECTORIELLES Lundi, 9 mai 2016

Procédures à suivre :

Les membres réguliers du secteur des Affluents, intéressés par un des postes disponibles au Conseil sectoriel, doivent faire la demande de formulaire à la présidente d'élections, dès le **mercredi 20 avril 2016**.

- 1. Le formulaire complété devra être remis au plus tard le samedi 30 avril 2016.
- 2. Les postes en élection sont les suivants :
 - a) 1^{re} vice-présidence pour un mandat de 3 ans.
 - b) 1^{re} conseillère ou conseiller pour un mandat de 3 ans.
 - c) Trésorerie, pour un mandat de 3 ans.

Pour tous renseignements, je suis disponible au 450 585-3529. bertrandjosee025@sympatico.ca

La présidente du Comité d'élections, secteur des Affluents Josée Bertrand 211, rue Payette Repentigny, QC J5Z 2R4

Cours sur les tablettes donnés aux membres de l'AREQ, secteur des Affluents

Suite des cours sur les tablettes

Ces cours sont pour celles et ceux qui ont suivi le cours no 1.

Cours no 2 pour tablette iPad et cours no 2 pour tablette Android.



- 1-Terminer quelques points du cours no 1
- 2- Web et recherche. Utilisation de cartes géographiques.
- 3- Lecture.
- 4- Photographie, retouche d'images, annotation d'images, photocopie de documents.
- 5- Vidéos et montage de films.
- 6- Dessins et création de livres numériques.

Commençons par essayer, ensuite on peut répondre à la question : "Pourquoi je ferais ça ?"

Matériel requis

Avoir sa propre tablette.

Avoir en main : noms d'utilisateur, mots de passe des comptes Gmail, Google, OneDrive, ou des comptes iTunes, App Store, Skype, Facebook ou autres, s'il y a lieu.

Nos rendez-vous seront :

de 9 h 30 à 12 h

Cours no 2 iPad : les mercredis 3, 10, 17, 24 février 2016 Cours no 2 Android : les mercredis 9, 16, 23, 30 mars 2016

L'endroit sera à préciser en janvier.

Pour toutes questions et pour réserver votre place, communiquez avec :

Jean Robert Lapierre 450 589-4514

ginette.jeanrobert@videotron.ca

La nouvelle orthographe Capsule 17

Le préfixe néo-

Le préfixe *néo*— se soude à l'élément qui suit (ex. : néolibéralisme), comme le veut la règle. Cependant, lorsqu'on le place devant un nom propre avec majuscule, le trait d'union est requis.

Ex:

Écossais : habitant, en Écosse

néo-Écossais : nouvel habitant, en Écosse **Néoécossais** : habitant, en Nouvelle-Écosse

néo-Néoécossais : nouvel habitant, en Nouvelle-Écosse

17

Rappel — Rappel — Rappel

55 et + en forme

par Céline Bertrand

Session Printemps 2016

Bravo aux participants et participantes de la 1^{re} session (Automne 2015) et de la 2^e session (Hiver 2016). Votre ténacité permet de continuer à offrir des cours 2 fois par semaine (mardi et jeudi).

Les activités se poursuivront ce printemps 2016 avec le soutien de M^{me} Vicky Riel. Pour avoir plus d'informations au sujet de sa démarche, vous pouvez consulter votre journal *Entre nous* Septembre 2015 à la page 11.



55 et + en forme Informations pour la prochaine session Session Printemps 2016

Les cours auront lieu : Au chalet Thifault, 457, rue Robillard, Repentigny (accès par le boulevard Brien, entre Iberville et Notre-Dame)

Quand : Les mardis de 13 h 45 à 14 h 45

Les jeudis de 13 h 45 à 14 h 45

Nombre de personnes : 15 personnes par activité

Session: Printemps 2016

Mardi	Jeudi	Rabais pour les 2 cours
2016-03-22 au 2016-05-24	2016-03-24 au 2016-05-26	9\$
10 cours	10 cours	Coût total : 121 \$
		Pour les membres de l'AREQ
65 \$ pour les membres de	65 \$ pour les membres de	Coût total: 131 \$ pour les
l'AREQ	l'AREQ	non-membres
70 \$ pour les non-membres	70 \$ pour les non-membres	

Pour vous inscrire et pour plus d'informations, vous composez le 450 654-3079.

* Veuillez noter qu'aucun remboursement n'est accordé quand les cours sont commencés.

Céline Bertrand, responsable de l'activité

Commanditaires







Sorties au Théâtre Hector-Charland

René Simard

Date: 29 avril 2016

Date limite pour inscription: 15 mars 2016

Coût: 39,50 \$





La Galère

Retrouvez les personnages de la série télé *La Galère* cet été.

Date: 8 juillet 2016

Date limite pour inscription: 1^{er} juin 2016

Coût: 44 \$

Michel Louvain – 60 ans de bonheur avec vous

Date: 23 septembre 2016

Date limite pour inscription: 30 août 2016

Coût: 47 \$

Informations et réservations : M^{me} Gisèle Morel 450 581-9492

M^{me} Pierrette Caron-Haguette 450 581-0440

Voyage d'un jour

Croisière d'Iberville et Fort Chambly

Date: 12 juillet 2016

Coût: 148 \$

Date limite pour inscription et paiement : 1er juin 2016

Départ de l'Île Lebel, direction Saint-Marc sur Richelieu.

Croisière historique, laissez-vous raconter la vision de

Champlain en 1608, ses difficultés et découvertes lors de sa remontée de la rivière Richelieu. Admirez les villages et les églises où les Patriotes ont pris part aux événements de 1837-1838.

Dîner inclus à l'Auberge Handfield.

En route vers Chambly, visite du lieu historique national du Canada : Fort Chambly. Visite guidée avec démonstration. Direction Otterburn Park, visite guidée de la chocolaterie *La Cabosse d'Or*.

Souper libre. Retour: 20 h.

Renseignements et réservations : M^{me} Gisèle Morel 450 581-9492 M^{me} Pierrette Caron-Haguette 450 581-0440



Le plaisir de lire.... par Pierrette Caron-Haguette



Gill Pauline, Le regard de Luce, Éd. VLB, 2015, 320 p., 29,95 \$



Au début du XIX^è siècle, à la veille de la révolution des patriotes, les tensions politiques et sociales sont vives. Luce, une fille de médecin indépendante et déterminée, enquête sur le terrible assassinat de son frère. Malgré les gens qui tentent de lui faire obstacle, elle saura user de patience pour faire la lumière sur cette disparition.



Desrochers Clodine, *Au nom de l'amour à ces femmes avant moi*, Éd. La semaine, 224 p., 22,95 \$

Un témoignage bouleversant et un voyage dans le Québec rural des années 50. Un récit inspiré de l'histoire de la mère et d'autres femmes de la famille de Clodine Desrochers.



Mankell Henning, Sable mouvant, Éd. Seuil, 368 p., 34,95 \$

L'auteur suédois nous a quittés le 5 octobre dernier. Quand, en janvier 2014, il a appris qu'il était atteint d'un cancer, il a entamé un journal de bord qu'il a tenu durant les cinq mois de son traitement. Le texte qui en ressort est ponctué de pensées, de souffles de résistance et de réflexions teintées du moment où sa vie a basculé; ce qu'il a appelé le «sable mouvant».

Bonne lecture, Pierrette Caron-Haguette