

## AUTREMENT DIT...

FÉVRIER 2020

## MOT DE LA PRÉSIDENTE

## SOMMAIRE :

- **Mot de la présidente régionale** 2
- **Journée internationale des hommes** 3
- **Dîner de Noël** 3
- **Déjeuner de janvier** 4
- **Prochaines activités** 4
- **Relais pour la vie** 5
- **Quels besoins des hommes ?** 5
- **Environnement et développement durable** 6
- **Adresses importantes** 6
- **Journée de la femme** 7
- **Artiste de chez-nous** 7
- **St-Valentin** 8
- **SOS Messagerie** 8
- **Convocation AGS** 8

Comité du Bulletin  
sectoriel

- Diane Chevrier
- Anne-Marie Desrosiers
- Marie-Marthe Dionne
- Francine Gaudreau
- Thérèse Lepage
- Ghislaine Malenfant
- Laurence Morais
- Henry Forrest  
responsable

Bonjour à vous toutes et tous,

Dans quelques mois, le triennat 2017-2020 sera chose du passé. Tous les objectifs de notre plan d'action sectoriel ont été réalisés. Cette réussite est attribuable au travail constant des divers comités appuyés par votre conseil sectoriel.

Actuellement, 20 membres participent au projet « Toujours en action » qui portent sur « Physiothérapie et mouvement ».

Le 1<sup>er</sup> avril, il y aura une conférence donnée par l'autorité des marchés financiers (AMF) sur la fraude et le vol d'identité. Nous vous informerons des modalités d'inscription un peu plus tard.

Il ne nous reste que 4 activités déjeuners avant la pause de l'été.

En mars, nous soulignerons la journée internationale des femmes. L'organisation de ce déjeuner sera sous la responsabilité du comité des femmes.

En avril, ce sera l'AGS (l'assemblée générale sectorielle). Le déjeuner sera donc à 9 heures au lieu de 9 heures trente.

Ce sera l'occasion de vous tenir

au courant de la gestion de votre association. Cette année, lors de cette assemblée, il y aura des élections à quatre des sept postes du Conseil sectoriel soient : présidence, 2<sup>ième</sup> vice-présidence, secrétariat et 2<sup>ième</sup> personne conseillère. Les mises en candidature seront acceptées jusqu'au milieu de l'AGS. Si des postes demeurent vacants, le conseil se chargera de voir à les combler, comme il l'a toujours fait, dans les plus brefs délais. Madame Monique Blais, présidente régionale, profitera de ce déjeuner pour effectuer sa visite annuelle.

En mai, le déjeuner sera consacré à l'environnement. Face aux changements climatiques de plus en plus importants, c'est primordial pour nous tous d'être renseignés sur des moyens de les atténuer. Le comité de l'environnement se chargera de l'organisation de cette rencontre.

En juin, comme par les années passées, le déjeuner se tiendra au club de golf l'Empress. Nous en profiterons pour souligner l'apport inestimable de nos bénévoles au sein de notre association.

J'en profite pour remercier les membres actuels du Conseil



sectoriel pour leur collaboration sans faille. Leur dévouement à travailler à l'amélioration de la vie du secteur est toujours exceptionnel.

Dans le but de rendre notre secteur des plus attractifs, nous attendons vos suggestions et, dans la mesure du possible, essaierons de les réaliser.

*Marie-Marthe Dionne*  
Présidente



ASSOCIATION DES  
RETRAITÉES ET  
RETRAITÉS DE  
L'ÉDUCATION ET  
DES AUTRES SERVI-  
CES PUBLICS DU  
QUÉBEC (CSQ)

## MOT DE LA PRÉSIDENTE RÉGIONALE

Bonjour à toutes et tous,

Dans quelques mois, je terminerai mon engagement à l'AREQ, comme présidente régionale. Je suis fière d'avoir représenté notre belle région.

Même si ce départ approche à grands pas, il faut vous informer des activités de la région.

En septembre, les personnes à la présidence de votre secteur et moi-même, avons planifié notre calendrier pour la dernière année de mon mandat.

En octobre, les personnes responsables de comités sectoriels en action sociopolitique, assurances, des femmes et des hommes ont reçu de l'information sur leur comité respectif à Matane.

Le 16 octobre, les personnes à la trésorerie recevaient une formation donnée par mesdames Martine Faucher et Nathalie Hébert.

Le 17 octobre, les membres du Comité exécutif rencontraient à Matane les membres des conseils sectoriels et les délégués au Congrès. Par cette tournée, on voulait nous informer des travaux de l'AREQ et prépa-

rer les dossiers qui seront à l'ordre du jour du Congrès de juin prochain.

En début décembre, les responsables régionaux des comités de l'action sociopolitique et de la retraite ont participé à une formation à Québec. Ils partageront les informations reçues avec les responsables sectoriels les 5 et 6 février 2020.

Quant aux responsables régionaux en assurances, environnement et développement durable, ils se rencontreront en février à Québec. Pour les responsables régionaux des hommes, la formation aura lieu en mars. Suite à cette formation, nous organiserons à Matane une rencontre pour les responsables sectoriels des comités respectifs.

Par la suite, vos responsables sectoriels vous transmettront l'information reçue par les moyens de communication de votre secteur: bulletin sectoriel, Facebook ou lors d'activités. N'oubliez pas l'infolettre. Il nous tient à la fine pointe de l'information concernant l'AREQ et ce à tous les vendredis, inscrivez-vous.

Cette année, c'est l'élection au

poste de présidence sectorielle. Dans sept secteurs, les personnes à la présidence ont complété leurs deux mandats. Pour les autres, le mandat est renouvelable. Je vous invite à prendre la relève. C'est un beau défi, un peu exigeant mais tellement valorisant.

Enfin, un événement important pour la région Bas-St-Laurent-Gaspésie-Les-Îles-Côte-Nord...

C'est l'Assemblée générale régionale (AGR) qui aura lieu dans le secteur Vallée-de-la-Matapédia à Amqui au Centre Communautaire, mercredi 6 mai 2020 à 9 heures. Je vous y invite en grand nombre, c'est l'instance représentative de la région.

De plus, lors de cette assemblée, vous devrez élire une nouvelle personne à la présidence régionale.

Mes deux mandats sont terminés.

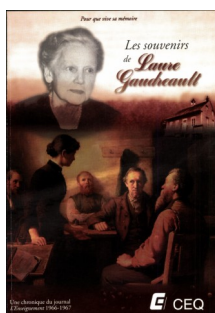
Merci également à vous tous qui vous impliquez afin de rendre notre association vivante.

Au plaisir de vous rencontrer lors de votre assemblée générale sectorielle.

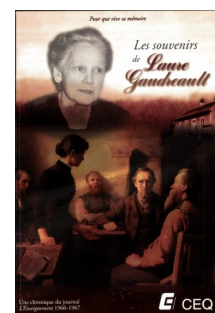
*Monique Blais*  
Présidente régionale.



Dans quelques mois, je terminerai mon engagement à l'AREQ, comme présidente régionale. Je suis fière d'avoir représenté notre belle région.



Site de la fondation Laure-Gaudreault : <https://fondationlg.org/>



## JOURNÉE INTERNATIONALE DES HOMMES



Nous étions 51 membres au déjeuner thématique de la Journée internationale des hommes. Les organisateurs auraient aimé voir une plus grande participation, surtout que l'activité était pour tous les hommes et les

femmes de notre secteur. Le responsable du Comité des hommes, monsieur Denis J. Roy, nous a présenté un dépliant fort intéressant sur les préoccupations des hommes de l'AREQ. Par la suite, monsieur Réjean Pigeon nous a présenté un bâtisseur de la région en la personne de Jules A. Brillant. D'ailleurs lors des tirages de ce déjeuner, trois biographies de ce grand bâtisseur ont été remises à des membres présents. Réjean nous a aussi parlé de monsieur Ri-

chard Saindon co-auteur de cette biographie.

Pour l'occasion, 12 de nos membres portaient fièrement un noeud papillon, en l'honneur de l'organisme Procure pour le cancer de la prostate.

*Henry Forrest*  
Pour le Conseil sectoriel



## DÎNER DE NOËL



Nous étions plus d'une centaine de membres à notre dîner de Noël. Les organisatrices étaient heureuses de votre participation, surtout que l'activité était la dernière de l'année 2019. Les membres du comité de Noël nous avaient préparé un petit jeu de devinettes qui a mis les participants à l'épreuve. Regardez sur les photos à quel point ils sont concentrés, de vrais petites abeilles...

Notre trésorier a remis à 5 ga-



gnantes, des billets pour le grand tirage de la Fondation Laure-Gaudreault, qui aura lieu au congrès de juin à Lévis. Encore une fois, madame Monique Martel a gagné notre tirage moitié-moitié, un beau montant de 108\$, juste avant Noël, c'est un beau cadeau. Rappelez-vous que lorsque nous avons commencé ces tirages pour la Fondation Laure-Gaudreault, madame Martel avait été notre première gagnante. Je ne sais pas si dans son cas on pourra dire :



"Jamais deux sans trois"... Surtout, n'allez pas vous mettre martel en tête, non le tirage n'était pas truqué, je vous le jure, quand j'ai pigé le billet, je ne regardais pas...

Au plaisir chers membres de vous revoir à vos activités.

*Henry Forrest*  
Pour le Conseil sectoriel





## DÉJEUNER DE JANVIER



Il y avait 62 personnes présentes à notre déjeuner du 16 janvier, qui avait lieu à l'Hôtel Gouverneur. Merci aux membres qui sont venus célébrer le début de l'année 2020 avec son Conseil sectoriel. Comme à l'habitude, notre présidente, madame Marie-Marthe Dionne a vu au bon déroulement de l'activité. Tout le monde semblait bien heureux de se retrouver.

Madame Véronique Marquis, des Ressources humaines de la C.S. des Phares est venue nous parler du manque d'enseignants dans les écoles de la région. En fait, elle venait faire du recrutement parmi nos membres. Dire qu'à une certaine époque, plusieurs de nous se retrouvaient en disponibilité, année après année...

Notre 2e conseillère, madame France Harrisson, nous a parlé de ses cours d'horticulture à l'UQAR qui reprendront au printemps. Par la suite, madame Solange Brisson est venue nous parler d'Amnistie Internationale et nous faire participer à la signature de cartes pour envoyer un message d'espoir à une personne en difficulté dans son pays.

Comme toujours, des tirages ont eu lieu. Madame Jacqueline Bélanger a gagné notre moitié-moitié et 5 gagnants se sont vus remettre un billet pour le grand tirage de la Fondation Laure-Gaudreault au congrès de juin à Lévis. Il s'agit de mesdames Annette Côté et Martine Brice et de messieurs Léonard Vaillancourt, Roland Laflamme et moi-



même. Notre grand trésorier, Jean-Roch Côté était tout sourire de remettre ces prix. Il a bien des défauts (des qualités aussi quand même) mais il n'est surtout pas radin...

*Henry Forrest*  
Pour le Conseil sectoriel



## PROCHAINES ACTIVITÉS

Vendredi 13 mars 2020, conférence pour la Journée de la femme, suivie d'un dîner, **voir en page 7 pour les détails.**

Mercredi 1 avril, à 13h00, conférence de **l'Autorité des Marchés Financiers**, à la Salle de Quilles Vézina, 54 Montée Industrielle et commerciale, Rimouski. **Pré-inscription** auprès de Margot Michaud.

418-732-3332 ou  
margot\_8888@hotmail.com

Vendredi 24 avril à **9h00**, déjeuner, suivi de l'**Assemblée Générale Sectorielle**.

Mercredi 6 mai, AGR à Amqui.

Vendredi 22 mai à 9h30, déjeuner sur l'environnement.

1er au 4 juin, Congrès national à Lévis.

12 juin à 9h30, déjeuner **Homage aux bénévoles**, au Golf L'Empress. C'est à cette occa-

sion, que nous soulignerons le travail fort apprécié des membres bénévoles de notre secteur.

**Respectez S.V.P. les échéances** d'inscription à ces différentes activités. Merci de votre collaboration.

Réservez auprès de

**Marie-Marte Dionne 418 735-2628**

[presidence.areq.01f@gmail.com](mailto:presidence.areq.01f@gmail.com)

ou de **Nicole Nicolas**

[secretariat.areq.01f@gmail.com](mailto:secretariat.areq.01f@gmail.com)



## RELAIS POUR LA VIE

Depuis de nombreuses années, notre secteur de l'AREQ est représenté par plusieurs membres qui participent au RELAIS pour la Vie de la SOCIÉTÉ CANADIENNE DU CANCER.

Cette année, le Relais se tiendra dans la nuit du 13 au 14 JUIN et nous y prendrons part de nouveau.

Nous lançons donc une invitation aux personnes qui seraient

intéressées à faire partie de l'équipe, autant anciens que nouveaux; ou encore à faire un don à une personne de l'équipe.

Les sommes recueillies sont versées à la Société Canadienne du cancer (recherche, soutien...). La participation au Relais ne signifie pas forcément de marcher toute la nuit, il s'agit d'un relais, chaque personne le fait selon ses capacités et disponibilités. C'est une expérience

enrichissante et inoubliable.

Pour renseignements, inscription ou faire un don, contactez Nicole Lavoie qui sera cette année encore notre capitaine : 418 724-3059

[nilavoie30@hotmail.com](mailto:nilavoie30@hotmail.com) ou Martine Brice : 418 722-0260 [areq2016@outlook.com](mailto:areq2016@outlook.com). Nous vous remercions à l'avance.

*Martine Brice*  
Pour le conseil sectoriel



Fier de soutenir



## QUELS BESOINS DES HOMMES ?



Depuis quelques années, le Comité national des hommes s'est investi en vue de recueillir ce que les hommes de notre association identifient comme étant leurs besoins au quotidien. Cette cueillette a été menée grâce aux responsables régionaux qui ont sollicité l'aide des responsables sectoriels. La récolte de données ayant été plus qu'abondante, les membres du Comité national ont procédé à des regroupements sous des thèmes significatifs en vue de produire un dépliant qui a été

diffusé à l'occasion de la «**Journée internationale des Hommes**» du **19 novembre 2019** (JIH).

Que peut-on alors tirer de ce dépliant ?

D'une part, on y révèle que la valeur fondamentale à laquelle la grande majorité tient, c'est la **famille** : c'est ce qui garantit notre identité personnelle et notre premier lieu d'implication. Cela dit, l'ensemble de nos besoins à satisfaire peut être regroupé dans 5 catégories interdépendantes : information (*quelle aide pourrait m'être offerte*), santé (*activités physiques et mentales quotidiennes*), autonomie (*à promouvoir et à maintenir*), valorisation (*rôles variés à jouer auprès des siens*), besoin de construire et de créer (*afficher ses forces et ses compétences*). En fait, sans la nommer explicitement, nous recherchons l'équilibre de la «**Pyramide de Maslow**» en vue de devenir le meilleur de nous-mêmes.

Par ailleurs, le «**6<sup>ème</sup> Rendez-vous national en santé et bien-être des hommes**» sera tenu le jeudi 21 mai 2020 à Québec. Le thème retenu pour l'occasion rejoint précisément ces préoccupations relevées par l'AREQ : «**Comprendre les dynamiques masculines pour mieux répondre aux besoins des hommes**». Comme nous avons déjà identifié les besoins auxquels nous voulons donner suite, il serait sûrement des plus appropriés d'énoncer, dès maintenant, les moyens à mettre de l'avant pour y donner suite. Cela pourrait se concrétiser dans le cadre de notre Congrès du mois de juin prochain à Lévis : décrire les éléments d'un protocole personnel quotidien à suivre en vue de combler nos besoins tant individuels que sociaux.

À suivre donc...

*Denis J. Roy*  
Responsable sectoriel du  
«Comité des hommes 01-F.»



## ENVIRONNEMENT ET DÉVELOPPEMENT DURABLE

Nous voilà en 2020, une nouvelle décennie qui commence. C'est le moment de tourner la tête et de regarder derrière nous pour voir si, nous avons fait des progrès en matière de protection de l'environnement et du développement durable.

Depuis la dernière décennie, le comité de l'Environnement et du Développement durable de l'AREQ vous a proposé différentes façons de changer vos habitudes de vie. En voici une liste non exhaustive pour évaluer vos propres changements d'habitudes. Vous pourrez alors mieux cibler celles qui ont besoin d'être améliorées.

Pour votre santé :

- + Sortez-vous souvent marcher dehors?
- + Avez-vous augmenté votre consommation de fruits et de légumes dans votre assiette?
- + Faites-vous de l'autocueillette?
- + Mettez-vous vos petits fruits en conserves?
- + Utilisez-vous du chocolat dans vos recettes?
- + Évitez-vous d'acheter des légumes et des fruits qui contiennent des pesticides et les lavez-vous bien?

- + Avez-vous, dans votre maison, des plantes qui aident à dépolluer l'air?
- + Avez-vous diminué votre consommation de viande rouge pour la remplacer par d'autres moins nocives pour la planète?
- + Avez-vous commencé à manger des aliments plus durables pour la planète : algues, poissons provenant de la pêche durable, semences germées, etc.?
- + Achetez-vous des produits locaux?

Pour la protection de l'environnement,

- + Avez-vous diminué ou éliminé l'utilisation d'objets en plastique de votre consommation : sacs à usage unique, bouteilles d'eau jetables, pailles en plastique, emballages de toutes sortes, vaisselle jetable, brosses à dents en plastique, etc.?
- + Achetez-vous plus en vrac?
- + Choisissez-vous des objets en plastique de type 2, 4 ou 5, de préférence aux plastiques 1, 3, 6 ou 7?
- + Avez-vous toujours, à portée de mains, des sacs réutilisables?
- + Utilisez-vous vos bacs de recyclage, à compost et à déchets le plus adéquatement possible?
- + Utilisez-vous une voiture plus grosse qu'avant ou moins

énergivore?

- + Faites-vous régulièrement du covoiturage?

En résumé, visez-vous le zéro déchet en vous basant sur les trois R :

Réduire à la source,

Recycler les objets recyclables,

Refuser les objets en plastique à usage unique et le suremballage.

Voilà bien des changements d'habitudes que nous vous avons proposés au cours de la dernière décennie.

Comme vous l'avez constaté, vous êtes les mieux placés et les premiers qui doivent agir pour votre santé et pour un avenir durable de la planète.

Envisageons la décennie 2020 meilleure pour nos descendants que celle que nous voyons aujourd'hui.

*Fres Gauthier*

Responsable comité de l'Environnement et du Développement durable.



« Envisageons la décennie 2020 meilleure pour nos descendants que celle que nous voyons aujourd'hui. »

## ADRESSES IMPORTANTES



**Site Web** national : <http://areq.lacsq.org/>

**Site Web** Secteur Neigette : <http://rimouski-neigette.areq.lacsq.org/>

**Site de la fondation Laure-Gaudreault** : <https://fondationlg.org/>

**Courriels** secteur Rimouski Neigette :

**Présidence** : [presidence.areq.01f@gmail.com](mailto:presidence.areq.01f@gmail.com)

**Secrétariat** : [secretariat.areq.01f@gmail.com](mailto:secretariat.areq.01f@gmail.com)

**Bulletin sectoriel** : [bulletin.areq.01f@gmail.com](mailto:bulletin.areq.01f@gmail.com)

**Messagerie** : [hfretraite@globetrotter.net](mailto:hfretraite@globetrotter.net)





## PRÉ-INSCRIPTION ATELIER JOURNÉE DE LA FEMME

Mesdames,

Pour souligner en santé la Journée des femmes, votre comité des femmes vous offre un atelier portant sur une saine alimentation pour les femmes de 60 ans et plus. Cet atelier sera animé par Madame Avrielle Gagné, nutritionniste-diététiste.

L'inscription se fera à compter de 9h30 vendredi le 13 mars, à l'Hôtel Gouverneur. L'atelier sera suivi d'un dîner spécial « Journée des femmes » ouvert à

tous. Bienvenue messieurs.

**On vous demande de faire une pré-inscription pour l'atelier en appelant Marthe Leclerc au 418-721-0351.**

N.B. Vous pouvez vous inscrire à l'atelier seulement en appelant Marthe Leclerc.

**Pour le dîner**, l'inscription se fait, comme d'habitude, auprès des deux adresses habituelles au plus tard le lundi 9 mars.

presidence.areq.01f@gmail.com

ou

secretariat.areq.01f@gmail.com

*Marthe Leclerc*

Responsable du comité des femmes



## ARTISTES DE CHEZ-NOUS



Dans le cadre de la fin du triennat 2017-2020, l'AREQ national organise un concours s'adressant à tous ses membres qui ont des talents artistiques.

- L'AREQ nationale cherche à recueillir une œuvre par région (10 régions).
- L'AREQ nationale ne définit pas le type d'œuvre d'art accepté ou refusé.
- Il appartient à chaque région de choisir son œuvre finaliste.
- L'origine de l'œuvre sera cachée afin de favoriser le prix « Coup de cœur » du public et éviter que les gens choisissent

en fonction de leur région d'appartenance.

- Les personnes gagnantes seront choisies à partir d'un vote ouvert à l'ensemble des personnes déléguées lors du Congrès de juin.

L'œuvre sera remise à l'artiste après le concours.

Les prix :

- 1<sup>er</sup> prix : 1 000 \$
- 2<sup>e</sup> prix : 500 \$
- 3<sup>e</sup> prix : 250 \$

Les membres de chaque secteur sont invités à y participer. Une 1<sup>ère</sup> sélection sera faite lors de l'assemblée générale sectorielle (AGS). Les artistes participants doivent fournir leur œuvre avant le 24 avril. Les membres présents, lors de cette rencontre, choisiront leur œuvre « Coup de cœur ». Le nom de l'auteur sera dissimulé afin d'éviter un choix en fonction d'une personne connue.



L'œuvre retenue fera partie d'une 2<sup>ème</sup> sélection lors de l'assemblée générale régionale (AGR) à Amqui le 6 mai. À cette occasion, la région 01 remettra 3 prix :

- 1<sup>er</sup> prix : 100 \$
- 2<sup>e</sup> prix : 75 \$
- 3<sup>e</sup> prix : 50 \$

L'œuvre « Coup de cœur » fera partie de la sélection finale qui aura lieu lors du Congrès à Lévis au début de juin.

Pour plus de détails, communiquez avec notre présidente madame Marie-Marthe Dionne.



## DÉJEUNER DE LA ST-VALENTIN

Quel beau déjeuner très convivial, jeudi le 13 février afin de souligner la St-Valentin !

71 personnes se sont présentées à l'Hôtel Gouverneur. Marie-Marthe avait comme à son habitude, déniché un fort beau texte pour appuyer l'évènement.

Un hommage ressenti fut adressé à Lucille Arseneau pour son implication, son respect et sa disponibilité comme messagère courriel, durant 2 ans. Elle a reçu un ensemble de coupes de vin et chocolat à l'effigie de l'AREQ.



Diverses informations furent communiquées, entre autres, au sujet d'un voyage au Saguenay.

De nombreux tirages eurent lieu : Le moitié-moitié partage a permis d'amasser 144\$ et la gagnante, madame Nicole Fournier, s'est méritée 72 \$.

3 arrangements coupes et cho-

colats ont été gagnés par Denis-J. Roy, Jean-Paul Gagné, ainsi que Cécile Fortin.

5 billets de la Fondation Laure-Gaudreault ont été attribués à Francine Dionne, Antonine Michaud, Donald Goode, Ginette Larrivée et Cécile Leclerc.

Merci de votre présence, en espérant vous voir nombreuses et nombreux à notre dîner de mars.

*Margot Michaud*  
Pour le conseil



## S.O.S. MESSAGERIE

Comme vous avez pu le constater dernièrement, j'ai eu quelques problèmes avec notre messagerie. Même en changeant de messagerie, les problèmes ne se sont pas tous réglés. Le compte Gmail que j'utilisais a été désactivé parce que dans la même semaine, j'avais envoyé trop de messages. Bien dommage car avec ce compte, je pouvais envoyer un message à tous les membres en même temps (plus de 450).

Dans l'impossibilité de discuter avec Gmail, j'ai dû trouver une autre solution. J'ai donc communiqué avec Télus, mon fournisseur Internet. Malheureusement avec ma nouvelle messagerie, je ne peux pas envoyer un message à tous les membres en même temps. J'ai dû subdiviser mon carnet d'adresses en trois boîtes d'envoi de 160 membres. Malgré cela, certains courriels se retrouvent dans les courriers indésirables, certains ne se rendent pas parce que les boîtes de réception des destinataires sont pleines. D'autres sont tout simplement bloqués par le fournisseur internet. C'est le cas de tous les membres (plus de 60) qui ont une adresse courriel avec **Cogeco**.

## AVIS DE CONVOCATION A.G.S.

Tous les membres de l'AREQ du secteur Rimouski-Neigette, sont convoqués à l'Assemblée Générale Sectorielle qui se tiendra à l'hôtel Gouverneur, **vendredi le 24 avril 2020 à 10h15**.

Les principaux points à l'ordre du jour sont :

- Rapport de la présidence
- Rapport financier
- Rapport des divers comités
- Réalisation du Plan d'action

Le dernier message que j'ai envoyé concernant l'Assemblée Générale Régionale, m'est revenu avec la mention « courrier non remis, spam ». Je demanderais à tous les membres qui ont une adresse **Cogeco** de bien vouloir communiquer avec leur fournisseur et de valider avec eux s'il leur est possible de ne plus bloquer mon adresse de messagerie :

hfretrete@globertrotternet

L'autre solution serait de vous créer un compte dans une messagerie indépendante comme Gmail ou Hotmail et de me faire **parvenir votre nouvelle adresse**. L'avantage de ce type de messagerie, c'est que même si vous changez de fournisseur, ce compte demeure actif et vous suit avec votre nouveau fournisseur.

Vous comprendrez que je ne peux pas vous faire parvenir à la pièce chaque message envoyé aux autres membres.

*Henry Forrest*, responsable de la messagerie

-Élection aux quatre postes suivants : présidence, 2<sup>ème</sup> vice-présidence, secrétariat et 2<sup>ème</sup> personne conseillère  
-Confirmation de la délégation au congrès de 2020 à Lévis. (Les membres choisis pour le congrès devront être présents à l'AGS).

### À noter :

**L'assemblée sera précédée d'un déjeuner à 9 h.**

*Marie-Marthe Dionne*  
Présidente