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

APRÈS L'ÉCOLE

Bulletin d'information sectoriel

Secteur Grand-Portage 03 B

VOLUME 24 NUMÉRO 2 **NOVEMBRE 2017**

DANS CE NUMÉRO :

Activités à venir : **Noël, Arts, Plaisirs d'hiver, dîner de l'Amitié** p. 6, 7

Annonces bénévolat p. 11

Assurances p. 8, 9

Calendrier p. 2

Clin d'œil informatique p. 9

Décès p.12

Hommages p. 6

Inscriptions p. 13. 14, 15

Journée des hommes p. 10

Nouveaux retraités p.4

Retours activités p. 3, 5

Voyages p.12

MOT DU PRÉSIDENT

En juillet 2017, dans mon premier message à titre de président, je vous avais fait part du mandat que je m'étais fixé : **attirer les nouveaux retraités à nos activités.**

L'accueil des nouvelles personnes retraitées, le 3 octobre, a été une réussite et j'ai cru déceler un intérêt pour notre association. **Votre association !**

Les retraités plus expérimentés pourraient, un peu à la façon des Chevaliers de Colomb, parrainer celles et ceux qui ont pris récemment leur retraite pour qu'ils trouvent des repères lors de nos activités et qu'ils n'aient pas peur d'être seuls de leur « gang ».

Retraités de ces dernières années, impliquez-vous, apportez vos idées, suggérez des thèmes et activités. Nous sommes ouverts à toute nouveauté, même la plus farfelue !

Cette présente parution est déjà la dernière de l'année 2017. Le Conseil sectoriel souhaite que la période des fêtes qui arrive à grands pas soit des plus agréables, qu'elle vous comble d'heureuses surprises ! Pourquoi ne pas entamer cette période en participant à la fête de Noël qui aura lieu le 7 décembre ? C'est une invitation sincère !

QUE L'ANNÉE 2018 SOIT UNE ANNÉE REMPLIE D'ÉVÉNEMENTS QUI APPORTENT JOIE ET SÉRÉNITÉ !

Arèquement vôtre, François Villeneuve, président

AREQ GRAND-PORTAGE 03-B
CALENDRIER DES ACTIVITÉS SECTORIELLES
AOÛT 2017 À AOÛT 2018

29 juillet (samedi) **Mary Poppins** Québec (rappel)	**3 août** (jeudi) **Déjeuner-vélo** Auberge Marie-blanc Témiscouata-sur-le-Lac **(Notre-Dame-du-Lac)**	**25 août** (vendredi) **Non-rentrée à l'ABRI DORÉ** Trois-Pistoles	**3 octobre** (mardi) **Accueil des nouvelles personnes retraitées** Auberge de la Pointe Rivière-du-Loup	**Octobre …** **Visite aux aînéEs** Tout au long du mois d'octobre
18 octobre (mercredi) **AREQ toujours en action** Hôtel Lévesque Rivière-du-Loup	**2 novembre** (jeudi) **Quilles** Pohénégamook	**17 novembre** (vendredi) **Journée des hommes**	**7 décembre** (jeudi) **Dîner de Noël** Hôtel Universel Rivière-du-Loup	**25 janvier** (jeudi) **Ski alpin** Mont St-Mathieu
8 février (jeudi) **Ski de fond et raquette** Dégelis	**14 février** (mercredi) **Dîner de l'Amitié** Courriel et réseau téléphonique à surveiller	**9 mars** (Vendredi) **Quilles** Rivière-du-Loup	**5 avril** (jeudi) **Cabane à sucre**	**9 avril** (lundi) **Début de l'exposition** Centre culturel
16 avril (lundi) **Vernissage** Centre culturel Rivière-du-Loup	**26 avril** (Jeudi) **AREQ toujours en action**	**8 mai** (mardi) **AGS** Auberge de la Pointe Rivière-du-Loup	**8 mai** (mardi) **Prix Coup de cœur de l'exposition** Auberge de la Pointe Rivière-du-Loup	**6 juin** (mercredi) **AGR**

Des rappels via e-mail ou des informations supplémentaires vous parviennent souvent pour des activités décrites dans ce journal et figurant au calendrier. Surveillez vos courriers électroniques.

Des activités à venir inscrites dans ce calendrier ne seront présentées qu'au journal de février-mars.

MOT DE LA PRÉSIDENTE RÉGIONALE

Après un été plutôt calme, la 1re année du triennat de l'AREQ a pris son essor.

La toile que forment les secteurs de la région reste vivante grâce à vous tous et toutes qui vous impliquez avec énergie et conviction. Ces valeurs se reflètent dans vos réalisations.

De vous voir aller et de vous accompagner me donne de l'énergie et la conviction que chacun et chacune de nous sommes à l'écoute des besoins de nos membres.

Merci de donner du temps et de la passion pour faire avancer et garder dans la parade notre association qui compte par ses membres autant d'expérience de travail et de vie.

Merci pour votre implication. Merci pour le temps accordé. Merci d'être là.

AREQuement vôtre,
Carole Pedneault, présidente régionale

Retours

C'est toujours avec une certaine émotion que nous, les enseignants retraités, nous retrouvons pour le **BRUNCH DE LA NON-RENTRÉE** à chaque début d'année scolaire. Donc, le **25 août**, plus d'une centaine d'entre nous se rencontrèrent à **l'Abri Doré de Trois-Pistoles** pour ces retrouvailles festives. Le brunch-déjeuner était excellent, l'atmosphère était à la joie et beaucoup partagèrent leurs expériences estivales de voyages ou autres avec plein d'entrain. Un moitié-moitié de 181 $ fut gagné par celle qui signe cet article. Une première très appréciée.

Bravo et merci à l'équipe de Trois-Pistoles pour cet accueil chaleureux et ce repas copieux. Ce fut un succès très apprécié de tous.

Louiselle Dionne du Conseil sectoriel

****

Avec sa gentillesse et son savoir-faire habituels, Jocelyne Dionne avait organisé le traditionnel déjeuner-vélo du 3 août dernier. Vingt-trois personnes ont répondu : « Présentes ». Elles se sont délectées des succulents déjeuners offerts à l'Auberge Marie-Blanc. Ceux-ci surpassaient selon plusieurs ceux offerts dans de nombreux restaurants de la région. C'est une activité à renouveler si possible. Un grand merci à Jocelyne !

Maryvonne Thébault pour le Conseil sectoriel

NOUVEAUX RETRAITÉS 2017, BIENVENUE À AREQ (csq) !

Beaulieu, Laval, Témiscouata-sur-le-Lac
Beaupré, Carole, Rivière-du-Loup
Bélanger, Diane, Cacouna
Bouchard, Diane, Témiscouata-sur-le-Lac
Bourgoin, Lise, Rivière-du-Loup
Caron, Mireille, La Pocatière
Dubuc, Yolande, Témiscouata-sur-le-Lac
Dumont, Lucie, Rivière-du-Loup
Gagné, Henri, Rimouski
Guay, Roger, Témiscouata-sur-le-Lac
Lavoie, Madeleine, Témiscouata-sur-le-Lac
Lavoie, Suzanne, Trois-Pistoles
Lebel, Aline, Trois-Pistoles
Langlais, Micheline, Rivière-du-Loup
Lévesque, Benoît, St-Pascal
Lévesque, Nicole, St-Fabien
Massé, Mona, St-André
Michaud, Louise, Rivière-du-Loup
Michaud, Sylvie, St-Antonin
Ouellet, Claire, Rivière-du-Loup
Parent, Françoise, Cacouna
Perrault, Gisèle, Rivière-du-Loup
Plourde, Micheline, Rivière-du-Loup
Proulx, Yolaine, Rivière-du-Loup
Weich, Carol - Anne, Trois-Pistoles

LA RETRAITE ! UN VÉRITABLE RÊVE !

À Rivière-du-Loup, le 3 octobre 2017, j'ai eu le grand bonheur d'être accueilli au sein de l'**AREQ** à titre de nouveau membre, par un comité de réception hors du commun et qui prouve bien que vivacité et projets sont encore bien campés, même arrivés à ce valeureux nombre d'années de service. J'y ai perçu une joie réelle d'entourer, de supporter, de guider les nouveaux arrivants à cette étape de leur vie de travailleurs. Séance d'informations variées, cocktail et repas partagés avec les nôtres m'ont permis d'assurer mon nouvel élan.

Les MENTORS intervenants ont prouvé, une fois de plus, que nous sommes une " race" exceptionnelle qui s'active et donne encore et encore à sa communauté. Une fraîcheur, une jeunesse transpiraient chez chaque personne présente. L'AREQ, c'est une multitude de services et d'avantages qui doivent être connus et, s'y inscrire, dénote une belle initiative. Ce peut être aussi un réseau social important pour se prémunir contre l'isolement et poursuivre notre route vers l'apprentissage, la réalisation de soi, peu importe la formule.

À vous, chers organisateurs et retraités de longue date, **MERCI MILLE FOIS** pour votre générosité et votre joie de vivre, votre sens du partage. Vous avez là une implication essentielle pour nous tous.

Laval Beaulieu, Témiscouata-sur-le-Lac, retraité de l'École secondaire de Dégelis

La Fondation Laure-Gaudreault FLG

Notre **Fondation** est présente à chacune de nos rencontres. En sollicitant vos dons, elle fait des heureuses et des heureux lors du tirage du moitié-moitié.

La **Fondation** remercie chaleureusement celles et ceux qui participent aux activités de financement pour qu'elle puisse répondre aux demandes d'aide conformes à ses objectifs :

1- Aider les personnes aînées dans le besoin.

2- Aider les jeunes dans le besoin et les organismes de jeunes.

3- Aider la recherche concernant les maladies liées au vieillissement.

Depuis le début de nos activités à l'été 2017 jusqu'à la date de tombée du journal, trois rencontres ont eu lieu. Lors du déjeuner-vélo du 3 août, le moitié-moitié a fait une heureuse : madame Marielle Raymond a reçu 55 $. À la non-rentrée le 25 août à Trois-Pistoles, c'est madame Louiselle Dionne qui a gagné 181$. Enfin, à l'accueil des nouveaux, le 3 octobre, une nouvelle retraitée, madame Lise Bourgoin a remporté 90$. Ces mêmes sommes seront versées à la Fondation

Maryvonne Thébault pour la Fondation

Erratum Quelques personnes ont sans doute remarqué cette grosse erreur sur la première page du journal de juillet : activitéEs alors que cela s'écrit tout simplement activités. Était-ce uniquement sur la version papier ? Dans mes dossiers, sur mon portable, le mot est écrit correctement et rien dans les codes d'écriture en Word n'explique cela. Comment et où cette coquille s'est-elle introduite ? Cela demeure un mystère. Mille excuses. ***Louiselle Dionne***, responsable du journal

HOMMAGE À NOS AÎNÉES ET AÎNÉS

Pendant le mois d'octobre, mois des aînés, et pendant le mois de novembre, même si les agendas étaient très chargés pour chacunE, les membres du Conseil sectoriel ont rendu visite aux retraités qui ont atteint 80, 85 ou 90 ans.

A cette occasion, l'AREQ Grand - Portage, au nom de vous tous, leur a remis un petit cadeau. Ces visites nous ont permis de passer de belles heures en compagnie de nos aînéEs et d'échanger sur divers sujets. Des rencontres très enrichissantes pour nous tous. C'est une activité à reconduire l'an prochain.

D'ici là, nous vous souhaitons la meilleure santé possible.

Maryvonne Thébault du Conseil sectoriel

HOMMAGE À RAYMONDE MICHAUD

L'Infodimanche du 16 août dernier nous apprenait que le **Mérite municipal Yves-Godbout** avait été décerné à l'une de nos membres : **madame Raymonde Michaud.**

Cette distinction est remise pour souligner l'engagement bénévole visant l'amélioration du mieux-être de la collectivité.

Le maire a mentionné son implication remarquable pour la jeunesse au sein du mouvement optimiste, des scouts et au golf notamment.

En lisant cet hommage, je me suis rappelé qu'il y a plus de 40 ans, quand ma jeune sœur, Jeanne-Estelle, faisait partie des scouts, Raymonde était déjà bénévole.

Bravo Raymonde, l'honneur qui t'est fait rejaillit sur l'AREQ(CSQ).

Maryvonne Thébault du Conseil sectoriel.

EXPOSITION DES ARTS

A tous les artistes et artisans, pour une troisième année consécutive, nous avons la possibilité d'exposer nos œuvres au **Centre culturel Berger de Rivière-du-Loup.** Divers volets (peinture, sculpture, photographie, vitrail, artisanat etc.) sont acceptés.

Nous aimerions que vous nous fassiez connaître votre intérêt en remplissant la fiche d'inscription et en communiquant avec l'une des trois personnes mentionnées à la fin de ce texte.

Vous aurez droit **d'exposer deux (2) œuvres** récentes. **L'exposition durera du 9 avril au 8 mai 2018.**

Cette année encore, nous serons en compétition amicale avec les étudiants du CEGEP puisqu'ils exposeront durant la même période. Démontrons que, même retraitées et retraités, nous demeurons actifs et créatifs et que nous pouvons rivaliser amicalement avec ces étudiants.

Faites parvenir votre fiche d'inscription ou communiquez avec l'une des personnes suivantes **au plus tard le 15 mars 2018** : **François Villeneuve, Mireille Bernard ou Maryvonne Thébault**. Vous trouverez leurs coordonnées à la fin du journal.

François Villeneuve pour le comité des arts.

DÎNER DE NOËL

Le diner de Noël aura le lieu le **7 décembre à L'Hôtel Universel**. Ce sera un repas de 4 services incluant un verre de vin rouge ou blanc servi lors du repas. Il y aura animation et cadeaux. Modalités d'inscription dans l'encart à la fin du journal.

Bienvenue à toutes et à tous pour ce moment festif. **Nous vous attendons à 11 h.**

Mireille Bernard du Conseil sectoriel

DÎNER DE L'AMITIÉ

Monsieur Jacques Labrecque a fait des démarches auprès du Pavillon-de-l'Avenir. **Le dîner aura lieu le 14 février** 2018 **SI** une réservation en provenance de l'école ou de la commission scolaire ne vient pas modifier la date. Il est trop tôt pour vous parler des choix de menus ou des coûts. **En décembre ou au début de janvier, surveillez les courriels et le réseau téléphonique, le nombre de places est limité… Les 100 premiers inscrits pourront y participer.**

Le Conseil sectoriel.

Encart d'inscription à la fin du journal.
Bienvenue pour 10h.

Plein air à la base de Pleins Poumons de Dégelis

Jeudi le 8 février 2018

Pour du ski de fond, de la raquette, pour placoter ou jouer aux cartes, vous êtes les BIENVENUS. Que ce soit le grand air ou se réunir tout simplement, cela fait toujours du bien au corps ou au moral.

Le Conseil sectoriel

Plaisir d'hiver au mont Saint-Mathieu le 25 janvier

Pour une troisième année consécutive, votre conseil sectoriel vous convie à une **intéressante journée de plein air hivernal**. Au programme : ski alpin, raquette, marche en plein air ou simplement manger un bon repas tout en échangeant, Pourquoi ne pas profiter de cette journée pour sortir de notre routine quotidienne et fraterniser avec nos amis de l'AREQ. Cette activité se déroulera **le 25 janvier prochain au parc du Mont St-Mathieu entre 10 h et 15 h** et un minimum de 15 personnes est requis pour que l'activité ait lieu. Détails dans l'encart.

Christian Bégin du Conseil sectoriel

DOSSIERS : ASSURANCES

Bonjour à chacunE. En espérant que vous avez passé un bel été et que la santé se maintient, je vous souhaite plein d'activités enrichissantes pour la prochaine année.

Le printemps dernier, nous avons tenu une journée d'information concernant les assurances. Si vous n'avez pu y assister et êtes intéressé à une telle activité, donnez votre nom à **Christian Bégin, tél. 418 853-3832**. Si le nombre d'intéressés est suffisant, il sera possible de renouveler l'expérience en cours d'année.

IMPORTANT : Voici un rappel concernant la Loi sur l'assurance médicament de la RAMQ. Rappel qui, je le pense, peut aider à comprendre ou à rafraîchir des notions.

Depuis janvier 1997, le régime public d'assurance médicaments de la RAMQ garantit une protection de base à tous les citoyens québécois.

Ce dernier a l'obligation d'être assuré pour les médicaments généraux, soit par le régime public d'assurance médicaments du Québec, soit par un régime privé d'assurance collective (exemple : la SSQ quand vous étiez actif). Si vous avez moins de 65 ans et que vous êtes admissible à un régime privé couvrant les médicaments généraux, vous avez l'obligation d'y adhérer et d'y inscrire la ou les personnes à charge. Seules les personnes qui n'ont pas ou qui n'ont plus accès à un régime privé sont admises au régime public RAMQ (c'est le cas des enseignants au moment de leur prise de retraite).

Le régime public couvre les médicaments obtenus sur ordonnance au Québec et fournis par un pharmacien. Plus de 7000 médicaments sont couverts par la RAMQ : www.ramq.gouv.qc.ca.

La participation financière au régime de la RAMQ est sous 2 formes : PRIME ET CONTRIBUTION.

PRIME

montant que l'assuré doit payer qu'il y ait achat ou non; **montant** établi en fonction du revenu familial;

montant ajusté le 1er juillet de chaque année; **montant** perçu chaque année lors du rapport d'impôt.

CONTRIBUTION

- *Franchise* : montant fixe mensuel généralement payé lors des premiers achats;
- *Coassurance :* c'est le pourcentage du coût des médicaments achetés, qu'une personne assurée doit verser une fois la franchise payée.

Il existe un montant maximal mensuel que l'assuré peut payer; on appelle cela **CONTRIBUTION MAXIMALE**.

Vous trouvez par la suite, à l'intention des gens qui n'auraient pas une adresse courriel, les nouveaux tarifs de la RAMQ et ce, en date du 1er Juillet 2017. C'est, en chiffres, la participation financière de chacun au régime RAMQ.

Régime public d'assurance médicaments de la RAMQ

Tableau comparatif des tarifs

Type de tarif	Du 1er juillet 2017 au 30 juin 2018	Du 1er juillet 2016 au 30 juin 2017
Prime annuelle	**De 0 à 667 $**	De 0 à 660 $
Franchise	**19,45 $**	18,85 $
Coassurance	**34,8 %**	34,5 %
Contribution maximale mensuelle		
Personne assurée sans SRG	**88,83 $**	87,16 $
Personne assurée avec SRG	**52,65 $**	52,16 $

Journée de la femme 2018

CE SERA UN JEUDI. POUR LE MOMENT, AUCUN PROGRAMME LOCAL OU RÉGIONAL N'EST ANNNONCÉ. SURVEILLEZ VOS COURRIELS ET LES ANNONCES CONCERNANT CETTE JOURNÉE.

SECURITÉ TÉLÉPHONES ET TABLETTES

Quelle ne fut pas ma surprise d'entendre quelqu'un me dire : je n'ai pas besoin d'un antivirus sur mon téléphone intelligent et sur ma tablette. Cet article de François Charron, sommité dans le domaine, saura, je crois, rétablir les faits à cet égard. Et c'est clair que nous avons aussi besoin d'un logiciel qui fera le ménage des caches, des fichiers inutiles et arrêtera les applications qui fonctionnent en arrière-plan et réduisent la performance de l'appareil en général : vitesse et durée d'utilisation de la batterie.

Et pour celles et ceux qui reçoivent uniquement le journal version papier, AVG, AVAST sont de bons programmes anti-virus gratuits pour nos appareils. Il faut les mettre à jour évidemment.

Bonne lecture *Louiselle Dionne*, minichronique informatique.

https://www.francoischarron.com/devezvous-avoir-un-antivirus-sur-votre-telephone-ou-votre-tablette/-/AXJNWnwXvY/

Journée internationale des Hommes 2017

Depuis quelques années, nous avons pris l'habitude d'inviter nos membres (hommes et femmes) à un grand rassemblement régional, lors de la ***Journée internationale des hommes*** (**JIH**). Nous répétons l'expérience cette année. Cette activité aura lieu le **17 novembre 2017 et se tiendra à l'Hôtel Québec**, près des Ponts.

Le thème retenu cette année est **PARTENAIRES POUR L'AVENIR.** Pour mémoire, je vous rappelle nos réalisations antérieures, lors de la ***Journée internationale des hommes***. En 2014, nous avons lancé notre recueil **Des hommes racontent**; en 2015, nous avons présenté une exposition **d'œuvres originales** créées par des hommes de la région 03 et, en 2016, sous le thème ***Avec nos limites, avançons !***, nous avons accueilli le docteur **Jacques DeBlois**, paraplégique qui, malgré sa maladie, continue son travail de médecin et sœur **Louise Bellavance** qui œuvre depuis plusieurs années avec les multihandicapés. Nous avons voulu mettre en lumière que nous sommes choyés par notre condition physique, et par les personnes qui nous entourent. Alors, inévitablement, nous avons jeté des coups d'œil sur les personnes tout autour de nous qui ont à vivre leur quotidien, à elles, parfois très péniblement, avec des handicaps ou légers ou lourds; et ce, en permanence…

Le programme de notre journée du 17 novembre se déclinera comme suit :

Avant-midi : ● Conférence de M. Gilles Harvey, président d'**Albatros Lévis** (1 heure) : Titre : **Accompagnement des hommes en fin de vie.**

● Conférence de M. André Beaulieu, directeur général d'**Autonhommie Québec** (1 heure) : Titre : **Trop de suicides chez les hommes.**

Après-midi : Animation musicale

Accueil et inscription 9 h 30; début de l'activité 10 h. **Coût de l'activité** incluant le dîner, payable à l'avance auprès de votre secteur : **12 $ pour les membres, 17 $ pour les non-membres**. **Dîner communautaire sur place,** à **l'Hôtel Québec**

Dites-le à vos amis et soyez tous et toutes de la partie; nous n'avons jamais fini de recevoir la beauté des autres !

Jean-Noël Laprise, responsable régional du Comité de la Condition des hommes
Vincent Dumont, responsable sectoriel du Comité des hommes.

POUR S'INSCRIRE À CETTE ACTIVITÉ, vous contactez Vincent Dumont, au 418-862-2945 ou à duvin17@hotmail.ca . Des facilités de transport vous seront offertes.

++

La Maison Desjardins
de soins palliatifs du KRTB

La Maison Desjardins de Soins Palliatifs du KRTB

A BESOIN DE VOUS maintenant !

Vous avez quelques heures à donner pour contribuer au bon fonctionnement de votre Maison de soins palliatifs à titre de bénévole?... Vous avez le goût de vous impliquer quelques heures par semaine ou par quinzaine, aux soins ou à l'accompagnement des personnes en fin de vie, à la préparation des repas, à l'entretien ménager, au déneigement, ou autres?... La Maison Desjardins a besoin de vous maintenant ! Ce havre de paix tout à fait gratuit permet d'offrir des soins à toute personne du KRTB atteinte d'une maladie incurable en fin de vie, chaleureusement entourée de ses proches.

Pour connaître la sérénité de cette Maison, l'épanouissement personnel et les bienfaits du partage, contactez-nous sans tarder :

Maison Desjardins de soins palliatifs du KRTB
44, rue de Chauffailles
Rivière-du-Loup (Québec) G5R 4E1
Tél. : 418 860-0240

Demandez : ✿ Christine Simard, coordonnatrice, Courriel : **coordosoutien.mdsp@gmail.com**

P.S. : Nos besoins sont présentement importants tout particulièrement au niveau des soins aux malades, de la cuisine, de l'entretien ménager et du déneigement. Si vous avez le goût de vous impliquer dans un secteur où l'humanisme et le don de soi prennent tout leur sens, contactez-nous, pour quelques heures par semaine ou par quinzaine… Vous serez rapidement en mesure de constater que « **C'est en donnant que l'on reçoit le plus!** ».

☙ ON VOUS ATTEND ! ❧

AIDE AUX DEVOIRS (parrainage scolaire)

Encore une fois cette année, le Regroupement Acti-Familles, avec la participation de la Commission scolaire du Fleuve-et-des-Lacs, offrira aux jeunes élèves du primaire, des périodes d'aide aux devoirs. Les écoles visées sont celles du secteur du Transcontinental et bon an, mal an, c'est près de 35 jeunes qui sont aidés.

L'aide aux devoirs sera offerte dès le mois de novembre, à raison de 2 jours par semaine, 1 heure par jour offert, pour des groupes de jeunes allant de 1 à 3. Une contribution financière est offerte aux personnes aidantes. L'aide est offerte dès la fin des classes, soit autour de 15 h, dépendamment de chaque école. En fonction des besoins par école, une personne peut offrir de l'aide pour 1 ou 2 groupes différents, selon ses disponibilités.

Pour informations, contactez **monsieur Frédéric Montplaisir, directeur du Regroupement Acti-Familles au 418-893-5389. MERCI** ☺

GROUPE VOYAGES QUÉBEC

Présentation avec l'équipe de G.V.Q. des circuits-voyages choisis pour la saison 2018, le 26 février dès 16h à la salle de l'Abri Doré au 190, rue Martel à Trois-Pistoles. Bienvenue à tous ! Possibilité de souper avec nous.

Inscription auprès d'Hélène au 418-868-5888 ou bien au courriel : m_helenebr@hotmail.com

- **Spectacle «Notre Dame de Paris» au Grand Théâtre de Québec 26 août 2018 : 229 $**

Info / rés. : Hélène, conseillère en voyages, Groupe Voyages Québec 418-868-5888
Détenteur de Permis du Québec

Rivière-du-Loup EN SPECTACLES

Centre Culturel Berger Rivière-du-Loup

G5R 3C2
418 860-1235
www.rdlenspectacles.com

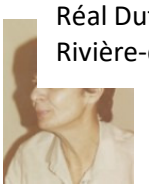
Pour les personnes recevant la version électronique, cliquez sur le lien (Ctrl + clic) pour retrouver toute la programmation du **Centre culturel de Rivière-du-Loup**. Pour les gens ne recevant que la version papier, le **numéro de la billetterie est : 418 – 867 – 6666 Poste 1**

****

« ILS NOUS ONT QUITTÉS »

Adrien Garon
Témiscouata- sur- le-Lac

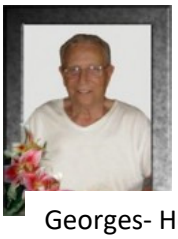
Louise Saint-Hilaire,
Saint-Pascal



Réal Dufour
Rivière-du-Loup

Laurent Banville
Rivière-du-Loup

Monique Dumais
Saint-Pascal



Georges- Henri Michaud
Trois- Pistoles

À leur famille et amis, AREQ Grand-Portage offre ses plus sincères condoléances.

NOËL JEUDI LE 7 DÉCEMBRE À L'HÔTEL UNIVERSEL

Arrivée pour 11 h. Un punch vous sera servi.

Nom : _____ Choix de menu _____

Nom : _____ Choix de menu _____

menu 1 : Médaillon de porc farci, pommes et canneberges

menu 2: Vol au vent au saumon de l'atlantique

menu 3: Assiette des Fêtes (cipaille, dinde et accompagnements et marinades)

PRIX : 25 $ MEMBRES 30 $ NON - MEMBRES (détails d'inscription à l'endos de l'encart)

Date limite d'inscription : le 2 décembre

LES ARTS CENTRE CULTUREL BERGER DE RIVIÈRE-DU-LOUP, 9 AVRIL

Fiche d'inscription de l'œuvre : Titre _____

Année de réalisation _____ Medium choisi _____

Dimensions _____ Valeur de l'œuvre _____

Nom de l'artiste _____ Tél. : _____

Fiche d'inscription de l'œuvre : Titre _____

Année de réalisation _____ Medium choisi _____

Dimensions _____ Valeur de l'œuvre _____

Nom de l'artiste _____ Tél. : _____

SKI DE FOND ACTIVITÉ DE PLEIN AIR AU CLUB PLEINS POUMONS DE DÉGELIS – 8 FÉVRIER

Nom : _____ Nom. : _____

Tél. : _____ Tél. : _____

Coût de l'activité : Si vous êtes déjà membre du club : 0 $ - Pour les autres : 5 $

Coût du repas : membre : 10 $ / non-membre : 15 $

À noter : La location des équipements est à vos frais.

Toutes les modalités d'inscription à l'endos de cette page.

Expédiez votre fiche d'inscription accompagnée de votre chèque libellé à AREQ 03-B **au plus tard le 2 décembre 2018** à :
Christian Bégin
1456, av. de la Madawaska
Dégelis (Québec) G5T 1P8

Avant le 15 mars 2018 aux personnes indiquées dans le texte à la page 6 du journal

Expédiez votre fiche d'inscription accompagnée de votre chèque libellé à AREQ 03-B **au plus tard le 2 février 2018** à :
Christian Bégin
1456, av. de la Madawaska
Dégelis (Québec) G5T 1P8

CONSEIL SECTORIEL POUR 2014-2016

François Villeneuve, président	denise-francois.v2011@hotmail.ca	581-645-8616
Jacques Labrecque, 1er v. président	jac.labrec@hotmail.com	418-862-0425
Maryvonne Thébault, secrétaire	mavonne@globetrotter.net	418-853-2165
Christian Bégin, trésorier	christianbegin50@sympatico.ca	418-853-3832
Mireille Bernard, 2e v. présidente	mireille.bernard01@gmail.com	418-862-0720
Arlette Thibault, 1er conseillère	chaloupe7@hotmail.com	418-497-2139
Louiselle Dionne, 2e conseillère	louareq17@gmail.com	418-816-1439

RESPONSABLES DES DOSSIERS POUR 2014-2017

Assurances : Jean-Louis Brillant	brillantg@sympatico.ca	418-853-2933
Comité des hommes : Vincent Dumont	duvin17@hotmail.ca	418-862-2945
Comité des femmes : Micheline Lavoie	meminelavoie@gmail.com	418-867-9822
Environnement : Rose-Marie Rioux	duriou@hotmail.com	418-862-2945
Indexation : Christian Bégin	christianbegin50@sympatico.ca	418-551-1132
Sociopolitique : Maryvonne Thébault	mavonne@globetrotter.net	418-853-2165

Responsable de la banque d'adresses : Claudette Bérubé : areq45@yahoo.ca
Responsable du journal : Louiselle Dionne : louareq17@gmail.com
Responsable de la page web : Gisèle Deschamps : benotmorin@videotron.ca

Pour cette fois, les numéros importants n'apparaissent pas au journal Après l'école.
Nous y reviendrons.

PLAISIRS D'HIVER AU MONT SAINT-MATHIEU LE 25 JANVIER 2018

Nom _____ Tél. _____

Nom _____ Tél. _____

Coût de l'activité : Si vous êtes déjà membre à St-Mathieu : 0 $, pour les autres : 20 $

Coût du repas : membre : 12 $ / non-membre : 17 $

1. Vous pouvez aussi faire de la raquette à un coût très minime pour le remonte - pente.
2. La location des équipements est à vos frais.

Ski repas…… Raquette repas…… Repas…… Membre ….. Non - membre ……. (cochez votre choix)

Inscription avant le 22 janvier 2018 avec chèque libellé à AREQ 03-B **au plus tard le 22 janvier 2017** à : Christian Bégin, 1456, av. de la Madawaska , Dégelis (Québec) G5T 1P8

Concours de participation Sudoku

				1	2		7	
1		7	6		4			
6	8			5				
	9							
5		8			3			
		1	7		6	3	8	
								8
7		3		2		4		
	6	9		*			3	

À gagner :

2 participations au dîner de Noël le 7 décembre

Tirage parmi toutes les bonnes réponses reçues d'un membre d'AREQ- 03-B

Quel chiffre remplacera l'étoile ?

Envoyez votre réponse par courriel à : areq45@yahoo.ca

Avant le 15 novembre 2018

Gagnante du dernier tirage, madame Colette Marquis. La deuxième personne gagnante a refusé le prix. Félicitations pour votre participation !

Tombée des articles pour le prochain journal :

8 février 2018

Envoi de Poste-Publication Convention # 40734023

Pour maître de poste : retour à : Christian Bégin, 1456, av. de la Madawaska, Dégelis, Qc GST 1P