

**DANS CE NUMÉRO :**

- 35<sup>e</sup> : p.7
- Accueil des nouveaux : p. 6
- Calendrier : p. 2
- Conférences : p. 7
- CS et nos importants : p. 12
- Décès : p. 8
- Déjeuner-vélo : p. 4
- Dossiers : p. 8 à 11
- Hommages : p.6
- Inscriptions : p. 13
- Non-rentres, Noël : p. 6
- Retours activités : p. 3, 4
- Toujours en action : p. 5
- Voyages : p. 10

**MOT DU PRÉSIDENT**

Depuis mon premier mot de président, je vous ai dit que mon objectif était d'attirer les retraités qui ont le moins d'expérience de la retraite. A la fin de cette première année, force m'est de constater que le résultat est plutôt mitigé.

Je n'ai pas l'intention de lâcher le morceau. Le Conseil sectoriel cherche de nouvelles avenues; mais pour trouver celles qui vous plaisent nous avons besoin de votre aide, de vos idées et de votre vision des choses.

En attendant vos suggestions, la vie continue et nos activités aussi. En poursuivant la lecture de ce journal, vous aurez un aperçu de ce qui se prépare.

Si beaucoup de gens associent la retraite à d'éternelles vacances, l'été reste une période privilégiée pour avoir des disponibilités dans nos agendas et demeure lié à un type de **Vacances**.

Je vous souhaite un été à votre goût, rempli de vos activités préférées et le plus ensoleillé possible.

*François Villeneuve* président

**P.S. Participer aux activités de l'AREQ Grand-Portage, c'est récupérer financièrement une partie de sa cotisation.**

## 35<sup>e</sup> anniversaire de notre secteur

Tout au long de l'année, nous partagerons certains souvenirs avec vous.

À suivre au fil de chaque journal.



## AREQ GRAND-PORTAGE 03-B CALENDRIER DES ACTIVITÉS SECTORIELLES AOÛT 2018 À AOÛT 2019

<p><b>2 août</b> (jeudi)</p> <p><b>Déjeuner-vélo</b> Auberge Marie-blanc Témiscouata-sur-le-Lac <b>(Notre-Dame-du-Lac</b></p>	<p><b>24 août</b> (vendredi)</p> <p><b>Non-entrée à l'hôtel</b> motel le 1212 de <b>Dégelis</b></p>	<p><b>11 octobre</b> (jeudi)</p> <p><b>Accueil des nouvelles</b> <b>personnes retraitées</b> Auberge de la Pointe Rivière-du-Loup</p>	<p><b>18 octobre</b> (jeudi)</p> <p><b>AREQ Toujours en</b> <b>action</b> Hôtel Lévesque de Rivière-du-Loup</p>	<p><b>Octobre ...</b></p> <p><b>Visite aux aînés</b> Tout au long du mois</p>
<p><b>19 novembre</b> (lundi)</p> <p><b>Journée des hommes</b></p>	<p><b>7 décembre</b> (vendredi)</p> <p><b>Dîner de Noël</b> Hôtel Universel Rivière-du-Loup</p>			

### LE CONSEIL SECTORIEL ACTUEL



Jacques Labrecque 1<sup>er</sup> v. président, François Villeneuve président, Christian Bégin trésorier,  
Mireille Bernard 2<sup>e</sup> v. présidente, Arlette Thibault 1<sup>ère</sup> conseillère, Maryvonne Thébault secrétaire,  
Louiselle Dionne 2<sup>e</sup> conseillère.



## Exposition d'arts 2018

Du **9 avril au 8 mai**, se tenait au Centre Culturel Berger de Rivière-du-Loup, l'exposition de 10 artistes et artisans membres de l'AREQ(CSQ) secteur Grand-Portage. Le public était invité à voter pour son coup de cœur. De plus, les membres présents lors de l'Assemblée générale sectorielle devaient également voter pour trois œuvres « coup de cœur ». Les résultats ont été compilés le jour même et dévoilés à la fin du repas.

Le premier prix de 100 \$ est allé à monsieur François Villeneuve, madame Pierrette Thériault s'est mérité le 2<sup>e</sup> prix de 75 \$ et monsieur Denis Briant le troisième prix de 50 \$. Nos félicitations !

De plus, quatre prix de participation ont été tirés au sort parmi les autres participants.

Nous ferons les démarches nécessaires pour répéter cette activité en 2019

*Maryvonne Thébault* pour le comité des arts.

## FONDATION LAURE GAUDREULT



Depuis le début de l'année 2018, plusieurs activités ont eu lieu et les participants se sont montrés généreux pour la Fondation. Les moitié-moitié ont fait des heureuses et heureux. Lors du dîner de l'amitié, monsieur Gilbert Lagacé a reçu 175 \$. Pendant le déjeuner quilles à Rivière-du-Loup, c'est monsieur Camille Levasseur qui a reçu 45 \$. En avril, à la cabane à sucre, madame Suzanne Côté a gagné 70 \$ et finalement lors de notre Assemblée générale sectorielle madame Georgette Ouellet a été l'heureuse gagnante de 101 \$. Un montant équivalent aux sommes mentionnées sera versé à la Fondation.

Cette année, notre secteur a comblé deux demandes d'aide.

*La randonnée du bonheur* de Dégelis a reçu ce qui était demandé : 500 \$. Cet organisme aide, pendant le période des Fêtes, les familles pauvres avec enfants.

*La maison des jeunes de Trois-Pistoles* a reçu 700 \$ pour un projet visant à développer de saines habitudes de vie

**Au nom de la Fondation Laure Gaudreault, merci à tous les participants**



## POURQUOI S'ENCABANER ?

Ce **5 avril** dernier, trente-huit personnes étaient rassemblées à la cabane à sucre Jocy de Saint-Modeste pour un traditionnel rendez-vous annuel de l'AREQ Grand-Portage. Même avec le mauvais temps qui a précédé l'événement, l'humeur des participants n'était pas affectée.

Pas étonnant, un vrai repas de cabane à sucre nous a été servi. C'était succulent. L'ambiance était à la réjouissance et plus de vingt-cinq prix de présence avec des produits de l'érable ont été gagnés par des participants. Une dégustation de tire d'érable versée sur la neige clôturait cette belle rencontre. En mon nom et au nom de toutes les personnes présentes, je remercie madame Louiselle Dionne qui s'est occupée des réservations.

*Arlette Thibault* pour le Conseil sectoriel



## TOUJOURS EN ACTION

La rencontre du **26 avril** dans le cadre du "**Toujours en action**" a été bien appréciée par les participants et participantes. L'auditoire est intervenu activement en posant de nombreuses questions à notre conférencier invité, monsieur Jean Paul Rioux.

Par la suite, deux intervenantes du Centre d'Action bénévole nous ont donné des renseignements fort utiles sur les services disponibles susceptibles d'apporter de l'aide aux proches aidants. Ces informations ont suscité beaucoup d'intérêt. En après-midi, monsieur Jean-Louis Brillant a fait une présentation complète du dossier assurances SSQ.

*Mireille Bernard*

## QUILLES À RIVIÈRE-DU-LOUP

Au lendemain d'une tempête, soit le **9 mars dernier**, près de 20 personnes étaient présentes au **Salon 600** de Rivière-du-Loup. La très grande majorité des gens ont vraiment joué leurs trois parties de quilles. L'atmosphère était agréable.

Félicitations aux participantEs et d'énormes remerciements à l'organisateur, monsieur Camille Levasseur.

*Maryvonne Thébault*, 'déjeuneuse' et non quilleuse



## Activités à venir



**Jeudi, le 2 août prochain**, avec ou sans vélo, se tiendra notre déjeuner estival à l'Auberge Marie-Blanc à Témiscouata-sur-le-Lac. Rendez-vous donc à **10 h. Coût : 12 \$ + taxes + pourboire. Payable à Christian à l'arrivée.** Et ce sera en formule **Buffet**. Réservation avant le 30 juillet au 418-899-6339.

Au plaisir de vous rencontrer.

*Jocelyne Dionne*

## TOUJOURS EN ACTION

### Activité « Toujours en Action » le 18 Octobre à L'Hôtel Lévesque

L'activité débutera par la prise des présences à **9 h 30** et un café ou un jus vous sera offert.

Nous recevrons deux personnes d'origine africaine et amérindienne. Ces personnes habitent la région de Rivière-du-Loup. Elles viendront nous entretenir de la culture et des traditions héritées de leurs ancêtres. Elles partageront aussi avec nous leur vision du monde. Nous aurons ainsi l'opportunité de partager, d'apprendre, de nous ouvrir aux différences.

*Mireille Bernard* pour le Conseil sectoriel







## LA NON-RENTÉE : C'EST LA TRADITION !

Cette année, ce sera le **vendredi 24 août** à l'**Hôtel Motel le 1212 de Dégelis**. **L'accueil se fera à 10 h et un brunch sera servi à 11 h.**

Le coût sera de **15 \$ pour les membres et 20 \$ pour**

**les non-membres.**

**Que faire après le brunch : (toutes les visites sont payables sur place)**

- **Visite du Domaine Acer à Auclair** au coût de **7 \$ pour la visite guidée et une dégustation**
- **Visite du Jardin de la Petite École, quartier Notre-Dame-du-Lac** : Coût : cela dépend. Si 10 personnes et plus : **6 \$ par personne**; **une personne de moins de 65 ans : 8 \$**, **une personne de plus de 65 ans : 7 \$**. On a avantage à se regrouper.
- **Visite de la bibliothèque de Dégelis : *gratuit.***
- **Fromagerie Le Détour** : si entre 10 et 20 personnes, visite guidée et dégustation : **gratuit.**
- **Golf de St-Louis-du-Ha-Ha** : **30 \$ tx incluses pour 9 trous, golf et cart et 40 \$ pour un 8 trous.** Inscrivez-vous directement à **Christian Bégin** et il fera les réservations au club de golf
- **Jardins de la République à St-Jacques** : **détails au début août par internet et réseau téléphonique.**

**Et l'adresse de l'hôtel est la suivante : 612, Avenue Principale, Dégelis, sortie 12 autoroute 85**

**Faites votre choix d'activité dans l'encart d'inscription à la fin du journal.**

*Le Conseil sectoriel*



## **NÖEL**

Cette année, nous fêterons Noël **vendredi le 7 décembre** lors d'un dîner à l'**Hôtel Universel**. Des informations supplémentaires vous parviendront dans le prochain journal.

Cette fois, pour faire un peu différent, nous changerons la formule d'animation. Si vous avez des suggestions intéressantes à nous faire, faites-en part à : [louareq17@gmail.com](mailto:louareq17@gmail.com) ou à Louiselle Dionne, **625-D, Chemin Rivière Verte St-Antonin, G0L 2J0**. Peut-être pourriez-vous partager avec nous quelques-uns de vos talents : anecdotes comiques, chants, musique.... Et ceci présenté entre le mets principal et le dessert. Nous pourrions ainsi organiser un petit programme très intéressant. Si cette formule vous plaît, je communiquerai avec vous pour les détails de votre présentation.

*Louiselle Dionne* pour le Conseil sectoriel



## ACCUEIL DES NOUVEAUX RETRAITÉS

Veillez vous joindre à nous pour l'**accueil** des nouvelles et nouveaux retraités **jeudi le 11 octobre à l'Auberge de la Pointe**. L'accueil se fera à **11 h**.

Nous vous attendons en grand nombre pour célébrer l'arrivée de ces nouveaux membres dans notre association.

Détails pour l'inscription à la fin du journal.

*Le Conseil sectoriel*



## Hommage à nos aînées et aînés

Pendant le **mois d'octobre**, les membres du Conseil sectoriel iront rendre visite aux aînés qui atteignent en âge le chiffre de **80, 85, 90 et 95 ans**. Il va de soi que nous les préviendrons de notre venue par un appel téléphonique. Nous profiterons de cette visite pour leur offrir un petit cadeau au nom de tous les membres de l'AREQ (CSQ) Grand-Portage. Celles et ceux qui atteignent 80 ans sont surpris et sceptiques quand on les appelle. Ensuite, ils reconnaissent cette tradition de notre secteur et ils en sont très heureuses et heureux.

*Maryvonne Thébault*, pour le Conseil sectoriel.



### HOMMAGE À MARIELLE RAYMOND

La semaine du 4 juin a été fertile en émotions pour madame **Marielle Raymond**.

D'abord le **lundi 4 juin**, Marielle a reçu, à l'Hôtel de Ville de Rivière-du-Loup, le **Mérite municipal Yves Godbout**.

Dans l'allocution la présentant, il a été souligné **sa ténacité** dans les dossiers qui lui tiennent à cœur, allant même, sur une note humoristique, la comparer à un « moustique dans une tente ». Ce mérite lui est attribué avant tout pour sa **grande implication bénévole depuis plusieurs années dans différents organismes**.

Puis le **mercredi 6 juin**, à sa grande surprise, à l'Assemblée régionale de la Fondation Laure Gaudreault tenue à Québec, elle s'est vu décerner le titre de **Membre Émérite de la Fondation**. Pour mériter ce titre, il faut répondre à des critères précis : **un engagement significatif dans un poste électif de la Fondation pour une période de dix ans** et plus, période pendant laquelle elle a contribué au rayonnement de la Fondation. Après avoir été secrétaire du bureau régional pendant quelques années, Marielle en a été la présidente de 2008 à 2017.

Toutes nos félicitations pour ces honneurs plus que mérités.

*Maryvonne Thébault*, présente aux deux événements pour le Conseil Sectoriel.

## CONFÉRENCES POUR L'ANNÉE 2018-2019

Les conférences : **les mardis de 9 h 30 à 11 h 30**

Musée du Bas-Saint-Laurent, 300, rue Saint-Pierre, Rivière-du-Loup



### AUTOMNE 2018

18 septembre : Bien s'alimenter : un choix pour la vie : Hélène Dumais

9 octobre : Les bateaux naufragés du St-Laurent : Georges Pelletier

23 octobre : L'île Verte racontée : Robert Desrosiers

6 novembre : L'intervention sociosanitaire en contexte de sécurité civile : Pierre Paul Malenfant

20 novembre : Les changements climatiques; impact sur les océans : Lyse Morissette

### Hiver 2019

15 janvier : Les femmes et les arts : Thérèse Bélanger

29 janvier : Les maladies génétiques : Dr Allen Drouin

12 février : La poésie de Jacques Prévert ... et les autres : Dr Jean-Marie Deschênes

26 février : Les champignons : cueillette et consommation : Fernand Gagné

12 mars : L'aide à mourir : aspect médical : Dr André Munger

**Pour plus de renseignements :** CLAIRE LÉVESQUE 863-4374, GILLES

PRÉFONTAINE 863-5277, LISE LÉVESQUE 605-0786, THÉRÈS CUTNAM 862- 6421

35

### **SAVIEZ-VOUS QUE :**

- L'AREQ a vu le jour en 1961 selon la loi des syndicats sous l'appellation : **Association des retraités de l'enseignement du Québec.**
- De 1961 jusqu'au début des années 1980, les secteurs étaient quasiment inexistants.
- Pour le secteur Grand-Portage, il faut remonter à l'année 1983 pour retrouver trois personnes importantes dans l'élaboration de notre structure : mesdames Jeannette Paradis-Tardif et Rita Pelletier ainsi que monsieur Léon Pelletier.
- En 1983, le secteur Grand-Portage comptait 43 membres.

***D'autres informations à venir au prochain journal.***

*Maryvonne Thébault* pour le Conseil sectoriel



## **ADRESSE DE NOTRE SITE WEB :**

[HTTP://GRANDPORTAGE.AREQ.LACSQ.ORG/](http://grandportage.araq.lacsq.org/)

(vous y retrouverez des informations intéressantes qui nous concernent)

## Directives médicales anticipées



Vous êtes majeur. Vous êtes conscient, lucide. Vos fonctions cognitives sont intactes. Ce qui suit vous concerne. Ces directives médicales anticipées découlent de la loi concernant les soins en fin de vie. Elles s'appliquent à des **situations cliniques précises** :

- 1- Situation de fin de vie : lorsqu'une personne souffre d'une condition médicale grave et incurable et qu'elle est en fin de vie.
- 2- Situation d'atteinte sévère et irréversible des fonctions cognitives :
  - état comateux jugé irréversible
  - état végétatif permanent.
- 3- Autre situation d'atteinte sévère et irréversible des fonctions cognitives : atteinte sévère et irréversible, sans possibilité d'amélioration, par exemple la démence de type Alzheimer ou autre type de démence.

### **Il existe un formulaire prescrit par la loi.**

Pour faire la demande de ce formulaire à la RAMQ, téléphonez au numéro **1-800-561-9749** (sans frais). Ce numéro est aussi valable pour vos interrogations sur le registre ou sur le formulaire lui-même. Pour toute autre question : **1-877-644-4545** (sans frais).

## CARNET DE SANTÉ

**Carnet santé** Québec vous permet d'effectuer le suivi de vos médicaments, de vos prélèvements, de vos examens d'imagerie médicale et de vos rendez-vous

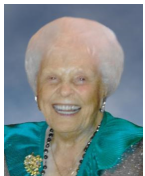


. <https://carnetsante.gouv.qc.ca/portail> **CARNET SANTÉ QUÉBEC EST UN SERVICE EN LIGNE** qui vous permet d'accéder à vos informations de santé et à certains services pour vous aider à prendre votre santé en main.

### **Le Conseil sectoriel**



### *Elles nous ont quittés*



Madame Rose Lavoie  
de Rivière-du-Loup

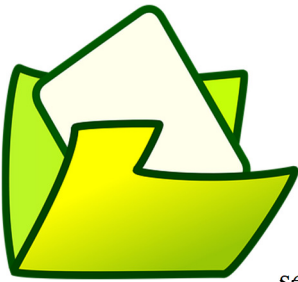


Madame Myrtha Rousseau  
de Rivière-du-Loup.

**Aux familles et amis, tous les membres d'AREQ Grand-Portage  
offrent leurs plus sincères condoléances.**

**Merci d'avertir un membre du Conseil sectoriel lors du décès d'unE de nos membres.**





## DOSSIER ASSURANCES

Lors de l'activité AREQ en action et de l'AGA de mai, j'ai présenté quelques rappels ou informations que je jugeais pertinent de partager avec ceux et celles qui n'étaient pas présents :

- 1- Il serait important de placer, avec le testament ou les dernières volontés selon le cas, l'aide-mémoire pour la personne conjointe survivante lors du décès du membre ASSUREQ ou l'aide-mémoire pour le membre ASSUREQ lors du décès de la personne à charge. Vous pourriez éviter des problèmes le cas échéant. Vous pouvez trouver ces aide-mémoire sur le site ASSUREQ et rechercher « que faire en cas de décès »
- 2- La personne conjointe survivante protégée par un régime familial peut garder la protection qu'elle détenait. Dans les 90 jours suivant le décès du membre ASSUREQ, elle doit devenir membre de l'AREQ et adhérer à ASSUREQ pour s'inscrire à un régime individuel.
- 3- On vous conseille d'avoir à vue la brochure du contrat ou le résumé « En un coup d'œil » et de les consulter lors d'un problème de santé. Beaucoup auraient droit à des remboursements et perdent de l'argent parce qu'ils ne sont pas au courant des protections qu'ils ont et des échéanciers à respecter. Je déplore que les gens ne s'informent pas plus.
- 4- En voyage, avant de consulter un spécialiste de la santé, communiquez avec Can-assurance, le no de téléphone est au dos de la carte SSQ, que vous devriez toujours avoir en votre possession comme la carte de la RAMQ.
- 5- On invite les diabétiques traités à l'insuline à être aux aguets. Ils ont accès à un système de surveillance de glucose FACESTYLE LIBRE remboursable par la SSQ. De plus, ils peuvent obtenir le remboursement des fournitures diabétiques. Contactez la SSQ pour plus d'informations.
- 6- Les personnes traitées par des professionnels de médecine douce sont invitées à lire attentivement la page 13 de la Brochure du Régime d'Assurance.
- 7- La personne détenant une assurance -vie, dont l'espérance de vie est inférieure à 12 mois, a droit, si elle en fait la demande par écrit à la SSQ, à recevoir une prestation maximale égale au moindre de 20 000\$ ou de 50% du montant de la protection auquel elle aura droit à son décès. Consulter la SSQ pour plus de détails.

Pour plus d'informations, vous pouvez toujours me consulter au 418 853-2933 ou à [brillantg@sympatico.ca](mailto:brillantg@sympatico.ca)

Là-dessus, je vous souhaite un bel été reposant et la meilleure santé possible.

*Jean-Louis Brillant*, responsable du dossier



**Vous avez perdu votre journal ? Pas de problèmes ! Vous pouvez le retrouver à ce lien : <http://grandportage.areq.lacsq.org/journaux-2017-2018/> ou communiquez avec Louiselle : [louareq17@gmail.com](mailto:louareq17@gmail.com)**



## DOSSIER SOCIOPOLITIQUE

Le 19 janvier dernier, j'ai participé, à Québec, à une journée de formation à caractère sociopolitique. Monsieur Robert Simard, coordonnateur au dossier de la maltraitance au ministère de la Famille nous a présenté le guide pour contrer la maltraitance envers les personnes âgées ou en situation de vulnérabilité. Il s'agit d'un document de plus de six cent pages utilisé dans les milieux institutionnels. Je vous en épargne les détails.

D'abord, il y a maltraitance quand :

- Un geste singulier ou répétitif intentionnel ou non est posé dans une relation dans laquelle il devrait y avoir de la confiance et que cela cause du tort ou de la détresse chez la personne âgée ou vulnérable
- Il y a absence de geste, ce qui entraîne les mêmes effets chez la personne âgée.

Les formes peuvent être de la **violence** ou de la **négligence**.

Elles peuvent toucher les aspects psychologiques, physiques, sexuels, matériels ou organisationnels.

Le conférencier nous a précisé que lors d'une campagne de sensibilisation sur le phénomène de la maltraitance, le nombre d'appels pour des renseignements ou des dénonciations triple.

L'isolement augmente le risque de maltraitance.

Au contraire, la **bienveillance** prévient l'apparition de la maltraitance; elle consiste à s'adapter aux préférences et au rythme de la personne âgée, à aménager les horaires en tenant compte des préférences de la personne. C'est bien loin des horaires vécus dans diverses résidences !

*Maryvonne Thébault*, responsable sectorielle du dossier sociopolitique.

## **VOYAGES VOYAGES**



**Las Vegas et les Parcs Nationaux américains du 17 au 24 octobre**

**Noël en automne du 26 au 28 octobre**

**Les Valses de Vienne au Capitole le 1er décembre**

**Info/réservation au 418-868-5888**

*Hélène B. Rioux*

## MINI CHRONIQUE INFORMATIQUE

De plus en plus de personnes se plaignent d'être piratées soit sur Facebook ou dans leurs comptes. A-t-on pensé qu'on ne doit jamais oublier de se déconnecter en sortant des applications pour lesquelles on a écrit un mot de passe pour y accéder. On doit aussi effacer les traces de sa navigation en vidant la mémoire cache de son appareil ainsi que l'historique. Ces simples précautions augmentent grandement notre sécurité sur le web.

*Louiselle Dionne du journal Après l'école*



## Comité retraite : faits saillants 2017-2018

**1- PLAN D'ACTION.** Le comité national de la retraite nous propose une **orientation** qui est de travailler à l'amélioration de la sécurité financière de nos membres et des personnes âgées. Le **champ d'intervention** sera la protection du pouvoir d'achat, notamment par la revendication de l'amélioration de la formule d'indexation des rentes de retraite. Les **actions** et les moyens restent à développer dans les régions et les secteurs.

**2-INFORETRAITE.** Un nouveau document vient de naître. Il s'agit d'un ancien « 4 pages » datant de quelques années qui vient d'être renouvelé, actualisé, très riche en informations écrites et visuelles qui nous renseigne véritablement sur la perte de notre pouvoir d'achat à la retraite, sur la santé financière du RREGOP et sur la possibilité d'impliquer les retraités et les salariés pour tenter de faire changer les choses afin d'obtenir une bonification de nos conditions de vie à la retraite. Ce document, produit par des employés de l'AREQ et des membres du comité national de la retraite, vous sera distribué à l'automne lors de l'une de nos activités comme l'accueil des nouveaux, par exemple.

**3-LIEUX DE REPRÉSENTATION DE L'AREQ.** Notre organisme est représenté à l'**Observatoire de la Retraite**. Il serait trop long ici de vous décrire ce qu'est cet organisme. Donc pour savoir ce qu'est l'OR, recherchez sur GOOGLE : l'observatoire de la retraite. Notre association avait demandé au gouvernement une table de négociation où on pourrait discuter entre autres choses d'indexation. On a plutôt eu droit à une **tribune** de discussion où six (6) associations de retraités sont présentes ( nous en sommes ) et six (6) membres du gouvernement. On y discute de tout sauf d'indexation.....

**4-CONFÉRENCES.** J'ai assisté cette année à deux (2) conférences très intéressantes en lien avec l'aspect monétaire de la retraite. La première portait sur la caisse de dépôt et de placement (CDPQ) et le RREGOP. Et la deuxième sur la santé financière du RREGOP. Je ne peux pas vous résumer ici trois (3) heures de conférence, mais je vous invite l'automne prochain à assister à une activité régionale portant probablement sur l'un de ces sujets. Cette activité sera réalisée en collaboration avec le comité des assurances.

**5-SANTÉ FINANCIÈRE DU RREGOP.** Concernant la santé financière du RREGOP, je viens tout juste de recevoir de madame Johanne Freire de l'AREQ le message suivant : « Retraite Québec a publié la mise à jour de l'évaluation actuarielle du RREGOP au 31 décembre 2017. On apprend donc que la situation financière des participants s'est améliorée, passant d'un déficit de 0,9 milliards de dollars au 31 décembre 2014 à un surplus de 4,6 milliards de dollars au 31 décembre 2017. Cela représente un surplus de 7,7% de la valeur actuarielle des prestations. Nous vous rappelons que pour permettre une bonification de l'indexation des rentes à la charge des participants relativement aux années cotisées 1982 et 1999, le surplus de la valeur actuarielle doit excéder 20% ».

*Christian Bégin* pour le Conseil sectoriel

\*\*\*\*\*

**CONSEIL SECTORIEL POUR 2017-2018**

François Villeneuve, président	denise-francois.v2011@hotmail.ca	581-645-8616
Jacques Labrecque, 1 <sup>er</sup> 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, 2 <sup>e</sup> v. présidente	mireille.bernard01@gmail.com	418-862-0720
Arlette Thibault, 1 <sup>er</sup> conseillère	chaloupe7@hotmail.com	418-497-2139
Louiselle Dionne, 2 <sup>e</sup> conseillère	louareq17@gmail.com	418-863-7910

**RESPONSABLES DES DOSSIERS POUR 2017-2018**

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	418-573-8932
Environnement : Rose-Marie Rioux	duriou@hotmail.com	418-862-2945
Indexation : Christian Bégin	christianbegin50@sympatico.ca	418-853-3832
Sociopolitique : Maryvonne Thébault	mavonne@globetrotter.net	418-853-2165

**Responsable de la banque d'adresses : Claudette Bérubé : [areq45@yahoo.ca](mailto:areq45@yahoo.ca)**

**Responsable du journal : Louiselle Dionne : [louareq17@gmail.com](mailto:louareq17@gmail.com)**

**Responsable de la page web : Gisèle Deschamps : [benotmorin@videotron.ca](mailto:benotmorin@videotron.ca)**

**NUMÉROS IMPORTANTS**

AREQ-CSQ	1-800-663-2408/418-525-0611	areq@csq.qc.net <a href="http://www.areq.qc.net">www.areq.qc.net</a>
R.R.Q.	1-800-463-5185/418-643-5185	<a href="http://www.rrq.gouv.qc.ca">www.rrq.gouv.qc.ca</a>
P.S.V. Pension de la Sécurité de la Vieillesse	1-800-277-9915	<a href="http://www.hrhc.drhc.gc.ca">www.hrhc.drhc.gc.ca</a>
C.A.R.R.A	1-800-463-5533/418-643-4881	<a href="http://www.carra.gouv.qc.ca">www.carra.gouv.qc.ca</a>
R.A.M.Q.	1-888-435-7999 418-646-4636	<a href="http://www.ramq.gouv.qc.ca">www.ramq.gouv.qc.ca</a>
SSQ	1-888-833-6962/418-651-6962	<a href="http://www.ssq.ca">www.ssq.ca</a>
RÉSAULT-La Personnelle	1-800-363-6344	<a href="http://www.csq.lapersonnelle.com">www.csq.lapersonnelle.com</a>
CANAssistance : Assurance-Voyage (Can + USA)	1-800-465-2928	
CANAssistance : Assurance-Voyage (ailleurs dans le monde)	0-514-286-8412	
CANAssistance : Assurance-Voyage (remboursements)	1-800-264-1852	

**NON-RENTÉE : 24 août à Ville Dégelis à l'Hôtel le 1212. Date limite d'inscription : 17 août**

Nom ..... Tél. ....

Nom ..... Tél. ....

Membre : 15 \$ Non-membre : 20\$ Cochez votre activité choisie

Visite du domaine ACER ..... Bibliothèque de Dégelis ..... Fromagerie Le Détour.....

Golf de St-Louis du Ha Ha ..... Jardins de la République

Prix dans l'article du journal et où s'inscrire à l'endos de l'encart.

**ACCUEIL DES NOUVEAUX RETRAITÉS : 11 octobre à l'Auberge de la Pointe**

Date limite le 25 septembre

Nom ..... Tél. ....

Nom ..... Tél. ....

Membre : 20 \$ Non-membre : 25 \$

**Où s'inscrire ? Détails endos de l'encart.****AREQ TOUJOURS EN ACTION : 18 octobre à l'Hôtel Lévesque**

Date limite d'inscription : 13 octobre

Nom ..... Tél. ....

Nom ..... Tél. ....

choix de menu

du participant 1: filet de sole farci aux crevettes ---- ou baluchon de poulet----

du participant 2: filet de sole farci aux crevettes ---- ou baluchon de poulet ----

**prix: 15 \$ membre et 23 \$ non membre****Où s'inscrire ? Détails endos de l'encart****IMPORTANT – AU CAS OÙ – IMPORTANT**

Lorsque vous vous inscrivez à une activité de l'AREQ, il peut exceptionnellement arriver qu'une obligation quelconque vous empêche d'y assister. Veuillez alors m'en aviser par **email ou par téléphone au moins 24 heures avant l'événement et votre chèque ne sera pas échangé**. Si pas de nouvelle, le chèque sera encaissé.

*Christian Bégin*, trésorier.



1. Adressez votre chèque à : **AREQ 03-B**
2. Faites-le parvenir **selon la date limite à : Christian Bégin, 1456, rue de la Madawaska, Dégelis, Qc, G5T 1PS**

Remarquez que vous pouvez annuler votre présence **au moins 24 hres** à l'avance en tél. à Christian **418 853-3832** et votre chèque ne sera pas encaissé.

3. Adressez votre chèque à : **AREQ 03-B**
4. Faites-le parvenir **selon la date limite à : Christian Bégin, 1456, rue de la Madawaska, Dégelis, Qc, G5T 1PS**

Remarquez que vous pouvez annuler votre présence **au moins 24 hres** à l'avance en tél. à Christian **418 853-3832** et votre chèque ne sera pas encaissé.

5. Adressez votre chèque à : **AREQ 03-B**
6. Faites-le parvenir **selon la date limite à : Christian Bégin, 1456, rue de la Madawaska, Dégelis, Qc, G5T 1PS**

Remarquez que vous pouvez annuler votre présence **au moins 24 hres** à l'avance en tél. à Christian **418 853-3832** et votre chèque ne sera pas encaissé.

**Une application vraiment utile.** Je l'ai téléchargée sur mon téléphone et j'ai été fort étonnée d'apprendre que certains résidus que je croyais compostables ne l'étaient pas du tout. Alors, je partage mon expérience tout simplement.

*Louiselle Dionne* du journal Après l'école.



## «Ça va où?», une application mobile qui vous aide à bien trier et recycler

/ 11 avril 2018 / Moins de GES !

RECYC-QUÉBEC a annoncé cette semaine le lancement de l'application mobile **Ça va où ?** un outil conçu pour accompagner les citoyens dans le tri de leurs matières. L'application recense plus de 800 produits de consommation régulière. Réduire l'enfouissement des matières résiduelles permet de réduire les émissions de gaz à effet de serre (GES) de différentes façons. Outre le détournement des matières organiques des sites d'enfouissement, recycler une matière comme le plastique permet de réduire la demande pour ce produit, donc d'en produire moins. Rappelons que c'est à l'étape de la production que ces matériaux génèrent d'importantes quantités de GES. Une production réduite améliore donc le bilan carbone de l'industrie.

**Ça va où?** permet en quelques clics de :

- **déterminer efficacement** quoi faire avec chaque matière : verre, plastique, pneus, petits appareils électroniques, résidus de construction, piles et batteries, appareils électroménagers, emballages, imprimés, tissus, matières organiques, etc.;
- **trouver facilement** où et comment se départir de leurs différents produits à l'aide de la carte interactive et d'un outil de géolocalisation;
- **consulter directement** les coordonnées et heures d'ouverture des centres de récupération et les détails d'accès aux points de dépôt et aux écocentres;
- obtenir des **informations utiles** d'aide au tri sur des centaines de produits.

### L'application en chiffres

Les données de l'application incluent celles des 1 300 municipalités et territoires du Québec. Elle répertorie :

- près de 800 produits de consommation courante;
- près de 6 000 points de dépôt;
- 260 écocentres ou dépôts municipaux;
- et offre des dizaines de conseils d'aide au tri sur des centaines de produits.

**Ça va où ?** est la première application mobile panquébécoise de gestion des matières résiduelles. Elle est le résultat d'un travail étroit de collaboration avec les organismes de gestion reconnus, de la responsabilité élargie des producteurs et les municipalités québécoises, qui contribueront à la validation en continu des données pour en assurer leur exactitude. Elle vient s'ajouter à la gamme de ressources déjà disponibles et déployées par les municipalités pour guider leurs citoyens.

L'application mobile **Ça va où?** est disponible gratuitement sur App Store\* et Google Play\*.

Une **version web** est également disponible sur le site de **RECYC-QUÉBEC**.

Source : **RECYC-QUÉBEC**

## Concours SUDOKU

Quel chiffre remplacera l'étoile ?

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

À gagner :

**2 participations à la non-entrée le  
24 août à Dégelis**

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

Envoyez votre réponse par  
courriel à :  
[areq45@yahoo.ca](mailto:areq45@yahoo.ca)

**Avant le 10 août**

*Bonne chance !*

**Gagnantes du dernier tirage** : mesdames Micheline Rodrigue de St-André de Kamouraska et Denise Lévesque de St-Pascal.

**VOUS CHANGEZ D'ADRESSE ?** Communiquez avec madame Luce Laverdière à 1-800- 663-2408 (correction faite) ou avec Christian Bégin ou à : [louareq17@gmail.com](mailto:louareq17@gmail.com). Nous devons avoir votre adresse à jour pour vous faire parvenir le journal et autres communiqués.



**Envoi de Poste-Publication Convention # 40734023**

**Pour maître de poste : retour à : Christian Bégin, 1456, av. de la Madawaska, Dégelis, Qc GST 1P8**