

# REGARD NEUF



RÉGION 01 - SECTEUR E  
(VALLÉE-DE-LA-MATAPÉDIA)

VOLUME 18, NUMÉRO 2

JUIN 2016

## Message du président



Chers membres,

### Un « regard » de jeunesse

À dix-huit ans, notre *Regard neuf* conserve son air de jeunesse et son actualité. Depuis sa première parution en automne 1998, il garde le phare et fait le tour d'horizon de la vie de notre secteur pour nous en laisser un précieux témoignage. Merci à ses artisans!

### Une équipe renouvelée

Au cours de l'année écoulée, votre conseil sectoriel a tenu la barre et maintenu le cap pour offrir des services et des activités de qualité aux membres. Lors de notre AGS de mai, nous avons pu rendre hommage à Marcel et Monique, qui devaient quitter leurs fonctions après respectivement 8 ans et 6 ans de service. Bravo et merci à tous deux! Pour combler les effectifs, Louise et Pierrette nous font le bonheur de rejoindre l'équipe et de lui prêter main forte. Merci et bienvenue à vous deux!

### L'appel du large

J'écris ces lignes au moment où 12 d'entre nous s'apprêtent à traverser le fleuve pour assister à l'AGR de Baie-Comeau. L'AREQ appelle à la mobilisation et à la disponibilité de ses membres pour l'atteinte de ses objectifs et l'application de ses valeurs. Merci à nos membres d'y répondre!

### Cap sur l'été!



Après notre rencontre de juin au Revermont nous prendrons tous congé de navigation et quitterons le navire de notre association pour une escale estivale que je vous souhaite des plus heureuses.

Bon été à chacun et  
chacune de vous!



*Jean-Paul Guay*

#### CONSEIL SECTORIEL 2016-2017

Président : Jean-Paul Guay - (418) 629-2312

1<sup>re</sup> vice-présidente : Louise Gaudreault - (418) 629-4660

2<sup>e</sup> vice-présidente : Diane McNicoll - (418) 629-4553

Secrétaire : Pierrette Bérubé - (418) 756-5528

Trésorière : Laurette Blais - (418) 743-2839

## ÉDITORIAL

Je profite de la dernière édition du journal de l'année 2015-2016 pour remercier tous les membres qui participent à la vie de notre secteur, tout particulièrement à l'élaboration du journal REGARD NEUF.



C'est bien connu : les personnes âgées constituent le groupe qui consacre le plus de temps au bénévolat. Merci de vous impliquer au sein de notre association en nous faisant profiter de vos compétences et de votre expérience. Merci aussi de servir d'autres causes dans votre milieu. Il est prouvé que notre engagement enrichit autant la personne qui distribue ses largesses que celle qui en bénéficie.

Faire du bénévolat dans le respect des autres et en harmonie avec l'énoncé de valeurs de l'AREQ rejoint la mission de notre association qui contribue entre autre à la réalisation d'une société solidaire, soucieuse du bien-être de tous.



Je vous souhaite un bel été rempli de joyeuses découvertes, de plaisirs gourmands, de rencontres intéressantes et de la culture sous toutes ses formes!!!

*Nicole Pelletier*

## SOMMAIRE

Mot du président .....	1
Éditorial et Sommaire.....	2
Nouvelles de la Région .....	3
Dîner de Noël.....	4
Activité Quilles .....	7
Souper de la St-Valentin .....	7
Rencontre du 9 mars .....	9
Activité intersectorielle .....	10
Rencontre à Lac-au-Saumon .....	11
Assemblée générale sectorielle .....	12
Comité des Assurances .....	15

Comité Condition des femmes .....	15
Comité Condition des hommes .....	16
Comité Environnement.....	17
Comité Retraite .....	18
Comité Action sociopolitique.....	18
Projets toujours en action.....	20
Comité Entraide .....	21
Fondation Laure-Gaudreault.....	21
Nécrologie .....	22
Salutations .....	23
Nos commanditaires .....	24

## Nouvelles de la Région Bas-Saint-Laurent, Gaspésie, Les-Îles, Côte-Nord

**B**onjour à vous membres de l'AREQ Bas-St-Laurent- Gaspésie - Les-Îles-Côte-Nord. C'est avec plaisir que je vous brosse un bref résumé des actions menées dans notre organisation au cours des derniers mois.



Dans la poursuite de notre plan d'action, le dossier sur les soins en fin de vie a retenu d'une façon spéciale l'attention de l'Association. On voulait que nos membres reçoivent toute l'information nécessaire sur cette loi qui a des rebondissements même au niveau fédéral. Les responsables sectoriels en sociopolitique et les responsables régionaux de la condition des femmes ainsi que les personnes à la présidence de vos secteurs ont été informés sur le contenu de cette dernière. Cette information vous est transmise par vos bulletins sectoriels ou lors d'activité.

Un autre dossier qui est suivi de près par notre Association, les frais accessoires facturés lors de chirurgie pour la cataracte par exemple. Nous sommes une clientèle qui peut être très touchée par ces mesures.

En février, les responsables sectoriels des assurances et de la condition des femmes ont bénéficié d'une formation à Québec qui les a certainement outillés pour poursuivre les actions qu'ils veulent mettre de l'avant dans chacun de leur secteur. Quant aux responsables sectoriels de la condition des hommes, leur formation est reportée en avril puisqu'on a dû annuler celle de février à cause de la mauvaise température.

En avril, les responsables sectoriels des comités en action sociopolitique, environnement et retraite se sont réunis à Matane. Ces rencontres sont pour vos responsables sectoriels l'occasion de s'informer et prévoir les actions à réaliser dans chacun des secteurs.

Les projets « Toujours en action » demeurent populaires dans notre région puisque 10 secteurs ont présenté les projets auxquels ils ont droit. Pour certains, ils sont déjà réalisés et pour d'autres, ils sont en voie de réalisation. Bravo pour votre participation!

Prenez le temps de lire votre magazine *Quoi de neuf* qui tout en changeant d'apparat est entièrement imprimé sur du papier à la fois recyclable et recyclé. Par cette démarche, on a voulu rendre notre magazine plus écologique et plus attrayant tout en restant riche en contenu.

Pensez à vous inscrire à Infolettre si ce n'est pas déjà fait. C'est un excellent moyen de se garder au courant de toutes les interventions de l'AREQ sur les différents dossiers qui touchent les personnes âgées.

Lors de l'Assemblée générale régionale, nous avons fait le point sur notre deuxième année du triennat. Chaque responsable régional nous a fait un rapport des actions menées au cours de l'année. La trésorière et moi-même avons également livré notre rapport. Madame Lise Lapointe, 1<sup>re</sup> vice-présidente de l'exécutif provincial nous honorait de sa présence. À l'occasion du 25<sup>e</sup> de la Fondation Laure-Gaudreault, le président, monsieur Robert Gaulin, nous rendait visite. Merci au secteur Baie-Comeau pour leur accueil lors de cet événement.

Les activités vont bon train dans vos secteurs et j'en remercie tous les bénévoles qui s'impliquent à ce niveau: membres des conseils sectoriels, responsables de comités, téléphonistes et vous qui participez aux diverses activités. C'est dans vos secteurs que se vit l'AREQ.

*Monique Blais* , présidente régionale

**Dîner de Noël du 9 décembre à Causapscal  
Collaboration de *Marie-Jeanne Dumais***

Plus de 80 personnes étaient réunies à la salle des 50 ans et + de Causapscal, mercredi le 9 décembre, pour le dîner de Noël. Notre enjoué et chantant président, Jean-Paul, nous souhaite la bienvenue et nous invite à partager le repas préparé par l'équipe de madame Mariette Paquet.





## REGARD NEUF

Après un jeu pour activer nos neurones (où le prix était la satisfaction de l'avoir réussi) et quelques chants de Noël pour l'ambiance, Valère Gaudreau nous donne toute l'information pertinente pour les Jeux d'hiver des 50 ans et + Acadie-Québec qui se tiendront du 4 au 7 février 2016.



## REGARD NEUF



Rachel remettra aux personnes moins mobiles de notre organisme les présents apportés par les membres. Jean-Paul nous rappelle les activités à venir (Quilles, Curling, St-Valentin...) et procède aux tirages des prix de présence, d'anniversaire et moitié-moitié.

Nos conteurs sont toujours actifs. Marcel nous informe des futurs postes vacants et offre son aide à la personne qui le remplacera. Après les souhaits d'usage, la rencontre prend fin et on se donne rendez-vous en 2016.



## REGARD NEUF

### ACTIVITÉ QUILLES, À AMQUI LE 18 JANVIER

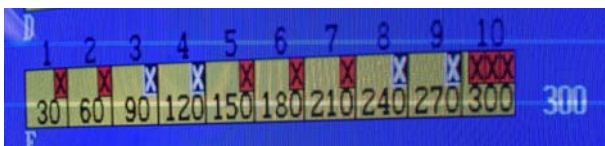


Pour une deuxième année, une douzaine de membres ont participé à l'activité quilles, tenue à la Salle de Quilles Vallée.



Pour mettre un peu de piquant dans le jeu, une quille de couleur était à l'honneur. Si le joueur ou la joueuse réussissait un abat quand cette quille de couleur était en position #1, il y avait une récompense.

Quatre prix de 5 \$ ont été distribués et cinq parties gratuites, gracieuseté de Quilles Vallée, ont complété les prix.



Nous avons, encore cette année, assisté à une partie parfaite de 300 au 9=abat, réalisée, cette fois, par Marc-André Imbeault. Bravo!

### SOUPER DE LA ST-VALENTIN À VAL-BRILLANT COLLABORATION DE *PIERRETTE BÉRUBÉ*



Nous avons fêté la St-Valentin à l'AREQ, le 9 février à Val-Brillant. Nous étions 57 à cette rencontre. Chacun et chacune ont apporté leur bonne humeur et leur sourire. Ce fut une rencontre chaleureuse, avec de belles discussions. Nous avons partagé un délicieux souper, une fondue, ce qui donne du temps pour jaser. La soirée a commencé par du Karaoqué, ensuite il y a eu des histoires, de la musique et du chant fait par les membres.

Nous avons découvert les talents de Donald Breault et de Lucienne Fraser qui avaient leur guitare. Ensuite les tirages ont fait quelques heureux.

Les couples à la St-Valentin





## REGARD NEUF



Finalement :

Du karaoké  
Deux guitaristes  
et...  
deux divas.



## RENCONTRE DU 9 MARS AU RESTAURANT PASTALI COLLABORATION DE **JEAN-PAUL GUAY**



À titre de responsable à la condition féminine, Chantal nous a présenté la conférencière, Ève Devault, intervenante au CALACS de Rimouski (Centre d'aide et de lutte contre les agressions à caractère sexuel).



Madame Devault a livré sa conférence aux 35 personnes présentes en utilisant une

présentation PowerPoint très intéressante!



Monique Vermette offre un cadeau d'appréciation à la conférencière de la part de notre groupe

Lucienne remet les prix remportés par les deux gagnantes du moitié-moitié pour la FLG.



### ACTIVITÉ INTERSECTORIELLE À RIMOUSKI



Le 12 mars, sept membres se sont rendus à l'activité intersectorielle organisée par le secteur de Rimouski.

Au programme : échange avec les secteurs voisins, pizza et partie de hockey mettant aux prises l'Océanic de Rimouski et les Olympiques de Gatineau. Une partie enlevante remportée de justesse 3-2 par l'Océanic, à une minute de la fin de la 3<sup>e</sup> période.



L'infolettre? Des informations pertinentes et intéressantes sur notre association, des réactions sur des sujets d'actualités qui concernent les personnes retraitées, des communiqués de presse, des activités, la question de la semaine... Pour s'abonner :

<http://areq.qc.net>

Dans la colonne de droite cliquez sur **Inscrivez-vous à l'infolettre**

**RENCONTRE DU 20 AVRIL À LAC-AU- SAUMON  
COLLABORATION DE *NICOLE PELLETIER***

Le mois d'avril nous ramène invariablement à Lac-au-Saumon où une vaillante équipe de bénévoles nous accueille avec le sourire et nous sert un copieux déjeuner. Quel plaisir gustatif de terminer le brunch avec une crêpe aux fruits arrosée de sirop d'érable! Il faut dire que les prix de présence font déjà l'objet de convoitise chez la soixantaine de participants, car nos sucriers, René-Michel, Rémi et Francine ont préparé des paniers remplis de produits de ce précieux nectar, sans oublier le cornet de sucre crème qu'on nous remettra à la fin de l'activité.



Incontournable aussi à cette rencontre, l'intervention toujours originale du responsable de l'environnement et du développement durable, Russel Côté. Cette fois-ci, il nous fait découvrir le chou frisé. Bien renseigné, il nous donne les bienfaits de ce légume qu'on peut apprêter de diverses façons. Ainsi, nous avons droit à une dégustation de croustilles, bien meilleures pour la santé que les traditionnelles. Des personnes chanceuses pourront exercer leur talent horticole en remportant un sac de graines déposé dans un joli contenant bien décoré.

Bref, conversations animées sous le signe de la bonne humeur, propos du président qui rappelle les activités à venir, annonce des événements supportés par nos membres très actifs dans leur milieu, tirage de la FLG et des anniversaires du mois complètent la rencontre.





SOUPER : ASSEMBLÉE GÉNÉRALE SECTORIELLE  
COLLABORATION DE *DENISE THÉBERGE*

Mercredi le 11 mai, trente-quatre personnes assistent à notre assemblée générale de secteur au Centre communautaire de Sayabec.



Notre président, Jean-Paul, se charge de l'ouverture de l'assemblée prévue pour 16 h 00 et de la vérification du quorum. Il souligne la présence de madame Monique Blais, présidente régionale.

Trois postes sont libres au conseil sectoriel. Madame Nicole Pelletier présidente d'élection nous informe de la démarche à suivre et procède à la nomination d'une secrétaire d'élections et de scrutateurs. L'assemblée se déroule selon les procédures d'usage.

Jean-Paul nous livre son rapport de président et suivent les rapports des responsables des divers comités.

**Élections.** Trois mises en candidature ont été reçues pour les trois postes disponibles. 1<sup>re</sup> vice-présidente, Louisette Gaudreault; secrétaire: Pierrette Bérubé; trésorier: Laurette Blais. Ces personnes sont élues à l'unanimité. Les personnes habilitées à signer les effets bancaires seront Jean-Paul Guay et Laurette Blais.



L'assemblée se poursuit par la nomination de quatre délégués pour assister au congrès qui se tiendra à Lévis en 2017. Jean-Paul Guay, Louisette Gaudreault, Denise Théberge et Rachel Fournier sont les personnes choisies. Lucienne Fraser et Diane McNicoll agiront comme sùstituts.

Font suite les messages de reconnaissance aux deux personnes qui ont terminé leur mandat dans diverses tâches. Diane McNicoll remercie Monique Vermette; Jean-Paul Guay remercie Marcel Dubé. Monique et Marcel ont apprécié ces années où ils ont travaillé en équipe dans le bonne entente, le partage, le respect et la complicité qui régnaient entre eux. Des remerciements sont adressés en toute sincérité.

Jean-Paul remercie les membres du conseil sectoriel qui ont fait preuve de disponibilité, d'originalité dans la décoration des deux salles pour souligner notre 30e anniversaire de fondation.

Madame Monique Blais, présente à notre assemblée, nous adresse la parole. Elle nous fait part des diverses activités, réunions auxquelles elle a assisté. De plus, elle mentionne la poursuite du plan d'action dans les divers dossiers et son implication au niveau régional. Pour l'automne, possibilité d'organiser une journée "sans mon sac de plastique". Elle se dit reconnaissante envers toutes les personnes pour leur implication dans notre association. Un panier des produits de *La Vallée de la Framboise* est remis à madame Blais qui à son tour offre un cadeau des produits du terroir qui viennent de Ste-Anne-des-Monts et tout autour de la Gaspésie. Pierrette Bérubé en est l'heureuse gagnante. On procède par la suite au tirage des prix de présence et d'anniversaire.



C'est dans l'harmonie que se termine une autre assemblée générale sectorielle

Nous nous dirigeons vers une salle voisine pour le partage d'un souper prévu à 18 h 30. D'autres membres, conjoints, conjointes se joignent à nous. Un vin d'honneur présenté par Laurette Blais nous accueille. Nous avons un certain temps pour fraterniser tout en échangeant et discutant.



Une exposition est présentée où l'on retrouve diverses réalisations, montages, albums de photos, listes des présidentes qui ont œuvré pour notre association sectorielle au cours de toutes ces années. Il est intéressant de constater tout le travail qui s'est accompli. Nous y retrouvons toutes les personnes qui ont eu et ont à cœur de bonnes conditions sociales, humaines et valorisantes pour tous les membres. De bons souvenirs nous reviennent. Sachons reconnaître tous les efforts et le temps consacré pour le bien-être de tous et toutes, du début de la fondation à nos jours.

but de la fondation à nos jours.



C'est bien un 30<sup>e</sup> anniversaire de fondation de notre association sectorielle que nous fêtons en ce mercredi 11 mai. Soyons fiers, fières de ce qu'elle est. La salle est décorée pour la circonstance. Des bouquets de ballons, des arrangements de fines herbes et d'épices ornent les tables. Nous y retrouvons des cartes joliment décorées présentant le menu et les mots d'accueil lus par Jean-Paul.

Voici le message :

*Chers membres de l'AREQ, nous célébrons aujourd'hui le trentième anniversaire de notre association du secteur Vallée de la Matapédia. Soyons fiers de nos réalisations et du chemin parcouru en vue d'une retraite heureuse au sein d'une société égalitaire et fraternelle! Ensemble poursuivons notre participation à la vie et à l'essor de notre association et bon trentième à chacun et chacune de vous!*

Jean-Paul entonne le chant: *À la retraite*. Nous chantons avec lui. Lucienne Fraser s'occupe de l'animation. Elle nous remet un questionnaire: Fondation Laure-Gaudreault 25 ans, qui sera complété et corrigé au cours de la soirée. Un succulent repas nous est servi, préparé par les Cuisines de monsieur Dupéré de Sayabec. La soirée se déroule dans la gaieté et échanges entre voisins et voisines de table.

Des remerciements sont adressés à madame Monique Blais. Marcel Dubé s'adonne à quelques histoires. Le hasard favorise madame Thérèse Lemelin pour le prix du questionnaire. Font suite les tirages des centres de table.

La soirée se termine par des remerciements et des félicitations pour ces agréables moments.



**COMITÉ DES ASSURANCES : MARC-ANDRÉ JOUBERT (418-536-3146)**



J'ai beaucoup aimé l'atelier sur le rôle de responsable sectoriel en assurances qui a eu lieu à Québec le 16 février dernier.

Deux verbes décrivent bien les tâches que j'ai essayé de réaliser jusqu'à présent : diffuser et transmettre. En effet, j'utilise le bulletin sectoriel *Regard Neuf*, je distribue des photocopies et je participe aux formations.

Les dernières photocopies ont semblé satisfaire beaucoup de membres; j'en ai manqué. Je récidive pour les prochaines activités. Elles concernent les sujets suivants :

- Combien de temps dois-je garder certains documents?
- Les droits de la personne conjoint survivant;
- Médicaments par une pharmacienne (Christine Paquet);
- Aide-mémoire pour la personne conjointe survivante;
- Comment s'inscrire au site Accès/ assurés SSQ;
- Assurances : information en vrac ass-voyage, ass-vie, bénéficiaire, etc.

Je rappelle en terminant, que nous sommes toujours bien accueillis lorsque nous communiquons avec la SSQ. Notre carte de membre contient tout ce dont nous avons besoin pour leur parler.

Bonne santé à toutes et à tous.

**COMITÉ CONDITION DES FEMMES : CHANTAL PLOURDE**



Le 18 février 2016, nous avons eu le loisir de participer à une formation des responsables sectorielles de la Condition des femmes à Québec. Il fut notamment question du *Sommet des femmes* qui allait avoir lieu les 3 et 4 mars au Palais des Congrès de Montréal. Les 3 grands thèmes exploités ont été: 1- le pouvoir social, 2- le pouvoir économique, 3- le pouvoir politique.

Près de mille femmes ont participé à ce sommet. Malheureusement, notre ministre de la Condition de la femme, Lise Thériault, était absente...

En après-midi, ce fut une conférence sur le Manifeste des femmes et sur l'âgisme et les femmes âgées : *Préjugés et stéréotypes qui sont de plus en plus véhiculés dans la société.*

## REGARD NEUF

Le 8 mars, nous avons encore une fois, en collaboration avec le Centre de femmes et l'AFEAS de Sayabec, ainsi qu'avec quelques femmes qui se sont jointes à nous, présenté une activité : *Un Cabaret au féminin*. Cette activité avait lieu sous forme d'un 5 à 8 à la Salle communautaire d'Amqui.

Ce sont 108 participantes qui sont venues voir et entendre une série de numéros variés sur le thème des femmes : chansons , numéros d'humour, poésie , texte sur nos revendications, etc... Nous, du comité organisateur, sommes encore une fois très fières de la réponse que nous avons reçue des femmes de la région.

Mercredi, le 9 mars, dans le cadre d'un déjeuner régulier, nous avons eu le plaisir d'entendre en conférence Mme Ève Devault, intervenante au CALACS de Rimouski (Centre d'aide et de lutte contre les agressions à caractère sexuel). La mission de l'organisme consiste à donner de l'aide directe aux personnes agressées, à prévenir et sensibiliser les femmes à revendiquer le droit à l'aide.

Le féminisme, selon madame Devault a toujours sa place. Les agressions à caractère sexuel existent dans notre société et peuvent se manifester sous la forme de domination, de pouvoir, d'intimidation, de harcèlement, etc. Ces formes de contrôle sont à bannir dans notre société. Les agressions sexuelles chez les femmes âgées existent aussi. C'est une réalité invisible, puisqu'on en parle peu, mais elles existent bel et bien.

Ce fut une conférence intéressante et qui a eu le mérite de nous sensibiliser à la cause féministe.

## COMITÉ CONDITION DES HOMMES: *MAGELLA GENDRON*

L'ensemble des réflexions qui sont ressorties des discussions de notre rencontre de novembre dernier a été acheminé au National qui en a fait l'objet d'ateliers de discussion lors de notre rencontre à Québec le 14 avril dernier.



1. Ateliers: Nous avons pu relever divers enjeux qui concernent les hommes retraités et âgés :

Recherche d'un nouvel équilibre à la retraite

Trouver sa place à la maison, ainsi qu'à l'AREQ

Peur de perdre sa conjointe, de se retrouver seul

Perte de capacités, d'autonomie, perte de son permis de conduire

Trouver des endroits et des activités pour s'occuper

Difficulté à recruter des hommes engagés à l'AREQ

## REGARD NEUF

Difficulté à prendre sa place dans un groupe composé de femmes  
Apprendre à parler, à communiquer, à rechercher de l'aide  
Besoin d'être considéré, d'être apprécié, d'être heureux  
Besoin d'information avant d'entrer en maison de résidence  
Problématique de solitude, d'isolement, de maladie, d'alcoolisme

2. Rôle du responsable : La rencontre a également porté sur le rôle de la personne responsable sectorielle de la condition des hommes :

Partager la mission et soutenir le plan d'action de l'AREQ - Soumettre des projets d'activités au conseil sectoriel. - Remettre un rapport d'activités au CS et le présenter à l'AGS - Transmettre l'information aux membres par le biais d'activités sectorielles, du bulletin sectoriel ou du site web du secteur le cas échéant

3. Étude sur les valeurs : Nous nous sommes penchés sur une étude réalisée auprès de tous les groupes d'âge et qui a fait ressortir les principales valeurs auxquelles les gens accordent une importance : la famille, le bien-être et la santé

## COMITÉ ENVIRONNEMENT & DÉVELOPPEMENT DURABLE: *RUSSEL CÔTÉ*



Une première rencontre du conseil sectoriel et des responsables de comités le 10 septembre permet d'ébaucher un calendrier des activités de l'année : on me réserve, comme d'habitude, l'organisation des activités reliées au *Jour de la Terre* (22 avril 2016).

Je profite de l'activité du 16 septembre pour donner suite à mon dossier sur l'asclépiade présenté au printemps 2015 : j'y proposais une visite au *Musée de la soie* à Granby. J'y suis allé la fin de semaine du 12 septembre. On y célébrait le *Festival du Monarque* par une exposition de peinture sur toile ainsi qu'une envolée de papillons animée par Georges Brossard. Une boutique-nature et des exposants locaux comblaient nos attentes. Sur le chemin du retour, j'ai récolté des tiges matures d'asclépiades à Ste-Anne-de-Beaupré que j'ai distribuées aux membres à mon retour dans la Vallée.

Les responsables de l'EDD de toute la province se sont rencontrés à Québec le 11 novembre. La thématique de la journée était la surconsommation de plastique.

Pour la région 01, les responsables EDD se sont rencontrés à Matane le 14 et 15 avril dernier. Sous la présidence de Christiane Gagnon, nous avons pris part au visionne-



## REGARD NEUF

ment commenté d'un PowerPoint sur le sujet des plastiques et provenant du CN. On pense à l'organisation d'une activité régionale et/ou nationale sur le thème des **Plastiques**.

Le *Jour de la Terre* (22 avril) fut marqué par la **non-participation** du CN et du comité indépendant qui prend en charge l'organisation des activités dans le Québec entier.

Pour ma part, j'ai présenté un légume oublié : le chou Kale ou borécole suivi d'une dégustation de chips de Kale.

Cinq (5) jardinières (pot, graines, consignes de culture) furent distribuées.

Dossiers à suivre : Récupération de goupilles, d'attaches-pain  
Cœurs d'originaux ( terrine)

### COMITÉ RETRAITE : *JACQUES LÉVESQUE*



Suite à l'impossibilité de parvenir à une entente à l'unanimité entre les représentants des quatre associations syndicales, on doit donc faire notre deuil de la possibilité d'une quelconque forme d'indexation des années 1982-1999.

Comme l'AREQ est membre de la CSQ, elle a pu faire des représentations auprès de la CSQ pour que le gouvernement laisse tomber le principe de l'indexation conditionnelle lors des dernières négociations pour l'année 2017, ce qui aurait eu pour effet d'indiquer sur l'état de votre dossier de retraite, reçu en janvier de chaque année, une indexation de ZÉRO dollar.

Donc pour conclure, le comité de la retraite continue de jouer son travail de chien de garde auprès de la CSQ sur les dossiers qui pourraient avoir des incidences sur nos membres. N.B. Tenez vous à jour en lisant le *Quoi de neuf* !.

### COMITÉ SOCIOPOLITIQUE : *PATRICIA CHAREST*



Dossiers sociopolitiques qui ont retenu l'attention en 2015-2016

#### 1- Les frais accessoires

L'AREQ se joint au mouvement de protestation concernant les frais accessoires. Une requête a été déposée le 2 mai à la cour fédérale afin de forcer le ministre de la santé du Canada à empêcher la surfacturation des frais accessoires au Québec.

## 2- La loi sur les soins de fin de vie

L'AREQ se réjouit de l'entrée en vigueur de la loi sur les soins en fin de vie. Sa position a été longuement réfléchi et débattue dans ses instances et l'autonomie décisionnelle de chaque personne a toujours été un droit fondamental défendu par l'association. Que ce droit soit enchâssé dans une loi est rassurant pour toute personne touchée par un contexte de fin de vie.

## 3- Le commissaire à la santé

L'AREQ dénonce l'abolition du poste de commissaire à la santé. Considérant que c'est un recul dangereux et sans précédent, elle réclame, conjointement avec plusieurs autres intervenants sociaux (CSBE, CSQ, CSN, JMPSP), le maintien du Commissaire à la santé et au bien-être.

Finalement, un dossier publié dans le Quoi de neuf printemps 2016 a particulièrement attiré mon attention. Il s'agit de : *Comme un voilier d'oies blanches*, qui traite des bienfaits du chant choral chez les aînés. Puisque les soins de santé et de fin de vie sont au cœur de nos préoccupations, il faut par tous les moyens entretenir notre esprit, acquérir de nouvelles connaissances, relever de nouveaux défis et prévenir le vieillissement prématuré des capacités cognitives comme la mémoire, la concentration, la résolution de problèmes. Le chant choral contribue grandement à réaliser ces objectifs, sans parler des bienfaits sur le plan émotionnel, social et spirituel. Je vous invite à lire cet article et peut-être vous viendra-t-il l'envie de joindre une chorale de votre milieu.

Au niveau des activités comme responsable du comité sociopolitique, j'ai délégué mes fonctions jusqu'en mars pour des raisons de santé.

J'ai assisté en avril à la rencontre régionale à Matane. Les soins de fin de vie et les frais accessoires furent les 2 dossiers d'intérêt; nous étions au lendemain du dépôt de la loi fédérale, ce qui a retenu notre attention une bonne partie de la 1<sup>re</sup> journée. Le mode de scrutin occupa quant à lui l'autre demi-journée, à titre informatif. C'est un dossier à suivre puisqu'il s'agit d'une promesse électorale importante du gouvernement Trudeau.

Nous avons également déploré lors de cette rencontre qu'aucun momentum ne soit prévu pour les dossiers sociopolitiques comme c'est le cas pour la Condition des femmes, la Condition des hommes ou l'Environnement. Un suivi sera fait auprès des instances concernées.

Bon été à chacun, chacune de vous.

PROJET TOUJOURS EN ACTION 2015-2016 : JEAN-PAUL GUAY

**Titre : Favoriser la santé et la sécurité de nos membres**

 Activités de groupe :

Activité 1 : Conférence sur la santé mentale : 18 novembre

Activité 2 : Cours de premiers soins et RCR : 23 et 30 novembre

Activité 3 : Formation : *Aider sans se brûler* (Proches aidants) : 2 décembre

Activité 4 : Quilles du 18 janvier

Activité 5 : Curling du 27 janvier

Activité 6 : Conférence du CALACS du 9 mars au Pastali

À noter que nos membres n'ont pu s'inscrire assez tôt au programme « Musclez vos méninges » offert au grand public par l'ADAUQAR car les places disponibles ont manqué.

 Activités individuelles en santé mentale et physique :

En présentant leurs reçus, sept (7) de nos membres se sont prévalus de la possibilité d'un remboursement partiel de leurs frais d'inscription à des activités individuelles telles que le ski alpin, le ski de fond, le programme Curves, le yoga, l'Aqua-forme ainsi que la participation au chant choral.

 Allocations :

National : 600\$ + 50\$= 650,00 \$

Secteur : 650,00 \$

Total allocations : 1 300,00 \$

**Projet Toujours en Action 2016-2017 du secteur**

En vue de notre prochaine année 2016-2017, le conseil sectoriel a convenu de soumettre au national un nouveau *Projet toujours en action*. Le thème retenu aurait pour titre : *L'environnement au cœur de nos préoccupations*.

S'il est accepté par le national, les membres pourront être invités dès septembre à prendre part à des activités reliées à ce thème qui nous tient tous à cœur. D'ici le 22 juin, date d'envoi du projet au National, vous pouvez faire part aux membres du conseil de vos suggestions d'activités.



COMITÉ ENTRAIDE : *RACHEL FOURNIER*



**Attentions bienveillantes pour les 75 ans et plus.**

Cette année encore, lors de la période des Fêtes, nous avons pu compter sur la générosité de nos membres, pour distribuer des cadeaux à nos aînés fidèles qui ne peuvent assister à nos réunions. Ces visites se sont effectuées de Causapscal à Rimouski.

Nous conservons l'habitude des appels téléphoniques pour souligner les anniversaires de naissance.

Avec la collaboration du Conseil sectoriel, nous avons offert gracieusement un déjeuner aux membres de 75 ans et plus lors de la Journée internationale des Aînés en octobre dernier. Madame Laurette Saint-Laurent-Marcoux a été l'heureuse gagnante du prix de présence : une magnifique tablette de lecture.

J'ai porté une attention spéciale à nos membres hospitalisés dans des CHSLD ou des Maisons de convalescence pour leur apporter du réconfort et l'assurance de notre amitié.

FONDATION FLG : *LUCIENNE FRASER*



Parlons un peu de Laure Gaudreault.

Laure Gaudreault a joué un rôle important et fondamental dans la naissance du syndicalisme, notamment par la création des premiers syndicats d'institutrices, par sa contribution importante à la fusion des associations syndicales qui ont permis la fondation de la CSQ (C.I.C./ C.E.Q.) et par la fondation également de l'AREQ, en 1961.

Laure Gaudreault a été une femme d'exception qui rejoint sans aucun doute les autres grandes dames qui ont fait l'histoire et construit notre syndicalisme et notre société. C'est une bonne occasion d'en parler, de la faire connaître et de lui rendre hommage, en ce 25<sup>e</sup> de la FLG.

Comme activité au niveau sectoriel, depuis septembre 2015, nous avons recueilli la somme de 409,00\$ grâce aux tirages des moitié/moitié. Pour faire connaître davantage la vie de Laure Gaudreault, j'ai procédé par des questions. Pour clore cette activité, il y aura un test de questions à choix de réponses lors du souper du 30<sup>e</sup> du secteur et un prix sera attribué par tirage aux participants.

Je suis allée à Matane en octobre 2015, avec Rachel Fournier et Noëlla Gendron, à l'occasion de la rencontre régionale des conseils sectoriels. Nous avons organisé un moitié/moitié pendant la pause et l'argent recueilli est allé au régional.

Pour le bénéfice de la fondation, j'ai également des billets à vendre pour le tirage de 4 œuvres d'art qui seront attribuées lors de l'assemblée générale de Baie Comeau. À cette occasion, il y aura dévoilement de l'attribution des dons d'argent pour les projets qui ont été retenus lors d'une réunion du CA de la FLG qui s'est tenue à Matane le 12 avril dernier.

Enfin, merci à celles et ceux qui encouragent la FLG par leur participation aux tirages. Merci aux membres du CA qui m'aident dans la vente des billets.



## NÉCROLOGIE

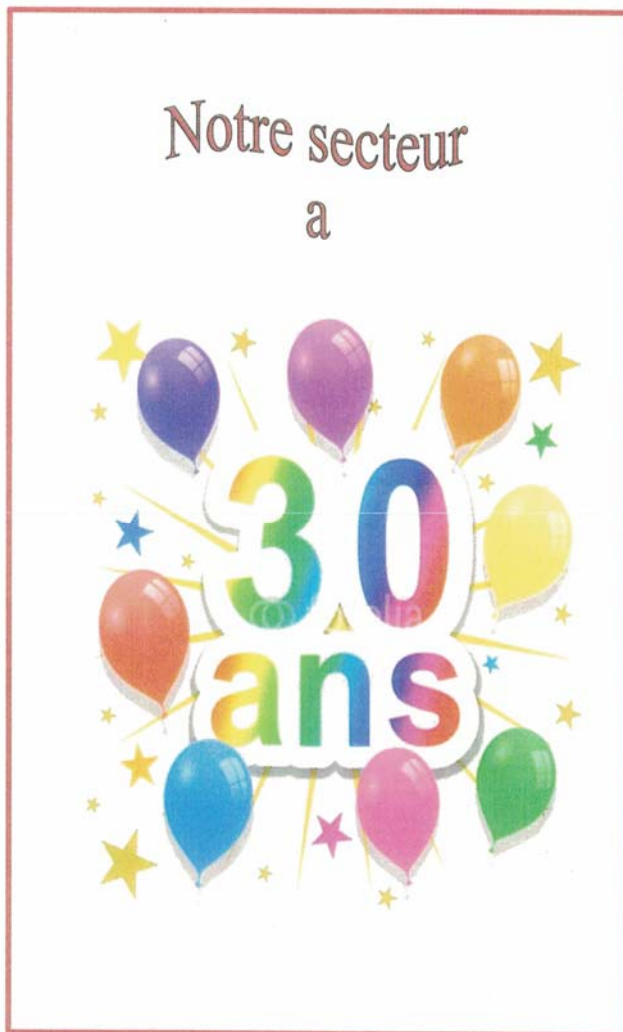


- † M. Philippe Martin, frère de François Martin, décédé le 24 juillet 2015. Il demeurait à Saint-Étienne de Bolton.
- † Bernard Fraser, frère de Lucienne, décédé le 1<sup>er</sup> novembre 2015.
- † Madame Marielle Pipon, mère de Chantal Plourde, décédée le 20 décembre 2015.
- † M. Alfred Dumais, frère de Marie-Jeanne, Emma et André Dumais et beau-frère de Benoit Côté, décédé 18 janvier 2016
- † Mme Claudette Gauthier, membre de l'AREQ, décédée le 25 janvier 2016.
- † Mme Régina Lavigne, membre de l'AREQ, décédée le 10 février 2016
- † M. Richard Sirois, frère de Thérèse Sirois et beau-frère de Jocelyne Santerre, décédé le 11 février 2016.
- † Madame Cécile Lévesque Pelletier, mère de Marcelle-Ange Pelletier, décédée le 17 mars 2016.
- † Madame Monique Perreault, membre de l'AREQ, décédée le 2 avril 2016.
- † Monsieur Normand Turcotte, frère de Jocelyne Turcotte, décédé le 4 avril 2016.
- † Madame Thérèse Ouellet Aubin, belle-soeur de Jean-Guy Rioux, décédée le 12 avril 2016.
- † Madame Yvette Beaulieu Tremblay, membre de l'AREQ, décédée le 25 avril 2016.
- † Madame Rose-Aimée Fillion, mère de Monique Tanguay et belle-mère de Donald Boudreau, décédée le 7 mai 2016.

***Nous offrons nos plus sincères condoléances aux personnes éprouvées par le décès d'un membre de leur famille.***



*Profitez de l'été  
et  
faites le plein  
d'énergie !*



*Au plaisir de vous  
revoir en septembre !*

**Adresse de retour:**

Nicole Pelletier  
5, Chemin Langlois  
Sayabec QC  
G0J 3K0

Adresse du  
destinataire  
ici

**L'ÉQUIPE DE PRODUCTION DU PRÉSENT BULLETIN REGARD NEUF**

**COORDINATION ET RÉDACTION :** *Nicole Pelletier , Marc-André Imbeault*  
**ONT COLLABORÉ :** *Jean Paul Guay, président sectoriel, Monique Blais, présidente régionale,  
Nicole Pelletier, Marie-Jeanne Dumais, Denise Thérberge, Lucienne Fraser,  
Jacques Lévesque, Pierrette Bérubé, Chantal Plourde, Marc-André Joubert, Russel Côté,  
Patricia Charest, Magella Gendron, Rachel Fournier*  
**RÉVISION :** *Marc-André Imbeault , Nicole Pelletier, Jean-Paul Guay*  
**DISTRIBUTION ET ENVOI POSTAL :** *Nicole Pelletier*  
**GRAPHISME ET MISE EN PAGE :** *Marc-André Imbeault*

**MERCI À NOS GÉNÉREUX COMMANDITAIRES**



**Desjardins**  
**Caisse Vallée de la Matapédia**

Siège social : 15, rue du Pont Amqui (Qc) G5J 2P4  
Tél. 418-629-2271 sans frais : 1 800 955-2271