



Québec–Chaudière–Appalaches
Beauport–Côte-de-Beaupré

Rapport des comités et plan d'action sectoriel 2018-2019

CONVICTION / ***ENGAGEMENT*** / ***COHÉSION***

Rapport de la présidente

Bienvenue à vous tous et particulièrement à Carole Pedneault, présidente régionale de Québec–Chaudière-Appalaches.

L'assemblée générale sectorielle est l'occasion de faire le bilan de l'année 2018-2019. Une deuxième année qui fut enrichissante en tant que présidente. Je suis accompagné par Noël Fortier, Daniel Gagné, Mariette Germain, Pierre Bolduc, Bernard Deschênes et Nicole Vallée Larue, une équipe exceptionnelle qui travaille à organiser et à rechercher des activités intéressantes pour vous et qui font parties de notre plan d'action. Le conseil sectoriel se réunit de 8 à 9 fois par année, chaque personne apporte sa contribution, son entrain et sa compétence ainsi que sa bonne humeur.

Je remercie les personnes responsables des comités qui participent aussi à la réalisation des activités qui vous sont proposées tout au long de l'année : Pierrette Simoneau, au comité des femmes; Lyne Camiré, au comité action sociopolitique; Danielle Rondeau, au comité *Hommage à nos personnes âgées*; Luciana Tesolin, au bulletin LE POINT DE CHUTE; Martin Châteauvert, au site Web et Facebook; Ginette Marcoux-Demers, Jocelyne Nadeau, Micheline St-Pierre Jourdain et Lucie Thomassin à l'envoi des cartes anniversaires.

Le secteur compte maintenant 1113 membres, 617 membres sont inscrits à la chaîne électronique, ils reçoivent les avis que le bulletin est sur le site et reçoivent les rappels des activités.

Au niveau régional, cette année, j'ai été nommée à la 1^{re} vice-présidente du conseil exécutif régional ainsi que responsable du comité des femmes et du comité de l'environnement. Je représente le secteur Beauport–Côte-de-Beaupré au conseil régional de l'AREQ Québec–Chaudière-Appalaches qui rassemble les 12 présidences sectorielles, 8 fois par année, sous la direction de la présidente régionale Carole Pedneault

Au niveau national, je participe à la revue du Quoi de Neuf et des communications. Ce comité se réunit 4 fois par année. Comme présidente sectorielle, j'ai participé aux deux conseils nationaux en octobre et en mars.

C'est toujours dans la gaieté et avec la collaboration des personnes que je côtoie que mon rôle de présidente se déroule sereinement. Merci à toutes ces personnes.

Denise Lachance, présidente

Comité des femmes

L'année 2018-2019 fut pour moi assez bien remplie. Précisons qu'en plus d'être responsable de secteur, je suis responsable régionale du comité des femmes. Ce qui augmente ma responsabilité.

En plus de participer aux formations nationales, aux réunions régionales, j'ai collaboré avec Bernard Deschênes du comité des hommes à la journée-conférence du 18 avril 2018. Les sujets abordés se sont avérés fort intéressants et enrichissants pour nous. Bernard en a fait un excellent résumé dans le bulletin avec les coordonnées de l'organisme des Proches aidants naturels de la Capitale-Nationale et les démarches médicales anticipées.

L'an prochain, j'ai quelques sujets d'intérêt pour les membres. À suivre.

Au plaisir de vous revoir,

Pierrette Simoneau, responsable

Comité des hommes

1 - Plan d'action et implication :

- au conseil d'administration de l'organisme AutonHommie, ressource pour hommes en difficulté et en croissance personnelle.
- au comité organisateur pour souligner le 35^{ième} anniversaire de l'organisme AutonHommie.
- au Comité régional des hommes de l'AREQ Québec-Chaudière-Appalaches.
- au Comité des hommes de l'AREQ nationale pour le triennat 2017-2020 et contribution au plan d'action du Comité national des hommes.

2 - Activités :

- 19 novembre 2018 ; participation à la journée internationale des hommes sous le thème : *Bâtisseurs et engagés*.
- Parution d'articles sur la situation des hommes, dans les Bulletins sectoriels, de septembre et novembre 2018 et février 2019 et dans le bulletin national, Quoi de Neuf.
- mai 2018 ; participation au 4^e Rendez-vous national en santé et bien-être des hommes sous le thème : Miser sur la santé et le bien-être des hommes, une priorité collective.
- mai 2019; participation au 5^e Rendez-vous national en santé et bien-être des hommes.

Bernard Deschênes, responsable

Comité des assurances

Dans chaque bulletin LE POINT DE CHUTE, j'ai publié un article concernant les assurances.

Une seule rencontre régionale a été tenue, soit le 17 avril 2019.

- Le point principal de l'ordre du jour était: le régime d'assurance médicaments de la RAMQ.
- Le 2^e point étudié était notre plan d'assurance ASSUREQ, deux régimes sont offerts:

- **Régime d'assurance-maladie (Régime A)**
 - Médicaments admissibles et non couverts par la RAMQ
 - Garanties complémentaires
 - Assurance voyage et annulation de voyage
- **Régime d'assurance vie (Régime B)**

Pour informations supplémentaires, consultez le pamphlet: Votre régime d'assurance collective en un coup d'oeil.

Noel Fortier, responsable

Comité en environnement

Bernard Croteau est le responsable régional et il nous a présenté Denise Lachance la responsable politique. La collecte des soutiens-gorge se poursuit ; cette année la région 03 en a remis 8509. Je continue aussi la collecte des bouchons de liège (Hic!) pour des élèves en difficulté. Des articles ont été publiés dans notre bulletin. J'ai assisté à deux rencontres du comité soit le 26 octobre 2018 et le 12 mars 2019. Lors de ces rencontres, on nous a présenté différents articles dont voici des exemples comme :

- une immense richesse se cache dans vos bacs bruns (que j'ai d'ailleurs repris pour notre bulletin),
- manger autant de viande rouge est une aberration pour l'environnement et la santé,
- l'AREQ appuie le mouvement exigeant la consigne des bouteilles de vin au Québec,
- des années encore plus chaudes que prévues,
- le volume de déchets dans l'avenir,
- engagement du Canada dans la réduction des plastiques,
- la terre vit à crédit,
- la biométhanisation.

Tous ces articles se retrouvent sur notre site web pour plus d'informations.

Les 25 et 27 octobre 2018, j'ai assisté avec Bernard Croteau à un grand rassemblement environnemental qui avait comme titre *Demain Lotbinière* qui se tenait à Saint-Apollinaire. Le thème *On s'emballe pour le climat* était très bien développé. Nous avons assisté à des conférences captivantes et de très bonnes rencontres. C'était une première et on a appris qu'il y aura une suite ailleurs.

Le 9 avril 2018, j'ai assisté à l'activité régionale sociopolitique et environnementale qui se tenait à Québec. Du côté environnement, il y avait 2 conférences/rencontres avec Serge Fortier horticulteur qui nous a entretenus sur :

- Pelouse, paysage et jardinage, huit principes naturels pour cultiver sans effort pour sa 1^{re} conférence.
- Zéro mauvaise herbe, aucun désherbage; oui c'est possible pour la 2^e conférence.

M. Fortier nous a présenté une approche écologique de culture avant-gardiste. Il aimerait amener les gens à une ouverture d'esprit pour changer certaines pratiques néfastes incrustées dans notre mode de vie nord-américain.

Pierre Bolduc, responsable

Comité de la retraite

Cette année, nous avons eu deux réunions régionales.

La première consistait à coordonner une action provinciale pour l'indexation. C'était de rencontrer notre député provincial, pour nous Jean-François Simard, pour lui parler de l'AREQ et de l'indexation. Nous avions un document à lui faire signer pour appuyer notre revendication que vous pouvez lire sur le site de l'AREQ Beauport–Côte-de-Beaupré.

Nous avons été très bien accueillis. Nous avons discuté de notre perte du pouvoir d'achat. Il a été très réceptif. Il a pris notre revendication en très bonne considération et qu'il allait en parler aux ministres concernés. Mais il ne pouvait pas signer notre document « *Maintenant l'indexation* » parce qu'il doit en parler au caucus du parti.

On demandait que le gouvernement s'engage à verser sa part de l'indexation lorsque le surplus nécessaire à l'obtention de l'indexation est atteint.

Lors de deuxième réunion, on a eu le résultat de notre consultation. Ce fut un grand succès pour le nombre de députés rencontrés. Mais les députés de la CAQ n'ont pas signé le document "Maintenant l'indexation". On n'est pas surpris, ils sont au pouvoir. Puis on a eu une conférence en ce qui concerne le FARR. Le FARR est "Fonds d'amortissement des régimes de retraite".

Comme vous pouvez le constater, on ne baisse pas les bras pour l'indexation.

Daniel Gagné, responsable

Comité action sociopolitique

Le comité du sociopolitique régional AREQ 03 s'est réuni, pour la première fois le 26 novembre 2018. Tous les secteurs étaient représentés.

Le 9 avril 2019, les comités de l'environnement et du sociopolitique ont présenté deux conférenciers. L'après-midi fut occupé par le sociopolitique. Denise Aubé, chercheuse à l'Institut national de santé publique du Québec, est venue nous entretenir sur le thème du vieillissement. Cette journée a intéressé 151 personnes.

Pendant toute l'année, nombre de textes ont été écrits et ont été envoyés à tous les membres du comité régional pour fin de diffusion à l'ensemble des personnes retraitées de l'AREQ 03.

Lyne Camiré, responsable

Comité *Hommage à nos membres aînés*

L'équipe du comité *Hommage* est composée de seize personnes qui, d'une année à l'autre, contribuent à l'accompagnement de nos membres âgés de quatre-vingts ans et plus. La stabilité de l'équipe a fait en sorte que de belles amitiés ont pu se développer au fil des ans. Nous remercions de tout cœur Fernand Choquette et Monique Lagacé qui ont dû quitter l'équipe cette année et nous souhaitons la bienvenue à Louise Daigle et Gisèle Turcotte qui ont accepté de se joindre à l'équipe pour l'année 2019.

Les objectifs du comité se poursuivent en continuité avec les priorités mises de l'avant à sa création :

- s'assurer que les personnes visitées vivent dans des conditions sociales acceptables;
- souligner leur contribution à la vie de notre secteur;
- profiter de leur anniversaire pour créer des contacts amicaux, en leur rendant visite et en leur offrant un souvenir;
- souligner la journée internationale des personnes âgées par une rencontre amicale où chants, collation et bonne humeur sont au rendez-vous;
- souligner le temps des fêtes par l'envoi de cartes ou d'appels téléphoniques.

Une centaine de personnes ont été visitées cette année et ces contacts semblent très appréciés tant par les membres de l'équipe que par les personnes qui nous reçoivent à leur domicile. Cette année, ce sont des plateaux de lecture qui ont été offerts comme cadeaux d'anniversaire.

Le comité a maintenu son goûter musical pour la fête des personnes âgées au club de golf Royal-Québec; la rencontre a eu lieu le mercredi 26 septembre 2018 et ce sont une vingtaine de personnes qui se sont présentées, pour la plupart accompagnées. Ce fut une rencontre très joyeuse avec le groupe VARIANCES qui a su charmer les invités par un répertoire pertinent et de magnifiques voix! Par la suite, ce fut le temps pour les personnes présentes de fraterniser entre elles, tout en dégustant les douceurs du club de golf.

C'est un comité où l'amitié et les échanges sociaux sont prioritaires et c'est ce qui fait sa réussite tant pour les membres de l'équipe que pour les membres participants.

Danielle Rondeau, responsable

Bulletin

Parution

Notre bulletin LE POINT DE CHUTE contient entre 12 à 16 pages et paraît quatre fois par année: en août, en novembre, en mars et en juin. Selon le nombre de pages du bulletin, les coupons-réponse pour les inscriptions aux activités se retrouvent dans les pages centrales ou mis en encart. Les coupons-réponse sont toujours disponibles sur le site au moment de sa parution.

Les bulletins sont archivés et disponibles sur notre site www.beauport.areq.lacsq.org en format PDF. Ils peuvent ainsi être imprimés ou uniquement consultés à l'écran. Plusieurs membres en bénéficient. Seulement 425 personnes le reçoivent encore en format papier.

Les responsables

- Les membres des comités au conseil sectoriel rédigent les articles à paraître dans le bulletin.
- La présidente Denise Lachance reçoit les articles par courriel, les vérifie et les approuve.
- Luciana Tesolin effectue la mise en page, la révision des textes, la collecte et la préparation des photos ainsi que les modifications ou corrections nécessaires.
- Les membres du conseil sectoriel ainsi que six autres bénévoles assurent une vérification approfondie des textes.

Le bulletin :

- Donne à ses membres toutes les informations pertinentes sur les différents niveaux : national, régional et sectoriel.

- Annonce les activités proposées aux membres du secteur.
- Publie un compte-rendu d'une activité qu'un membre participant a rédigé.
- Transmets aux membres les informations provenant de chacun de nos comités.
- Le contenu du bulletin aspire à être pertinent, concis et à couvrir des sujets d'actualité.
- La mise en page est effectuée dans un souci de clarté, de cohérence et de lisibilité.
- Conçu pour une consultation facile et agréable, tant dans sa version imprimée que dans sa version WEB.

L'envoi du bulletin

Bien que la quantité de bulletins en format papier ait diminué, la mise sous enveloppe de 425 bulletins est maintenant, imprimé et envoyé par *Les Copies du Pavois* qui est une entreprise d'économie sociale poursuivant la mission de l'organisme en santé mentale Le Pavois.

Luciana Tesolin, responsable

Site WEB et Facebook

Notre nouveau site WEB a été créé l'an passé sur la plateforme WordPress, par l'AREQ (CSQ). Depuis, plusieurs pages et articles se sont ajoutés à la plateforme initiale. Le but poursuivi avec ce site est de vous informer des nouvelles du secteur et de l'AREQ Nationale

- Ce site est continuellement mis à jour, selon : les communiqués de presse du National,
- les activités à venir du secteur, avec l'outil agenda,
- les nouvelles du secteur et parfois des autres secteurs,
- le babillard contient différentes informations concernant des cours, des expositions, des stages etc. et il est à la disposition des membres qui veulent annoncer leurs activités.
- les bulletins,
- les photos des activités que Luciana, Denise et moi prenons. Par la suite, elles sont enregistrées dans Google photos et utilisées pour le site Web.

Les responsables du site WEB sont :

- le présidente, Denise Lachance qui approuve tout ce qui s'y retrouve,
- et moi-même, Martin Châteauvert qui l'alimente régulièrement.

Le site a un compteur qui permet de voir s'il est bien visité. Il a eu 678 visites depuis six mois.

Animation du Facebook du secteur :

Régulièrement, à tous les jours, j'anime la page et le groupe Facebook. Je partage toutes les publications de la page Facebook de l'AREQ (CSQ) nationale et de d'autres sources, comme les journaux.

Présentement, il y a douze membres dans le groupe fermé du Facebook du secteur. On vous invite à vous inscrire et à aimer et partager avec nous.

Martin Châteauvert, responsable



Beauport–Côte-de-Beaupré

Plan d'action sectoriel (PAS) 2017-2020

Mise à jour continue

Adopté au CS

Préambule

Lors du 46^e Congrès de l'AREQ, tenu, à Lévis, les 29, 30 et 31 mai et le 1^{er} juin 2017, les personnes déléguées ont adopté les grandes orientations qui guideront l'Association, les régions et les secteurs dans l'élaboration de leur plan d'action spécifique pour les trois prochaines années 2017-2020.

Le présent document présente le Plan d'action sectoriel (PAS) 2017-2020, de Beauport-Côte-de-Beaupré.

Le secteur de l'AREQ Beauport-Côte-de-Beaupré (03M)

– Le territoire couvert : Le secteur se compose de l'arrondissement Beauport, incluant Ste-Brigitte de Laval, la Côte-de-Beaupré et l'Île d'Orléans.

Toutefois, il se peut qu'à travers l'ensemble de nos membres, vous retrouvez des personnes résidant sur d'autres territoires ou dans d'autres régions suite à un déménagement et qu'ils préfèrent demeurer membre de notre secteur.

– Les caractéristiques de nos membres :

En début d'année 2017-2018, notre secteur compte 1 094 membres dont 709 femmes (65%) et 385 hommes (35%). En 2018-2019, nous étions 1 113 membres.

Le Plan d'action sectoriel (PAS)

Axe 1- Les droits et les intérêts de nos membres et des personnes âgées au cœur de nos préoccupations

Action : Poursuivre la diffusion des informations de l'AREQ, notamment les communiqués de presse, sur notre site Internet et dans le bulletin sectoriel ainsi que notre participation aux différentes activités des comités régionaux; sociopolitique, environnement, des femmes, des hommes, la retraite et les assurances.

État de réalisation

En 2017-2018 :

- Diffusion des bulletins des mois d'août et novembre 2017, février et juin 2018
- Promotion du programme d'exercices; le cœur à l'ouvrage.
- 8 février 2018, Formation offerte en RCR (Réanimation Cardio Respiratoire)
- 5 avril 2018, conférence de Marc De Koninck sur la réalité actuelle de la situation de la pauvreté à Québec.
- 6 avril 2018, activités conjointes des comités sociopolitiques et environnement, portant sur la maltraitance, la qualité de vie, la démocratie et la participation citoyenne, le changement climatique et la conscience citoyenne face aux perturbations de notre environnement.
- Soutien aux organismes Appui et AutonHommie en lien avec la réalité des personnes proches aidantes.
- Appui des revendications proposées par l'AREQ.

En 2018-2019

- Diffusion des bulletins des mois septembre, novembre 2018, février et juin 2019.
- 3 et 4 octobre 2018, participation à la formation, à Rivière-du-Loup, de la rencontre interrégionale (régions 01 et 03) des membres des conseils sectoriels. Il a été question entre autres, de demandes médicales anticipées (DMA).
- Appui des revendications proposées par l'AREQ.
- 1 mars, participation à une conférence d'Alain Deneault sur les changements climatiques et la pauvreté.
- 22 mars, participation à la rencontre du comité régional des hommes.

Axe 2 - La vie associative

Action 1 - Consultation des nouveaux membres intégrés à notre secteur depuis les cinq dernières années (environ 150 membres) sur leurs attentes et leurs besoins face à notre Association (AREQ).

État de réalisation

En 2017-2018

- Travailler à réaliser un outil de consultation portant sur leurs attentes et besoins, sur une meilleure connaissance de leur niveau d'implication et d'engagement dans la communauté dans différentes causes et comme personne proche aidante.
- Contacter les différents membres visés et les inviter à une rencontre interactive exprimant leurs préoccupations et leurs réalisations, cueillir cette information, la colliger et la diffuser auprès de nos membres.
- Tenir compte de ces éléments d'information dans la préparation des prochains plans d'action sectorielle.
- Continuer cette consultation sur les attentes lors de l'accueil des nouvelles personnes retraitées et au moment des diverses rencontres et activités avec nos membres.

En 2018-2019

- 8 novembre 2018, consultation des nouvelles personnes retraitées en lien avec leurs attentes et leurs besoins face à notre secteur et à l'AREQ en général.
- 12 mars 2019, rencontre du député Jean-François Simard, de la CAQ, pour le sensibiliser sur l'indexation de nos retraites et des pertes encourues.

Action 2 - Continuer à offrir à nos membres des activités sociales, culturelles et récréatives

État de réalisation

En 2017-2018

- 31 août 2017, déjeuner de la non-rentree, au Club de Golf Royal de Québec.
- 6 septembre 2017, escapade d'automne dans Charlevoix.
- 26 septembre 2017, goûter musical, pour les personnes âgées du quatrième âge de notre secteur.
- 9 novembre 2017, l'accueil des nouvelles personnes retraitées, au Manoir Montmorency.
- 7 décembre 2017, dîner de Noël, au Manoir Montmorency.
- 24 mai 2018, Assemblée générale sectorielle (AGS).
- 13-14 et 15 mai 2018, Voyage offert pour le festival des tulipes à Ottawa.
- 6 juin 2018, Assemblée générale régionale (AGR).
- À nos bénévoles dans leur implication et nous favorisons leur participation.

En 2018-2019

- 30 août 2018, déjeuner de la non-rentree, au Club de Golf Royal de Québec.
- 26 septembre 2018, hommage aux personnes âgées ainsi qu'à la première personne centenaire de notre secteur.
- 8 novembre 2018, accueil des nouvelles personnes retraitées, au Manoir Montmorency.
- 23 novembre 2018, impliqué dans l'offre de la session de préparation à la retraite.
- 6 décembre 2018, dîner de Noël, au Manoir Montmorency.
- 28 mars 2019, journée gourmande au Centre-ville de Québec.

Axe 3- La participation et l'engagement aux mieux-être de la collectivité

Action : Continuer à souligner les journées et semaines thématiques portant sur le bénévolat et l'engagement social de nos membres.

État de réalisation

En 2017-2018

- 26 septembre 2017, journée internationale des personnes âgées.
- 19 novembre 2017, journée internationale des hommes.
- 8 mars 2018, journée internationale des femmes
- 22 avril 2018, le jour de la terre.
- 11 mai 2018, journée de soutien au bénévolat.
- 31 mai 2018, participation au 4^e rendez-vous national en santé et bien-être des hommes.
- Vœux aux anniversaires et aux décès.
- Poursuivre nos levées de fonds annuelles pour la fondation Laure-Gaudreault (FLG), notamment lors de la journée de la non-rentree et du dîner de Noël.

En 2018-2019

- Poursuivre nos levées de fonds annuelles pour la Fondation Laure-Gaudreault (FLG), notamment lors de la journée de la non-rentree et du dîner de Noël.
- Impression et diffusion du bulletin sectoriel par les *Copies du Pavois*, organisme communautaire visant l'intégration et le soutien des personnes qui ont à vivre avec un problème de santé mentale.
- 19 novembre 2018, participation à la journée internationale des hommes.
- Vœux aux anniversaires et aux décès.
- 8 mars 2019, participation à la rencontre régionale soulignant la journée de la femme.
- 9 avril 2019, participation à la journée régionale sur l'environnement et le sociopolitique.

Version avril 2019