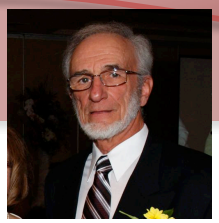
http://aupiedducourant.areq.lacsq.org/ Mai 2016

AREQ CSQ
Au pied du courant 06-F

Au pied du courant

# Mot du président



Notre assemblée générale sectorielle, qui a eu lieu le 20 avril, a permis aux 36 participants et participantes de prendre acte des réalisations de la 2e année du présent triennat. Un bilan positif de notre plan d'action et des états financiers a été présenté à l'assemblée.

Notre secteur compte actuellement 668 membres, une diminution de 14 membres depuis un an. Malgré cette diminution, la participation à nos rencontres sociales et aux activités régionales est excellente. Les membres du conseil sectoriel et les responsables de comités mettent beaucoup de temps et d'énergie dans l'organisation de ces activités et je les en remercie. Votre présence à toutes ces rencontres est un encouragement pour ces bénévoles.

Notre assemblée générale s'est terminée par des élections au sein du conseil sectoriel et par la confirmation de la délégation au congrès 2017. Louise Laporte a été réélue au poste de 1re vice-présidente, Alice Gagnon à la 2e vice-présidence, Sonia Trépanier devient notre trésorière et Andrée Clermont notre première conseillère. Merci à toutes ces personnes élues. Je profite de ce mot pour remercier Paul-Émile Lagacé qui quitte le poste de trésorier après plusieurs années à tenir minutieusement la comptabilité du secteur.

Je me permets de vous parler de la relève. Ce sujet, abordé au dernier conseil national, n'est pas sans susciter quelques inquiétudes à l'AREQ et de façon générale dans plusieurs organismes à but non lucratif. L'assemblée générale de 2017 sera cruciale pour les conseils sectoriels. Plusieurs postes seront en élections en raison de la fin des mandats. Si l'engagement dans la vie active du secteur vous intéresse, je me ferai un plaisir de vous accueillir et de vous faire part du plaisir que vous aurez à travailler en équipe pour le bien des membres.

Je vous invite à relire le message de notre président Pierre-Paul Côté dans le *Quoi de neuf* du printemps qui vous invite à mettre en pratique un « vieillissement actif ». Et je l'ai constaté, à l'occasion du Jour de la terre, par la participation de plusieurs membres de notre secteur à la plantation d'arbres au Collège de Maisonneuve. Selon notre président « le plaisir de donner se vit quotidiennement à tous les niveaux de l'organisation ».

Jean-Pierre Ménard président

## Sommaire


| | |
|---|---|
| Mot du président | 1 |
| Fondation Laure-Gaudreault | 2 |
| Assemblée générale régionale | 2 |
| Comité de la condition des hommes | 3 |
| Comité de l'environnement | 4-5 |
| Comité de la condition des femmes | 6 |
| Le saviez-vous? | 7 |
| Décès | 7 |

# Fondation Laure-Gaudreault

Quel beau succès! Constatez l'effet de vos dons.

Votre générosité a fait le bonheur de sept organismes de notre secteur.

| | | | |
|---|---|---|---|
| Carrefour Marguerite-Bourgeoys | **500 $** | Petite maison enfants soleil | **450 $** |
| REVDEC | **500 $** | Petits bonheurs | **400 $** |
| Le Tour de lire | **400 $** | Tel-Écoute/Tel-Aînés | **400 $** |
| Centre DÉBAT | **400 $** | | |

Merci beaucoup, et à la prochaine « quête » !
Et pourquoi pas commencer à contribuer maintenant?

Depuis le 1er mai, la FLG est en pleine campagne de levée de fonds. Notre CS fait sa contribution : deux cartes-cadeaux, de 50 $ chacune (SAQ et Archambault), seront tirées au sort au déjeuner de juin. Billets en vente aux déjeuners de mai et juin au coût de 2 $ l'unité ou, mieux, 3 pour 5 $.

Bonne chance à tous !

Hélène Gingras, 514 352-8011 ou helgin@sympatico.ca

# Assemblée générale régionale

Vous êtes invités à participer à l'assemblée générale régionale qui aura lieu le 2 juin prochain au Centre d'événements Le Carlton, 8860, boulevard Langelier, Montréal.

Voir la convocation et les détails dans les ***Échos de l'Île*** de mai 2016, page15.
Accueil dès 8 h 30. Ouverture de l'assemblée à 9 h 15.
Le coût du dîner, 20 $, sera assumé par le secteur.

Inscription obligatoire et responsable avant le 19 mai (question de logistique).

Rappel : Lorsque la région ou le secteur réserve un nombre déterminé de repas, elle ou il se porte garant pour ce nombre et doit payer le montant total. Dans ce cas-ci, chaque repas coûte 42 $ (22 $ payés par la région et 20 $ par le secteur). C'est pourquoi les absents coûtent très cher... Merci de votre compréhension et de votre collaboration.

Jean-Pierre Ménard 450 582-7170 ou menardj@videotron.ca

# Comité de la condition des hommes

## Rencontre amicale

À la brasserie CHERRIER, 3658, rue St-Denis, face à la rue Cherrier (métro Sherbrooke*),* des hommes se donnent rendez-vous le mardi 14 juin. La brasserie et la cuisine ouvrent à 11 heures.

## CCH / AREQ à Québec

L'assemblée triennale du Comité de la condition des hommes, réunissant les responsables sectoriels et régionaux, a eu lieu le 14 avril dernier. Le sociologue Jacques Roy, conférencier renommé, s'est adressé aux participants de tous les coins de la province qui ont discuté en ateliers de la volonté de grandir ensemble : la famille, la qualité de vie, le vieillissement, la tolérance, le suicide, la solitude etc. Tels sont les thèmes qui ont été abordés lors de cette assemblée qui a fait l'objet d'une réunion plénière.

## La salutogénèse

La 3e rencontre du comité régional de la condition des hommes de la région de Montréal, a eu lieu le 28 avril à St-Pius X. Vingt-deux hommes ont assisté à la conférence sur la salutogénèse prononcée par Mme Janie Houle, professeure sociologue à l'Université du Québec. Tout n'est pas à commencer pour se tenir en santé, pour bien vieillir. Des choses que l'on fait déjà, continuer à en faire un peu plus. Faire de l'exercice, marcher plus longtemps, marcher dehors, monter des escaliers, faire le ménage de la maison, manger santé, etc.

## La marche du courage

La marche aura lieu à l'Île Sainte-Hélène, le 19 juin, jour de la fête des pères. Notre secteur a amassé 100 dollars pour cette occasion afin que deux marcheurs puissent nous représenter. Jusqu'à présent, seul Jean-Pierre Ménard, notre répondant politique, y sera. Un autre pourrait peut-être l'accompagner. Faites-nous signe.

André Dubé responsable sectoriel du CCH

Les membres de la famille Saputo s'impliquent pour cette cause.

# Comité de l'environnement

## Un Jour de la terre mémorable !

Photo Paul-Émile Lagacé

C'est sous la pluie et dans la boue que nous avons planté nos arbres le 22 avril dernier. Nous en avons planté une quarantaine : des amélanchiers du Canada, des érables de l'amour, des chicots du Canada, un sorbier des oiseaux, des lilas japonais, des tilleuls à petite feuille et des cèdres. La Société de verdissement du Montréal métropolitain (SOVERDI), qui s'active à verdir le paysage montréalais un arbre à la fois, a accompagné et encouragé les planteurs. Ils ont préparé le terrain, apporté tout le matériel nécessaire et montré comment prendre soin des arbres.

Photo Léon Deslages

Dix personnes de notre secteur étaient au rendez-vous au Collège de Maisonneuve. Nous n'avons pas oublié l'importance de l'arbre dans notre ville : un purificateur d'air, un climatiseur, un protecteur de sols, un élément thérapeutique important.

En après-midi, notre conférencier invité, monsieur Sylvain Perron de la Fondation Suzuki, nous a entretenu de la Ceinture verte du Grand Montréal, un réseau connecté de milieux naturels permettant à la faune et à la flore de se développer. Plus de la moitié de la population du Québec habite cette zone qui abrite des milieux urbains, des zones agricoles et des espaces naturels. En préservant la nature et la qualité de vie des citoyens, la présence d'une Ceinture verte permet de vivre en harmonie avec notre environnement. L'échange a été très intéressant; il nous a permis de mieux comprendre tous les enjeux du développement durable dans notre grande région métropolitaine.

Micheline Jalbert, responsable régionale du comité de l'environnement et du développement durable

**VENEZ MARCHER AVEC NOUS**

**Marche printemps-été 2016**

Vous avez sans doute lu dans le magazine ***Quoi de neuf*** de l'hiver 2016 que l'activité physique permet d'améliorer non seulement la santé physique et la santé mentale, mais lorsqu'elle est pratiquée régulièrement, elle joue un rôle important pour les facultés cognitives. Ce printemps, ajoutez une nouvelle activité à votre programme d'activité physique, **venez marcher avec nous**.

**Au parc du Mont-Royal**
Quand : le samedi matin, de 9 h 15 à 11 h 30
Départ : début du chemin Olmsted, ave du Parc, Monument Sir George-Étienne Cartier.
Stationnement gratuit à proximité et dans les rues avoisinantes.
Métro Place-des-Arts, autobus 80 N

**Au parc nature de l'Île-de-la-Visitation**
Quand : le lundi matin, de 9 h 30 à 11 h 30
Départ : au coin du boul. Gouin et de la rue des Jésuites (près de l'église de la Visitation).
Stationnement gratuit à proximité.
Métro Henri-Bourassa, autobus 69 E.

Information : Jean Marcel Lapierre au 514 735-0435 ou lacroixlapierre@sympatico.ca.
Nous marchons dans le cadre du Club de marche dynamique.

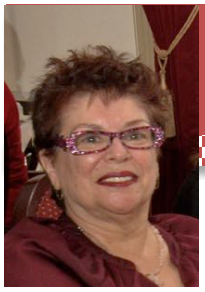
## Pourquoi j'aime la marche avec le Club

J'aime la marche avec le Club parce qu'on peut faire en groupe des distances assez longues, à un bon rythme pour obtenir une bonne forme physique et mentale, donc du bien-être. J'ai le sentiment de prendre ma santé en mains et ainsi d'éviter des dépenses de santé à notre société.
J'ai deux autres raisons.

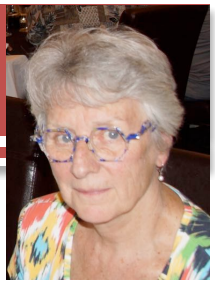
Je vais vous faire une confidence au risque de rendre ma conjointe jalouse. J'ai comme compagne de marche une amie intime. Après environ un quart d'heure de marche, elle me rejoint et nous marchons ensemble avec plaisir. Avez-vous deviné son nom? Elle s'appelle Endorphine.

Et la dernière raison et non la moindre est que nous sommes une belle gang avec du bien beau monde avec qui souvent on ne voit pas le temps passer.

Jean Marcel Lapierre



# Comité de la condition des femmes



## Bon anniversaire à la FFQ!

La Fédération des femmes du Québec, communément appelée la FFQ, fête cette année son 50e anniversaire d'existence. Et c'est grâce à Thérèse Casgrain qui, en 1965, avec les femmes réunies pour souligner le 25e anniversaire du droit de vote des femmes, ont vu la nécessité de se regrouper pour défendre, ensemble, les droits des femmes. C'est l'année suivante, en 1966, que leurs efforts concertés ont donné naissance à la FFQ dont l'objectif visait à rassembler les femmes et les organisations de femmes, au-delà de leurs différences, afin de coordonner les luttes sociales à mener. Les 23 et 24 avril 1966, à l'issue du Congrès fondateur tenu à Montréal, les 400 femmes déléguées s'étaient entendues sur des revendications encore pertinentes aujourd'hui, bien qu'un long chemin ait été parcouru depuis: la création de garderies, la parité salariale, les conditions de travail des femmes, l'abolition des termes «ménagère» et «mère nécessiteuse»... Simone Monet-Chartrand était du nombre de ces femmes qui ont jeté les bases d'une formidable organisation qui fêtera ses 50 ans lors de l'Assemblée générale de la FFQ les 28 et 29 mai 2016 à Québec. René Lévesque était, à l'époque, ministre de la Famille et du Bien-être social sous le gouvernement Lesage et favorable à la venue de ce groupe de pression.

Fédération des femmes du Québec

Égalité pour toutes, égalité entre toutes

Nouveau logo de la FFQ créé à l'occasion de son 50e anniversaire.

De nombreuses luttes ont été menées tout au cours de ces 50 années de vie active de la FFQ. Vous pouvez aller sur le site de la FFQ (www.ffq.qc.ca) pour constater l'ampleur des batailles livrées au fil des ans, les gains réalisés par et pour toutes les femmes et les victoires qu'il reste encore à remporter. Des comités mettent l'épaule à la roue afin de doter la FFQ d'outils de réflexion sur des sujets particuliers, comme le **comité des femmes aînées** pour ne parler que de celui-là. ***Vieilles au-delà des préjugés*** jette un regard sur les obstacles que rencontrent les femmes vieillissantes, préjugés qui les empêchent souvent d'être «citoyennes à part entière pour toute la vie» dans ce monde où jeunesse, beauté et performance sont valorisées au seul profit des vendeurs de rêves. L'Assemblée générale de la fin mai aura à prendre position sur le revenu social universel garanti et sur la réforme du droit familial comme l'a souhaité le Congrès d'orientation de la FFQ en 2015. Que de travail à faire! Bonne chance les filles!

Et bon anniversaire à la Fédération des femmes du Québec! Longue vie à cette organisation indispensable à nous toutes et surtout aux plus démunies d'entre nous, pour que nos difficiles réflexions se poursuivent, pour que nos luttes progressistes soient solidaires et gagnantes.

Sonia Trépanier et Solange Martel

Références prises sur le site de la FFQ.

# Le saviez-vous?

## Le mandat en cas d'inaptitude

Le mandat en cas d'inaptitude, ou mandat de protection, est un document notarié ou signé devant deux témoins qui permet à un adulte de désigner, à l'avance, une ou plusieurs personnes pour veiller à son bien-être et pour administrer ses biens au cas où il serait déclaré inapte à le faire lui-même par le tribunal. Le formulaire s'est bien amélioré depuis ses débuts en 1998. Si votre situation n'est pas compliquée, vous pouvez le remplir vous-même et le remplacer sans frais quand votre situation change. Qu'il soit fait devant notaire ou non, ce mandat doit obligatoirement être homologué devant un juge si vous devenez inapte. Il ne sera peut-être jamais utilisé (contrairement à un testament) mais si ça devait être le cas, vous (en premier lieu) et votre famille seriez très heureux de l'avoir rempli.

Il est disponible gratuitement sur le site du gouvernement du Québec, et autres sites suivants: http://www.curateur.gouv.qc.ca/cura/publications/mandat.pdf.
http://www.curateur.gouv.qc.ca/cura/fr/outils/publications/mon_mandat.html
https://www.educaloi.qc.ca/

# Décès

Nous avons le regret de vous annoncer les décès suivants. Celui de M. Bruno Laroche décédé le 31 décembre 2015 à l'âge de 87 ans, celui de Madame Rita Lefebvre décédée le 23 mars 2016 à l'âge de 91 ans et celui de M. Paul-André Bélisle, survenu le 10 avril 2016 à l'âge de 68 ans.
Nous offrons nos plus sincères condoléances aux familles endeuillées.

**Pour ce bulletin de mai**
Mise en pages : Denyse Payette
Illustrations : prises sur Google
Impression : gracieuseté de la CSQ par Gilles Campagna
Livraison : Hélène Gingras
Diffusion par courriel : Marielle Bélanger