



AREQ Portneuf Région 03-K

AREQ
CSQ

Le Flambeau

Volume 15

Numéro 1

Août 2018

Mot de la présidente

Gisèle Defoy

Mes salutations aux 467 membres de l'AREQ-Portneuf.

L'année 2018-2019 (sept. 2018 - juin 2019) prend son envol. Le conseil sectoriel vous a concocté de nouvelles activités dès le 19 septembre.

Désirant parcourir le territoire de la MRC de Portneuf, la majorité des activités se dérouleront dans différentes localités afin de vous faire découvrir de nouveaux coins enchanteurs de notre comté. Nos invités vous partageront des récits de voyages tandis que d'autres vous communiqueront leur passion pour des personnalités marquantes des années 1930 ou vous offriront une animation musicale des années 1950. Tout cela dans le but de vous divertir.

Étant retraités, nous constatons que les journées se déroulent rapidement. Tout est prétexte à planifier, à organiser, afin de profiter d'un temps de qualité. Pratiquer notre sport préféré, réserver des voyages, faire du bénévolat, être des grands-parents attentionnés ou des proches aidants généreux, tout cela est louable. Nous vous remercions de penser à nous dans votre planification. Nous apprécions votre présence à nos activités.

Nous remercions nos fidèles lecteurs du journal *Le Flambeau*. Plusieurs nous lisent également sur le site internet de l'AREQ-Portneuf et AREQ-Québec.



Au plaisir de vous rencontrer accompagnée d'une équipe dévouée et dynamique.

Gisèle Defoy



« Allô Bitch ! »

Il faut restaurer le principe de hiérarchie et rétablir la discipline à l'école (Josée Blanchette)

Parents mous-enfants fous-profs-à-bout

On dit souvent qu'il n'y a pas de job plus difficile au monde que celui de parent. Je suis d'accord. Mais il y a un boulot encore moins valorisant que celui-là : se tenir debout devant une classe de 24 enfants qui ne sont pas les vôtres. Je me prosterne devant ce mur d'enseignantes (notez le féminin) qui s'aligne dans la cour d'école chaque rentrée. Je suis béate d'admiration devant leurs 25 tentacules indépendants (notez le masculin).

Devant ces hommes aussi, mais on n'en rencontre que 12 % au primaire. Jamais vu un mec enseigner à mon B. Et c'est grand dommage, mais c'est un autre sujet.

Le sujet, c'est le décrochage de tous ces enseignants, hommes ou femmes, 25 % au primaire dans les cinq années qui suivent leur arrivée devant un tableau noir ou blanc, selon les derniers chiffres disponibles au ministère de l'Éducation (2011). Un sur quatre ! Un phénomène en progression. Si les parents décrochaient au même rythme que les profs, il faudrait un ministère des Orphelins du Québec pour pourvoir aux besoins des enfants.

Pourquoi décrochent-ils ? Non, ce ne sont pas les moisissures dans les murs ; quoique le symbole soit frappant. Tous les professeurs avec qui je me suis entretenue en viennent à des constats similaires. L'Association québécoise des enseignantes et des enseignants du primaire publiera sous peu un mémoire pour appuyer leurs dires, mettant en cause la précarité, la lourdeur de la tâche, la formation inadéquate, le manque de ressources et... la discipline.

Il faut lire le livre de l'enseignante au secondaire (privé) Anne-Marie Quesnel, *Parents essoufflés, enseignants épuisés*, sur les répercussions d'une éducation trop laxiste pour s'en convaincre : ce sont nos enseignants qui galèrent et la transmission des connaissances qui en souffre. Si les cohortes

comptaient autrefois une ou deux têtes fortes, c'est désormais la majorité qui se rebiffe et défie l'autorité, en partie parce que nous valorisons le « caractère », sans parler du sésame à la mode de « l'estime de soi ». Quand tes parents t'emmènent chez Saint-Hubert pour « acheter la paix », on peut s'attendre au pire.

Allô bitch!

« L'enseignant est perçu comme un " ami " dans la cour d'école. Depuis dix ans, les jeunes ont beaucoup moins de réserve envers l'adulte », constate Marie-Chantal Héroux, suppléante à la Commission scolaire des Grandes-Seigneuries, dans la région de Candiac. Quand on sait qu'ils saluent leurs amis en les traitant de « bitch » ou « pute », s'insultent ouvertement dans les corridors, et que leur conception de l'amitié est souvent dictée par les réseaux sociaux, c'est assez pour se sentir menacé. L'intimidation, on le sait, ne se limite pas aux élèves entre eux.

Après dix ans de ce régime, où elle s'occupait de plusieurs classes spécifiques une journée par semaine au primaire (une charge de 80 % qui permet au titulaire de souffler), Marie-Chantal jette la serviette elle aussi, et se réoriente vers la psychothérapie, à 42 ans :

► Suite et fin à la page 20



Le flambeau

AOÛT 2018

Éminence grise René Bellemare

Secrétaire de rédaction Diane Gauthier

Conception et mise en page Éric Bellemare

Collaborateurs Denise Barrette, Roger Dussault, Gilberte Gallant, Jeanne-Évoa Picard, Marcel Perron, Marie José Carmichael, Bernard Croteau et Antoine Lacoursière

L'AREQ Portneuf.. en action

Denise Barrette

Cabane à sucre Denis Bédard - 29 mars 2018

De père en fils, au fil du temps.

Pionnière dans le domaine des cabanes à sucre à St-Stanislas de Champlain en Mauricie, l'érablière Denis Bédard a su développer une réputation solide dans la tradition du temps des sucres au Québec. Afin de répondre à un besoin dans le milieu, Léo et Germaine Bédard (parents de Denis, propriétaire actuel depuis 1975) décident en 1952 de construire une petite cabane à sucre au bout de leur terre. Au fil du temps, et avec une clientèle sans cesse grandissante, l'érablière Bédard a su conserver son cachet traditionnel même après plusieurs agrandissements.

Jeudi 29 mars 2018, 33 retraités ont savouré le délicieux repas de la cuisine typique de la tradition des sucres préparé par le cuisinier passionné de la

cabane Bédard. Voici quelques plats qui ont su ravir les dents sucrés : trempette à l'érable, œufs dans le sirop d'érable et les fameuses crêpes ondulées. En guise de conclusion : un petit digestif à l'érable.

Madame Francine Dumont offrait ses créations aussi emballantes d'une fois à l'autre; celle-ci a remis 60,50\$ au bénéfice de la Fondation Laure-Gaudreault. De plus, des billets furent offerts à tous les groupes présents à ce dîner. Une rondelette somme de 248\$ fut recueillie grâce aux donateurs ; le montant partagé, soit 124\$ a favorisé Madame Carole Dionne. L'autre moitié a été versée à la Fondation Laure-Gaudreault. Monsieur Alain Pagé et Madame Rollande Lacroix ont mérité la gratuité de leur repas. Bravo à tous et à l'an prochain!



Une belle assistance à la cabane à sucre à Saint-Stanislas.

On a vidé nos assiettes. Les mets étaient sucrés mais succulents...



L'AREQ Portneuf.. en action

Roger Dussault

Réunion régionale (Assemblée générale régionale) - 9 mai 2018

Le 9 mai dernier se tenait à l'Hôtel Québec l'AGR pour la région Québec-Chaudière-Appalaches. Ce fut le moment où nous avons pu admirer les travaux des divers artistes. Nos retraités(es) exposaient véritablement des œuvres à la hauteur de leur talent.

Cette année la nouvelle présidente Carole Pedneault a accueilli les membres avec chaleur, dans la lignée de Pierrette Simoneau maintenant présidente de la FLG (Fondation Laure-Gaudreault).

Portneuf comptait une représentation de huit (8) membres sur 463 membres portneuvois. Mentionnons ici que les frais de repas et le transport en covoiturage étaient défrayés par l'AREQ Portneuf.

L'AGR de cette année ne comportait pas d'élection contrairement à celle de l'an dernier alors que 8 présidences avaient complété leur mandat. Au chapitre des comités, celui des femmes a été très actif avec des activités d'actualité. Le comité sociopolitique et celui de l'environnement ont

conjointement réalisé une journée régionale; celui des assurances a procédé à des séances d'études pour ses membres. La trésorière a présenté un rapport clair et transparent suscitant peu de question et démontrant bien la santé financière de l'organisme régional.

P.S. Le conseil de secteur au complet a assisté à l'AGR.

L'assemblée générale de secteur (AGS)

C'est à Cap Santé, le 26 avril dernier, que s'est tenue l'AGS. Plus d'une quarantaine de membres ont participé avec entrain aux délibérations. L'AREQ offrait gracieusement le goûter à ses membres de même qu'une conférence de madame Sylvie Fortier dont le titre « Comment bien vieillir » fut fort appréciée. Cette AGS était sous la présidence d'assemblée de Carole Pedneault, présidente régionale. Dans sa courte allocution, elle a souligné l'importance de la participation et de l'implication des membres. La relève se doit d'être là. Un seul représentant de l'élément masculin assistait à la rencontre.

Conseil de secteur en avril dernier avec la participation de la présidente régionale, Carole Pedneault (au centre). Elle est entourée de Denise Barrette, Jacqueline Gignac, Gisèle Defoy, Colette Garon, Gilberte Gallant et Roger Dussault.



Que font nos membres au Conseil sectoriel?

- En plus d'être présidente du secteur, **Gisèle Defoy** envoie des cartes d'anniversaire aux 75 ans + et est responsable du cahier de nécrologie en souvenir des membres décédés.
- **Denise Barrette** est 1^{re} vice-présidente, responsable de la chaîne téléphonique, cueillette de soutiens-gorge et documentaliste, voyage...
- **Gilberte Gallant** est 2^e vice-présidente, responsable de la gestion des membres, comité du *Flambeau*, responsable de la Fondation Laure-Gaudreault.
- **Jacqueline Gignac** est secrétaire-archiviste et responsable du projet *Toujours en Action*.
- **Colette Garon**, trésorière responsable de la comptabilité, dossier environnement.
- **Roger Dussault**, 1^{er} conseiller, dossier de la retraite.
- **Huguette Bussièrès** : photographe, responsable des albums photos, célébration des défunts, cartes de condoléances aux membres, voyage...
- **Jeannine Denis** : responsable cartes condoléances aux membres secteur ouest.
- **Francine Dumont** : collaboratrice à la Fondation Laure-Gaudreault.
- **Marcel Perron** : porteur du dossier sociopolitique.
- **Marie-Marthe Trottier** : porteuse du dossier comité des Femmes.
- **Réal Rivard** : site WEB du secteur.
- **Antoine Lacoursière** : porteur du dossier Assurances.
- **René Bellemare et Diane Gauthier** : comité du *Flambeau*

Tous participent à l'organisation des activités à l'agenda.

Nos bénévoles

15 bénévoles sont responsables d'une liste pour la chaîne téléphonique : **Nicole Ouellette, Huguette Perron, Nicole P. Boudreault, Réjeanne Bourgoing, Jacqueline Gignac, Rosario Savard, Clémence Bélanger, Jean-Guy Paquet, Louise Rhéaume, Jeanne d'arc Roy, Louise Soulard, Huguette Bussièrès, Nicole Bussièrès, Madeleine Dubuc.**

La relève

Il y a toujours de la place pour d'autres bénévoles. Des petites tâches déjà allouées aux membres du Conseil sectoriel pourraient vous intéresser. Cela permettrait d'alléger ces membres, de vous intégrer graduellement ou de recevoir du «coaching» par des personnes expérimentées avant qu'elles laissent leur poste. Merci d'y réfléchir, il en va de la survie du secteur AREQ Portneuf.

Si journal non réclamé, retournez à **Gilberte Gallant**
543-3645, rue de l'Hétrière, Saint-Augustin-de-Desmaures G3A OR6

L'AREQ Portneuf.. en action

Jeanne-Éva Picard

Conférence Comment bien vieillir - 26 avril 2018

Après le dîner qui a suivi l'Assemblée générale le 26 avril dernier, nous avons la chance d'assister à la conférence de Madame Sylvie Fortier « COMMENT BIEN VIEILLIR ».

Cette dynamique beauceronne et sa verve enthousiaste ont su nous tenir bien éveillés même après le repas. Je vous partage des extraits de son intéressante conférence.

Pour bien vieillir il faut d'abord **choisir** de bien vieillir et cela, malgré les inconvénients et les malheurs qui accompagnent l'âge avancé. Vieillir, ça se construit : il faut être proactif. Et la conférencière nous présente les ingrédients de sa recette.

- Je m'entoure de bonnes personnes. Je m'investis dans de belles relations sociales.
- Je m'adapte aux changements, comme j'adapte ma conduite aux conditions routières.
- Je respecte mes limites; je sais dire non quand il le faut.
- Je prends du recul devant un problème. Je ne reste pas le nez collé sur mes bobos, je cherche des solutions.
- Je mets l'accent sur ce qui fonctionne encore, pas
- Je m'accorde du temps pour rire et m'amuser.
- J'ai des projets et un plan pour les réaliser.

BIEN VIEILLIR : une question de chance ou de choix?

Il ne faut pas laisser le hasard ou les médias s'occuper de notre vieillissement. Ces derniers sont plutôt silencieux, voire même souvent négatifs face au vieillissement; parce que aujourd'hui, on exalte plutôt la jeunesse, la vitesse, la performance.

Pour une bonne part, nous avons la responsabilité de notre vieillissement. Un bon mode de vie est très efficace pour retarder les maladies et les limitations inhérentes à cet âge. Ai-je ces 7 bonnes habitudes de vie?

- Je fais de l'activité physique 30 min/jour.
- J'ai une bonne alimentation.
- Mon sommeil est régulier 6 à 8 h/jour; routine du coucher, se lever à la même heure.
- Ma vie affective et sociale est très active.
- Je gère bien mon stress. Se détendre : inspirer la paix et expirer les soucis.
- Je vise la prévention : pas de tabac, alcool modéré, fidélité aux médicaments.
- Je suis proactif par mes pensées, mes paroles et mes comportements.

Une fois de plus, le comité directeur de l'AREQ-Portneuf a su nous faire profiter de moments aussi agréables qu'intéressants. C'est toujours une joie et un enrichissement! Un gros MERCI.



Nos comités... nos comités...

Gilberte Gallant



Rapport de la fondation Laure-Gaudreault

Le 6 juin, lors de l'assemblée régionale, nous avons appris que 45 demandes d'aide totalisant un montant de 45 000\$ ont été acheminées à la Fondation pour l'année 2017. Or comme il n'y avait que 14 447\$ disponibles, 31 demandes ont été acceptées mais avec des coupures. Le secteur Portneuf avait présenté 18 demandes et a reçu 3 548\$ répartis entre 4 organismes et 5 individus, 7 de ce nombre étant de nouveaux bénéficiaires recrutés.

Pour combler toutes les demandes, il nous faudra augmenter le nombre de membres à vie (10\$) et

recueillir des dons car en 2017, seulement 53 reçus d'impôt ont été émis pour la région 03. Merci à vous qui nous avez signalé des besoins lors de nos rencontres, à vous aussi qui avez ouvert votre cœur et votre portefeuille.

Pour 2018, nous avons déjà 1520,61\$ en banque. Nous souhaitons d'autres adhésions à la fondation car nous comptons seulement 174 membres à vie pour une possibilité de 470 environ.

Merci et hommage à Francine Dumont pour sa contribution FLG (2016-2017)

Comme l'eau claire d'une fontaine, sa générosité exceptionnelle rejaillit merveilleusement sur la Fondation Laure-Gaudreault. Ses talents artistiques et sa créativité prodigieuse sont une source féconde qui court le long des besoins, des demandes, des SOS et des misères humaines.

Au nom de toutes ces personnes qui ont reçu dans la discrétion, au nom des membres de l'AREQ Portneuf qu'elle inspire, nous lui disons MERCI pour sa contribution à une cause capitale, soit la

Fondation Laure-Gaudreault. Francine en est une digne messagère.

Pour toutes ces raisons et d'un commun accord, le Conseil sectoriel a décidé de lui offrir la gratuité à toutes les activités à l'agenda, soit de septembre 2018 à juin 2019.

Merci de ta généreuse collaboration.

Nos comités... nos comités...

Marcel Perron

Activité régionale sociopolitique et environnementale - 6 avril 2018

Cette journée très enrichissante a été axée autour de trois thèmes principaux :

- La maltraitance chez les personnes âgées, conférence de M. Robert Simard, du ministère de la famille.
- L'environnement et les changements climatiques, présentés par Mme Émilie Robitaille, de la Fondation Monique-FitzBack, et par M. Tommy Bureau, conseiller en environnement et développement durable AREQ.
- La solidarité et l'équité intergénérationnelles, thème développé par Mme Claudia Beaudoin, de l'Institut du Nouveau Monde.

Maltraitance chez les personnes âgées

Ce sujet brûlant d'actualité a fait l'objet d'une attention particulière de la part des instances publiques et gouvernementales. Quatre ans après l'adoption du premier Plan d'action gouvernemental pour contrer la maltraitance envers les personnes âgées 2010-2015 (reconduit jusqu'en 2017), et son prolongement dans un deuxième plan de 2017 à 2022, cette problématique est maintenant de plus en plus connue de la population.

Selon l'Organisation mondiale de la santé, « il y a maltraitance quand un geste singulier ou répétitif, ou une absence d'action appropriée se produit dans une relation où il devrait y avoir de la confiance, et que cela cause du tort ou de la détresse chez une personne âgée. »

Ainsi, comme on peut le constater, la maltraitance peut être présente partout ; à partir de la famille, en passant par les lieux d'hébergement, les hôpitaux et tout autre lieu où la personne âgée devrait être en sécurité. Selon M. Simard, il y a obligation

de dénoncer tout comportement qui provoque de la maltraitance. Si une personne âgée juge que sa sécurité est compromise, elle peut contacter les services d'urgence en composant le 9-1-1. Si un tiers est témoin de maltraitance, il peut également contacter le 9-1-1 ou encore le Curateur public, au 1 800 363-9020.

Dans son plan d'action 2017-2022, le secrétariat aux personnes âgées du ministère de la Famille, propose une approche centrée sur la bienveillance qui vise : « le bien-être, le respect de la dignité, l'épanouissement, l'estime de soi, l'inclusion et la sécurité de la personne. Elle s'exprime par des attentions, des attitudes, des actions et des pratiques respectueuses des valeurs, de la culture, des croyances, du parcours de vie, de la singularité et des droits et libertés de la personne âgée. »

Ce sujet a été agrémenté par deux extraits d'une pièce du Théâtre des Aînés de Charlesbourg. Le premier segment visait à démontrer un comportement déplacé d'un aîné, faisant preuve d'intimidation et de harcèlement auprès d'une aînée. Le second, plus touchant et drôle, illustrait les démarches malhabiles mais sincères d'un Roméo pour conquérir sa Juliette, prouvant hors de tout doute que l'amour est possible à tout âge.

L'environnement et les changements climatiques

Il y a une vieille dame âgée qui subit depuis longtemps la maltraitance des humains. Il s'agit bien sûr de notre planète Terre que l'on malmène à outrance, au risque de la détruire aveuglément.

La conférence M. Tommy Bureau qui avait pour titre *Le développement d'une conscience citoyenne face aux événements qui perturbent notre environnement* visait à présenter des exemples de pollution reliés aux comportements humains et à porter des gestes

pour mieux les contrer. Il nous a présenté différents dossiers problématiques :

- **La loi québécoise sur les hydrocarbures (2016)** officialise la propriété du sous-sol québécois à l'industrie pétrolière et gazière. L'encadrement de ces exploitations se fera par règlements, sans passer par l'Assemblée nationale. La responsabilité des exploitants pour la dépollution des sites occupés est limitée à une durée de vingt ans. Après cette période, c'est le gouvernement qui doit s'en occuper, dégageant ainsi l'industrie. Enfin, la loi ne ferme pas la porte à la fracturation hydraulique. Malgré un discours de protection de l'environnement, le gouvernement Couillard participe à la pollution en facilitant l'exploitation des énergies fossiles.

- **Un développement agricole polluant.** La reconnaissance d'un monopole syndical (UPA) contribue à développer un modèle de monoculture qui nécessite l'emploi d'herbicides et de pesticides néfastes pour l'environnement, tout en marginalisant le secteur biologique. En plus d'épuiser le sol, cette façon de faire endette les producteurs qui doivent s'adonner à une agriculture industrielle en augmentant continuellement les superficies

cultivées. Le nombre de fermes est passé de 100 000 en 1950 à 28 000 aujourd'hui. Dans l'énoncé de sa nouvelle politique bio alimentaire le gouvernement favorise les secteurs d'exportations en favorisant les grandes exploitations.

Ces exemples, et d'autres comme ceux de l'utilisation du plastique et ses dérivés, devraient conduire la population à retirer son chapeau de consommateur pour le remplacer par celui du citoyen responsable en posant des gestes concrets pour protéger la planète. D'ailleurs, comme l'affirmait Mme Émilie Robitaille, tous ces comportements polluants sont en train d'occasionner des changements climatiques qui ont et auront des conséquences désastreuses sur le quotidien de millions de personnes. Penser globalement et agir localement, voilà ce qui devrait être au centre de nos préoccupations.

Solidarité et équité intergénérationnelles

Afin que tous les groupes d'âge puissent avoir leur place dans la société, l'Institut du Nouveau Monde veut favoriser le dialogue entre les générations. Belle initiative à encourager pour une meilleure cohésion sociale.



Activités sectorielles 2018-2019

**à
conserver**

Cordiale bienvenue aux conjointes et conjoints des membres AREQ. Gratuité offerte à nos membres 80 ans +.

MERCREDI 19 septembre 2018

Méchoui Cabane à sucre Leclerc,
1289, 2^e rang O. Neuville
Accueil : 10h30 Méchoui : 12h.
Accueil des nouveaux membres AREQ
(gratuité)

MARDI 30 octobre 2018

Projet Toujours en action
La Bolduc chantée et racontée
(Steve Normandin)
Au Vieux Presbytère de Deschambault,
117, St-Joseph
Accueil : 13 h; Présentation : 13 h 30
Léger goûter

MERCREDI 14 novembre 2018

Célébration de la Parole (membres défunts) à l'église de Pont-Rouge à 10h30. Défunts : Diane Gingras, Jacqueline L. Denis, Roland Cantin, Reine Bédard, Bernadette R. Matte. Officiant: Yvon Matte (diacre). Animation: Carmelle P. Matte. Dîner des placoteux à 12h, à la salle des Chevaliers de Colomb, 329, Dupont, Pont-Rouge. Traiteur : Chez Médé (buffet). 13 h 15 : Entretien visuel Voyage à Compostelle: Jean-Pierre Soucy et Paulette Dambremont.

JEUDI 6 décembre 2018

Dîner de Noël au Chavigny, 11 des Pins, Deschambault + coupe de vin + cadeaux
Accueil : 11h; Dîner : 12h.
Animation 13h15 : Yvon et ses belles madames (75 min.)

Activités régionales

- Jeudi 25 octobre 2018 : Retraite et assurances
- Lundi 19 novembre 2018 : Journée des hommes
- Vendredi 8 mars 2019 : Journée des femmes
- Mardi 28 mai 2019 : AGR et FLG

Inscription : AR : Colette Garon (581 329-8463)
AGR : Gisèle Defoy (418 873-2624)



MARDI 12 février 2019

Buffet italien au Manoir de Saint-Basile,
20 Ste-Anne (Saint-Valentin) + cadeaux

Accueil : 11h; Dîner : 12h

Exposition d'œuvres des artistes membres
(gratuité aux exposants).

LUNDI 25 mars 2019

Rendez-vous Cabane à sucre Bédard, 185,
route 159 St-Stanislas (Animation)

Accueil : 10h30 ; Dîner : 12h

Contribution volontaire FLG

JEUDI 2 mai 2019

AGS à l'Auberge du Couvent, St-Casimir,
370 de la Montagne

Accueil : 9 h 30 ; assemblée générale : 10 h

Invitée : Mme Carole Pedneault, présidente
régionale

Élections : Postes 1^{re} vice-présidente; trésorière,
1^{er} conseiller

Poste à combler : 2^e conseiller

Voyages AREQ (à déterminer)

Conférences grand public 2018-2019

Mardi 30 octobre 2018 de 13h30 à 15h30

Les droits des usagers dans le contexte de l'aide médicale à mourir, par Me Jean-Pierre Ménard, avocat.

Mercredi 3 avril 2019 de 10h à 12h

Trucs et astuces pour communiquer avec votre proche atteint d'un trouble cognitif, par Stéphane Bouffard, conseiller en soins infirmiers, et Sonia Singamalum, infirmière clinicienne.

Mercredi 19 avril 2017 de 10h à 12h

Les soins palliatifs et de fin de vie à domicile, une option à découvrir, par Marie-Pier Cadotte, conseillère en soins infirmiers, et Lise Vienneau, conseillère en soins infirmiers.

Au Montmartre canadien

1669, chemin Saint-Louis, Québec

Entrée gratuite.

Nos comités... nos comités...

Marie José Carmichael

Opinion sur la journée d'activité régionale sociopolitique et environnementale - 6 avril 2018

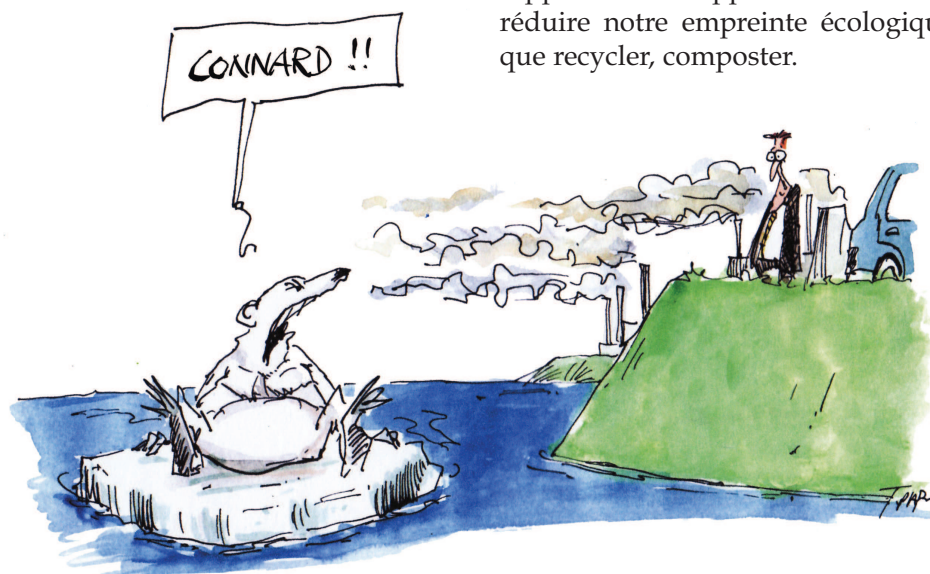
Pour ma part, j'ai choisi de participer le plus possible aux diverses activités proposées par l'AREQ, cette année, afin de me faire une plus juste opinion de ce qui nous est offert. J'avoue avoir eu une certaine hésitation à participer à cette activité sociopolitique. Ce qui m'a attiré à prime abord : les pièces de théâtre des Aînés de Charlesbourg et, également, le sujet de la maltraitance. Ma réserve concernait l'aspect plus théorique que pratique des conférences, car cela exige beaucoup d'attention. J'ai pris une chance. J'aurais souhaité plus d'outils. Cela n'apparaissait pas prévu au programme comme je m'en doutais, là-dessus, je suis restée sur mon appétit.

La première conférence portant sur la maltraitance (celle de M. Robert Simard, du ministère de la famille) s'est avérée être le contenu, tel que tel, sorti tout droit du document ministériel et de la politique qui en découle. Les seuls outils qui auraient pu nous profiter, les vidéos (« Ce n'est pas correct »), ne nous étaient pas accessibles, a fini par bredouiller notre conférencier. Je considère que ce dit document (présentation Power Point)

demeure conçu pour de la formation à l'interne et non pour de la transmission, ni pour de la prévention autour de nous.

La seconde conférence de Madame Claudia Beaudoin de l'Institut du Nouveau Monde, bien que théorique elle aussi, m'a intéressée davantage. Elle m'a permis de me sensibiliser à ce qu'est l'INM et à leur recherche portant sur les besoins générationnels. J'ai pu être confirmée en ce qui a trait à la qualité du milieu de vie que leur recherche tient compte de ce qui peut faciliter les règles et politiques municipales (par exemple à l'égard des maisons bi-générationnelles).

La troisième conférence, m'a apporté plus d'informations que je ne l'aurais pensé. Bien que la conférencière réévaluait la pertinence de nous présenter les impacts négatifs des changements climatiques, j'ai beaucoup apprécié cette sensibilisation. Voir, entre autres, des photos de la diminution des glaciers de façon concrète nous conscientise sur cette problématique que les sceptiques nient en bloc. Quelques gestes à notre portée nous ont été rappelés afin d'apporter notre contribution et de réduire notre empreinte écologique, ne serait-ce que recycler, composter.



Bernard Croteau

Compte-rendu de la rencontre du Comité régional en environnement - 25 avril 2018

Présences

- Cap-Diamant : personne;
- Grand-Portage : Christian Bégin (remplace Rose-Marie Rioux);
- Pascal-Taché : Serge Picard;
- Des-Deux-Rives : Diane Laflamme;
- Charlesbourg : Jean-Louis Helstroffer;
- Chauveau : Pierrette Morin;
- Louis-Fréchette : Madeleine St-Hilaire;
- Charlevoix : personne;
- Beauce-Étchemins : Louise Fortin;
- Portneuf : Colette Garon;
- Amiante : Gisèle Faucher;
- Beauport-Côte-de-Beaupré : Pierre Bolduc;
- Responsable régional : Bernard Croteau;
- Responsable politique : Rita Lapointe (remplace Michel Caron).

Cette rencontre a pris la forme d'une participation au festival de films pour l'environnement à Saint-Casimir de Portneuf. Puisque nous pouvions inviter d'autres gens intéressés par cette activité, nous étions 22 personnes présentes.

Un autobus loué chez Autobus Laval a conduit les participants de l'hôtel Normandin jusqu'à l'Hôtel de ville de Saint-Casimir. M. Léo Denis Carpentier, directeur artistique et fondateur du Festival de

films pour l'environnement, nous a reçus et présenté les films qui furent présentés.

Le premier documentaire *Arctique, la dérive des traditions* raconte le voyage effectué par Jean Lemire dans le Grand Nord québécois en 2017, soit 13 ans plus tard que la première expédition avec le Sedna IV. Avec ce voyage, on constate plusieurs changements suite aux changements climatiques : la fonte des glaces permanentes et le mode de vie des Innus qui a changé.

Le second documentaire important *Québec profond* présente notre beau grand fleuve Saint-Laurent. On s'aperçoit que cette étendue d'eau n'est pas un gros trou de boue brun pollué; ça grouille de vie et des beautés sont cachées dans les entrailles de celui-ci. Patrick R. Bourgeois et Geneviève Bilodeau ont conçu ce film.

Nous avons dîné sur place en commandant des boîtes à lunch au marché Richelieu. Le retour à Québec s'est fait vers 14h. Les personnes qui ont vécu cette expérience ont bien apprécié cette formule. Nous tenons à remercier le Conseil régional pour son ouverture à permettre aux membres du comité régional en environnement d'assister à ce festival.

Arctique, la dérive des traditions (photo à gauche) et *Québec profond* (photo à droite).



L'obsolescence domestique



MEILLEUR COMPRENDRE LE COMPORTEMENT DES CONSOMMATEURS ET AIDER POUR FRÉNER LE REMPLACEMENT RAPIDE D'APPAREILS ÉLECTROMÉNAGERS ET ÉLECTRONIQUES

Montréal, le 24 mai 2018 - C'est aujourd'hui qu'Équiterre dévoilait la première étude pancanadienne sur l'obsolescence et le comportement de remplacement rapide d'appareils électroniques et électroménagers (AEE) des consommateurs canadiens. Cette étude a été réalisée avec la participation de plusieurs partenaires spécialisés en consommation responsable, responsabilité sociétale et économie collaborative dont RECYC-QUÉBEC, l'organisme français Halte à l'obsolescence programmée (HOP), Option consommateurs et le Consumers Council of Canada. L'Observatoire de la consommation responsable (OCR) a été mandaté pour réaliser le travail de recherche sur le sujet.

REDONNER LE POUVOIR AUX CONSOMMATEURS

L'enquête révèle que de plus en plus de consommateurs donnent une fin de vie prématurée à leurs produits, généralement des biens durables, non pas parce que ceux-ci ne fonctionnent plus, mais tout simplement pour des raisons de fonctionnalités techniques, esthétiques ou psychologiques. " Cette enquête auprès des Canadiens met en lumière des solutions pour en finir avec le prêt-à-jeter qui devient la norme et s'insinue dans nos vies. Il est grand temps de redonner le pouvoir aux consommateurs " affirme Colleen Thorpe, directrice des programmes éducatifs chez Équiterre.

Pour le dévoilement de l'étude, un événement spécial a eu lieu aujourd'hui à la Maison du développement durable (MDD), où s'est déroulé un panel d'experts et une activité " Réparation ", un événement communautaire et gratuit de réparation d'appareils électroniques offert par Insertech.

L'OBSOLESCENCE - UN NOUVEAU CHAMP D'ACTION POUR ÉQUITERRE

Préoccupé par la surconsommation qui compromet les efforts de transition vers une économie sobre en carbone, Équiterre s'est engagé, dans son plan stratégique 2017- 2020, à travailler sur la lutte contre l'obsolescence des produits de consommation.

Cette surconsommation entraîne des impacts non négligeables sur l'environnement, sur la santé et sur notre économie. Cette étude représente une première étape de réflexion qui servira à jeter les bases d'une campagne de lutte à l'obsolescence. Elle apporte un éclairage actuel sur la compréhension qu'ont les Canadiens du phénomène d'obsolescence, sur les causes du remplacement rapide d'AEE et sur les pistes de solutions concrètes pour augmenter leur durée de vie, qui visent les citoyens, les entreprises et les autorités publiques.

L'ÉTUDE ET SA MÉTHODOLOGIE

Dans le cadre de cette étude, Équiterre a :

- réalisé une recension des écrits ;
- recensé plus de 80 initiatives porteuses de lutte à l'obsolescence ;
- effectué un sondage auprès d'un échantillon représentatif de milliers de Canadiens sur leur compréhension et leurs comportements du phénomène ;
- identifié plusieurs pistes de solutions.

LES FAITS SAILLANTS DE L'ENQUÊTE :

- 80 % des répondants ont acheté leur appareil neuf, indiquant une faible propension vers le réemploi.
- 86 % des répondants affirment que les AEE sont volontairement conçus pour ne pas durer.
- Moins de 50 % des consommateurs reconnaissent qu'ils jouent un rôle dans le phénomène de l'obsolescence.
- Peu conservent leur appareil aussi longtemps que la durée de vie qu'ils estiment raisonnable.
- Presque 1 consommateur sur 5 peut être qualifié d'" excessif " avec l'acquisition de 5 appareils et plus. Son profil est plus souvent celui d'un homme, plus jeune que les autres répondants (46 ans), propriétaire, ayant des revenus relativement élevés.
- Seulement 19 % des répondants font réparer leurs appareils électroménagers et 26 % pour les appareils électroniques.
- Les tactiques marketing des entreprises telles que les promotions, les programmes de fidélité et les changements de forfaits ont une influence importante sur l'obsolescence.

OBsolescence VS OBsolescence PROGRAMMÉE

Équiterre dirige le débat vers la simple notion d'obsolescence plutôt que sur l'obsolescence programmée, pour éviter les débats polarisés et d'écarter toute responsabilité partagée quant au phénomène.

RÉDUCTION À LA SOURCE

L'étude indique qu'en 2016, 44,7 millions de tonnes de déchets AEE ont été produits à l'échelle mondiale, et d'ici 2021, il est prévu que ce volume augmente de 17 %. " Cette donnée nous alerte sur l'importance d'agir collectivement et efficacement sur la réduction à la source. Cela passe par un important travail de sensibilisation et d'information auprès du public et nous poursuivons nos efforts en ce sens en plus de continuer à accompagner le citoyen vers le réemploi et nos industries, vers l'économie circulaire. ", souligne Sonia Gagné, présidente-directrice générale de RECYC-QUÉBEC.

Pour lire le rapport au complet : <http://equiterre.org/rapport-obsolescence>

Équiterre a reçu du financement en vertu du Programme de contributions pour les organisations sans but lucratif de consommateurs et de bénévoles d'Innovation, Sciences et Développement économique Canada. Merci également à RECYC-QUÉBEC pour sa contribution.

-30-

Pour renseignements et demandes d'entrevues :

Camille Gagné-Raynauld
Relations médias, Équiterre
cgraynauld@equiterre.org
514.-701-8134

Dossier assurances

Antoine Lacoursière

Soins de santé offerts par la Commission des Praticiens de Médecine Douce du Québec (CPMDQ)

Le régime d'assurance maladie d'ASSUREQ prévoit que «Seuls sont couverts les frais engagés pour des traitements, soins ou fournitures dispensés par une professionnelle ou un professionnel de la santé membre en règle de l'ordre professionnel pertinent aux traitements, soins ou fournitures en cause ou, à défaut de l'existence d'un tel ordre, d'une association professionnelle pertinente, sous réserve des règles établies par SSQ pour la reconnaissance de chaque association.»

SSQ avise que la Commission des Praticiens de Médecine douce du Québec (CPMDQ) refuse de fournir les informations demandées, critères de base permettant la reconnaissance des associations professionnelles. En conséquence, la CPMDQ ne rencontrant pas les normes d'excellence encadrant la reconnaissance d'une association professionnelle, SSQ a décidé de ne plus rembourser les frais engagés pour les services offerts par les professionnels étant uniquement membre de la CPMDQ. Donc, bien vous assurer que la personne vous procurant des soins est membre en règle d'un ordre professionnel reconnu si elle est aussi membre de la CPMDQ. Les professionnels en médecine douce pouvant s'inscrire comme membre de la CPMDQ sont: les ostéopathes, les naturopathes, les psychothérapeutes et les massothérapeutes.

Si une personne assurée souhaite, malgré tout, continuer de recevoir des soins offerts par un membre de la CPMDQ, elle pourra le faire, mais ne pourra obtenir de remboursement pour les frais engagés. Pour obtenir plus d'information à ce sujet, vous pouvez communiquer avec le service à la clientèle de SSQ au 418-651-6962 ou sans frais au 1-888-833-6962.

Choix téléphoniques du service à la clientèle de SSQ

Depuis décembre 2017, des changements ont été apportés au menu téléphonique. Les options à privilégier pour les membres de l'AREQ/ASSUREQ sont:

Choix 2: Inscription/accompagnement sur le site ACCÈS/assurés, si besoin d'aide pour vous inscrire.

Choix 4: Question sur une réclamation ou pour savoir si quelque chose est couvert.

Choix 5: Nouvelle adhésion au régime, question sur les primes, changement de protection, etc...

Le service à la clientèle de SSQ est ouvert du lundi au vendredi de 8 h 30 à 16 h 30 et le temps d'attente peut parfois être long. Pour contourner cet irritant, téléphoner aux heures plus tranquilles, soit avant 9 h et en favorisant la matinée. Pour contourner la kyrielle des choix vous pouvez toujours signaler le 0.

Personne adhérente ASSUREQ admise dans un CHSLD

Lorsqu'une personne adhérente qui participe au régime d'assurance maladie d'ASSUREQ est admise dans un centre d'hébergement et de soins de longue durée (CHSLD) pour le reste de son existence, il lui est permis de bénéficier du droit d'exemption en vertu du contrat ASSUREQ puisque les soins qui lui seront prodigués sont couverts par la Régie de l'Assurance Maladie du Québec (RAMQ). Le droit d'exemption permet à cette personne de cesser de participer au régime d'assurance maladie (régime A), tout en conservant le droit de participer au régime d'assurance vie (régime B), s'il y a lieu. Il est conseillé de faire la demande d'exemption après un délai de 180 jours suivant l'admission en CHSLD puisque notre assurance maladie couvre les frais de séjour à 100% pour les 180 premiers jours en CHSLD.

Cependant, si une telle décision est prise, la personne conjointe (s'il y a lieu) devra, elle aussi, être exemptée du régime d'assurance maladie. Cela signifie qu'au moment du décès de la personne adhérente, la personne conjointe survivante perd la possibilité de participer au régime d'assurance collective ASSUREQ à titre de personne adhérente. S'il s'agit de la personne conjointe qui est admise dans un CHSLD, ce sont les dispositions du contrat qui s'appliquent. La personne adhérente peut, si elle en fait la demande, modifier le statut de pro-

tection d'assurance maladie en passant de familial à individuel. Toutefois, cette modification ne l'empêche pas de conserver la statut de protection familial en assurance vie.

N.B. Pour tous les détails concernant les frais couverts par ASSUREQ, vous pouvez toujours consulter la brochure «VOTRE RÉGIME D'ASSURANCE COLLECTIVE» de l'AREQ.

Quiz au féminin

Le 8 mars 2018, les membres présents à la journée des femmes ont testé leurs connaissances.

Je suis la première femme...

1. Ai refusé de céder ma place à un passager blanc dans un autobus aux États-Unis (Alabama 1955):
 - a) Katherine Switzer
 - b) Roberta Bondar
 - c) Rosa Parks
2. Ministre de la justice, puis première ministre du Canada:
 - a) Sheila Copps
 - b) Kim Campbell
 - c) Anna Fisher
3. Nommée à la Cour supérieure du Canada, j'ai fondé la Fédération des femmes du Québec:
 - a) Laure Gaudreault
 - b) Réjane Laberge Colas
 - c) Thérèse Casgrain
4. J'ai couru le marathon de Boston en 1967, malgré tous ceux qui voulaient m'en empêcher:
 - a) Rosa Parks
 - b) Kathrine Switzer
 - c) Jennifer Palmer
5. Médecin canadienne-française, j'ai ouvert un hôpital:
 - a) Irma Levasseur
 - b) Idola Saint-Jean
 - c) Justine Lacoste Beaubien
6. À l'Assemblée Nationale, par une loi, j'ai établi le Conseil du Statut de la femme:
 - a) Lise Bacon
 - b) Lise Payette
 - c) Claire Kirkland Casgrain
7. J'ai revendiqué de meilleures conditions de travail pour les femmes en éducation:
 - a) Idola Saint-Jean
 - b) Laure Gaudreault
 - c) Irma Levasseur
8. J'ai formé plusieurs générations de danseurs au grand dam de l'Église qui jugeait la danse immorale :
 - a) Irina Sandler
 - b) Ludmilla Chiriaeff
 - c) Roberta Bondar

► Réponses à la page 20



Voici la liste des retraités 2017-2018

- Francine Chastenay, École des Trois-Sources;
- Jean Lachance, École secondaire Louis-Jobin, Saint-Raymond;
- France Leblanc, École Courval, Neuville;
- Claire Martin, École du Bon-Pasteur, Cap-Santé;
- Francine Naud, École Sainte-Marie, Saint-Marc-des-Carières;
- Sylvie Piché, École secondaire Louis-Jobin, Saint-Raymond (2018-10-06);
- Jocelyn Thériault, École secondaire Donnacona;
- Catherine Vachon, École du Bon-Pasteur, Cap-Santé;

Les 467 membres de l'AREQ Portneuf vous souhaitent une retraite enrichissante et remplie de beaux rêves. Si vous recevez une lettre d'invitation pour le 26 septembre, c'est que vous faites partie de la grande famille AREQ et que vous pourrez profiter, en plus des assurances, de plein d'autres avantages. Bienvenue à toutes les activités du secteur qui vous sont offertes gratuitement.

Avis important

Lors des activités, nous devons payer les frais pour toutes les personnes inscrites; si certaines ne se présentent pas sans avoir avisé, elles devront déboursier le coût de l'activité. Le suivi sera effectué par la trésorière et/ou la responsable de la chaîne téléphonique.

Aux personnes nouvellement retraitées et/ou associées

Si vous avez reçu une lettre d'invitation pour le dîner des retrouvailles, c'est que vous êtes présentement affectés au secteur K (Portneuf) de la région 03. Il se peut que vous ayez choisi votre secteur selon les données inscrites sur le formulaire d'adhésion et que vous vous soyez trompés.

Si vous croyez appartenir à un autre secteur que celui mentionné, vous pouvez demander une autre affectation en vous adressant à Madame Luce Laverdière (525-0611 ou 1-800-663-2408) Vous pourrez ainsi vous retrouver avec vos ex-collègues lors des rencontres à l'agenda.

Cependant, si vous désirez demeurer affectés au secteur Portneuf, sachez que vous êtes bienvenus parmi nous et que vous n'avez pas d'autres démarches à faire. Il nous fera plaisir de vous accueillir en tout temps.

Changement d'adresse

Nous vous invitons à signaler, par courriel, tout changement d'adresse, en indiquant votre numéro de membre ou votre numéro d'assurance sociale, à laverdiere.luce@areq.lacsq.org. Il est important de spécifier si vous désirez changer de secteur. Si aucune mention n'est faite à ce sujet, vous resterez dans le même secteur que celui indiqué dans votre dossier présentement. Vous pouvez également communiquer ces informations, par téléphone, au 418 525-0611 ou au 1 800 663-2408.

Nécrologie

5

- Dolorès Morasse, soeur de Marguerite;
- Jacqueline Alain, soeur de Roger;
- Éloi Denis, père de Paul;
- Lisette Moisan Pl. soeur de Raymonde et de feu Noël;
- Pierre Leclerc, frère de Grégoire;
- Claude Sauvageau, frère d'Alain;
- Henri-Paul Benoît, frère de Jacqueline;
- Clément Marcotte, frère de Gilles, beau-frère d'Huguette Leclerc;
- Donald Gauthier, frère de Francine, beau-frère de Gérald Gingras;
- Jean-Claude Piché, frère de Colette;
- Jean-Guy Trudel, mari de Yolande Béland;
- Rollande Barrette, soeur de Béatrice.



6

L'AREQ active sur plusieurs plates-formes

Le site Internet areq.lacsq.org pour retrouver des nouvelles et des communiqués, ainsi que de l'information sur les dossiers, les services et les activités de l'Association.

L'Infolettre de l'AREQ transmise chaque semaine par courriel aux personnes inscrites; l'infolettre vous informe gratuitement et rapidement des dernières activités et des prises de position de votre association. L'inscription se fait en quelques clics directement à areq.lacsq.org

La page Facebook de l'AREQ : vous y trouvez des hyperliens et des photos. Il est possible de partager son contenu et de publier des commentaires.

Et n'oubliez pas de consulter le site du secteur Portneuf (www.portneuf.areq.lacsq.org) car Réal Rivard, membre AREQ de Cap-Santé y fait un merveilleux travail.

Osez le donner 2018

7

Un chèque de 200 000\$ a été remis par notre partenaire La Vie en Rose à la fondation du Cancer du Sein. Nombre de soutiens-gorge ramassés en 2018: 268 796, couvrant les 12 secteurs de la région Québec-Chaudière-Appalaches.

Un gros MERCI!

Gisèle Faucher, responsable régionale 03 et Denise Barrette, responsable sectorielle 03K

À retenir

- AREQ (nation.): 1-800-663-2408 www.areq.lacsq.org
- AREQ (région.): quebec-chaudiere-appalaches-areq-lacsq.org
- AREQ (secteur): www.portneuf.areq.lacsq.org
- CARRA: 1-800-463-5533 www.carra.gouv.qc.ca
- Régie des rentes: 1-800-463-5185 www.rrq.gouv.qc.ca
- RAMQ: 1-888-435-7999 www.ramq.gouv.qc.ca
- SSQ groupe financier: 1-888-833-696 www.ssq.ca

8



« Allô Bitch ! »

► Suite de la page 2

« Je n'ai jamais voulu avoir " ma " classe, la tâche est trop lourde. Et ce l'est de plus en plus avec les exigences des parents, les tâches administratives, les comités et réunions, le manque de respect. En plus, chaque enfant est diagnostiqué de quelque chose, devenu un cas unique. Certains parents s'attendent à du tutorat ou à ce qu'on élève les enfants pour eux ! »

De fait, entre les TOC (troubles obsessionnels-compulsifs), les TDAH (troubles de déficit de l'attention avec ou sans hyperactivité), les dyslexiques, les anxieux, les hypo ou hypersensibles, les cancrs, les surdoués, les p'tits tannants qui débordent d'une énergie mal canalisée par deux cours de gym, les troubles oppositionnels et les allergiques aux moisissures, le prof doit naviguer avec des plans d'intervention sur mesure pour chacun et un monticule de paperasserie à remplir pour rassurer tout le monde. Le Québec n'a plus rien à envier à la France en termes de lourdeur bureaucratique.

Les écoles font désormais appel à des techniciennes en comportement – moins coûteuses que des psychoéducatrices – pour mettre de l'ordre dans tout ça. Et c'est sans compter que les jeunes profs inexpérimentés héritent des écoles réputées difficiles, car les anciens ont priorité. C'est comme si on demandait à un résident en médecine de procéder à une transplantation cardiaque. Seul.

On est-tu obligé, madame?

Aux dires de ceux qui ont connu l'avant et l'après, les nouvelles technologies nuisent aussi à la

capacité d'apprentissage des élèves, habitués d'être sur-stimulés en tout temps, en dehors des heures de classe. Les enseignants peinent à maintenir leur attention plus de trois minutes, TIC ou pas. « Et puis, les jeunes enseignants ont tendance à vouloir se faire aimer, ajoute Marie-Chantal. C'est un problème en soi. » Problème auquel s'ajoutent les exigences du parent-roi qui ne tolère pas qu'on « brime » sa progéniture et conteste allègrement les directives scolaires en minant la crédibilité des enseignants auprès des élèves.

Et, comme le décrit Mme Quesnel dans son essai, plus le milieu est favorisé économiquement, plus les enseignants en arrachent avec le code de discipline. Élèves gâtés, choyés, surprotégés et insolents, le modèle fait des petits dans la classe moyenne, selon ce prof qui y enseigne depuis 20 ans.

« Le sens de l'effort a beaucoup diminué. Face à nos demandes, on entend souvent : "On est-tu obligé de le faire ?" », constate Marie-Chantal, mère de deux ados.

Mes conversations avec ces quelques professeurs qui ne se voient plus enseigner dans 20 ans m'ont fait réaliser une chose : nous élevons nos enfants seuls. L'équipe-école (!) ne fait pas forcément équipe, les parents non plus. Nous sommes loin de l'époque où le tissu social serré servait aussi de filet de sécurité moral pour tous. Chacun éduquait les enfants, qui appartenaient à tout le monde, même ceux du voisin. Paradoxalement, le message passe toujours mieux lorsqu'il est porté par un tiers.

► Réponses du quiz de la page 17

1. Rosa Parks
2. Kim Campbell
3. Réjane Laberge Colas
4. Kathrine Switzer
5. Irma Levasseur
6. Claire Kirkland Casgrain
7. Laure Gaudreault
8. Ludmilla Chririaeff