



LE DEUX-RIVIÈRES

SECTEUR 10 D



*Janvier
2015*

Boîte vocale
450 824.1483

deuxrivers10d.areq.ca





Le Deux-Rivières, Volume 28, numéro 1

OS Sommaire

Mot de la présidente	3
Hommage à nos bénévoles	4
Mot de la présidente régionale.....	5
Arts visuels 2015-16	6
Rencontre régionale d'informations	7
Avis de convocations	8-9
Activités 2015 et des nouvelles du comité.....	10
Dîner d'accueil.....	11
L'environnement et développement durable	12-13
La beauté de la langue française.....	14
In Memoriam	15
Numéros utiles.....	15
Message très important	15

Date de tombée du prochain numéro: 8 mai 2015

**L'AREQ 10 D n'est pas responsable
des opinions qui sont émises dans ce journal.**

Équipe du Deux-Rivières

Conseil sectoriel

Collaborateurs

Marie-Paule Hade, Mireille Ménard, Hélène Quirion Assaf,
Michel de Courcy et Lorraine Trudeau.

Crédits photos

Jacinthe Joncas, AREQ, Pauline Lauzière Lamy.

Mise en page et Impression

Imprimerie CRL Ltée.

Postage

Effica-Poste

Conseil sectoriel 2013-2014

Présidente lorrainetruudeau@videotron.ca	Lorraine Trudeau 450 961-9757
1ère vice-présidente joncasjacinthe@gmail.com	Jacinthe Joncas 450 918-3648
2e vice-président ramivoyages@videotron.ca	Rami Hamam 450 936-2755
Secrétaire mariepaulehade@videotron.ca	Marie-Paule Hade 450 664-3533
Trésorier j.labadie@sympatico.ca	Jacques Labadie 450 973-9795
1ère conseillère fredhelene@videotron.ca	Hélène Quirion-Assaf 450 625-6556
2e conseillère pauline.lamy2@sympatico.ca	Pauline Lauzière Lamy 450 661-7527

Responsables sectoriels aux comités régionaux

Arts visuels mariepaulehade@videotron.ca	Marie-Paule Hade 450 664.3533
fredhelene@videotron.ca	Hélène Quirion 450 625.6556
Assurances marineau.c@videotron.ca	Claude Marineau 450 666-1752
Communications freper@videotron.ca	Denise Fréchette 450 661.5212
Condition féminine rdionne003@sympatico.ca	Renée Dionne 450 622-5843
Environnement et développement durable joncasjacinthe@gmail.com	Jacinthe Joncas 450 918-3648
Forum des hommes ecolomobile1@sympatico.ca	Paul Lévesque 450 663-1085
Indexation	(poste vacant)
Sociopolitique xkalibbala@videotron.ca	Xavier Kalibbala 450 661-0539
Fondation Laure-Gaudreault jarenaud@hotmail.com	Janine Renaud 514 382.3484

Mot de la présidente



Au nom du conseil sectoriel, je désire vous souhaiter une excellente année 2015. De la santé, du bonheur et des moments remplis de joie.

Les activités de l'automne nous ont fait du bien. Notre premier déjeuner de l'année s'est passé au Tutti Frutti le 8 septembre.

Nous étions 41 personnes (15 de plus que l'an passé). La démonstration de Zumba le 18 septembre n'a attiré que 3 personnes mais l'animatrice n'a pas voulu annuler et nous a fait participer à une courte pratique. Marie-Ève Pelletier donne des cours de Zumba pour les loisirs Duvernay St-Vincent au Bois Papineau.

L'accueil des nouveaux membres au restaurant St-Hubert le vendredi 17 octobre a été un grand succès (voir article et photos page 11).

En novembre, la visite guidée de la Tohu a été très intéressante pour les 8 personnes présentes. Dommage pour les gens qui n'ont pas pu en profiter. La formation aux nouvelles technologies le 4 novembre (un projet «Toujours en action») a rassemblé 15 personnes et leur a apporté plaisir et satisfaction grâce à Mme Johanne Morin.

Le dîner de Noël ne perd pas sa popularité. Nous étions 48 à fêter et à chanter ce 4 décembre 2014!

À la fin octobre, j'ai participé au conseil national à Québec. Je vous en retrace les grandes lignes. Toutes les présidences ont reçu des cahiers des statuts et règlements mis à jour pour les membres de leur conseil sectoriel. J'en ai pris un supplémentaire pour notre président d'élection, M. Claude Marineau.

Il y a eu 2 présentations : un projet de recherche de Mme Viviane Desbiens sur les animations scientifiques et la motivation et la réussite scolaire des

élèves du primaire en science, et une conférence sur la maltraitance de Marie Beaulieu (Université de Sherbrooke). Cette dernière nous en a donné une définition : «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 à une personne âgée». Si vous voulez en savoir plus, allez sur le site www.maltraitance-des-ainés.com ou composez la ligne aide-abus aînés au 1 888-489-2287. Nous aurons le plaisir de recevoir cette conférencière le 7 avril 2015 au Mirage (annonce en page 9).

À ce CN, nous avons adopté les prévisions budgétaires 2014-2015 dont l'augmentation de 2\$ pour le remboursement d'un dîner soit un montant de 22\$. Nous avons aussi adopté le plan d'action national du triennat 2014-2017. Vous en entendrez parler par les responsables sectoriels de comités qui nous ont présenté leurs plans d'action à notre conseil sectoriel du 14 novembre 2014.

Des dossiers d'actualité ont été traités tel la commission d'examen de la fiscalité québécoise, le projet de loi 10 (sur la gouvernance du réseau de la santé et des services sociaux) et le projet de loi 3 (il n'était pas encore adopté) sur les régimes de retraite des employés municipaux.

Je veux profiter de ce début de la nouvelle année pour remercier tous les membres du conseil sectoriel pour leur travail créatif à l'occasion du temps des fêtes : Jacinthe Joncas, 1^{ère} vice-présidente qui a conçu la carte de Noël, Rami Hamam 2^e vice-président pour des achats de prix de présence, Marie-Paule Hade, secrétaire pour des achats de prix de présence et pour l'impression des chants de Noël, Jacques Labadie pour les chèques de remboursement de dépenses, Hélène Quirion Assaf 1^{ère} conseillère, pour la décoration de la salle et l'appel au Sheraton et Pauline Lauzière Lamy, 2^e conseillère pour la prise de photos.

Lorraine Trudeau, présidente AREQ 10 D

Hommage à nos Bénévoles

Nous tenons à remercier très sincèrement nos personnes bénévoles pour leur travail accompli tout au long de l'année. Nous leur offrirons un dîner le 10 mars afin de souligner leur implication. Plusieurs sont impliqués depuis un bon nombre d'années! Certaines personnes ont accepté deux ou plusieurs tâches différentes. Bravo!

Cartes d'anniversaire: **Mesdames Marie-Paule Hade** (responsable), **Ruth Boucher**, **Damienne Langevin**, **Jocelyne Girardin**, **Pauline Lauzière Lamy** et **Nicole Gagnon**.

Chaîne électronique: **Madame Pierrette Gendron**.

Responsables de comités: **Mesdames Marie-Paule Hade**, **Hélène Quirion**, **Denise Fréchette**, **Renée Dionne**, **Jacinthe Joncas**, **Claudette Lefebvre**, **Janine Renaud** et messieurs **Claude Marineau**, **Paul Lévesque** ainsi que **Xavier Kalibbala**.

Conseil sectoriel et journal: **Mesdames Marie-Paule Hade**, **Jacinthe Joncas**, **Hélène Quirion Assaf**, **Pauline Lauzière Lamy** et **Lorraine Trudeau**, messieurs **Jacques Labadie** et **Rami Hamam**.

Site Web: **Messieurs Jean-Pierre Pérusse** et **Ernest Morin**.

Téléphonistes: **Mesdames Janine Renaud**, **Hélène Quirion**, **Ruth Boucher**, **Pierrette Gendron**, **Damienne Langevin**, **Pauline Poirier**, **Denise Quirion Leblanc**, **Louise Turcotte** et **Jocelyne Girardin**.

Travail d'appui: en informatique, **Monsieur Michel Legault**, à l'accueil de l'AGS : **Lise Caya** et en installations de tout genre : **Monsieur Gilles Ruel**.

Hommage à Yolande Gosselin Roch



Cette dame de 83 ans a été filmé par Radio Canada dans sa classe en novembre dernier. Nous avons pu la voir en action le 12 décembre 2014 à la télé.

Elle déborde d'énergie et nous l'a démontré au dîner de Noël en nous aidant à chanter des airs de circonstance. Elle m'a dit que les enfants d'aujourd'hui ont bien changé! Tu aimes sûrement enseigner pour continuer encore après de si longues années.

Félicitations Yolande!

À nos Perles,

Il y a déjà deux ans, nous avons rencontré notre aînée de l'AREQ: Mme Aline Charbonneau. 95 ans. Vous avez eu le privilège de lire ce qu'elle nous a raconté sur sa vie professionnelle, elle s'est livrée avec beaucoup de générosité. J'ai hâte de lui téléphoner pour savoir si tout va bien, car elle aura bientôt 97 ans.

Si vous avez 90 ans et plus, vous êtes parmi nos « Perles ».

Si vous le voulez, nous aimerions vous rencontrer. Vous êtes libres de choisir la formule qui vous

convient. Elle peut être courte, c'est-à-dire un petit mot et une photo, ou faire connaître aux plus jeunes vos années d'enseignement un peu plus en détail; c'est à vous de décider.

Je vous téléphonerai et je vous expliquerai.

L'important est de vous connaître, car vous nous partagerez des souvenirs avec lesquels nous avons les mêmes affinités.

Hélène Quirion Assaf
CS/ AREQ10D

Mot de la présidente régionale



Un nouveau triennat commence. J'ai rencontré tous les membres des neuf Conseils sectoriels; c'est un plaisir de travailler avec des personnes aussi dynamiques. Un Conseil national a eu lieu à la fin du mois d'octobre. Ce Conseil regroupe toutes les présidences de secteurs de la province, les présidences régionales et le Conseil exécutif. Les six

nouvelles personnes élues de notre Conseil régional ont trouvé cette expérience très enrichissante.

Le nouveau plan d'action pour 2014-2017 a été adopté à ce Conseil national avec les modifications proposées lors du Congrès de juin dernier.

Voici les trois axes sur lesquelles porteront nos actions :

- Les droits et les intérêts de nos membres et des personnes âgées au cœur de nos préoccupations.
- La vie associative.
- La participation et l'engagement au mieux-être de la collectivité.

Ce plan d'action s'adresse aux trois paliers, national, régional et sectoriel. Il est évident qu'il est impossible de tout réaliser dans l'année. La rencontre régionale, qui a eu lieu le 5 novembre dernier en présence de 99 participantes et participants, a permis de cibler et de planifier des actions pour la prochaine année. Par la suite, les secteurs devront faire de même.

Lors de cette rencontre, les membres des différents comités se sont regroupés en atelier et ont choisi une personne responsable pour le comité régional. Ils ont ensuite préparé leur plan d'action respectif pour l'année 2014-2015 en choisissant des actions spécifiques avec des cibles à atteindre en établissant un échéancier et en respectant le budget alloué. Les responsables de ces comités viendront présenter leur plan d'action aux membres du Conseil régional.

Félicitations aux personnes choisies comme responsables des différents comités consultatifs :

- Comité des arts : Collette Bonneville, du secteur Rivière-du-Nord
- Comité des assurances : Ginette Jetté, secteur Chomedey-Laval

- Comité des communications : Lucille Gagné, secteur Chomedey-Laval
- Comité de la condition des femmes : Lucille Francoeur, secteur Laval Nord
- Comité de l'environnement et développement durable : Claudette Lefebvre, secteur Deux-Rivières de Laval
- Comité du forum des hommes : André Thérien, secteur Lanaudière
- Comité indexation-retraite : Thérèse Chaput, secteur Lanaudière
- Comité sociopolitique : Yvan Brassard, secteur Lanaudière

Je tiens aussi à souligner la nomination au niveau national de trois de nos membres. Bravo!

Il s'agit au :

- Comité des assurances : Michel De Courcy, secteur des Laurentides
- Comité des communications et du Quoi de neuf : Ginette Lavoie, secteur Chomedey-Laval
- Comité des statuts et règlements : Pierrette Gratton, secteur Seigneurie-des-Mille-Îles.

Il y a déjà une activité régionale planifiée par le comité des assurances. Cette rencontre aura lieu le 7 avril 2015. Vous aurez tous les détails pour vous inscrire à cette formation dans vos journaux sectoriels.

À la rencontre de la Fondation Laure-Gaudreault le 5 novembre dernier, il y a eu deux nominations pour le bureau régional : Michel Haguette, secteur Les Affluents comme président et Michel Legault, secteur Chomedey-Laval, vice-président. Bravo !

Vous pouvez avoir de nos nouvelles à partir du site national: www.areq.qc.net. Cliquez ensuite sur Notre association, puis sur Régions et sur Laval-Laurentides-Lanaudière; ou encore sur notre site régional: <http://regionlaurentie.areq.ca/index.htm>

J'espère avoir le plaisir de vous rencontrer en grand nombre aux différentes activités.

Citation de Oscar Wilde

Les personnes âgées croient tout, les adultes doutent de tout et les jeunes savent tout.

Les arts visuels 2015, 2016

Le comité des Arts visuels.

Comme à l'habitude notre exposition en Arts Visuels sera dans deux ans, donc en 2016. À cette occasion, en plus des Arts Visuels, peinture, sculpture et photographie, nous désirons tenter l'expérience d'ouvrir cette exposition aux Métiers d'Arts: oeuvres tissées, cousues, tricotées, dentelles, broderies, bijoux et toutes autres démarches artistiques.

Le Comité Régional s'occupe des secteurs en Arts Visuels. Ainsi, il a comme plan d'action pour 2015, d'inviter des conférenciers qui viendraient présenter leur démarche artistique, sous forme d'ateliers. Tous les artistes de chaque secteur seraient invités. C'est encore à l'état de projets.

Nous avons dans notre secteur 10D des nouveaux membres. Ne connaissant pas vos talents en Arts

Visuels et que vous êtes notre relève, il serait très important de nous téléphoner afin de nous informer de vos créations et peut-être vous inscrire aux ateliers qui seront présentés.

L'important pour nous est votre fidélité et nous vous remercions.

Pour nous joindre:

Marie-Paule, 450-664-3533
mariepaulehade@videotron.ca

Hélène, 450-625-6556
fredhelene@videotron.ca

Marie-Paule Hade
Hélène Quirion Assaf

Souvenirs de Lorraine Le groupe spécial

C'était juste après dîner. J'avais une rencontre avec mon groupe de neuf garçons au comportement problématique. Je les aimais bien car ils étaient attachants. Ma mission était de les aider à s'améliorer.

Comment? En les écoutant, en les laissant s'exprimer. Je n'avais aucune formation spécifique pour cela sauf un cours de psychologie suivi pendant mes quatre années d'école normale.

Cet après-midi là, Paul était très agité. Je me demandais pourquoi. J'étais une jeune enseignante et je ne reconnaissais pas les signes de prise de drogues. Je fais signe à Marcel (pas celui

de Lise Dion!) de venir me voir et je lui demande expressément de surveiller Paul qui saute sur les chaises et s'approche des fenêtres. Nous sommes au quatrième étage!

Marcel s'exécute à la lettre à mon grand soulagement. Je n'ai jamais attendu la fin d'une période avec autant d'impatience! Suite à cette expérience traumatisante, je me suis renseignée sur la démarche à suivre dans telle situation.

Lorraine Trudeau

Rencontre régionale d'informations sur vos assurances

Après deux ans d'absence, nous remettons sur pied les rencontres d'informations sur vos assurances.

La rencontre aura lieu à l'Hôtel Le Mirage à Blainville le mardi 7 avril 2015 de 9 h à midi.

L'inscription coûte 10\$. Vous devez vous inscrire en envoyant un chèque de 10\$ à votre responsable sectoriel dont les coordonnées sont inscrites ci-dessous. Le nombre de places est limité. S'il y a une forte demande, nous mettrons sur pied d'autres rencontres.

Afin de mieux profiter de la rencontre, vous apportez votre brochure SSQ Groupe financier – VOTRE RÉGIME D'ASSURANCE COLLECTIVE – J ASSUREQ – PERSONNES RETRAITÉES.

Voici un résumé des sujets prévus pour la rencontre :

1- L'assurance médicaments de la RAMQ

- Quels problèmes puis-je avoir avec la RAMQ et les solutions possibles ?
- Pourquoi je paie des excédents sur ma facture d'achat de médicaments ?
- Pourquoi la RAMQ refuse-t-elle de payer une partie de mon médicament ?

2- L'assurance complémentaire ASSUREQ

- Pourquoi me refuse-t-on le remboursement de mon ostéopathe alors qu'avant je n'avais pas de problème ?
- Quels sont les moyens offerts par SSQ pour réclamer un remboursement partiel de mes dépenses admises ?
- Est-ce que je peux changer mon contrat individuel pour un contrat familial ou l'inverse ?

3- L'assurance voyage

- Est-ce que l'annulation d'un voyage au Québec est couverte par mon assurance voyage ?
- Si j'annule mon voyage pour une bonne raison, est-ce que mon assurance me rembourse toujours le plein montant du prix que j'ai payé ?
- Si je voyage seulement au Canada, est-ce que j'ai besoin d'une assurance voyage ?
- Est-ce que mon assureur peut refuser d'assurer un voyage que je veux réaliser ?

3- L'assurance vie

- Quelles sont les conditions qui peuvent me faire perdre mon assurance vie ?
- Quel montant recevrai-je pour mon assurance vie ?

4- Les frais médicaux dans mes déclarations de revenus

- Est-ce que je peux mettre le montant de la prime payée pour mon assurance complémentaire avec ASSUREQ dans mes déclarations de revenus ?
- Quels frais médicaux puis-je mettre dans mes déclarations de revenus ?

Pour toutes informations complémentaires, vous communiquez avec **Lorraine Trudeau** par téléphone au **450 961-9757** ou par courriel à **lorrainetrudeau@videotron.ca**.

Pour votre inscription, vous envoyez votre chèque libellé à **AREQ 10D** au montant de **10 \$** à **Lorraine Trudeau, 1816 Samuel De Champlain Terrebonne J6X 2V4**.

Avis de convocation

ASSEMBLÉE GÉNÉRALE SECTORIELLE DE L' AREQ 10 D DEUX-RIVIÈRES DE LAVAL

Le jeudi 16 avril 2015, au Palace, 1717, Le Corbusier, Laval, salle au rez-de-chaussée

Projet d'ordre du jour

Accueil : 9h- Début : 9h30

1. Mot de bienvenue
2. Accueil de nos invités: M Michel Haguette de la FLG
et de notre présidente régionale, Mme Mireille Ménard
3. Vérification du quorum
4. Ouverture de l'assemblée
5. Lecture et adoption de l'ordre du jour
6. Lecture et adoption du procès-verbal de l'AGS de 2014
7. Suivi au procès-verbal
8. Rapport de la présidence sectorielle
9. Rapport de la trésorerie et adoption du rapport financier 2013-2014
10. a) Mot de la présidente régionale
b) Mot du président de la FLG

PAUSE de 20 minutes

11. a) Rapports des responsables de comités : Action socio-politique, Assurances, Arts-visuels,
Communications, Condition des femmes, Environnement, Fondation Laure-Gaudreault, Forum
des hommes et Indexation.
b) Confirmation des responsables dans leur poste respectif.
12. Assemblée générale régionale du 21 mai 2015 au Mirage de Blainville : inscriptions
13. Varia
a)-----
b)-----

Levée de l'assemblée

Diner offert sur place après l'assemblée.

Lorraine Trudeau, présidente



Avis de convocation

ASSEMBLÉE GÉNÉRALE RÉGIONALE (AGR) LAVAL-LAURENTIDES-LANAUDIÈRE

Tel que stipulé dans les Statuts et règlements adopté en juin 2014, article 14.04, par la présente, vous êtes cordialement invités à participer à l'Assemblée générale régionale :

DATE : Le jeudi 21 mai 2015

HEURE : De 9 h à 15 h

**ENDROIT : Hôtel Le Mirage
1136, boul. Labelle
Blainville J7C 3J4
Téléphone : 450 430-8950**

Il y aura, entre autres, présentation du rapport d'activités 2014-2015, en matinée.
C'est un moment privilégié pour nous rencontrer, prendre connaissance de nos réalisations et assurer la pérennité. Je compte donc sur votre précieuse collaboration. Au plaisir de vous revoir.

Mireille Ménard
Présidente régionale

SVP Faire parvenir un chèque de **25\$** (incluant collation et diner) libellé à **AREQ 10 D** et postez à **1816 Samuel de Champlain Terrebonne J6X 2V4**.
Ce chèque vous sera remis sur place.

INVITATION À UNE CONFÉRENCE RÉGIONALE D'INFORMATION SUR LA MALTRAITANCE ENVERS LES PERSONNES ÂÎNÉES donnée par Marie Beaulieu

Quand : le mardi 7 avril 2015, de 13 h 30 à 15 h 30

Où : l'Hôtel Le Mirage

Inscription : 10\$

**Poster un chèque de 10\$ libellé à AREQ 10 D a/s
1816 Samuel de Champlain Terrebonne J6X 2V4**

NB: si vous êtes déjà inscrite ou inscrit à la rencontre d'information sur les assurances en matinée, vous devez seulement réserver votre place en téléphonant à : la boîte vocale **450 824-1483**

Le nombre de places est limité. Si vous participez aux assurances et à la conférence, vous pourrez aller diner aux alentours de l'hôtel ou sur place à condition d'aviser lors de votre inscription.

Cette conférence sera donnée par Marie Beaulieu de l'université de Sherbrooke, professeure titulaire de la Chaire de recherche sur la maltraitance envers les personnes âgées depuis novembre 2010 et financée par le Ministère de la Famille et des aînés du gouvernement du Québec. Gêrontologue sociale, ses principaux travaux traitent depuis 25 ans de lutte à la maltraitance, du sentiment de sécurité des aînés, d'éthique et de vieillissement ainsi que de l'intervention en fin de vie.

Au Congrès de juin 2014, la conférence de Marie Beaulieu a été annulée faute de temps.

Activités 2015

Activités 2015

Réservation 450 824-1483

Février 2015

Dîner de la St-Valentin
vendredi le 13 février à 11h30
au Hilton de Laval

Mars 2015

Dîner des bénévoles
mardi le 10 mars à 11h30
Nos bénévoles seront invités

Avril 2015

Assemblée générale de secteur
jeudi le 16 avril à 9h30
au Palace de Laval (salle au rez de chaussée)
Dîner offert sur place.

Mai 2015

Assemblée générale régionale
jeudi le 21 mai à 9h30
au Mirage

Juin 2015

Dîner de fin d'année
mardi le 9 juin à 12h
au Zoom Pasta et Grill
1425 Chemin Gascon
Terrebonne

Forum des hommes

Activité régionale : 26 mars 2015

« Communiquer au masculin »
« L'engagement des hommes :
Quand les hommes prennent la place qui leur revient »
Formation: Pierre L'Heureux, du Réseau Homme
Québec.

Lieu : Hôtel Le Mirage 1136 boul.Curé-Labelle Blainville
Quand : de 9h30 à 15h

Activité intersectorielle : 13 mai 2015

Rencontre organisée par le secteur A (Lanaudière)
Lire le livre de Mathieu Ricard « Le moine et le
philosophe » et échanger en groupe à partir du livre.

Lieu : HOREB , 122 rue St-Jacques, Saint-Jacques
Quand : de 9h30 à 15h
Coût : repas , 10\$; livre, 12.95\$

Pour plus d'informations, contactez : Paul Lévesque
responsable sectoriel au 450 663-1085
ecolomobile1@sympatico.ca

Des nouvelles du comité de la condition des femmes

C'est avec grand plaisir que je m'implique dans le secteur pour une deuxième année consécutive dans le rôle de responsable de la condition féminine. Cela m'amène à rencontrer des femmes engagées, stimulantes, énergiques.

Une première rencontre nous a réunies en comité consultatif de la condition des femmes. Nous avons réélu Madame Lucille Francoeur au titre de responsable régionale du comité. Un projet de plan d'action a été préparé par cinq femmes qui oeuvrent depuis des années. Nous y avons fait des ajouts et il a été présenté au Conseil régional du 11 novembre.

Je suis heureuse d'avoir réalisé une des actions proposées : se souvenir d'événements qui ont marqué la vie des femmes. Lors du dîner de Noël, vous m'avez accordé quelques minutes pour se souvenir de la tragédie survenue à l'École Polytechnique. Cette année commémore le 25^e anniversaire de la tragédie du 6 décembre 1989.

Une autre action vous est proposée : celle de vous joindre, hommes et femmes, à un nouveau groupe de défense des droits des femmes créé en octobre 2013. PDF Q, pour le droit des femmes se veut un groupe féministe, citoyen, mixte et non partisan.

Une deuxième rencontre, tenue le 28 novembre, m'a permis de rencontrer une femme d'action. Madame Danielle Bellange, responsable de l'action collective au centre de femmes Thérèse- De Blainville, nous a brossé un tableau des effets et des conséquences que les grands changements à venir apporteront sur la vie des femmes. Elle nous a entretenu sur le projet de Loi 10, le projet de Loi 15 et le projet de Loi omnibus. Les contenus y sont accessibles sur internet, des heures de bonheur si cela vous dit. Bonne lecture.

Renée Dionne responsable sectorielle



Diner d'accueil du 17 octobre 2014

C'est une belle tradition d'accueillir les nouveaux membres. Ce sont des personnes récemment à leur retraite ou des personnes qui ont changé de secteur. Dans les 2 cas, il nous fait plaisir de souligner leur entrée dans le secteur en leur offrant un bon diner et un sac à surprises!

Cette année nous sommes allés au restaurant St-Hubert. Nous étions 41 personnes pour célébrer l'arrivée des nouveaux. La liste des nouveaux comptait quatorze noms. Toutes et tous ont été contactés par un téléphone de la présidente. Quatre nouvelles pouvaient participer à notre diner.

Tous les nouveaux membres ont reçu un certificat de bonne retraite ou de bienvenue sur place ou par la poste. Ces certificats ont été créés par notre première vice-présidente, Jacinthe Joncas. Ci-dessous des photos de cette belle fête.



Ginette Beauséjour et Xavier Kalibbala.



Claudette Lefebvre.



Ginette St-Amour.



Marianne Séguin, nouvelle retraitée.

L'environnement et le développement durable

Manger bio, pourquoi faire?

Certains de vos amis sont des biosceptiques et mettent votre patience à l'épreuve? Voici douze bonnes raisons que vous pourrez leur présenter la prochaine fois qu'ils tenteront de vous mettre sur le gril.

✂ **Pour la valeur nutritive**

Cultivés sur des sols équilibrés avec des engrais naturels, les aliments biologiques sont de meilleure qualité quant à leur teneur en vitamines, minéraux, hydrates de carbone et protéines, capables d'apporter la satiété grâce à l'équilibre de leurs composants.

✂ **Pour la saveur**

Sur des sols régénérés et fertilisés organiquement, les plantes croissent en santé et développent de façon optimale leurs véritables arômes, couleurs et saveurs, qui permettent de retrouver le goût des aliments originels non dénaturés.

✂ **Pour la garantie de santé**

De nombreux pesticides interdits dans certains pays en raison de leur toxicité continuent d'être utilisés, parfois en vente illégale ou en circuit de contrebande. Les études toxicologiques reconnaissent les relations qui existent entre les pesticides et des pathologies comme le cancer, les allergies, l'asthme...

✂ **Pour de l'eau pure**

La pratique d'une agriculture écologique n'utilisant pas de produits dangereux ni de grandes quantités d'azote qui contaminent les nappes phréatiques est une garantie de toujours avoir de l'eau pure dans le futur.

✂ **Pour la certification**

Les producteurs agrobiologiques respectent un cahier de normes strictes, contrôlées par des organismes de certification, selon des règles internationales reconnues aujourd'hui par les services gouvernementaux de nombreux pays.

✂ **Pour un sol fertile**

Le sol est le fondement de la chaîne alimentaire et la principale préoccupation de l'agriculture biologique. Toute pratique pédologique doit viser à conserver la fertilité du sol et même à l'améliorer en augmentant, en particulier, la teneur en Humus des terres cultivables.

✂ **Pour la biodiversité**

La réduction de la diversité biologique est un des principaux problèmes environnementaux d'aujourd'hui. L'agriculture biologique perpétue la diversité des semences et des variétés locales et refuse les OGM qui mettent en péril de nombreuses variétés de grande valeur nutritive et culturelle.

✂ **Pour l'harmonie**

L'agriculture biologique respecte l'équilibre de la nature et offre un écosystème sain. L'équilibre agroforestier, la rotation des cultures et les autres pratiques propres à l'agriculture biologique permettent de préserver un espace rural satisfaisant pour les générations à venir.

✂ **Pour les communautés rurales**

L'agriculture biologique permet de revitaliser la population rurale et s'emploie à redonner aux producteurs agricoles une dignité et une considération que doit lui apporter l'ensemble de la population pour son rôle de gardien du paysage et de producteur de l'environnement agricole.

✂ **Pour l'éducation**

L'agriculture biologique est une grande école pratique d'éducation à l'environnement. Pour les jeunes qui seront demain les décideurs de la société, elle offre un exemple de développement durable très prometteur en milieu rural.

✂ **Pour les emplois**

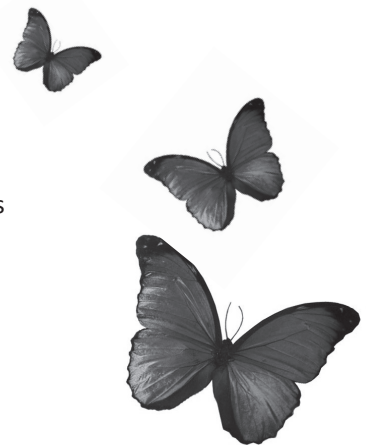
Grâce à des structures de fermes à dimension humaine, la mise en œuvre de techniques écologiques et la gestion convenable des ressources locales, les agrobiologistes offrent une opportunité de créer des emplois permanents épanouissants.

✂ **Pour l'avenir**

Les producteurs agricoles biologiques sont des innovateurs audacieux qui mettent en œuvre une combinaison de pratiques traditionnelles et des pratiques les plus modernes, développant ainsi les techniques qui permettent d'éviter l'usage d'intrants polluants dans l'environnement agricole.

Source : Revue Biobulle, été 2013 no 109

Par Claudette Lefebvre, responsable sectorielle et régionale



La beauté de la langue française

Notre ami Jean-Paul avait écrit le texte qui suit ; il est décédé le 1er août 2014, à 82 ans. Sa femme Jeannine nous autorise à le publier dans ces pages. La famille Reneault a habité près du Centre de la nature pendant près de 40 ans.

Denise Fréchette et Jean-Pierre Pérusse.

Friandise (extrait)

- Donne- moi la main ?
- Voilà
- Regarde- moi. Tes yeux sont restés d'un si beau vert...
- Tu trouves ?
- Comme jadis
- Comme quand j'étais jeune ?
- Si tu le veux
- On dit que les yeux ne changent pas avec l'âge
- Ce doit être vrai
- Jusqu'au moment où ils se ferment pour toujours
- Ne parle pas de ça
- Pourquoi pas ?
- C'est triste
- C'est la réalité. Est- ce que ça change la couleur de mes yeux ?
- Si, un peu. Ils sont un peu plus sombres. Moins vifs.
- Tiens, je les ferme pour quelques minutes
- Je te tiens la main. Je suis près de toi.

Si les mots me fuient, tu es là.
Quand nos souvenirs sont confus, nous cherchons ensemble.
Quand l'angoisse m'assaille, tu me prends la main.
Si la mémoire me trahit, tu prends la relève.
Si je choisis le silence, tu te tais
Quand la colère m'envahit, tu t'écarter.
Et quand tu es triste, je le suis aussi.
Puis, tu seras près de moi, n'est- ce pas ?

Et si tu partais, je...
Et puis, quand un jour...
N'y pensons pas, veux- tu ?

Jean- Paul Reneault



Message très important

In Memoriam

Mme Alva Jalbert Bélanger, membre

Petro Del Fante,
père de Dino Del Fante,
a enseigné à l'école Leblanc

Raymond Tardif,
a enseigné à l'école Leblanc

Message très important

Connaissez-vous quelqu'un parmi les membres de l'AREQ qui vit des moments difficiles : maladie, solitude, dépression ?

Si vous nous informez (boîte vocale : 450 824-1483), nous essaierons d'aider cette personne dans la mesure de nos moyens.

Une de nos raisons d'être réside dans la solidarité et l'entraide !

Rami Hamam, pour le CS

Numéros utiles

AREQ
www.areq.qc.net 1 800 663-2408

AREQ 10 D
deuxrivers10d.areq.ca 450 824-1483

ASS.maladie
www.ramq.gouv.qc.ca 514 864-3411

ASS.RésAut
www.csq.qc.net 1 800 363-6344

CARRA
www.carra.gouv.qc.ca 1 800 463-5533

Certificat de l'état civil
etatcivil.gouv.qc.ca 514 864-3900

CLSC des Mille-îles 450 661-2572

CLSC du Marigot 450 668-1803

Hydro-Québec
hydroquebec.com 1 888 385-7252

Médic-Alert
www.medicalert.ca 1 800 668-6381

Office de protection du consommateur
www.opc.gouv.qc.ca 514 253-6556

Popote roulante
Bonjour Aujourd'hui et Après 450 661-6716

Protection du citoyen
www.protecteurducitoyen.qc.ca. 514 873-2032

Revenu Canada
www.cra-arc.gc.ca 800 267-6999

Revenu Québec
www.revenu.gouv.qc.ca 514 864-6299

RRQ
www.rrq.gouv.qc.ca 514 873-2433

Sécurité de la vieillesse
www.servicecanada.gc.ca 1 800 622-6232

SSQ
www.ssq.ca 514 223-2501

Retourner à:

AREQ 10 D
1816 Samuel de Champlain
Terrebonne J6X 2V4

Livré par

POSTES

CANADA

CANADA

POST



Port payé

Postage paid

Poste

Publications

Publications

Mail

41350019



Quelques photos



Daniel Thouin, Paul Lévesque, Yvon et Jean-Marc Lelièvre et Jean-Pierre Pérusse.



Denise Leblanc Quirion, Louise Paquette, Louise Proulx, Denise Fréchette. Damienne Langevin, Marie-Paule Hade, Hélène Quirion Assaf et Nicole Gagnon.

À l'arrière: Jocelyne Landry, Jocelyne Girardin, Pauline Lauzière Lamy, Nicole Joly Bazinet et Jacinthe Joncas.



Hélène Quirion Assaf, co-responsable du comité des arts.



Lorraine Trudeau présidente de secteur entourée des personnes gagnantes des prix de présence.