

# Quelles nouvelles?



Nous voilà au terme de la période 2017-2018. Le conseil sectoriel vous a présenté nos réalisations lors de l'assemblée générale sectorielle (AGS) du 25 avril dernier.

Des conférences par ses différents comités : assurances et notaire le 17 octobre, journée des hommes le 21 novembre sur la maltraitance des aînés, le comité de la condition des femmes ciblait de nouvelles luttes, nouveau genre, perte de la catégorie femme et remise en question des droits des femmes et du principe d'égalité femmes-hommes. Le socio-politique et la retraite, le 17 avril, sur les proches aidants et nos régimes de retraite que l'on menace de perturber. Il y a eu des formations pour le secrétariat et la trésorerie le 21 septembre, Windows 10 le 23 novembre.

Les sorties récréatives sont bien appréciées pour briser l'isolement et favoriser la communication entre les membres de notre secteur (jour du souvenir, dîner de Noël et des Rois, St-Valentin, brunch des communications et souper des responsables de comité, sortie EDD le 11 juin à Sorel-Berthier).

Il ne faut pas oublier les comités de lecture et d'écriture, de tricot, scrabble et le whist militaire.

Les voyages que nous prépare Nicol (le train de Charlevoix, Grosse Île...) L'été prochain, Nicol vous propose une escapade au Saguenay. Il reste quelques places si cela vous intéresse.

Nous sommes toujours à l'écoute de nos gens.

La dernière rencontre du comité sectoriel le 13 juin vous préparera une année 2018-2019 encore plus stimulante et intéressante. Un comité Web qui vous informera sur l'actualité de notre secteur et de l'AREQ, est en formation.

MERCI à nos bénévoles des communications qui vous transmettent les messages qui leur sont confiés.

MERCI à vous, de votre participation et de vos suggestions qui rendent la vie du secteur intéressante et vivante. Sachez que vous assurez notre "salaire" par votre présence et vos sourires.

MERCI aux membres du conseil sectoriel pour leur soutien.

Je vous invite à l'ACCUEIL chez LALANDE où en après-midi, madame Lucie Gravel nous entretiendra des personnes proches aidantes, réserver le 26 septembre à votre agenda.

Nous espérons que les nouveaux retraités se joignent à notre secteur et nous fassent profiter de leur expérience.

Je vous souhaite au nom du conseil sectoriel des vacances reposantes mais riches en activités de toutes sortes.

Au plaisir de vous revoir en septembre 2018.

Monique Houde-Boisjoly, présidente, secteur Seigneurie-des-Mille-Îles (10F).

## Mot de la présidente régionale

Déjà la première année du triennat 2017-2020 s'achève. À la fin de mars, les présidentes et présidents du conseil régional et moi-même avons assisté à un conseil national très enrichissant à Gatineau. Deux professeures de l'Université d'Ottawa nous ont parlé des questions du vieillissement et de l'âgisme. Elles travaillent à la préparation d'une convention internationale du droit des personnes âgées comme il en existe une pour le droit des enfants. L'AREQ vise à appuyer cette initiative.



Nous avons reçu un cahier du plan d'action incluant des exemples pour les 47 actions des trois axes :

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

En plus du cahier, nous avons eu un napperon qui présente en un coup d'œil le plan d'actions. Vous en recevrez une copie lors de l'assemblée générale régionale le 31 mai. À la rencontre régionale de l'automne, les responsables régionaux et sectoriels des comités se réuniront pour choisir des actions à développer durant l'année. Au national, les conseillères et conseillers nous ont fait une mise à jour de leurs différents dossiers. Ils nous ont aussi présenté les formations qu'ils peuvent nous offrir. Les membres du conseil régional présenteront ces offres aux responsables régionaux des différents comités.

Cette année encore, nous avons eu d'intéressantes activités régionales : information sur les assurances, sur les proches aidants, sur la compréhension du système de retraite au Québec et de notre propre régime comme le (*RREGOP* ou *RRPE*). Le conseiller en communication Samuel Labrecque est venu donner à nos responsables et webmestres une formation sur Facebook, WordPress et sur les sites WEB.

Ne manquez pas de consulter notre nouveau site WEB, vous y trouverez toute l'information concernant nos activités, des photos des différentes rencontres régionales. Pour ce faire, rendez-vous sur le site national et cliquer sur la région 10. Vous pouvez aussi choisir l'onglet de votre secteur.

L'assemblée générale régionale du 31 mai vous permettra de voir toutes les réalisations des comités.

J'espère vous voir en grand nombre. En terminant, je vous souhaite un bel été ensoleillé.

*Mireille Ménard, présidente régionale AREQ Laval-Laurentides-Lanaudière*

Le ciel bleu, le soleil, la chaleur sont à nouveau au rendez-vous pour notre plus grand plaisir.  
Voici pour vous, le poème qui suit:

## **Pur bonheur<sup>1</sup>**

À bord d'un voilier  
Sur les mers du sud  
Le zéphyr souffle avec douceur

Le bateau glisse sur l'eau  
D'une calanque à l'autre  
La chaleur caressant notre peau

Comme Ulysse  
Bien qu'inoffensif  
Nous entendons le chant des sirènes

Il nous envoûte  
À la vue d'îles paradisiaques  
Dans une ambiance surréaliste

Chaque souffle  
Nous pousse davantage à l'abandon  
Conquis par la beauté des lieux

Restons ici  
Tous deux mon bien-aimé  
Les secondes s'égrènent tout doucement

Jetons l'ancre  
Nous vivons le plus pur bonheur  
Dans ce véritable paradis sur terre

Huguette Desrosiers Grignon  
Recueil Horizon 2017 p. 7

1-Texte inspiré par *Arabesque*, musique de Debussy.

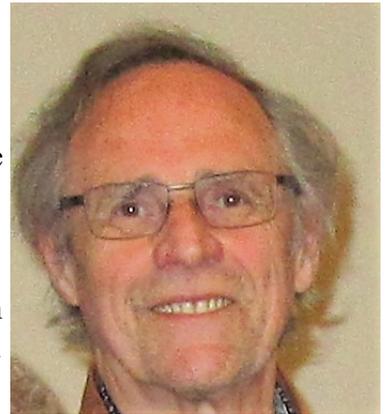
## Activités été 2018

Activités	Lieu	Date et heure	Coût	Responsables
<b>L'Accueil et Conférence Proches aidants</b>	Cabane à sucre chez Lalande 862, montée Laurin Saint-Eustache	Mercredi le 26 septembre Accueil: 8h30 Ouverture: 9h30	Diner et conférence 10\$ non remboursables	Envoyer un chèque de 10\$ à Nicol Gagnon
<b>Jour du Souvenir</b>	Rédemptoristines 115 Chemin Côte St-Louis Ste-Thérèse	À venir Messe 8h30		Nicol Gagnon 450 491-4150
<b>Déjeuner</b>	Egg's quis 234 rue St-Charles Ste-Thérèse	10h00		
<b>Diner de Noel</b>	Cabane chez Constantin Cabane chez Constantin 1054, boul. Arthur-Sauvé (route 148) Saint-Eustache	Le mercredi 12 décembre Accueil: 11h30 Diner: 12 h00	À venir	Nicol Gagnon* 450 491-4150
<b>St-Valentin</b>	À la Casa Grecque 574 Boul. Arthur-Sauvé St-Eustache	14 février 2019 11h00	À venir	Nicol Gagnon* 450 491-4150
<b>Club de lecture</b>	Bibliothèque Guy-Bélisle Saint-Eustache	Le 1er mardi du mois 13h00	Votre bonne humeur	Odette Lebert 450 941-3693
<b>Quilles</b>	Centre commercial de Saint-Eustache	Tous les lundis À partir du 10 sept.	Chaque participation: 7,50\$	Confirmer à Francine Racette 450 473-6104
<b>Scrabble</b>	Salle Chevaliers de Colomb Saint-Eustache	Tous les mercredis 19h15	Inscription: 30\$ 4\$-5\$ la rencontre	Diane Rivard 450 472-4131
<b>Tricot</b>	6, rue Tassé Ste-Thérèse	Tous les lundis à 9h30	Votre sourire	Suzanne Spooner 450 430-8792
<b>Whist militaire</b>	Maison du citoyen 37, rue Turgeon Sainte-Thérèse	Le 2e vendredi de Chaque mois	Participation: 4\$ Tirage de prix de présence	Guy Girard 450 430-0408
<b>Atelier d'écriture</b>	6, rue Tassé Ste-Thérèse	Tous les 2 jeudis	Inscription: 10\$ Chaque séance 3\$	Claire Legendre 450 491-1279

## *Sortie environnement / Berthier / Sorel*

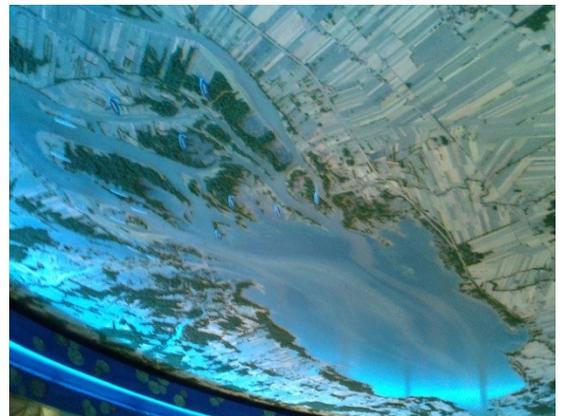
C'était ma première sortie avec l'AREQ en rapport avec l'environnement et le développement durable. J'en garderai un souvenir inoubliable.

En matinée, nous avons visité la pépinière forestière de Berthier (fondée en 1908) située sur une terre de 155 hectares (220 km X 100 km). Oui, c'est grand. En période de pointe, 200 employés avec une machinerie ultra moderne décortiquent, séparent et classent des graines de résineux et de feuillus qui proviennent de toutes les régions du Québec. Ensuite, c'est la mise en récipients, en serre puis en pleine pour arriver à produire 4,5 millions de plants par année qui serviront à reboiser nos forêts. Ouf !



En après-midi, à l'abri du soleil ardent, c'est le musée du Biophare de Sorel : un centre d'interprétation du patrimoine du lac St-Pierre considéré comme une réserve de la biosphère de l'UNESCO. Notre guide nous a fait suivre tous les méandres inimaginables du marais au marécage en nous présentant les résidents de ces milieux humides à poils ou à plumes. C'était à couper le souffle. Re-ouf

C'était ma première sortie, mais pas la dernière.



*Pierre Pelletier*

Responsable Comité environnement et développement durable

## *Ciné-environnement*

Notre environnement vous préoccupe ? Vous aimez le cinéma ? Vous aimez les discussions ouvertes ? Alors je vous propose un film-documentaire suivi d'une discussion.

**Quand** : en octobre (date à préciser) de 13 h 30 à 16 h 30.

**Où** : à la bibliothèque de Saint-Eustache (12, chemin de la Grande-Côte).

**Quoi** : *La Terre vue du cœur* (Québec 2018) réalisé par Iolande Cadrin-Rossignol avec entre autres, l'astrophysicien Hubert Reeves.

C'est gratuit. Inscrivez-vous en me laissant un message au numéro suivant : 450-562-6668 ou en m'envoyant un courrier électronique à l'adresse suivante : [pierre.pelletier@bell.net](mailto:pierre.pelletier@bell.net) **Le nombre de places est limité (environ 20 places).**

*Pierre Pelletier*

Responsable Comité environnement et développement durable

Synopsis — « Depuis plus de vingt ans, Hubert Reeves met toute sa science, tout son poids médiatique, et toute son énergie au service d'une seule cause : la préservation et le renouveau de la biodiversité. Cet engagement est tel qu'il lui a valu d'être nommé récemment premier Président d'honneur de la nouvelle Agence française pour la biodiversité. « La terre vue du cœur » nous offre une occasion unique de partager son émerveillement sans cesse renouvelé pour la Vie, son engagement pour un avenir plus harmonieux, tout en donnant la juste mesure de la lutte sans merci à mener pour y arriver. »

## *Site Internet*

**Quelles nouvelles ?** Nous avons une bonne nouvelle. À l'automne prochain, notre secteur aura un site Web — secteur Seigneurie-des-Mille-Îles (10F) — où vous pourrez aller *fureter* et découvrir des choses intéressantes à propos de notre secteur : la vie du secteur, le travail des comités, le calendrier de nos activités, des liens utiles, etc.

Ce site vous sera présenté en primeur lors de la rencontre Accueil du 26 septembre.

*Jean-Claude Lachance et Pierre Pelletier*

Les responsables

## ASSURANCE - ASSUREQ - DIABÈTE

### NOUVEAUX SYSTÈMES DE SURVEILLANCE DE GLUCOSE

Il s'agit des systèmes de type Freestyle Libre avec des capteurs plutôt que des bandelettes.

Il y a un processus d'autorisation préalable pour obtenir le remboursement.

Le médecin traitant devra remplir le formulaire d'autorisation. La personne devra être traitée à l'insuline et devoir mesurer sa glycémie plus de 4 fois par jour.

Après une période de 12 mois, la personne assurée doit faire une nouvelle demande d'autorisation.

Après analyse, si les critères sont respectés, le renouvellement sera reconduit pour une période illimitée.

On peut communiquer avec le service à la clientèle de SSQ au 1-888-833-6962 ou sur le site ACCÈS/ assurés de SSQ au [ssq.ca](http://ssq.ca)

Paula Charbonneau

## Au soir de la vie... À l'aube de l'éternité

Normand Hélie, frère de Fernand Hélie, membre  
Jean-Claude Gougeon, membre  
Florence Saint-Michel, membre  
Maurice Boudreault, frère d'Andrée Boudreault, membre  
Denise Beauvais, sœur d'Yvette Beauvais, membre  
Nicole Binette Lessard, membre  
Claude Bordeleau, membre  
Fernande Bujold, membre  
Élizabeth Bélec, épouse de Claude Bélec, membre



### Fondation Laure-Gaudreault

C'est avec plaisir, qu'au mois de mai, Claire Poliquin et Monique Houde-Boisjoly ont remis au nom de la fondation Laure-Gaudreault, un chèque de 500\$ à Dominique Bastenier, directrice du Centre d'entraide Racine-Lavoie.



## Club de lecture

Comme chaque année, à la veille des « vacances », les membres du club de lecture se font un plaisir de vous suggérer quelques titres dans le but d'agrémenter cette période estivale.

- ***L'autopsie d'une femme plate*** de Marie-Renée Lavoie (Roman québécois)  
Quelques jours avant leur 25e anniversaire de mariage, Diane Delaunais, 48 ans, est délaissée par son mari. Une histoire banale ? Pas vraiment... puisqu'elle est racontée par Marie-Renée Lavoie avec le sens de l'observation et la grande vivacité d'esprit qu'on lui connaît, le tout agrémenté d'une bonne dose d'humour et de tendresse.
- ***Le poids de la neige*** de Christian Guay-Poliquin (Roman québécois, prix littéraire France-Québec 2017)  
C'est la suite de son premier roman, ***Le fil des kilomètres***. La psychologie des personnages est menée de main de maître par un Christian Guay-Poliquin qui n'a pas fini de nous épater par sa plume étonnante ! Une écriture toute en finesse pour un huis-clos glaçant.
- ***L'enfant qui*** de Jeanne Benameur (Roman poétique français)  
Son écriture poétique a l'effet d'une caresse bienfaisante, envoûtante qui traduit avec efficacité les effets de la disparition de la mère pour un enfant, un père et une grand-mère. Une auteure à découvrir qui illustre à merveille le pouvoir de l'imaginaire !
- ***La tresse*** de Laetitia Colombani (Roman français)  
Trois femmes, trois vies, trois continents : Smita en Inde, Giulia en Sicile, à Palerme et Sarah en Amérique, à Montréal. Les destins de ces trois femmes vont être reliés par leurs cheveux, comme trois brins qui formeront une tresse. Une belle ode aux femmes, à leur courage, à leur espoir, à leur force. Une même soif de liberté.
- ***La chambre des merveilles*** de Julien Sandrel (Roman français)  
Ce roman raconte le pari un peu fou d'une mère qui tente de sortir son fils du coma en réalisant chacun de ses rêves, dont il avait fait la liste dans un carnet qu'elle retrouve. Mais il n'est pas si facile de vivre les rêves d'un ado, quand on a presque quarante ans... Histoire inattendue, bouleversante et drôle.
- ***Ce que le mirage doit à l'oasis*** de Yasmina Khadra (Littérature algérienne)  
Dans cet exercice d'autofiction, le célèbre romancier emmène le lecteur dans l'immensité des lieux, si arides en apparence et, pourtant, si vivants, où la musique rythme la poésie et les mirages accouchent toujours d'oasis...
- ***Le jour d'avant*** de Sorj Chalandon (Roman français)  
« Venge-nous de la mine », avait écrit mon père. Ses derniers mots. Et je le lui ai promis, poings levés au ciel après sa disparition brutale. J'allais venger mon frère, mort en ouvrier. Venger mon père, parti en paysan. Venger ma mère, esseulée à jamais. J'allais punir les Houillères, et tous ces salauds qui n'avaient jamais payé pour leurs crimes.
- ***Bleu de Prusse*** de Philip Kerr (Roman policier britannique)  
1956. À peine remis des émotions des ***Pièges de l'exil***, Bernie Gunther doit s'enfuir pour sauver sa peau. 1939. Parallèlement, Philip Kerr nous emmène à Berchtesgaden, où Hitler est attendu pour son cinquantième anniversaire. Quand un ingénieur est assassiné sur la terrasse du Berghof, le nid d'aigle du Führer, c'est la panique. Bernie Gunther est sommé de découvrir le coupable en une semaine. Or, personne ne semble disposé à l'aider. Plus Gunther approchera de la vérité, plus sa vie sera menacée.

- **Terminus Elicius** de Karine Giebel (Roman policier français)  
Pour Jeanne, la vie est ponctuée par cet aller-retour ferroviaire quotidien entre son travail de gratte-papier au commissariat et la maison de sa mère. Elle attend néanmoins qu'un événement vienne secouer le fil de son existence. Ce roman court, percutant, sans le moindre temps mort, se lit très rapidement. L'auteure entre dans le vif du sujet et sait capter notre attention dès les premières lignes.
- **La mélodie familière de la boutique Sung** de Karin Kalisa (Littérature allemande)  
Cette ode à la diversité et à la différence est un roman à l'optimisme contagieux, où l'on découvrira que l'histoire de l'Allemagne de l'Est et de l'Ouest n'est pas si éloignée de celle du Vietnam du Nord et du Sud. Un conte qui cache derrière candeur et simplicité, une rare subtilité.
- **L'archipel d'une autre vie** d'Andreï Makine (Littérature française)  
Aux confins de l'Extrême-Orient russe, dans le souffle du Pacifique, s'étendent des terres qui paraissent échapper à l'Histoire... Qui est donc ce criminel aux multiples visages, que Pavel Gartsev et ses compagnons doivent capturer à travers l'immensité de la taïga ? Lorsque Pavel connaîtra la véritable identité du fugitif, sa vie en sera bouleversée.

Enfin, voici un cadeau à offrir à vos petits-enfants comme à leurs parents :

- **Je t'aimerai toujours** de Robert Munsch (Littérature canadienne jeunesse)  
C'est l'histoire d'un petit garçon qui passe par les différentes étapes de l'enfance avant de devenir un homme. C'est aussi l'histoire de la persistance de l'amour parental à travers les changements apportés par le temps. **Je t'aimerai toujours** est un livre que les adultes aussi bien que les enfants se plairont à lire et à relire.

Bon été et... bonne lecture !

Odette Lebert

Conseil sectoriel :



Et les responsables des différents comités :



### SI VOUS CHANGEZ...

Si vous changez d'adresse postale, si vous changez de numéro de téléphone, si vous changez d'adresse électronique, contactez immédiatement France au 450 491-4150.

Vous ne le savez peut-être pas, mais c'est plus efficace et surtout plus rapide que l'AREQ national que vous devez quand même rejoindre au 1 800 663-2408 pour lui faire part de quelque changement que ce soit.

#### CHAÎNE TÉLÉPHONIQUE

France Caillouette Gagnon

450 491-4150

#### CHAÎNE ÉLECTRONIQUE

Réal Perron

chaine\_areq-10f@hotmail.com

Danielle Bouchard 450 622 1494

Patricia Hamel 579 633 1789

Lucile Clin Kombul 450 435 1832

Ghyslaine Vaillancourt

Nicol Gagnon 450 491 4150

450 472 6462

### INFORMATION SPÉCIALE

Vu le grand nombre d'inscriptions (32 personnes) pour le voyage *Escapade au Saguenay* les 6- 7- 8 et 9 août 2019, l'agence de voyage nous a offert l'arrangement suivant :

-la date limite pour les inscriptions est repoussée au 31 octobre 2018

-le paiement devra être effectué avant le 1<sup>er</sup> juin 2019.

Alors parlons-en, même à notre entourage, nous avons le temps.

Pour toutes informations, bien vouloir contacter Nicol Gagnon au 450 491-4150.

# Brunch des communications



Retourner toute correspondance

Ne pouvant être livrée au Canada à :

**AREQ** Seigneurie-des-Mille-Îles

432 rue du Bon-Air

Laval QC H7B 1B5

Numéro de convention de la Poste-publications : 41427517

**Conseil sectoriel 2017-2018**

**Laval-Laurentides-Lanaudière**

**Seigneurie-des-Mille-Îles**

**PRÉSIDENTE**

Monique Houde Boisjoly

450 472-6013

[moniqueboisjoly@videotron.ca](mailto:moniqueboisjoly@videotron.ca)

**PREMIÈRE VICE-PRÉSIDENTE**

Claire Poliquin

450 315-0604

[desneige@videotron.ca](mailto:desneige@videotron.ca)

**DEUXIÈME VICE-PRÉSIDENTE**

Denise Lauzon

450 435-7489

[bgdl@videotron.ca](mailto:bgdl@videotron.ca)

**TRÉSORIER**

Nicol Gagnon

450 491-4150

[nicogagnon@videotron.ca](mailto:nicogagnon@videotron.ca)

**SECRÉTAIRE**

Louise Ouimet

450 435-0802

[houymet@hotmail.com](mailto:houymet@hotmail.com)

**1er CONSEILLER**

Claude Hunter

450 979-3855

[clauder.hunter@gmail.com](mailto:clauder.hunter@gmail.com)

**2<sup>e</sup> CONSEILLÈRE**

Suzanne Gendron

450 974-9055

[gendronsuzanne@videotron.ca](mailto:gendronsuzanne@videotron.ca)

**NUMÉROS DE TÉLÉPHONE**

**AREQ**

1 800 663-2408

**SSQ (maladie)**

1 888 833-6962

**Assurances**

1 800 363-6344

**CARRA**

1 800 368-9883

**Certificat de naissance**

1 800 567-3900

**Hydro-Québec**

450 682-4100

**Protecteur du citoyen**

1 800 361-5804

**Protection du consommateur**

514 253-6556

**RAMQ (médicaments)**

514 864-3411

**Régie des rentes du Québec (RRQ)**

514 873-2433

**Revenu Canada**

514 956-9101

**Revenu Québec**

514 873-2611

**Aide Abus Aînés (AAA)**

1 888 489-2287

**Sécurité de la vieillesse**

1 800 277-9915

**S.O.S. Violence conjugale**

1 800 363-9010

**Tel-Aide**

514 935-1101