



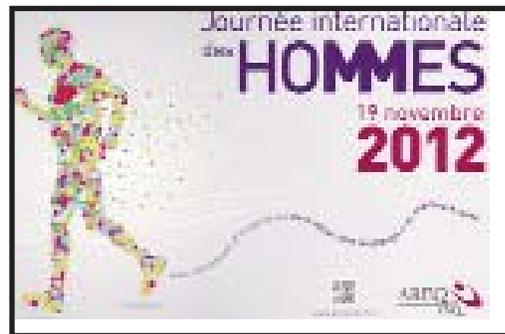
**Joyeux Noël et Bonne année**

**Conseil sectoriel**



**Merci !! de votre dévouement**

Ce 19 novembre a eu lieu la  
Journée internationale des HOMMES



## LE TRAIT D'UNION

Le *TRAIT D'UNION* est publié trois fois par année et distribué gratuitement aux membres de l'AREQ, région Montérégie, secteur Haut-Richelieu.

### Éditeur

AREQ, secteur Haut-Richelieu

### Mise en page, maquette et infographie

Robert Bélanger (450-347-0798)  
belangerr29@hotmail.com

### Coordonnatrice à la rédaction

Luce Reid (450-347-0588)  
lucereid@videotron.ca

### Révision - correction

Thérèse Ladouceur  
Irène Leblanc

### Impression

Gracieuseté du  
Syndicat de l'enseignement  
du Haut-Richelieu (SEHR)

### Expédition

Cité-Poste et internet

### Collaboration à la rédaction

Raymond Forget  
Christiane Potvin-Lapalme  
Joseph Lanoue  
Jacques Meunier  
Louise Barbeau  
Robert Godin  
Michel Cartier  
Jean-Guy Gaudreau  
Michel Lord  
Pierrette Cloutier  
Robert Langlois  
Émile Fleury

### Photographe

Jean-Marc Martel

# Sommaire

## **CHRONIQUES,**

Le billet de Raymond (3),  
Le mot de la présidente régionale (4), Les potins de Luce (5),  
Bien dire, bien écrire (4), Condition des hommes (9),  
Environnement (10), Condition des femmes (11),  
Nécrologie (12)

## **TEXTES DIVERS**

Mon bénévolat (6), Une Photo vaut ..mille maux (7),  
Projet SIRA (15), Assurances (14), Roméo et Rose-Aline (8),  
Problèmes avec la CSST (7), Bienvenue aux nouveaux (1),  
Movember (15),

## **ACTIVITÉS**

À votre agenda (13), Fête de Noël (13), Cabane à sucre (13)  
Jeux et chansons (13), Faites vos réservations (15),  
Saint-Valentin (15),

## **CONSEIL SECTORIEL**

Raymond Forget, président

Tél.: 450-347-0588

Courriel: raymondforget@videotron.ca

Michel Cartier, 1er vice-président

Tél.: 450-348-5802

Courriel: m.cartier@hotmail.ca

Marcelle Imbeau, 2e vice-présidente

Tél.: 450-348-5801

Courriel: mimbeau@hotmail.com

Irène Leblanc, secrétaire

Tél.: 450-348-6578

Courriel: irleblanc@videotron.ca

Jacques Meunier, trésorier

Tél.: 450-347-5829

Courriel: meunierj@hotmail.com

Françoise Gervais, 1ère conseillère

Tél.: 450-347-0298

Courriel: areq09g@yahoo.ca

Michel Lord, 2e conseiller

Tél.: 450-348-9821

Courriel: cimima1952@live.ca



## L'AREQ toujours en action

Les années passent, les dossiers se succèdent, les actions se suivent, les activités nous rassemblent et nous voilà maintenant rendus au milieu de ce triennat. Ce qui est rassurant, c'est tout le support apporté par notre association tant au national qu'au régional pour aider les secteurs et en particulier, le Haut-Richelieu, à réaliser son plan d'action. Pour n'en nommer que quelques-uns, mentionnons

- Implication dans le dossier des élections québécoises de septembre
- Participation à une table de travail sur l'indexation de nos régimes de retraite
- Invitation à des commissions parlementaires
- Production de plusieurs communiqués de Presse sur des sujets se rapportant à la défense des droits des personnes âgées

Des personnes-ressources, de concert avec les responsables nationaux, régionaux et sectoriels, nous apportent l'éclairage indispensable et nous suggèrent les moyens à prendre pour que les actions de nos différents comités soient à la hauteur de nos attentes.

Votre Conseil Sectoriel s'inscrit dans cette démarche et favorise «l'exploitation» de ces ressources, comme par exemple :

- Formation pour le Projet SIRA (Soutien aux Initiatives visant le Respect des Aînés) et présentation du Projet
- Mythes et Réalités du RRÉGOP
- Journée internationale des Hommes
- Marche pour l'environnement sans pour



autant oublier nos activités comme la fête internationale des personnes âgées, l'accueil des nouvelles personnes retraitées, la commémoration de nos membres défunts, la sécurité routière et la visite des vignobles.

Nous vous offrons cette panoplie de projets et d'activités afin de permettre au plus grand nombre de personnes possible d'y participer et de profiter des ressources offertes et des diverses activités proposées. Nous sommes conscients qu'il est difficile de rejoindre tout le monde. Nous souhaitons que nos offres de service puissent s'harmoniser avec vos demandes et que les personnes qui veulent en bénéficier améliorent la qualité de leur retraite.

Finalement, comme vous le constatez, votre bulletin Le Trait d'Union a fait peau neuve. Même si le format est différent, le contenu reste inchangé. Je voudrais remercier Suzane Faucher et son équipe pour tout le travail accompli depuis plusieurs années pour l'envoi des précédents bulletins. Un grand merci aussi au SEHR de bien vouloir imprimer et mettre à la poste gratuitement nos bulletins. Un autre exemple de coopération entre notre organisme syndical et notre association de personnes retraitées est l'attribution par l'AREQ de deux bourses de 300\$ aux membres du SEHR, une pour le primaire et une autre pour le secondaire pour des projets d'innovation pédagogique.

Raymond Forget, président



## Les personnes âgées et la société

La 2e année du triennat est déjà commencée. Pour bien débuter cette année, il y a eu les déjeuners ou dîners de la non-rentree, pour d'autres c'était les retrouvailles. C'est le temps de renouer avec les activités sociales, culturelles, éducatives. Tous les secteurs sont déjà à pied d'œuvre.

De plus en plus souvent les personnes âgées sont montrées du doigt comme étant responsables des engorgements dans le système de santé, des difficultés qui toucheront les régimes de retraite des employés de l'État. Mais rien n'est plus faux.

En septembre, les membres des conseils sectoriels et des différents comités de la région ont reçu des formations qui les outilleront pour contrer ces discours mensongers. Par la suite, le message sera livré dans les secteurs et ainsi les membres auront les arguments pour réfuter ces dires erronés. Il faut rectifier les faits et démontrer que des enquêtes et des statistiques prouvent le contraire.

Vous êtes-vous déjà questionné à ce sujet : «Sommes-nous vraiment un poids pour la société ? Coûtons-nous si cher ? Quelle est notre contribution ?»

Prenons le temps d'y réfléchir. Par exemple, comme citoyen, nous payons des impôts, des taxes municipales et scolaires, des taxes sur les produits et services. Nous contribuons à l'essor économique par les nombreux voyages que nous effectuons, par nos abonnements au théâtre, cinéma, activités de mise en forme, yoga, aquaforme, danse, quilles, scrabble, bridge et j'en passe, sans oublier les nombreuses conférences, les cours de langue ou autres. Ce sont des domaines dans lesquels on retrouve beaucoup de personnes âgées.

Très souvent les grands-parents dépannent en faisant du gardiennage. Avez-vous compté vos

heures de bénévolat entre autres à la bibliothèque, en accompagnement de personnes handicapées, malades, auprès des jeunes pour l'aide aux devoirs ? Si l'État devait vous rémunérer, les coffres se videraient rapidement. L'expérience n'a pas de prix.

Des rencontres d'information auront lieu dans votre secteur cette année pour vous fournir les arguments nécessaires pour contrer ces discours. Soyez présents et ensemble, nous démontrerons que les personnes âgées sont une force pour la société.

Les personnes âgées apportent beaucoup à la société.

Christiane Potvin-Lapalme

## « Bien dire, bien écrire »



Joseph Lanoue

### **CURIOSITÉ**

#### **Associe et trouve les deux intrus.**

- |           |                |
|-----------|----------------|
| Ubac      | Aval           |
| Tessons   | Délicat        |
| Amont     | Adret          |
| Ténor     | Cèpe           |
| Virage    | Veto           |
| Noël      | Rossignol      |
| Ouverture | Slalom         |
| Votation  | Naissance      |
| Pente     | Épanouissement |
| Fragile   | Temps          |
| Cep       | Débris         |
| Avent     | Versant        |



## Les potins



*Luce Reid*

### **C'est à votre tour honorables... aînées.... aînés**

- **Vous connaissez quelqu'un qui désire adhérer à l'AREQ ?** dites-lui de composer ce numéro 1-888-833-6963, on lui donnera le formulaire d'adhésion et on répondra à ses questions.
- Certains de vous se rappellent-ils de Michel Nahas, prof d'anglais à l'école Marguerite-Bourgeois et à PCAR ? Il est décédé en octobre.
- Françoise B-Gervais est maintenant la nouvelle responsable du dossier des membres.
- Belle initiative à l'accueil des nouvelles personnes retraitées : c'était un buffet et la table qui a patienté jusqu'à la fin pour aller se servir a reçu un beau prix. À répéter...
- Saviez-vous que notre secteur est un de ceux qui fournissent le plus dans la caisse de la fondation Laure-Gaudreault ? Nos aimables bénévoles, **Huguette Massé et Marie-Marthe Véronneau**, nous sollicitent pour leur moitié-moitié avec le sourire.



- À partir de maintenant, la mise en page du journal est sous l'entière responsabilité de Robert Bélanger. Bienvenue dans l'équipe Robert !

### **Les aînés, c'est nous, et on se fête en octobre !**





## Bénévole à la prison de Cowansville

Pourquoi vas-tu visiter les prisonniers ? Pourquoi fais-tu 45 km le mardi soir, en laissant tes occupations, ta femme, ta famille pour venir nous voir ? Qu'est ce que cela te donne ? Voilà les questions que les gens de l'extérieur et les prisonniers me posent assez souvent.

Depuis environ 25 ans, avec une douzaine de personnes, je visite chaque deuxième mardi du mois, dans la chapelle, les prisonniers de Cowansville, prison à sécurité médium. Une parole d'évangile : «J'étais en prison et tu es venu me visiter.» m'a amené à m'engager dans ce bénévolat que je pensais faire durant cinq ans environ. Ma première visite en prison a commencé par une à sécurité maximum, la prison de Bordeaux. Ce fut un choc de côtoyer des gros criminels et de dire le Notre Père en se tenant par la main. Mais c'est ce geste qui m'a aidé à livrer mon premier témoignage dans un milieu carcéral et à continuer les visites par la suite.

Mais qu'est-ce que cela donne ? À l'intérieur des murs, j'ai rencontré l'humain dans son côté le plus beau et entendu parler des côtés les plus sombres de l'homme. Les gars, tout en nous révélant des fois leur crime, nous montrent leur besoin de communiquer, d'aimer et d'être aimés. Un bénévole, animateur de la soirée, supervisé par des aumôniers très dévoués, propose un thème. Les participants, bénévoles et détenus, échangent leur point de vue à propos du sujet choisi. Les partages en petits groupes et lors des plénières sont entrecoupés de chants. C'est étonnant de voir comment les réflexions sont profondes et c'est très rare que je sorte déçu de ces soirées. C'est un moment d'enrichissement mutuel, car moi qui pensais aller donner, je reçois autant que je donne. Je reçois la reconnaissance des gars qui ne comprennent pas la gratuité des bénévoles, n'étant pas habitués à cela. Grâce aux détenus, j'apprécie le fait d'avoir eu de bons parents et de bonnes personnes pour m'encadrer, car cela leur a souvent manqué. Je vois combien le fait de se sentir aimé peut orienter toute notre vie. Certains détenus nous ont affirmé que leurs parents ne les ont jamais pris dans leurs bras ou qu'ils n'ont jamais eu de manifestation d'amour de leur part. Cependant, il y a aussi des gars qui ont choisi de mener une vie en dehors des normes ou qui sont malades. Les prisonniers nous ont aussi avoué que notre venue est comme une sortie pour eux, ils s'habillent comme s'ils allaient à un party, certains ne reçoivent aucune visite de l'extérieur. Notre présence permet aux gars d'enlever le masque qu'ils doivent porter à l'intérieur pour survivre. La direction a constaté qu'après notre venue, les prisonniers qui étaient présents à la chapelle sont plus calmes.

(suite de cet article au TRAIT D'UNION d'avril)



Texte de Émile Fleury



## Faire appel à l'ombudsman Problèmes avec la CSST

Jean-Guy Gaudreau

L'AREQ fait beaucoup pour ses membres : comité des femmes, comité des hommes, indexation, assurance, environnement, sociopolitique, et le reste.

Par ailleurs, certain(e)s retraité(e)s ont dû faire appel à la CSST alors qu'ils (elles) étaient en fonction dans leur école : aération défectueuse (très rarement contrôlée) dans des locaux d'apprentissage de métier ou des classes sans fenêtres ; bruits incompatibles (ou même excessifs) dans des gymnases ou des locaux trop près des grandes artères de circulation.

Beaucoup d'enseignant(e)s arrivent à la retraite avec une santé diminuée : problèmes de respiration ou d'audition (entre autres) qui sont des conséquences de leur milieu de travail. Mais ceci a-t-il été vérifié avant la retraite ?

Le Syndicat n'est plus là pour faire appel à la CSST et comme ce sont des conséquences de notre travail, quel recours nous reste-t-il ? Qui peut nous aider ?

Qui peut faire appel pour nous quand nous avons besoin de pompes respiratoires, d'appareils auditifs, en raison de problèmes découlant de notre travail passé ?

Que fait l'AREQ pour ses membres «diminués» ?

Nous faudrait-il un «ombudsman» protecteur du citoyen ?

Jean-Guy Gaudreau

### Une photo vaut mille.... maux

Maintenant que la glace est brisée, c'est le temps de se jeter à l'eau malgré quelques maux de tête. Mais de quoi parle-t-on ? De « Mémoires d'hommes ». Eh oui, le comité de la condition des hommes se lance dans une nouvelle production. Nous faisons appel à vous, messieurs, pour soumettre un texte à partir d'une PHOTO qui a une importance significative dans votre vie.

En pratique, vous choisissez une photo récente ou ancienne qui vous rappelle un événement qui vous a marqué et que vous avez le goût de nous raconter. Vous nous envoyez votre texte et votre photo (que nous vous retournerons par la suite) avant le 1er MARS 2013. Après avoir rassemblé les textes et les photos de nos collaborateurs, nous publierons un nouveau recueil pour la journée internationale des hommes, le 19 novembre 2013. Alors une photo vaut bien quelques mots malgré les quelques maux que cela pourrait vous causer.

Envoyez vos textes et photos à :  
Jean-Guy Gaudreau  
590 Rhéaume  
Saint-Jean-sur-Richelieu  
J3B 1B3

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





## On prend une pause

*Roméo Rose-Aline*

J'ai été invité aux noces d'or de  
Roméo et Rose-Aline en janvier 2008.  
Je leur ai offert ce poème.  
Je vous l'offre.  
Joseph

**La vie continue, vous vivez aux Îles  
L'eau alimente, arrose, réserve des surprises  
L'amitié, élément bien senti dans les familles  
Vous deux, vous avez donné, qu'on le dise**

**Vos enfants s'épanouissent sur les sentiers  
Que vous avez présentés, ça se continue  
Vous avez aimé, taquiné, aidé ; c'est de la santé  
Votre bonté se répand ; tous sont bienvenus**

**Aujourd'hui, la rencontre bien préparée  
Vos enfants vous regardent, vous câlinent  
Tous, vous deux, jusqu'aux petits enfants  
Partagent des joies que vous avez semées**

**Roméo, Rose-Aline, vous avez donné de la joie  
Plusieurs, votre grande famille, les amis, les touristes  
Croient en vous, souhaitent revenir sous votre toit  
Pour vous saluer, jaser, vous dire que vous êtes des artistes**

**Garder des souvenirs de votre accueil, c'est invitant  
Votre dialogue, vos repas, votre humeur nous habitent  
Pêcher, récolter des patates, danser, tisser, vous avez des talents  
À vous de célébrer longtemps avec vos proches et la visite**

**Je vous souhaite des jours ensoleillés  
À vous de continuer votre marche dans l'amour  
Votre grande famille est belle, vous brillez  
Que la fête soit un départ et que ça dure toujours**

**Cinquante années à construire, à aider, à découvrir...Bravo !**

**Je crois en vous et je vous souhaite plein de petits bonheurs d'Amour**

**Joseph Lanoue**



## Prendre, apprendre et reprendre

### Prendre

- Sa retraite en main comme un cadeau d'une nouvelle vie
- Des résolutions qui apportent des bienfaits pour l'âme et le corps
- Du temps pour soigner convenablement l'immense fatigue de 35 ans de travail
- L'apéro ou la tisane au milieu de n'importe quelle heure

### Apprendre

- Le beau métier de grands-parents
- À relaxer en relativisant les petits bobos
- À manier de nouvelles techniques de golf, de cuisine, de yoga, de ski de fond
- À apprivoiser les récents logiciels de l'ordinateur
- À jouir du plaisir de faire une randonnée d'auto au milieu de la semaine

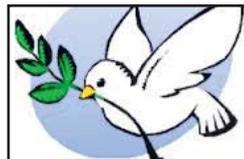
### Reprendre

- Un abonnement au théâtre, à la bibliothèque, au concert, au cinéma
- Le temps de coudre, de bricoler, de tisser, de jardiner
- La plume, le téléphone, l'ordinateur pour renouer des liens d'amitié
- Un moment pour parler à ses voisins, ses frères et sœurs, ses enfants, ses petits-enfants, son conjoint et surtout...reprendre le temps de les écouter

### Bonne retraite,

(Voir photos des nouveaux à l'endos du journal)

Michel Cartier 2012

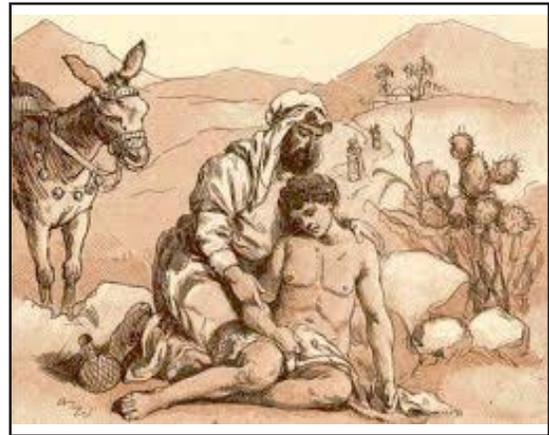


Michel Cartier

Comité de la condition des hommes



## **Nous fêtons notre Joseph**



Le 19 mars, l'Église universelle célèbre saint Joseph. Le 19 novembre, l'AREQ Haut-Richelieu a fêté notre Joseph sectoriel : Monsieur Joseph Lanoue. Il est partout et pourtant il se fait discret. Il est au service des autres sans se faire remarquer. Depuis toujours, il met le tablier pour aider son prochain ; il sait se faire proche sans jamais s'imposer ni impressionner.

C'est pour toutes ces raisons et bien d'autres, que le comité sectoriel de la condition des hommes a proposé Joseph Lanoue comme bénévole masculin du secteur Haut-Richelieu, à l'occasion de la première journée internationale des hommes, le 19 novembre dernier.

Continue Joseph à construire un monde meilleur. L'avenir pour nos petits-enfants sera plus beau grâce à des bâtisseurs de bonté comme toi. Tu es pour nous un modèle à imiter.



### ***Votre comité environnement vous propose***

#### **Battement d'aile de papillon...**

Vous avez sans doute entendu cette affirmation selon laquelle un battement d'aile de papillon à un bout du monde avait un impact à l'autre extrémité de la Terre.

Nous savons cependant que tout dans la nature est interrelié. Les gestes que nous posons, si petits soient-ils ont une influence. La destruction instantanée de notre planète a fait place à une destruction graduelle de nos systèmes, avec des conséquences de plus en plus évidentes : ouragans plus fréquents et plus violents (Sandy, Katrina, ... à cause du réchauffement des océans), typhons destructeurs, froid au Sud et suée au Nord comme dit la chanson, sécheresses (production agricole réduite de 50% dans le Midwest américain en 2012), pluies diluviennes et inondations,...

Nous savons que notre niveau de consommation actuelle (avons-nous besoin de toutes les nouveautés proposées et de cette obsolescence planifiée ?) requerrait les ressources de plusieurs planètes Terre. Nous savons également que la grande quantité de production de CO2 est à l'origine du réchauffement de la planète et de plusieurs de ces déséquilibres.

Le problème fondamental, c'est que l'économie de marché croît de façon exponentielle et ne tient pas compte des impacts sociaux et environnementaux. L'humain est le grand déstabilisateur de notre planète Terre et notre génération et celle qui la suit sont responsables de l'appauvrissement des générations futures.

Karel Mayrand, dans son livre «Une voix pour la terre-comment je me suis engagé pour notre planète», éditions Boréal, nous invite à nous impliquer et à modifier notre façon de concevoir l'économie : «Nous appartenons à une communauté

humaine qui ne commence pas avec nous et qui ne doit pas finir avec nous».

La Terre nous est prêtée. Il faut en prendre soin. Il faut agir autrement. L'interrelation qui existe entre tout ce qui s'y trouve peut nous servir à protéger le futur de notre Planète Bleue. D'ailleurs, cette constatation en ce qui concerne l'interrelation est à l'origine de la création de la Fondation David-Suzuki, groupe environnemental très dynamique et très respecté par les politiciens.

#### **Agenda, 21 avril, 2013**

Votre comité environnement vous proposera de vous impliquer lors d'«Une marche pour le Jour de la Terre» dans notre milieu, en avril 2013. Vous aurez d'autres détails dans le Trait d'Union d'avril mais réservez déjà la date du 21 avril 2013 dans votre agenda.

#### **Mobil-Aide, vous connaissez**

Garder sa maison le plus longtemps possible, ça se fait. Mobil-Aide, vous connaissez ?

Ce que j'en sais c'est qu'il s'agit d'un service d'aide à domicile (style travaux ménagers - ménage) et qu'il en coûte quelque chose (tarif horaire en fonction du revenu) ; Québec accorde un crédit d'impôt aussi en fonction du revenu.

Y a-t-il d'autres services dans ce domaine ? Quelles sont les conditions nécessaires pour obtenir le crédit d'impôt ? Les réponses vous intéressent ?

L'organisme Mobil-Aide viendra nous donner une conférence le jeudi 21 mars, 8h30, lors du déjeuner aux Nouvelles Glaces. Bienvenue !



### Activités – Journée Internationale des femmes 2013

Activité festive inter-organismes, chapeautée par le Centre de femmes du H.-R.

Date et lieu : le mercredi 6 mars 2013, au Cabaret-Théâtre du Vieux-Saint-Jean, à 17 h

Billet : 10 \$, disponible au Centre de femmes et auprès de Louise Barbeau, AREQ

Contenu : Un 5 à 7 avec animation humoristique de la rencontre

- Le Centre des femmes et COFFRE soulignent leurs 30 ans d'existence
- Hommage à la personnalité féminine 2013 - Centre de femmes
- Bourse Carrie-Derick à une étudiante en science
- Personnalité féminine, métier non traditionnel (COFFRE)

### Activité de l'AREQ, le 8 mars 2013 : Déjeuner aux Nouvelles Glaces.

- Thème à venir
- Invité à confirmer
- Un chapeau, un souvenir : apporter un chapeau qui vous parle, un chapeau qui fait parler...

### Actualité du mouvement des femmes

#### Montréal, le 27 septembre 2012

La Fédération des femmes du Québec (FFQ) et la Fédération du Québec pour le planning des naissances (FQPN) sont extrêmement soulagées du vote du 26 septembre, alors qu'une majorité de députéEs de la Chambre des communes ont refusé d'adopter la Motion 312. Les organisations pressent les éluEs de prendre acte du fait que le Canada, par sa Charte et par ses décisions en Cour Suprême, réaffirme que la décision de mener une grossesse à terme appartient à la femme enceinte et à elle seule. Toutefois, elles demandent la démission de la ministre à la Condition féminine du Canada, **Rona Ambrose**, qui, hier, a appuyé la Motion 312 qui peut mener à la recriminalisation de l'avortement.

On assistait hier à la fin de règne d'un parti usé par le pouvoir et qui avait adopté une vision individualiste de l'égalité. Il est remplacé par un parti qui croit encore à l'utilisation des puissants outils collectifs de l'État pour contrer la discrimination systémique envers les femmes. Il est trop tôt pour savoir ce que les élections du 4 septembre représentent. Avec leurs joies et leurs peines.

Les femmes et le mouvement des femmes devront-elles se mobiliser afin que Madame Marois sente que la pression ne vienne pas que de la droite ? Nous croyons que nos efforts s'inscrivent dans un parcours vers le politique, un parcours qui n'est cependant jamais achevé ; nos efforts témoignent en effet du sens à donner à notre désir de vivre ensemble, à être à l'écoute de ceux et celles qui sont plus fragiles, continuer d'être attentifs à tous les signaux qu'ils envoient si nous voulons reconnaître ce qui est en train de naître (exemple, le mouvement étudiant de l'été : les jeunes sont beaucoup plus politisés que nous l'étions alors). Nous affirmons, avec force que le politique doit être investi par celles et ceux qui sont les premiers touchés par les décisions qui se prennent. L'espérance sert de tuteur à notre énergie et à nos actions afin que la domination, l'injustice disparaissent.

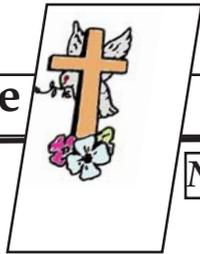
Comme cette petite fille de Péguy, notre espérance se lèvera chaque matin.



Rona Ambrose, ministre Fédérale



## Nécrologie



*Nos condoléances... aux familles, amies et amis*

### Membres

- † Monique Bourbeau
- † Lise Richard-Corbeil, belle-sœur de Mario Goyette
- † Yolande Gagnon-Goyette, mère de Mario Goyette
- † Paul Labelle
- † Ghislaine Kaigle
- † Michèle Martin
- † Marielle Fredette-Gagnon

*Le malheur de perdre  
un être cher ne doit pas  
nous faire oublier le bon-  
heur de l'avoir connu.*

### Non-membres

- † Geneviève Grenon-Saint-Germain, mère de Michel Saint-Germain
- † Huguette Chaput, sœur de Jeannine Chaput et de Réal Chaput
- † Marc Robidas, conjoint de Irène Provost
- † Jean Boisvert, conjoint de Lucienne Patenaude
- † Carmen Bryant, sœur de Gladys Bryant
- † Fabien Lanoue, frère de Joseph Lanoue et de May-Jeanne Lanoue
- † Marcellin Couture, frère de Gisèle Couture-Lachance
- † Jean-Claude Cloutier, frère de Pierrette Cloutier
- † Bernard Frégeau, père de Jocelyne Frégeau
- † Suzanne Massicotte, sœur de Maurice Massicotte
- † Paul Say, beau-frère de Yvon Marcil, de Nicole Lebeau, de Philippe Beaudry et de Lise Lebeau

Note : Vous êtes au courant du décès d'un membre de l'AREQ ou d'un de ses proches ?  
Communiquez avec Raymond Forget (450-347-0588)





# À votre agenda

## **JEUX et CHANSONS**

### **Décembre**

6 JEU ☆☎ Souper de Noël

### **Janvier**

29 MAR ☆ Jeux et Chansons

### **Février**

14 JEU ☆☎ Dîner de la Saint-Valentin

28 JEU ☆ Projet SIRA : Animation + goûter

### **Mars**

8 VEN ☆ Déj.-Conf. Journée internationale des femmes

21 JEU ☆ Déj.-Conf. MOBIL-AIDE

### **Avril**

5 VEN ☆ Cabane à sucre

☆ = *Plus de détails dans ce journal*

☎ = *Réseau téléphonique*

Vous aimez les jeux de société ? Vous aimez chanter les chansons qui ont marqué le Québec ? Le 29 janvier, dès 10h00, apportez votre jeu de cartes, Rummy, échecs, Skip-bo, ... On joue jusqu'à midi, d'une façon informelle et détendue.

Sur l'heure du dîner, vous avez apporté votre sandwich; Lise et Réjeanne vous servent une bonne soupe chaude, un breuvage chaud (café ou thé), ainsi qu'un dessert.

Dès 13h00, Réal accorde sa guitare, Luce attelle son accordéon et on chante jusqu'à 15h00. De quoi se rappeler nos soirées hivernales d'antan!

Pas de grandiose, une fête toute simple et chaleureuse à la salle Bernard-Perreault, 432, Jacques-Cartier, Saint-Jean-sur-Richelieu. Et ça ne coûte que 5,00\$. Bienvenue !

Luce Reid, Réjeanne Plourde, Lise Deslauriers et Réal Fortin.

## **Joooyyeeeuuxxx Joooyyeeeuuxxx**

### **Noooëëë!!!**

Le 6 décembre 2012, souper de Noël

Lieu : Relais Gouverneur

Accueil : 17h

Souper : 18h



Repas : 4 services

Plat principal : médaillon de veau et mijoté de poireaux au vin rouge

Animation et musique : Alain Cuillerier, de la discothèque mobile L'ENJEU

Dans une ambiance chaleureuse, en agréable compagnie et autour d'une table, fêtons dans la joie ! Bienvenue à tous !

Coût réel : 42\$

Membre : 25\$ Non-membre : 35\$

BBBoonnnnnneeee AAAnnnnnnééééé !!!

Michel Lord et Irène Leblanc

## **En caravane, allons à la cabane...**

**Date : le vendredi 5 avril 2013**

**Lieu :** Érablière Au SOUS-BOIS, 150 chemin du Sous-Bois, Mont-Saint-Grégoire,

Tél: 450- 460-4069

Accueil : 11h00 Dîner : 12h00 (Menu traditionnel)

Coût : réel : 15\$ Membre : 10\$

Non-membre : 15\$ (Taxes et pourboire compris)

Trajet de l'autoroute des Cantons de l'Est :

Sortie 37

Trajet d'Iberville : Rte 104 vers Mont-Saint-Grégoire ; à l'arrêt, tout droit sur le rang de la Montagne ; à gauche au chemin du Sous-Bois. (Anciennement l'érablière Beau-Site.)

Chaque membre doit obligatoirement s'inscrire auprès de Irène Leblanc : 450-348-6578, avant le 30 mars.





**Vérifier vos primes d'assurance**

Compte tenu de deux incidents qui ont été portés à mon attention au cours des derniers mois, je voudrais rappeler des éléments importants dans l'application de notre contrat d'assurance.

Lorsque nous devons engager des montants importants pour des services de santé, il est préférable :

- 1- de vérifier auprès de la SSQ pour savoir si ce service est couvert par notre contrat
- 2- d'utiliser le formulaire prescrit pour avoir droit au remboursement
- 3- de joindre tout document pertinent pour obtenir le remboursement.

Si la réponse de l'assureur ne vous paraît pas satisfaisante, il y a toujours lieu de vérifier auprès de votre responsable en assurance pour savoir si c'est conforme au contrat ou non.

Robert Godin

**Primes d'assurance 2013**

**Primes d'assurance 2013**

<i>Régime d'assurance vie personne adhérente</i>				
	Individuel		Familial	
	2012	2013	2012	2013
Choix 1	15,72\$	17,40\$	22,74\$	25,04\$
Choix 2	31,44\$	34,80\$	38,46\$	42,44\$
Choix 3	47,16\$	52,20\$	54,18\$	59,84\$

<i>Régime d'assurance vie personne à charge</i>	
2012	2013
7,02\$	7,64\$

<i>Assurance Maladie</i>		
<b>Régime Santé</b>		
Statut de protection	Prime mensuelle	Prime annuelle
Individuel	19,76\$	237,12\$
Monoparental	23,94\$	284,28\$
Familial	38,34\$	460,08\$
<b>Régime Santé Plus</b>		
Statut de protection	Prime mensuelle	Prime annuelle
Individuel	33,38\$	400,56\$
Monoparental	40,06\$	480,72\$
Familial	63,09\$	757,08\$

La taxe de vente de 9% doit être ajoutée à ces taux de primes.



## C'est un rendez-vous

### Faites vos réservations!!

Vous voulez vous faire gâter par nos élèves de l'option Restauration ?

Vous voulez être leurs premiers cobayes enchantés ?

Venez goûter à la cuisine de nos jeunes cuis-tots, bien chaperonnés par leur maître hôtelier.

Prenez le temps d'un bon souper

À la Polyvalente Chanoine-Armand-Racicot

Dans la SALLE ÉDOUARD-FORTIER

Le 15 mars 2013 à 18H00

Coût : 27.00\$

Confirmez votre présence auprès de Pierrette Cloutier 450-348-7806

### Projet SIRA

#### Sommes-nous un poids pour la société?

Les médias nous rappellent sans cesse que la population subit un vieillissement accéléré et qu'à cause de cela les coûts du système de santé risquent d'exploser encore plus. Faut-il se sentir coupable de vieillir, de devenir un poids pour la société ?

Le projet SIRA vise à nous apporter des réponses à ces mythes que l'on se plaît à répandre à travers les moyens d'information. C'est de la désinformation pure et simple. À l'aide d'une vidéo et d'une animation, nous aurons l'occasion d'en savoir plus sur les causes de l'accroissement des coûts du système de santé. Nous aurons ainsi les arguments nécessaires pour nous sentir fiers d'être une personne aînée.

Rendez-vous le 28 février au Club de l'âge d'or de Saint-Luc à 13h30, au 78, rue Clermont. Un goûter sera servi après la rencontre.

Michel Cartier

### Le mois de l'amour

Dîner de la Saint-Valentin

Prendre le temps de se dire qu'on s'aime !

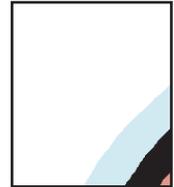
Lieu : Relais Gouverneur

Date : le 14 février bien sûr !

Accueil : 11h30

Soyez au rendez-vous !

Il y aura un réseau téléphonique



Robert Langlois.

### Movember



#### Novembre, mois de la moustache

Movember est un mot-valise anglophone, composé à partir des mots moustache et november. Ce mot désigne un événement qui a lieu chaque année au mois de novembre dans plusieurs pays du monde. Ce mouvement, qui concerne les hommes, consiste à se laisser pousser la moustache pendant un mois afin d'attirer l'attention sur certains thèmes masculins.

#### Historique

Ce mouvement aurait été lancé par un groupe d'Australiens à Adelaïde en 1999. Depuis 2004, ce concept a été récupéré par la Fondation Movember pour attirer l'attention et lever des fonds afin d'aider la lutte contre les maladies typiquement masculines telles que le cancer de la prostate.





## Bienvenue aux nouveaux

Murielle Asselin-Phénix, Georgette Back, Danielle Beaulieu, Huguette Benjamin, Lucie Benjamin-Deneault, Claire Blanchard, Diane Boudreau, Jean-Louis Bouillon, Michel Boulanger, Monique Brunel, René Chamberland, Estelle Chevalier, Lise Collin, Pierre Couture, Lucille Desautels, Marie Deschamps, Hélène Desormeaux, Jean-Guy Fontaine, Monique Fontaine, Gabriel Gauthier, Danielle Goyette, Carmer Hébert, Yolaine Hébert, François Héroux, René Jetté, Michel Lalanne, John Lanktree, Louise L'Héreault, Johanne Lorrain, Caro Marin, Claire Matte



Merci au SEHR  
pour sa grande coopération  
dans la publication  
de notre bulletin.

