

LE JASEUR

AREQ
CSQ

SECTEUR
LOUIS-HÉMON

FÉVRIER
2020

*L'AREQ, UNE
FORCE POUR
LA SOCIÉTÉ*



DANS CE NUMÉRO

<i>Mot du président</i>	3
<i>Mot de la présidente régionale</i>	4
<i>Babillard</i>	6
<i>Une partie de ma petite histoire, France Tremblay</i>	8
<i>Portrait de femme, Louise Houde</i>	10
<i>Les activités de la section Roberval</i>	12
<i>Les activités de la section Dolbeau-Mistassini-Normandin</i>	14
<i>Des nouvelles de la section Saint-Félicien</i>	15
<i>Signer un bail dans une résidence pour aînés</i>	16
<i>Infos utiles</i>	19

Le Conseil sectoriel

Président	M. Camil Boily	418-275-2212
1ère vice-présidente	Mme Camille Boily	418-275-4257
2ème vice-président	M. Régis Martel	418-618-4612
Secrétaire	Mme Andrée Bouchard	581-817-0103
Trésorier	M. Réjean Boivin	418-274-3031
1ère conseillère	Mme Gisèle Boucher	418-679-7129
2ème conseillère	Mme Céline Paradis	418-276-0900

Les comités du secteur et les responsables

Action sociopolitique : Bernard Sénéchal

Bernardsenechal10@gmail.com

Assurances : Gisèle Boucher

Gisele19@outlook.fr

Comité des femmes : Andrée Bouchard

Andbou214@gmail.com

Comité des hommes : Poste à combler

Retraite : Camil Boily

camilboily@cogocable.ca

Site Web: Éric Camier

camiergosselin@hotmail.com

Environnement : Guy O Bonneau

maurice31alphide@gmail.com

Fondation Laure-Gaudreault :

Rachel Degrandmaison

racheldgm@hotmail.com

Responsable du Jaseur : Céline Paradis

Celine.paradis2@sympatico.ca

Responsable régionale comité des femmes :

Angèle Bolduc

Angelebo12@live.ca

Responsable régional comité des hommes :

Sylvain Brassard

Brassard.sylvain@gmail.com



MOT DU PRÉSIDENT

De retour après un congé d'ordi pendant les fêtes, je commence par vous transmettre mes meilleurs vœux pour l'année qui vient de commencer et surtout pour le reste de l'année de l'AREQ qui se termine en juin. Depuis le début de l'année, je constate un regain de participation aux activités dans chacun des secteurs. J'en profite pour souligner l'excellent travail des responsables de section et des membres de leur équipe. Il faut souligner aussi le retour de la section Dolbeau-Mistassini-Normandin qui nous incite à participer davantage. Je m'en voudrais d'oublier de signaler le travail des responsables de comité pour leur implication. Je remercie les membres du conseil pour leur participation, ces derniers se préparent à vous représenter lors du congrès de juin.

« Depuis le début de l'année, je constate un regain de participation aux activités dans chacun des secteurs. »

Nous profitons du Jaseur pour publier la convocation à notre assemblée générale ainsi que celle du régional. Ces convocations doivent paraître au moins un mois à l'avance. Nous vous le rappellerons avant la date au moyen de la chaîne téléphonique. Je vous invite déjà car lors de cette assemblée, il y aura élection à trois postes : soit, la présidence, la deuxième vice-présidence et le premier conseiller ou première conseillère. Les personnes occupant les deux derniers postes sont rééligibles car elles terminent un premier mandat.

Je termine en vous rappelant le but de l'AREQ: L'AREQ a pour mission de promouvoir et de défendre les intérêts et les droits culturels, sociaux, économiques et environnementaux de ses membres et des personnes âgées et de contribuer à la réalisation d'une société démocratique, solidaire et pacifique.

Camil Boily, président



Mot de la présidente régionale

C'est la coutume, pour ce journal de janvier de faire les souhaits du nouvel an. Pour 2020, je vous souhaite amour, santé du corps et de l'esprit et beaucoup de bonheur. Prenez la résolution de profiter de tous les instants avec les êtres qui vous sont chers et surtout vivez pleinement le moment présent.

Après un temps d'arrêt nécessaire et mérité, les activités reprennent.

Deux mille vingt : année du 47^{ième} Congrès de l'AREQ qui a pour le thème :
« **Une voix forte dans une société en mouvement** ».

Vous conviendrez que l'AREQ étant de plus en plus reconnue, le nombre et la qualité de tous ses membres en font une Association puissante et énergique. Le 6 avril prochain, la délégation régionale analysera et échangera sur les propositions. Ces personnes déléguées dont le rôle est de vous représenter s'exprimeront en votre nom, et non en leur nom personnel, ayant à cœur vos intérêts. Je puis vous assurer que chacun et chacune prennent leur rôle au sérieux.

Enfin, je profite de l'occasion pour vous convoquer à l'assemblée régionale annuelle, le 7 mai prochain. Le secteur hôte cette année est le secteur Le Fjord, que vous aurez l'occasion de connaître. Le Conseil régional prendra un nouveau visage avec de nouvelles personnes à la présidence des secteurs. Nous vous attendons en grand nombre.

Francine Tremblay

Présidente régionale

Assemblée générale sectorielle

Vous êtes invités(es) à assister à
l'assemblée générale sectorielle
le 29 avril 2020
Au Château Roberval
Inscription à 9h30



Convocation

**Vous êtes convoqués(es) à l'Assemblée Générale
Régionale régulière.**

**Judi le 7 mai 2020, 10h00
au Vieux Théâtre de la Baie
300 bd. De la Grande Baie N
La Baie**

Bienvenue à tous les membres

★ Inscription : 9h15 



Babillard



*Vous êtes là pour eux,
nous sommes là pour vous*

1-855-952-7784

Écoute, Information, Références

Céline Paradis

La minute écolo zéro déchets

La boutique **La Réserve** offre aux consommateurs un concept libre-service où ils peuvent apporter leurs propres contenants pour les remplir. « À l'entrée, il y a une station libre-service où les gens peuvent peser leur contenant. Ainsi, ils ne paient que pour le produit.

La Réserve offre divers produits alimentaires secs ou liquides, Des produits ménagers et des produits pour le corps (savon, crèmes, shampooing, etc.) sont aussi disponibles en vrac.

« Le but, c'est vraiment d'aller le moins possible vers le plastique.»,

Des outils et des articles disponibles pour la cuisine et la salle de bain

À la boutique

"La Réserve"

Carré Davis

1952 Boulevard Mellon.

Arvida,

Guy Bussières

MESSAGE IMPORTANT

Si vous changez d'adresse, il faut en aviser l'AREQ à Québec ou communiquez avec moi, sinon, vous ne recevrez plus le jaseur.

Camil Boily

LES ARTISTES DE CHEZ NOUS

Dans le cadre d'un concours organisé par l'AREQ nationale, chaque région pourra présenter une œuvre d'art de l'un de ses membres lors du Congrès de juin.

Les modalités : chaque secteur ne pourra soumettre qu'une seule œuvre. Par la suite, régionalement, une création sera sélectionnée pour représenter la région du Saguenay-Lac-St-Jean lors de la finale au Congrès.

Les œuvres : tout ce qui relève du domaine artistique visuel : peinture, sculpture, poterie, vitrail, tissage, broderie, dentelle, etc...

L'échéancier : vous avez jusqu'au 19 mars pour vous inscrire localement au concours. Le secteur sera responsable de cette première étape et un comité déterminera la pièce qui représentera le secteur Louis-Hémon au pallier régional.

Au niveau régional: le choix retenu sera connu lors de l'Assemblée générale régionale du 6 mai. L'artiste dont l'œuvre aura été sélectionnée devra accepter que celle-ci soit transportée à Québec pour la finale nationale. Des prix de 1000 \$, 500 \$ et 250 \$ seront remis aux artistes des trois premières œuvres primées.

Pour vous inscrire ou pour des informations supplémentaires, contactez :

François Duperré 418 973-4466

jofmduperre72@gmail.com

Sylvie Pelletier 418 549-4663

sylviepe@videotron.ca

Camil Boily 418-275-2212

camilboily@cgocable.ca

Conférence: Marc-André Galbrand

Jeudi le 16 avril 8h30

à la Normande

Sujet : Présentation de deux projets en cours à la Baie sur deux cours d'eau. Il nous parlera aussi des enjeux reliés à la pêche blanche.

Guy O Bonneau comité environnement

Une partie de ma petite histoire.

En ce début d'année, en regardant notre beau lac, j'entends le silence autour de moi. Il y a quelques jours, les rires, les jases autour de la table, les enfants qui jouent au sous-sol contribuaient à renforcer la vie dans la maison. Quel bonheur!



Étant membre du comité des femmes, je désire vous partager une partie de ma petite histoire.

Lorsque j'étais adolescente, je me demandais quel genre de femme je désirais devenir. Je voyais bien autour de moi des modèles de femmes (nous sommes dans les années 1965 à 1970) qui m'invitaient à prendre ma place dans ce beau monde;

- Maman, la protectrice et la soignante;
- la religieuse enseignante, disciplinée et responsable;
- la religieuse animatrice, engagée pour les jeunes et généreuse de son temps ;
- ma grand-mère maternelle, accueillante et chaleureuse.

Je voyais à la télé également des femmes comme Lise Payette et Janette Bertrand qui dénonçaient l'absence des femmes dans le monde politique et économique, l'inégalité sociale entre homme et femme et la violence de toute sorte faite aux femmes. Plus encore, la femme n'avait pas de place, ou très peu, pour s'exprimer, pour dire ce qui l'habitait. Elle rêvait en silence.

En ce matin de janvier, je constate que je suis devenue un peu chacune de ces femmes. J'ai eu à me forger petit à petit, teintée par les valeurs de ma génération. Je désirais plus, je me suis choisie. Mais ce ne fut pas toujours facile. Je me rappelle de discussions houleuses avec des proches touchant le fait que je quittais mes enfants pour aller au travail. Je les laissais à une gardienne ...

Aussi, un de mes patrons qui, un jour, parce que je défendais mes droits à avoir un poste en éducation, m'a dit que le poste n'était pas nécessaire car j'étais juste le deuxième salaire dans le couple...

Vous devez sans doute avoir plusieurs exemples vous aussi.

Nous avons dû lever la tête et nous faire confiance pour arriver à défendre nos droits et ce n'est pas terminé.

Il reste beaucoup de travail à faire et je crois que faire équipe avec les hommes peut être gagnant. Ils sont nombreux à nous soutenir dans notre quête. Ils comprennent que le respect, le partage des responsabilités et la richesse de nos échanges sont des éléments gagnants pour tous et toutes.

J'ai eu le privilège d'être entourée d'hommes formidables à commencer par mon père qui a toujours cru en moi et en mes capacités. Deux amis prêtres qui ont fait une très grande différence dans mon cheminement spirituel et professionnel. Des confrères de travail qui m'ont fait confiance et un amoureux qui m'a laissée créer et m'a accompagnée dans mon désir de rendre le monde meilleur autour de moi.

Merci à ces humains qui font qu'aujourd'hui je suis ce que je suis et à tous les autres qui se présenteront sur ma route.

France Tremblay
comité des femmes

Activité spéciale lors du déjeuner de mars

Le comité des femmes organise un bingo spécial qui vérifiera vos connaissances touchant des femmes du Québec .

Cette activité se déroulera lors de votre déjeuner mensuel en mars . Nous vous invitons particulièrement à y assister.

Portrait de femme

Afin de souligner la journée de la femme le 8 mars, le comité des femmes donne la parole à une femme du secteur de St-Félicien: Mme Louise Houde. Nous allons ensemble apprendre à découvrir sa philosophie de vie, ses motivations profondes et ce qui l'habite aujourd'hui à 81 ans.



“Bonjour Louise, merci d’avoir accepté de nous partager une petite parcelle de ta vie.

Parle-nous de toi, que devons-nous savoir sur toi?

Je suis native de l'Anse St-Jean, la cadette d'une famille de 8 enfants. J'ai été entourée, aimée, choyée. J'ai appris le langage de la tendresse, de l'estime de soi, et aussi, celui de la prière, de la foi et l'amour de Dieu.

J'ai fait mon cours à l'Ecole Normale du Bon- Conseil et à la fin de mes études, je suis entrée au couvent où j'ai vécu pendant dix-neuf belles années. Ce fut pour moi une période de ma vie où j'ai appris le don de soi, la gratuité, le sens de la prière et la fraternité.

La vie m'a permis de rencontrer mon amoureux Henri et nous avons été mariés vingt ans et dix mois. Nous avons eu un fils et j'ai trois petits enfants qui font mon bonheur.

Deux mots qui te caractérisent ?

L'engagement et l'optimisme.

L'engagement me permet de me sentir utile, de continuer à exploiter mes talents, mes compétences, d'apporter mon soutien à la personne qui est sur ma route, à la personne malade. J'accompagne des personnes en soins palliatifs ou en phase terminale. Tant que ma santé me le permettra, je continuerai ce travail humanitaire qui m'apporte paix et sérénité. Je reçois beaucoup plus que ce que je peux donner.

L'optimisme, car je crois à la force de la vie, à l'être humain. Je crois aux grains que nous semons à tous les jours autour de nous . Ces grains renferment tout ce qu'il faut pour porter des fruits. Il faut lâcher prise et faire confiance tout en sachant que nous avons un rôle à jouer sur notre « ici et maintenant ». Je n'ai pas de pouvoir sur le passé mais je peux changer ma façon de faire, de voir les événements aujourd'hui . Le voyage de ma vie est unique. Je ne peux le reprendre. Je veux vivre intensément chaque instant. J'ai choisi la vie. Il me reste à construire la suite. Tout est possible pour moi.

Pour terminer, Louise tu nous laisses avec quel message?

Je suis seule dans ma maison mais non dans ma vie . J'ai le goût de découvrir de nouveaux horizons, de créer des liens, de vivre de nouveaux engagements. Je veux vivre !

Un grand grand MERCI Louise pour ta générosité et ton ouverture .Ce fut un privilège de partager avec toi. Tu es une source d'inspiration pour nous toutes et tous. Prends bien soin de toi, chère amie! »

France Tremblay
comité des femmes

Les activités de la section Roberval

La section Roberval a organisé, ces derniers mois, diverses activités pour ses membres. Voici une brève description des rencontres qui ont eu lieu, à titre d'information pour nos membres qui n'ont pu y participer, ainsi que les coordonnées des personnes invitées pour ceux et celles qui voudraient en connaître davantage.

Déjeuner de la non-entrée sur la terrasse du Jardin des Ursulines, le 12 septembre dernier. Madame Michèle Claveau, également membre de l'AREQ section Roberval, et son groupe de bénévoles au Jardin des Ursulines avaient préparé un excellent brunch, leur dernier de la saison estivale. La co-présidente a profité de l'occasion pour faire connaître aux membres présents l'ensemble du travail accompli par son organisme, comme par exemple les nombreux déjeuners et dîners offerts à la population, visiteurs et nombreux touristes au cours de l'été dernier.

Corporation du Jardin des Ursulines,
Téléphone : 418-637-5644.

Le 17 octobre 2019, notre invité au **déjeuner de la section Roberval** était un entrepreneur vigneron établi depuis 2014 chez nous, soit monsieur Bernard Gagné. Ce dernier a bien voulu nous partager la récente et surprenante histoire de son vignoble **La Bonté DiVigne**. Il a surtout été question de son intérêt et de ses recherches relatives à ce type de culture saisonnière, de son acquisition d'une terre agricole démontrant un certain potentiel viticole sur le Chemin des Deux-Rivières à Roberval. Finalement, il a parlé de ses démarches et expérimentations au fil des ans et cela, malgré des avis de gens sceptiques face à la culture du raisin dans cette zone située au sud du lac Saint-Jean. En conclusion, monsieur Gagné a réussi à produire et à commercialiser des vins bien de chez-nous issus de notre petite Californie, pour reprendre ses paroles.

Vignoble La Bonté DiVigne, 2090, Chemin des Deux-Rivières, Roberval,
Téléphone : 418-679-6547,
labontedivigne.com.

Monsieur Mathieu Parent, nouveau copropriétaire de la Ferme le maraîcher du rang 1 de Roberval, est venu nous rendre visite lors d'un **déjeuner à Chambord** le 7 novembre dernier. Bien connu de nombreux professeurs lors de ses études à Roberval, le jeune diplômé en agronomie nous a raconté sa démarche d'acquisition d'une ferme maraîchère il y a deux ans. Lors de sa première année d'exploitation, il avait été convenu avec monsieur André Lévesque, le propriétaire, d'un partage de connaissances afin de garantir un transfert de savoir et d'expertise.

Monsieur Parent bâtissait ainsi des fondations durables pour assurer une transition harmonieuse et respectueuse vis-à-vis de sa future clientèle. Celui-ci, avec la complicité de son associée et conjointe, madame Daphné Tremblay, a effectué divers travaux et réalisé des études de fertilité des sols sur sa propriété lors de la dernière année. Il dévoile aussi de nombreux projets qui prendront racine au fil des ans. Par les nombreuses questions et par l'intérêt marqué des membres pour la culture de fruits et légumes variés, l'auto-cueillette à proximité et autres, nous pouvons conclure à la pertinence de cette activité.

Ferme le maraîcher du rang 1 (345, premier rang sud, Roberval)
Téléphone : 418-275-9090.

À l'approche de Noël, un groupe de la section Roberval a organisé un **dîner des Fêtes**, au cours duquel des échanges de cadeaux et des jeux ont su agrémenter l'activité. Comme nous l'avions prévu, nos membres se sont bien amusés car préalablement, il avait été demandé que le matériel utilisé pour emballer les cadeaux soit teinté de nos préoccupations pour l'environnement et le recyclage (papier journal, papier brun, tissu ou autres). Beaucoup de rires et de plaisir eurent lieu tout au long de l'après-midi.

À peine l'activité des Fêtes terminée, une équipe prévoyait déjà sa première et traditionnelle activité pour 2020, soit **le déjeuner de la rentrée**, le 16 janvier dernier.

Madame Jacynthe Lavoie, instigatrice et responsable du projet *Un livre pour toi*, est venue nous entretenir de la mission de cet organisme, soit stimuler le goût de la lecture dès le jeune âge et encourager les enfants en traitement de maladies plus ou moins graves. À partir de textes d'auteurs, une vingtaine de bénévoles fabriquent à la main des livres qui sont ensuite reliés. Une bénévole, costumée se rend au chevet des enfants, leur fait la lecture et leur remet un livre accompagné d'un toutou. En collaboration avec les écoles des environs, *Un livre pour toi* remet un livre à tous les enfants de la maternelle, accompagné d'un abonnement à la bibliothèque municipale.

Madame Jacynthe Lavoie,
Téléphone : 418 618-2846.

Régis Martel, responsable
AREQ section Roberval

Les activités de la section Dolbeau-Mistassini-Normandin

L'année 2019-2020 a bien commencé avec le brunch d'accueil le 24 septembre dernier. On y a accueilli les nouveaux retraités. Ce fut précédé par notre rencontre des téléphonistes le 17 septembre, afin de mettre en fonction le lien le plus important de l'AREQ avec ses membres soit la chaîne téléphonique. Nous comptons 15 téléphonistes pour couvrir la section au complet. Ce travail ardu est nécessaire pour la continuité de nos activités dont le but premier est de contrer l'isolement. Nos rencontres ont pour objectif d'informer les membres de leurs droits et privilèges ainsi que des nouveaux développements tant au point de vue des assurances que des nouvelles législations touchant la qualité de vie des aînés.

En octobre nous avons eu le plaisir de recevoir tous les membres du secteur au Monastère des Pères Trappistes de St-Eugène pour une messe de la souvenance. Cette célébration fut présidée par le père Michel Martel qui a enseigné, il y a plusieurs années à la Cité Étudiante de Roberval (1973-1975) De plus, 106 personnes ont visité la Chocolaterie et sont venues partager le repas du midi avec nous. Ce fut une belle activité signifiant le respect qu'occupent nos anciens et anciennes collègues décédées dans nos cœurs.

À la fin octobre, novembre et décembre, nous nous rencontrons, lors d'un déjeuner, pour jaser un peu, pour échanger au restaurant Le Coq Rôti de Dolbeau De même, en décembre, nous participons en grand nombre au Déjeune-Don de La Polyvalente Jean-Dolbeau afin d'aider nos jeunes dans le besoin.

Voilà ce qui conclut nos activités cet automne.

*Céline Paradis, conseillère
responsable section Dolbeau-Mistassini-Normandin*

Équipe de production de ce numéro:

Camille Boily, Guy O Bonneau, Andrée Bouchard, Gisèle Boucher, Guy Bussièrès, Eric Camier, Régis Martel, Céline Paradis, France Tremblay et Claudette Villeneuve

Des nouvelles de la section Saint-Félicien

13 Décembre : Souper de Noël: fondue chinoise, soirée avec animation et danse. Nous étions 80 personnes dont 58 de l'AREQ. On a vendu des billets de moitié-moitié qui a été gagné par M. Léger Thibeault et une somme de 330\$ a été remise à une bonne cause.. . Merci de votre générosité !
Ce fut une très belle soirée. Les gens ont beaucoup apprécié

15 Janvier: Déjeuner à l'Hôtel du Jardin. 38 personnes y ont assisté.

Les gens ont aimé l'endroit.

On a donc décidé que les prochains déjeuners se feront là .

Activités à venir

13 ou 18 Février (selon les conditions de la météo):

Activité au village Boréal

Il y aura une chasse au trésor et un dîner. Le coût sera de 6\$ à 8\$ environ.
Au menu: Tourtière, pouding au chômeur et café.

10 Mars : **Début du cours Force et Flex,**

donné par M. Guillaume Allard, kinésiologue, à la salle de conditionnement le mardi de 15h.à 16h. Pour une durée de 10 semaines. Nous sommes 8 participants et « l'AREQ en action » en défraie une partie.

18Mars : Déjeuner à l'Hôtel du Jardin 9h.

22Avril : Déjeuner à l'Hôtel du Jardin 9h.

14 Mai : Dîner des Aînés à l'Hôtel du Jardin 11h.

Gisèle Boucher



1) Définition du sigle SQRD...
S É M A I N É
Q U É B É C O I S E
(de) R É D U C T I O N
(des) D É C H È T S

Signer un bail dans une résidence pour aînés

*Vous songez à louer une chambre ou un logement dans une résidence privée pour aînés ?
Ou encore vous êtes un membre de la famille accompagnant l'un de vos proches dans ses démarches menant à la signature d'un bail ?*

Un guide d'information a été produit par le gouvernement du Québec avec la collaboration de plusieurs partenaires. Il apporte des réponses simples et précises aux questions les plus fréquentes des futurs locataires ; il fournit aussi les coordonnées des ressources et des services à votre disposition pour vous aider en cas de besoin.

Vous êtes locataire d'un logement situé dans une résidence privée pour aînés ?

Vous êtes un membre de la famille d'une personne aînée et vous souhaitez l'accompagner dans ses démarches pour bien comprendre ses droits et obligations ainsi que les règles qui concernent son bail de logement ?

Un autre guide d'information a été produit par le gouvernement du Québec dans lequel vous obtiendrez des réponses simples et précises entre autres, sur la façon d'agir et sur les actions à entreprendre en cas de problèmes sur le respect des clauses prévues dans votre bail ou sur la qualité des services rendus.

Ces deux guides d'information peuvent être consultés en ligne à l'adresse suivante : Quebec.ca/habitation-et-logement/location/residences-privées-aines.

D'AUTRES SERVICES SONT DISPONIBLES AFIN DE VOUS AIDER EN CAS DE BESOIN

Le centre de justice de proximité Saguenay-Lac-St-Jean

Le Centre de justice de proximité du Saguenay-Lac-St-Jean (CJPSLSJ) est un organisme sans but lucratif ayant pour mission de promouvoir l'accès à la justice en favorisant la participation des citoyennes et des citoyens, par des services d'information juridique, de soutien et d'orientation offerts en complémentarité avec les ressources existantes.

Pour plus d'informations consultez l'adresse suivante : saguenay@cjpqc.ca

ou sur le site suivant : justicedeproximite.qc.ca

Coordonnées : 418-412-7722 (sans frais) 1-844-412-7722

Le centre d'assistance et d'accompagnement aux plaintes : Le CAAP Saguenay-Lac-St-Jean

Insatisfait des services dans le réseau de la santé et des services sociaux?

Vous avez le pouvoir de changer les choses!

Le CAAP vous accompagne **gratuitement** et en toute **confidentialité** durant le processus de plainte en vous informant de vos droits et les types de recours possibles :

- Commissaire aux plaintes et la qualité des services
- Protecteur du citoyen
- Ordres professionnels

Le CAAP peut vous **aider** à cibler vos besoins et les résultats que vous désirez atteindre, vous **préparer** la documentation nécessaire à votre démarche, vous **accompagner** et vous **assister** auprès des autorités qui traiteront votre plainte. Pour plus d'informations consultez le site suivant : WWW.PLAINTE.CA

Pour les locataires d'une résidence privée pour aînés: tout ne se passe pas comme vous le souhaitez?

Le CAAP peut vous informer sur vos droits, vos obligations et les solutions possibles :

Rencontre de conciliation

Démarche auprès du Commissaire aux plaintes / protecteur du citoyen

Requête à la Régie du logement

Le CAAP vous **aide** dans la préparation de la documentation (lettre, plainte et formulaire). Vous **aide** à établir et faciliter les communications entre vous et votre propriétaire. Vous **accompagne** et vous **assiste** auprès des instances.

Situations possibles :

- Contester une augmentation de loyer ou de service
- Vouloir résilier un bail et le faire selon les normes
- Dénoncer une mauvaise qualité de service

Pour plus d'informations :

418-662-6774 ou le -1877-767-2227

Ou à info@plaintesante.ca



**CENTRE D'ASSISTANCE
ET D'ACCOMPAGNEMENT**
aux plaintes
SAGUENAY LAC-ST-JEAN

Bernard Sénéchal
responsable du comité sociopolitique

**NOUS VOUS PROPOSONS DE JOUER AVEC QUELQUES MOTS-THÈMES
QUE VOUS AVEZ PU ENTENDRE LORS DE LA SQDR...**

*Nous profitons de l'occasion pour remercier notre webmestre **Mario Baillargeon** pour sa précieuse collaboration. Du 19 au 27 octobre 2019, il nous a aidé à diffuser les messages concoctés par le Comité afin de nous inciter à réfléchir à notre comportement environnemental. Merci Mario!*

1) Définissons le sigle SQDR...

S _____
 Q _____
 (de) R _____
 (des) D _____



2) Remplissons la grille ci-dessous à l'aide des mots suivants:

ÉCONOMIE / CIRCULAIRE / CONSOMMER / AUTREMENT /
 LOCATION / TROC / PARTAGE /
 ZÉRO DÉCHET / REFUSER / RÉDUIRE/ RÉUTILISER/ RECYCLER / COMPOSTER /
 VERRE / CONSIGNE / TEXTILE / FRIPERIE / PLASTIQUE /
 GASPILLAGE / ALIMENTAIRE / MOISSON/ SAGUENAY /
 TIC (Techniques d'Information et de Communication) /CARREFOUR / ENVIRONNEMENT /
 EMPREINTE / CARBONE/ GES (Gaz à Effets de Serre) / SERRE/

Changement d'adresse

Nous vous invitons à signaler tout changement d'adresse, en indiquant votre numéro de membre, par courriel à laverdiere.luce@areq.lacsq.org. Vous pouvez aussi téléphoner. Ce n'est pas très long et le personnel est attentionné.

Téléphone: 418 525-0611 ou 1 800 663-2408

Télécopieur : 418 525-0769

Site web de l'Areq: <http://areq.qc.net/>

A.R.E.Q. régionale Web : <http://areq.lacsq.org/qui-sommes-nous/regions/saguenaylac-st-jean-02/>

S.S.Q. (ass. coll.) 1-877-651-8080 ou Web : www.ssq.ca

Portail des aînés du Québec Web : www.aines.qc.ca

Sécurité des aînés Web : <http://www.phac-aspc.gc.ca/seniors-aines/publications/public/injury-blessure/safelive-securite/index-fra.php>

Programme Nouveaux Horizons pour les aînés 1-800-277-9915

Web : www.dsc.gc.ca

RAMQ 1-888-833-6962

RÉSAUT 1-800-363-6344

RRQ 1-800-463-5185

Retraite Québec 1-888-463-5533

Assistance médicaments 1-800-435-7999

Assistance voyage 1-800-465-2928 (Canada et U.S.A.)

1-514-286-8412 (Partout dans le monde)

Centre de ressources pour hommes Web : www.autonhommie.org

SOS-écoute pour hommes 1-418-648-6464

Aide Abus Aînés 1-888-489-2287

Décès 1-855-395-2520

Pour la mise à jour des informations utiles, nous vous invitons à aller sur le site de l'AREQ Louis-Hémon à l'adresse suivante :

<http://louis-hemon.areq.lacsq.org/>

No de convention : **41799025** No de client : **7291046**

Retournez à : **Monsieur Camil Boily**
916, rue Harvey
Roberval, Qc
G8H 1V5

Destinataire :