

La Voix des Rives

Bulletin sectoriel Chicoutimi-Valin

« L'AREQ, une force pour notre société »

Édition numéro 71

septembre 2015



Photo : Jeannette Desbiens

MOT DU PRÉSIDENT



Me voilà rendu à la deuxième année de mon mandat, qui en compte trois. Si la première en fut une d'apprentissage et d'adaptation à plusieurs niveaux, j'espère que celle-ci sera marquée par une stabilité...rassurante.

Les idées ne manquent pas. Notre organisation doit s'assurer d'être vivante et continuer à se développer. Il ne suffit pas de répéter les mêmes activités et les mêmes expériences. **Il faut se renouveler!** Dans cet esprit, chaque comité et chaque équipe organisatrice des rencontres, verront à considérer certains changements ou tout simplement, quelques modifications. Cette latitude s'exercera aussi dans le choix des lieux de rencontres. En effet, suite à une analyse et à une réflexion sérieuses, le Conseil sectoriel a laissé de côté l'idée d'une entente de deux (2) ans avec un complexe hôtelier. Donc, plusieurs options s'offriront à nous.

Une chose est certaine...**Satisfaire** le plus grand nombre de membres possible. Nos bénévoles méritent toute notre admiration et nos remerciements chaleureux.

Je vous invite donc à participer nombreuses et nombreux...à vous impliquer et ce, à la mesure de vos goûts et disponibilités.

Amicalement,

François Duperré, président

MOT DE LA PRÉSIDENTE

Bonjour,

Inutile de vous parler de cet été plutôt...maussade. Mais il nous faut reprendre les opérations. Je vais, en quelques mots, vous informer des activités régionales de cette deuxième année du triennat.

Le 3 octobre, il y aura une manifestation à Montréal organisée par la CSQ. Nous serons certainement sollicités pour soutenir nos ex-collègues de l'éducation et de la santé.



Du 26 au 29 octobre, le Conseil régional recevra à Chicoutimi, le Conseil National qui est, l'autorité première entre les congrès. Il est formé des membres du conseil d'administration et des personnes présidentes des secteurs. Il se réunit deux fois par an. Ses sujets sont déterminés par le conseil d'administration. Le conseil national adopte le plan d'action national et le budget. Dès le début du mois d'août, nous commençons les préparatifs ; nous travaillons très fort dans le but que toutes ces personnes conservent un excellent souvenir de leur séjour au Saguenay.

Tout au long de l'année 2015-2016, les responsables sectoriels seront invités à une journée de formation. **En novembre**, ce sera ceux et celles de l'action socio-politique, de l'environnement et de la retraite. **En février**, ce sera ceux et celles des assurances, de la condition des hommes et de la condition des femmes.

Comme vous pouvez le constater, votre association est toujours présente, active auprès de ses membres et empressée de défendre vos droits...nos droits.

Je vous invite donc à suivre dans l'Infolettre, l'évolution des dossiers et à participer activement aux différentes activités dans votre secteur.

Bonne année !
Francine Tremblay
Présidente régionale.

PRÉSENTATION DU COMITÉ DU BULLETIN SECTORIEL

Le bulletin sectoriel, de sa nouvelle appellation « *LA VOIX DES RIVES* », a pour but d'informer les membres sur les activités sectorielles, régionales et nationales. Vous y trouverez :

- ↵ Un calendrier des activités sectorielles, régionales et nationales;
- ↵ Des rapports d'activités;
- ↵ Des invitations;
- ↵ Des dossiers d'actualité;
- ↵ Des projets;
- ↵ Des suggestions d'activités sociales;
- ↵ De l'information diverse.

Les pages de « *LA VOIX DES RIVES* » vous sont grandes ouvertes. Pour la rédaction d'un article, l'annonce d'une nouvelle activité ou encore, si vous désirez participer à la publication du bulletin, n'hésitez pas à communiquer avec un membre du comité. Vos commentaires et suggestions seront les bienvenus.

Pour l'année 2015-2016, il y aura deux parutions du bulletin. La date de tombée pour soumettre vos articles est le **24 janvier 2016**.

Sur le site Web de l'AREQ Chicoutimi-Valin vous retrouverez : la version intégrale de notre bulletin; les textes de Carmen Dallaire, de Jacques P Vaillancourt et les chroniques de Claire Chainey

Au plaisir de toujours bien vous servir et vous informer.



LA RENTRÉE

La **fête champêtre** qui marque la rentrée et qui lance le début de nos activités, se tiendra le mercredi **9 septembre, à compter de 10 h** à notre endroit habituel, soit au Club nautique du Fjord, à Valin.

Tous les membres, anciens et nouveaux, sont invités. Autour d'un verre de l'amitié, ce sera l'occasion de se revoir et de recevoir toutes les informations sur la nouvelle programmation des activités de l'année 2015/2016.

À midi, un diner vous sera servi. Malgré l'austérité, la contribution pour cette activité n'a pas changé *just'un p'tit dix dollars!*

SOYEZ LES BIENVENUS... et si le cœur vous en dit, profitez-en pour vous impliquer dans l'un ou l'autre de nos comités!

Hâte de vous retrouver!



ACCUEIL DES NOUVEAUX MEMBRES 2015

Vous êtes toutes et tous cordialement invités à venir célébrer l'arrivée des nouvelles et nouveaux retraités(es). Un 4 à 7 avec souper/buffet aura lieu le mercredi **14 octobre à 15 h 30** à l'Hôtel La Saguenéenne, **coût 15\$**. À cette occasion le *Chœur Euphonie* nous offrira quelques chansons.

Inscrivez-vous avant le 6 octobre 2015 soit par courriel à « mabail@videotron.ca » ou par téléphone à Louise Denis au 418 543-8772



Côté, Jeanne-Mance
Dombrowskd, Ann
Émond, Brigitte
Gagné, Denis
Gauthier, Béatrice
Gilbert, Michel
Girard, Doris
Grenon Nicole

Guérin, Raymond
Lajoie, Chantale
Maltais, Normand
Meloche, Denis
Noël, Gaétanne
Potvin, Hélène
Raymond, Guylaine
Raymond, Lucie

Brunch du Nouvel An 2016

Commençons l'année ensemble dans une ambiance festive.



Nous vous invitons le jeudi 7 janvier à la **Saguenéenne** - salle « **Cabaret B** »

L'accueil se fera à 9 h.

Inscription à Mario Baillargeon avant le 3 janvier « mabail@videotron.ca » ou par téléphone à Hélène Tremblay 418-549-4112 **au coût de : 10\$**

Fête des Sages

La fête des Sages se tiendra le **11 février à 13 h 30, Hôtel la Saguenéenne**, salle « **Cabaret B** ». Inscription à Mario Baillargeon avant le 7 février « mabail@videotron.ca » ou par téléphone à Madeleine Tremblay 418-543-1044.



DÉJEUNERS MENSUELS



Pour l'année 2015/2016, il y aura du nouveau en rapport avec nos déjeuners mensuels - **nous essaierons différents restaurants.**

- | | |
|------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 8 octobre | Hôtel Le Parasol - Monique et Claudette vous accueilleront; |
| 5 novembre | Hôtel La Saguenéenne - Pierre Leclerc vous accueillera
(Journée internationale des hommes); |
| 3 décembre | Hôtel La Saguenéenne - Béatrice et Dorothée vous accueilleront; |
| 4 février | Hôtel La Saguenéenne - Béatrice et Dorothée vous accueilleront; |
| 3 mars | Hôtel La Saguenéenne - Huguette et Denise vous accueilleront; |
| 7 avril | Hôtel Le Parasol - Monique et Claudette vous accueilleront; |
| 5 mai | Auberge La Tourelle - Huguette et Louise vous accueilleront; |

Des surprises vous attendront avec différents thèmes choisis. Conjoints, partenaires et amis sont les bienvenus - Pour toute information : Louise Denis, responsable.

NÉCROLOGIE



Pendant l'année 2014-2015, vingt et un (21) de nos membres sont décédés. Parfois, nous l'apprenons par la rubrique nécrologique d'un journal; d'autres fois, par la famille ou une connaissance.

Malheureusement, le plus souvent, nous retrouvons cette information quelques mois plus tard en questionnant la liste dans la gestion des membres de l'AREQ.

Autant que possible, nous nous efforçons de rendre une visite aux proches. À tout le moins, nous prenons contact afin de leur offrir toutes nos sympathies.

Nous sollicitons votre collaboration afin que **vous nous informiez** le plus rapidement possible du décès d'une personne que vous croyez être membre de notre association. Il y a toujours un membre du Conseil sectoriel en mesure de recevoir votre message et d'y donner suite. Votre aide nous permettra d'être présents au moment opportun auprès des proches parents ou amis.

N'OUBLIEZ PAS... À tous les ans, à l'église Notre-Dame-du-Royaume, une messe commémorative est célébrée en leur mémoire.

Cette année, elle aura lieu le vendredi, 6 novembre, à compter de 14 h 30. Membres décédés entre le 1^{er} juillet 2014 et le 30 juin 2015.

2014		2015	
8 juillet	Jocelyn Aubé	19 janvier	Irène Lapointe
31 juillet	Jeannine Gauthier	31 janvier	Solange Chantal Potvin
28 septembre	Lucille Plourde	9 février	Ernestine d'Autreuil Devost
30 septembre	Errol Gagnon	21 mars	Jean-Noël Lavoie
25 octobre	Martial Tremblay	25 mars	Ange-Emma Fortin
31 octobre	Gaëtane Lamontagne	7 avril	Huguette Côté
12 novembre	Rosaire Lapointe	8 avril	Marthe Morin Gagné
31 novembre	Paul Lajoie	22 avril	Daniel Rioux
5 décembre	Lisette Barrette	24 avril	Jean-Yves Ruelland
31 décembre	Suzanne Dubé	18 mai	Michel Dufour
		8 juin	Lise Tremblay



Souper de Noël



Voici le temps de vous inviter à notre **Super party de Noël**.
C'est l'occasion rêvée de tous nous retrouver autour d'une bonne table.

Le jeudi, 10 décembre 2015, à 18 heures à la Saguenéenne, le disc-jockey **Éric Dufour** animera la soirée au son d'une musique qui ne laissera personne assis ou indifférent!

Nous vous attendons en grand nombre...**vous ne serez pas déçus**. Réservez tôt!
Au plaisir de vous revoir, Jacques et Denise

Coût : membre et ami cotisant de l'AREQ : 30\$; conjoint ou non-membre : 40\$

Cette année, le menu sera à la hauteur de vos attentes

Entrées : Salade mandarine noix de coco et vinaigrette à la framboise et graines de pavot
Terrine du terroir et son confit d'oignons caramélisés

Potage : Crème

Plat principal : Rôti de contrefilet New-York (cuisson médium), servi avec patate, légumes.

Dessert : Gâteau de Noël du chef, thé, café

Un verre de vin (blanc ou rouge) vous sera servi au début du repas.

Huit personnes par table. Inscrire le responsable de la table sur la 1^{ère} ligne. Si votre table compte moins de 8 convives, nous pourrons la compléter. Il y a seulement 3 tables de 10 places (premiers inscrits). Indiquez si vous avez des allergies alimentaires.



NOM	TÉLÉPHONE	ALLERGIES

J'inclus un chèque de.....\$ (**non remboursable**) à l'ordre de **l'AREQ-02 A, daté du jour de l'envoi**. Ne **pas** envoyer d'argent. **Date limite d'inscription : 27 novembre**.

Poster à :

L'AREQ 02-A, a/s Madame Denise Côté,
105, route de Tadoussac, Saint-Fulgence G0V 1S0
674-1418 ou denyzcote@hotmail.com



VOYAGE AREQ 2016



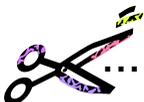
À la demande de plusieurs de nos membres, la destination retenue cette année est la **Baie Georgienne, Ontario, Lac Michigan, Détroit, passport obligatoire**. Bloquez ces dates à votre agenda : **Du 12 au 18 juin 2016 soit 7 jours/6 nuits**. Les détails et le prix de ce voyage vous seront dévoilés ultérieurement. Si cette destination vous intéresse, veuillez compléter le formulaire ci-dessous.

PRÉINSCRIPTION (DATE LIMITE 20 OCTOBRE 2015)

Pour réserver une place : Faire parvenir ce formulaire accompagné d'un chèque de 100\$ (daté de **janvier 2016**). Ce montant vous sera remboursé si le trajet ou le prix final ne vous convient pas (aucune raison requise). Un déjeuner d'information aura lieu en novembre pour les personnes inscrites. **Premiers arrivés, premiers inscrits!** Nous créerons une liste de réserve après 40 inscriptions. Hâtez-vous!

Faire le chèque au nom de AREQ 02-A, adressé à :

Marie-France Veillette, 700, rue Des Perdrix, Chicoutimi, G7H 6Y3.



NOM : _____

Tél. : _____

Cellulaire : _____

Courriel : _____

Lise Lapointe Tél. : 549-9370
lapointelise@videotron.ca

Marie-France Veillette Tél. : 545-9250
marie.francev@hotmail.com

Le Chœur Euphonie



Désormais, les membres du Chœur se rencontreront au sous-sol de l'Église du Christ-Roi pour les répétitions. Un nouveau défi.

Cet automne, le travail ne manquera pas. Voici ce qui nous attend :

- * préparation de la prestation pour l'accueil des nouveaux
- * préparation de la messe du Souvenir le 6 novembre à l'église Notre-Dame du Royaume;
- * enregistrement de la deuxième partie, du troisième cd, pour célébrer le 15^e anniversaire de la chorale;
- * préparation de la prestation pour le souper de Noël, le 10 décembre à la Saguenéenne.

À cela s'ajoutent quelques surprises que Monique Boisvert, fondatrice et responsable de la chorale ainsi que Micheline Hamel, chef de chœur, auront concoctées pendant les vacances. Mais c'est toujours avec une grande joie et un bel enthousiasme que les choristes se retrouvent et relèvent les défis proposés et ce, pour le plus grand plaisir de vous tous, les membres.

Invitation - conférences

La Société d'étude et de conférences, section Saguenay-Lac-Saint-Jean (SÉC) vous invite à assister à deux conférences qui seront présentées cet automne.

Endroit : **La Pulperie de Chicoutimi** - Heure : **13 h 30** - Coût : **5\$**

Le mercredi 14 octobre : Mme **Dany Tremblay**, membre de l'APES (Association professionnelle des écrivains de la Sagamie) et auteure, entre autres, de « **Un sein en moins ! Et après...** »

Mercredi le 18 novembre : Mme **Sükran Tipi**, polyglotte, doctorante à l'Université Laval en anthropologie (Langue et savoirs en territoire Ilnu) et consultante pour les Premières Nations (Patrimoine, culture et territoire).

Bienvenue à toutes et à tous !

Jacinte Lavoie, présidente de la SÉC

TOUJOURS EN ACTION

Comme à chaque année, nous vous proposons deux projets dans le cadre du programme AREQ « **Toujours en action** ».

Le premier sera un complément à celui de l'an dernier qui touchait « **L'accompagnement en soins palliatifs** ». Sa réalisation sera aussi confiée à l'organisme Palli-Aide.

L'autre projet s'adressera aux personnes désirant développer une alimentation saine du type « **Cuisine en santé, pour deux** ».

Celles et ceux intéressés par un de ces projets devront se manifester d'ici la période des Fêtes auprès d'un membre du Conseil sectoriel. Vous pouvez aussi communiquer avec François Duperré en téléphonant au 418-973-4466 ou par le biais de son courriel à jofmduperre@yahoo.ca.

Comité « Environnement et développement durable »

Cette année 3 principes environnementaux guideront les actions du comité :

L'**eau**, source de vie

L'**air**, souffle de vie

La **terre**, force de vie



Le comité formé de Claire Fortin, Louise Denis et deux nouvelles recrues, Michelle Fortin et Danyelle Tremblay, vous offrira quelques activités susceptibles de vous intéresser.

Prenez bonne note vous serez appelés à célébrer :

- le 22 mars, la journée mondiale de l'**eau**;
- le 22 avril celle de la **terre**.

En attendant, réfléchissons et agissons pour concrétiser ces principes.

Louise Denis

DÉTENTES ET LOISIRS



Cours de TAI CHI

Cette année, des cours de Tai Chi Taoïste, débutants, vous sont offerts.

LE TAI CHI TAOÏSTE est une suite de 108 mouvements, visant l'amélioration de la santé physique et spirituelle.

Où : Église St-Mathias, salle no 3 au 327, rue Lévesque, secteur Arvida

Quand : lundi de 19 h à 21 h; jeudi de 13 h 30 à 15 h 30; samedi de 10 h à 12 h

Coût : Le premier cours est gratuit. Il y a possibilité de covoiturage.

Pour plus d'informations : Louise Denis 418-543-8772

Cours de HATHA-YOGA

RETROUVER ENERGIE, EQUILIBRE ET SOUPLESSE

Cours de « **HATHA-YOGA** » débutants et intermédiaires

Le jeudi de 14 h à 15 h 30 au Centre Léonard Chrétien, Rivière du Moulin.

Session : 12 semaines, débutant le 22 septembre 2015.

« **Le premier cours est gratuit** »

GUYLAINE GAGNON, TRP, Réflexologue, professeure de Yoga, depuis 2009

Membre de la FÉDÉRATION FRANCOPHONE DE YOGA

Pour toute information, contacter Gaétane Pouliot au 418 696-3181 ou par courriel gp.rochette@videotron.ca



DANSE EN LIGNE



Danse en ligne pour débutant à la salle Léonidas Chrétien 1410 rue des Cèdres.

Les cours d'une durée d'une heure commenceront le **8 septembre à 13 h.**

Le **coût est de 7\$** par cours. *Pas besoin de s'inscrire.*

« Pour informations, contactez Lily Fortin au 418 543-2498 ou par courriel à "lilyfolie@videotron.ca »

Cours d'initiation au bridge

Nouveauté cette année nous vous proposons un passe-temps qui vous permettra de garder l'esprit alerte. **Le bridge**

OÙ : Centre des Arts et de la Culture de Chicoutimi

QUAND : Le lundi, mardi ou mercredi soir du 19 h à 21 h 45

COÛT : 10\$ par cours



Les cours vous seront donnés par Mme Huguette Dufour, professeur d'expérience, du Club de bridge de Chicoutimi. Vous pouvez vous inscrire seul, en paire ou en groupe.

Pour informations, n'hésitez pas à contacter Denise Dufour au 418 973-6709.

MUSICIENS RECHERCHÉS



Nous recherchons des musiciens amateurs afin de former un groupe pour faire du rock et avoir du « fun ». Que vous soyez pianiste, trompettiste, violoniste, guitariste, chanteur, choriste, etc. **Toutes et tous êtes les bienvenus.**

Pour information, contactez Hélène Gagnon téléphone. :549-1923
courriel : helenegagnon57@videotron.ca. J'attends votre appel!

LE BLUES... SA NAISSANCE...SON ÉVOLUTION, LA PLANCHE DE SALUT DES NOIRS AMÉRICAINS

Atelier très dynamique d'une durée de 14 h (40% magistral et 60% musical) animé par **Alain Villeneuve**, en collaboration avec « Éveille ma culture ».

Les ateliers auront lieu le **jeudi 10 h à 12 h**, à Chicoutimi, pour un groupe de 12 à 15 personnes

Pour information, contactez Danielle Chamberland au 973-5022 ou par courriel daniellechamberland27@gmail.com



LES RANDONNÉES D'AUTOMNE



Les randonnées d'automne débuteront le lundi 14 septembre prochain. Venez découvrir avec nous des lieux parfois insoupçonnés tout en gardant la forme. Les trajets sont d'environ 6 km et durent en moyenne 1 h 30 à 2 h.

Bienvenue à tous : amis (es), conjoints (es), parenté.

Pour information : Claire Fortin (418-973-4466) ou

clairefortin@netcourrier.com

DATE	LIEU D'ACTIVITÉ	DÉPART ET DURÉE	DÉTAIL DU PARCOURS
14 sept.	Du Parc de la Colline St-Nicolas	9 h à midi	Belvédère St-Nicolas, derrière l'école St-Henri (Le Passage)
21 sept.	Bec-Scie, Sentier Passe- du- Matelot	9 h à midi	Centre Plein-Air Bec-Scie, La Baie
28 sept	Sentier des Messieurs	8 h à 16 h	3 km rue Eugène-Morin, Petit-Saguenay
5 oct.	Rivière Langevin	9 h à midi	Au bout rue St-Timothée (rive Est de la rivière)
12 oct.	Mont-Jacob	9 h à midi	Sur le stationnement du CNE
19 oct.	Cap-au-Leste	9 h à midi	Au bout du chemin à droite entre St-Fulgence et Ste-Rose-du-Nord
26 oct.	Sentier du Manoir	9 h à midi	Stationnement du Manoir du Saguenay au pont d'aluminium Dîner en groupe

Vous rendre 10 minutes avant l'heure du départ à l'horloge sur la zone portuaire. Covoiturage avec compensation pour l'essence : dans Chicoutimi (0\$), moins de 40 km (5\$), 40 à 100km (10\$). Apportez : eau, collation, lotion anti-moustiques, protection solaire, etc...et une bonne chaussure de marche.

À très bientôt!

MERCI!

MERCI!

UN NOUVEAU SOUFFLE!

Au cours de la dernière année, la responsable du bulletin sectoriel Sylvie Pelletier, avait reçu et accepté le mandat de revoir cette communication écrite avec les membres.

Tous les changements apportés ont été présentés et acceptés par le Conseil sectoriel.

C'est ainsi qu'une équipe, à la fois expérimentée mais quelque peu renouvelée, a procédé à plusieurs modifications tant au niveau de la présentation que du contenu.

Vous avez sûrement remarqué que le nom du bulletin a été changé pour « *La Voix des Rives* ». Cette nouvelle appellation qui a été retenue est bien représentative de notre réalité car notre association regroupe les membres de l'AREQ de Chicoutimi et de Valin soit les deux côtés du Saguenay.

En prenant connaissance de tous ces changements et particulièrement du nom, on ne peut s'empêcher de penser à toutes celles et à tous ceux qui ont travaillé fort. Ils ont réussi à mettre en place et à établir solidement ce bulletin qui fut pendant longtemps, le principal moyen pour transmettre les informations de notre secteur. Nous devons avoir une grande reconnaissance pour les pionnières et les pionniers de la première heure. Sans oublier pour autant, tous les membres qui, au cours des ans, ont œuvré bénévolement pour assurer la parution du bulletin.

Un grand merci à vous toutes et tous!

Les temps changent. Les moyens de communication se diversifient. Encore aujourd'hui et même avec tous ces ajustements, « *La Voix des Rives* » demeure toujours un outil de communication souhaité, prisé et consulté par un très grand nombre d'entre nous. Il n'y a aucun doute que l'équipe en place a très bien relevé le défi. Nous leur souhaitons bonne route dans cette « voie » de l'information!

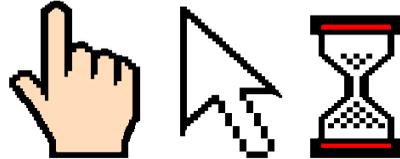
UN MERCI SINCÈRE du Conseil sectoriel.

!

INTERNET

Plus de 400 de nos membres nous ont informés de leur adresse courriel. S'il y en avait d'autres parmi vous qui désirez en faire autant, vous n'avez qu'à communiquer votre adresse électronique à Mario Baillargeon mabail@videotron.ca.

http://www.



Ainsi, vous recevrez des invitations, des messages et d'autres informations pertinentes provenant de l'AREQ sectoriel Chicoutimi-Valin.

FACEBOOK

LE SAVIEZ-VOUS... L'AREQ Chicoutimi-Valin a aussi une page Facebook. Ce qui est important que vous sachiez c'est que ce sont **seulement** les membres de l'AREQ Chicoutimi-Valin qui peuvent consulter cette page. Ce site Facebook vous permet de partager des informations ou des photos qui vous tiennent à cœur.

N'hésitez surtout pas à venir vous joindre à nous, par le biais du site web de **L'AREQ Chicoutimi-Valin**.

Mise en page : *Claudette Deschênes*

MERCI À NOS PARTENAIRES

SYNDICAT DE L'ENSEIGNEMENT DU SAGUENAY, Chicoutimi 418-549-8523

LA COMMISSION SCOLAIRE DES-RIVES-DU-SAGUENAY – Service de reprographie

***Association des retraitées et des retraités de l'éducation
et des autres services publics du Québec
AREQ (CSQ) – secteur Chicoutimi-Valin, #71, 2015)***