

---

Association des retraitées et des retraités  
de l'éducation et des autres services publics du Québec

*Enfilante  
le temps...*



---

## **LE SOMMAIRE**

---

LE DROIT FIL- Mot de la présidente, Secteur D, Petite-Nation	3
-Mot du président régional	4
LE FIL CONDUCTEUR	
Nouvelles nationales et régionales	5-6
Nouvelles sectorielles	7
LE FIL DES COMITÉS	8-17
RENCONTRE RÉGIONALE	17-21
LE FIL NOUÉ - LE FIL CASSÉ-	22
LE FIL SE TISSE	21-27

---

## **L'équipe du journal**

---

Denise Fahey      Suzanne Gauthier-Lalonde      Lucie Lacoste-Monfils  
Rollande Hébert-Corbeil      Micheline Maillé, répondante  
Suzanne Séguin      Ginette Labrosse-Lafleur

---

## **Nos collaborateurs et collaboratrices**

---

Denise Fahey      Irénée Monfils  
Joël Quenault      Lucie Sabourin

Les membres responsables des comités

---

Photo-couverture " Quiétude " par Claude Bureau  
Ch. Du Domaine des 4 AS, Chénéville

---

## *Le droit fil...*



Quand l'été va,  
tout va !

Quel été  
exceptionnel !  
Nous rentrons  
avec un teint doré  
par le soleil et

contents des vacances que nous venons de vivre chacun de notre côté. Nos journées ont été remplies de belles rencontres et de plaisirs en famille. Nos athlètes ont remporté 22 médailles aux Jeux olympiques de Rio. Nous sommes confiants en l'avenir et prêts à débiter une autre année au sein de notre Association.

L'année 2016-2017 en est une de changement. Au Congrès à Lévis en juin prochain, les délégués devront voter pour élire de nouveaux membres au Conseil exécutif. Ils auront aussi à voter sur des amendements aux Statuts et règlements de l'Association. Au niveau régional, des séances d'information se tiendront à l'automne, afin d'aider les membres délégués à mieux comprendre les attentes du Congrès national. Du côté sectoriel, il y aura aussi quatre postes en élection au printemps : présidence, 2<sup>e</sup> vice-présidence, secrétariat et conseiller ou conseillère.

Le calendrier des activités sectorielles est prêt. Il est aussi disponible sur notre site web. Les membres de votre Conseil souhaitent vous voir participer en grand nombre aux différentes rencontres

proposées. Des appels téléphoniques seront faits ainsi que des envois par courriel pour ceux et celles qui sont branchés. Être à l'affût de ce qui se passe et s'impliquer peut faire toute une différence pour notre mieux-être en particulier et celui de la collectivité, en général. L'AREQ régionale nous propose aussi des activités-voyages auxquelles nous pouvons nous joindre. Le nombre de membres actifs de notre secteur ne permet pas d'organiser ce genre de projet de plus grande envergure. Alors, profitons des offres qui nous sont faites...

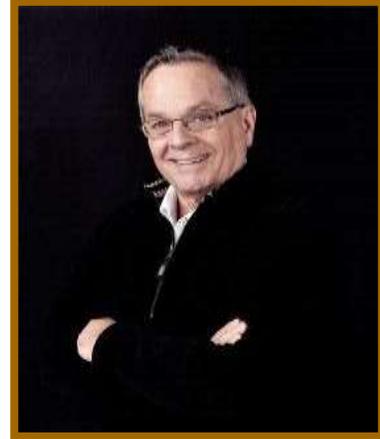
Le bureau de l'AREQ nationale nous fait parvenir chaque semaine l'Infolettre que je transmets aux membres ayant une adresse électronique. Restons attentifs aussi à l'actualité en lien avec notre réalité de personnes retraitées afin de sauvegarder notre qualité de vie.

Je vous souhaite de vivre cette nouvelle année aréquienne dans le partage et la complicité. N'hésitez surtout pas à nous communiquer votre appréciation, votre point de vue ou vos idées créatives. Comme le dit si bien la pancarte remise à chacun des bénévoles en juin dernier :

"Seul, on va plus vite. Ensemble, on va plus loin." L'automne est arrivé. Vibrions devant sa palette de couleurs aux tons rouge et cannelle et savourons les récoltes de l'été. Bon envol à toutes et à tous.

*Micheline Maillé, présidente sectorielle*

*Un mot de notre  
président régional  
Michel Tessier*



Bonjour à tous,

C'est un plaisir de vous retrouver après cet été au début un peu frisquet et quelques périodes de chaleur qui ont su ralentir notre rythme et profiter des coins d'ombre afin de relaxer. On nous annonce un très bel automne, ensoleillé et agréable. L'année 2016-2017 à l'AREQ saura aussi vous révéler de belles surprises.

Dans chacun de vos secteurs, vous retrouverez les activités habituelles que votre Conseil sectoriel aura préparées avec soin. Au niveau régional, nous entamons la troisième année du triennat. En plus des activités régionales et sectorielles ordinairement prévues au programme (consulter le calendrier sur le site web), nous offrirons en novembre une formation en trésorerie. Avec la tenue du congrès en fin mai 2017, une 1<sup>re</sup> rencontre des délégations aura lieu à la mi-novembre lors de la visite du Conseil exécutif de l'Association. À cause du calendrier assez chargé, nous reportons à l'an prochain notre rencontre régionale.

Dans notre mandat, vous êtes notre priorité! Votre participation est garante de votre attachement à votre Association et de la réussite de différentes activités que vous préparent avec beaucoup de cœur vos Conseils sectoriels et vos différents comités sectoriels et régionaux. C'est ensemble que nous pourrons mieux faire avancer différents dossiers.

Ensemble, nous accomplissons un travail d'organisation, d'information et d'animation afin de vous assurer une vie associative intéressante et captivante.

En mon nom et au nom des membres du Conseil régional, je vous souhaite un automne des plus agréables et des rencontres des plus réjouissantes.

Au plaisir de vous revoir lors d'une activité de votre secteur ou régionale.

Bien vôtre,

*Michel Tessier, Président régional AREQ-  
Outaouais*

## Nouvelles nationales

### **Bourses de l'AREQ pour le soutien à la formation 2017**

#### **Présentation générale**

Les bourses de l'AREQ pour le soutien à la formation ont été créées en juin 2011, dans la foulée du 50e anniversaire de l'Association. Elles visent à soutenir des membres de l'AREQ ou encore leurs proches inscrits dans une démarche de formation ou de perfectionnement. Le sujet d'étude peut être lié autant à un champ d'intérêt personnel (arts, communications, etc.) que professionnel (éducation, santé, etc.). Ce programme a pour buts d'accroître le sentiment d'appartenance des membres de l'AREQ, de créer des liens intergénérationnels, d'encourager la formation dans des domaines d'études variés, de soutenir la persévérance scolaire et la formation continue et d'assurer le rayonnement de l'Association.

#### **Personnes admissibles**

Le programme de bourses s'adresse aux membres réguliers de l'AREQ ainsi qu'à leurs enfants ou petits-enfants (à condition qu'ils soient âgés d'au moins 12 ans).

Les personnes élues au conseil d'administration de l'AREQ et les membres de leur famille ne peuvent soumettre leur candidature.

Les candidates et candidats doivent être inscrits à un programme d'études offert par:

-une institution publique reconnue par le ministère de l'Éducation, du Loisir et du Sport (MELS);

-un organisme d'éducation populaire reconnu par le MELS, par le ministère de la Santé et des Services sociaux (MSSS) ou par le ministère de l'Emploi et de la Solidarité (MESS).

#### **Bourses décernées**

Les bourses sont décernées dans les dix régions de l'AREQ, en rotation, sur une base triennale. **Cette année, la région 07 est concernée et une somme de 1 000 \$ sera répartie également entre les récipiendaires. Cependant, les bourses sont d'un minimum de 250 \$ et d'un maximum de 500 \$.**

#### **Dossier de participation**

Les candidates et candidats doivent remplir le [formulaire de mise en candidature](#), disponible sur le site web de l'AREQ. Ce formulaire doit contenir les coordonnées de la personne, un texte de présentation portant sur son intérêt à la formation (maximum 250 mots) et une lettre de la personne directrice de l'établissement scolaire ou de l'organisme d'éducation populaire attestant la fréquentation à ladite formation.

Le formulaire et la lettre d'attestation doivent être acheminés à l'attention de la personne présidente de secteur de l'AREQ entre le 15 janvier et le 1er mars 2017.

#### **Sélection et remise des bourses**

La sélection des récipiendaires est confiée aux régions. La remise des bourses a lieu lors d'une assemblée générale régionale ou sectorielle. Les personnes récipiendaires doivent être présentes pour recevoir leur prix

*Le fil conducteur...*



## Nouvelles régionales

CONSEIL RÉGIONAL 2016-2017



### PRÉSIDENTES DES CONSEILS SECTORIELS

A – <a href="#">Haute-Gatineau</a>	Mme Francine Guy
B – <a href="#">Pontiac</a>	Mme Gisèle Amyotte-Ladouceur
C – <a href="#">Du Lièvre</a>	Mme Madeleine Madore-Trudel
D – <a href="#">Petite-Nation</a>	Mme Micheline Maillé
E – <a href="#">Hull-Aylmer</a>	Mme Nicole Tremblay
G – <a href="#">Des Draveurs</a>	Mme Lise Brunet
H – <a href="#">Ottawa</a>	Mme Micheline Hamel

### Responsables des comités régionaux 2014-2017

Comités	Nom	Courriel
Assurances	Mme Murielle Tessier	<a href="mailto:murielletessier@videotron.ca">murielletessier@videotron.ca</a>
Condition des femmes	Mme Carmen Langlais	<a href="mailto:carmenlanglais.fc@gmail.com">carmenlanglais.fc@gmail.com</a>
Condition des hommes	M. Robert Provencher	<a href="mailto:rprovencher@videotron.ca">rprovencher@videotron.ca</a>
Environnement	M. Jean-Guy Patenaude	<a href="mailto:iangue@hotmail.com">iangue@hotmail.com</a>
Retraite	M. Jacques Paulhus	<a href="mailto:jpaulhus@videotron.ca">jpaulhus@videotron.ca</a>
Sociopolitique	M. Jean-Paul Descoeurs	<a href="mailto:descoeursgolf@gmail.com">descoeursgolf@gmail.com</a>

## Nouvelles sectorielles



<b>CONSEIL SECTORIEL « D » - PETITE-NATION 2016-2017</b>		
<b>Poste</b>	<b>Nom</b>	<b>Courriel</b>
Présidente	Mme Micheline Maillé	<a href="mailto:mmailleca@yahoo.ca">mmailleca@yahoo.ca</a>
1 <sup>er</sup> vice-président	M. Jean-Paul Descoeurs	<a href="mailto:descoeursgolf@gmail.com">descoeursgolf@gmail.com</a>
2 <sup>e</sup> vice-président	M. Joël Quenault	<a href="mailto:jquenault@ipapineau.net">jquenault@ipapineau.net</a>
Secrétaire	Mme Lucie Sabourin	<a href="mailto:luciesabourin@hotmail.com">luciesabourin@hotmail.com</a>
Trésorière	Mme Rollande Hébert-Corbeil	<a href="mailto:herolbeil@videotron.ca">herolbeil@videotron.ca</a>
Conseillère	Mme Nicole Aubry-Hébert	<a href="mailto:cocoleni@icloud.com">cocoleni@icloud.com</a>
<b>Nos représentants aux comités régionaux et à FLG 2016-2017</b>		
	<b>Nom</b>	<b>Courriel</b>
Assurances	À combler	
Condition des femmes	Mme Rollande Hébert-Corbeil	<a href="mailto:herolbeil@videotron.ca">herolbeil@videotron.ca</a>
Condition des hommes	M. Irénée Monfils	<a href="mailto:mascotte@videotron.ca">mascotte@videotron.ca</a>
Environnement	M. Joël Quenault	<a href="mailto:jquenault@ipapineau.net">jquenault@ipapineau.net</a>
Retraite	Mme Louise Boudreault	<a href="mailto:proulx.boudreault@gmail.com">proulx.boudreault@gmail.com</a>
Sociopolitique	M. Diane Modéry	<a href="mailto:rosemodery@yahoo.com">rosemodery@yahoo.com</a>
Fondation Laure-Gaudrault	Mme Nicole Aubry-Hébert	<a href="mailto:cocoleni@icloud.com">cocoleni@icloud.com</a>

## Nos comités sectoriels

### L'accueil

Mme Nicole Aubry-Hébert, répondante CS; Mme Rachel Aubry, responsable; Mme Lucie Lacoste-Monfils; Mme Monique Whissell.

### Bulletin

Mme Micheline Maillé, répondante CS; Mme Denise Fahey, responsable; Mme Suzanne Gauthier-Lalonde; Mme Lucie Lacoste-Monfils; Mme Rollande Hébert-Corbeil; Mme Ginette Labrosse-Lafleur; Mme Suzanne Angrignon-Séguin (photographie et distribution).

### Chœur joyeux

Mme Nicole Aubry-Hébert, répondante CS; Mme Diane Modéry, responsable; Mme Denise Fahey; Mme Lucie Lacoste-Monfils; Mme Monique Whissell.

### Chaîne téléphonique



Mme Rollande Hébert-Corbeil, répondante CS; Mme Suzanne Séguin; Mme Denise Fahey; M. Melvin Durocher; Mme Georgette Ménard; Mme Pierrette Gerard; Mme Michèle Mantha-Simon; M. Marcel Otis; Mme Suzanne Gauthier-Lalonde; M. Raymond Whissell; Mme Lucie Lacoste-Monfils; Mme Henriette Villesèche, Mme Francine Longpré.

### Relais Pour la vie

Chef de l'équipe *AREQ-Les gais Lurons* au Relais pour la vie Petite-Nation :

Mme Lucie Lacoste-Monfils



## Fête des bénévoles, juin 2016...

Carmen Langlais, responsable régionale de la Condition des femmes a souhaité voir s'installer, dans tous les secteurs de l'Outaouais, une reconnaissance pour la flamme de l'année à l'AREQ. Cette flamme reconnaît un membre qui s'est démarqué au niveau des 3 missions de l'AREQ : défendre les droits et les intérêts des aînés, participer à la vie associative et

s'engager au mieux-être de la collectivité.

Les membres du conseil du secteur Petite-Nation ont répondu à la demande de madame Langlais et comme première flamme de l'AREQ Petite-Nation, le nom de madame Rolande Hébert-Corbeil a retenu l'attention. Voici le texte qui lui a été lu par la présidente Micheline Maillé à la fête des bénévoles en juin dernier.

*Rolande*



Tout au fond de ton cœur, brille la flamme de l'AREQ

- Membre impliquée à plusieurs niveaux :
- Présidence, condition des femmes, secrétariat, contact avec les membres et tout récemment trésorerie.
- Tu portes de bien grands chapeaux,
- Tout en dégageant une belle énergie.
  
- Des causes, tu en défends,
- Celles des aînés plus particulièrement.
- Tu es performante dans l'action,
- Tu te places en avant dans les manifestations.
  
- Tu ne baisses jamais les bras,
- Malgré les obstacles qui se présentent.
- Les membres profitent de tes mandats.
- Grâce à toi, notre Association reste confiante.
  
- Tu as aussi poussé l'engagement sur une autre gamme,
- De ta famille à ta paroisse, au rôle de proche aidant,
- Ta communauté bénéficie aussi de ta flamme,
- Qui ne diminue pas, à l'AREQ, pour autant.



*Rollande*, l'AREQ Petite-Nation te reconnaît aujourd'hui comme la flamme de l'année 2016, et salue bien bas tout le temps que tu consacres à l'Association et à ta communauté. Puisse-tu continuer à rester en mouvement et faire en sorte que cette flamme passe au suivant.

Pour Rollande, l'impossible est toujours teinté du possible.



Un petit cadeau a accompagné cette reconnaissance. Il s'agit du sac du bénévole que lui a remis Jean-Paul Descoeurs, 1<sup>er</sup> vice-président.

Madame Nicole Aubry-Hébert a remis au nom de la Fondation Laure-Gaudrault un chèque de 900 \$ à Madame Chantal Therrien de la Banque alimentaire de la Petite-Nation.



L'activité de karaoké a rassemblé les membres qui aiment chanter au plus grand plaisir de l'assemblée...



Madame Margot Lalonde Cloutier, membre de notre Association et auteur prolifique originaire de Notre-Dame-de-la-Paix, a fait tirer une copie de son dernier livre intitulé *Ma Cinquième saison*, en plus de celle offerte comme prix de présence par le conseil sectoriel.





Les centres de table, une plante choisie par le 1<sup>er</sup> vice-président, ont aussi fait partie des prix de présence. Une plaque avec l'inscription : Seul, on va plus vite. Ensemble, on va plus loin. a été remise à chacun des bénévoles présents.

À la suite de l'Assemblée générale sectorielle de mai dernier, Madame Rollande Hébert-Corbeil a été élue trésorière à l'AREQ Petite-Nation, poste laissé vacant par monsieur Yvelin Corbeil, qui terminait son deuxième mandat. Madame Lucie Sabourin a accepté le secrétariat pour l'année 2016-2017. Les membres sont heureux de pouvoir compter sur ces compétences pour continuer à faire de notre Association, une association dynamique et vivante. Merci mesdames pour votre ouverture et votre disponibilité.

Un hommage a été rendu au trésorier sortant par monsieur Joël Quenault, 1<sup>er</sup> vice-président, lors de l'Envol 2016.



## Fin de mandat à la trésorerie de 2010 à 2016

*par Joël Quenault et Micheline Maillé*

En cette journée de l'Envol, nous voulons rendre hommage à notre ex-trésorier, Yvelin

Jadis on disait : " Les trésoriers sont les éponges des rois". Faut-il s'en méfier? Les rois eux s'en réjouissaient.

On comprend donc que ce poste se soit donné des règles strictes avec le temps, car l'occuper est à la fois une fonction prodigieuse, mais aussi délicate. Elle demande du doigté, un savoir-faire certain, de la rigueur et de l'honnêteté. Bien qu'ils ne soient pas légion, il existe des gens qui possèdent toutes ces qualités. À l'AREQ, nous avons eu la chance et le bonheur d'avoir au sein de notre Conseil sectoriel des personnes qui répondent à ces exigences et celui qui retient aujourd'hui notre attention,



vous l'avez sans doute reconnu, M. Yvelin Corbeil.

Lors de nos différentes rencontres, au cours des six dernières années, nous avons l'habitude et le bonheur de voir Yvelin nous accueillir, noter notre présence et selon l'activité, ramasser notre contribution. Pour ce faire, il s'était imposé une méthodologie rigoureuse afin d'être prêt à toutes les éventualités. Notamment, s'il devait remettre de l'argent, il avait toujours son enveloppe de petites monnaies. Au retour à la maison, il comptait l'argent recueilli, préparait les dépôts et une petite visite à la Caisse s'imposait. Son défi comptable, aligner dans un tableau : nom de l'activité, entrée d'argent ou dépense, numéro de chèque ou de dépôt, etc. Et, il fallait que ça balance.

Précision, exactitude, fidélité, intégrité sont des compétences propres à la comptabilité. Yvelin a appliqué avec rigueur ces valeurs dans l'exécution de sa tâche. Avec l'avènement de l'informatique et les nouveaux logiciels comptables, il a su s'ajuster rapidement aux demandes de l'AREQ nationale. Les bulletins de confiance reçus lors des vérifications

comptables nationales en témoignent. Au terme de deux mandats de trois ans, il doit se retirer et prendre sa seconde ou troisième retraite. Lui seul peut nous le dire... Aujourd'hui, Yvelin, les membres de l'Association des retraitées et retraités de l'éducation et des autres services publics du Québec, secteur Petite Nation, veulent t'exprimer leur

sincère gratitude et te dire : **Mission accomplie!**

Homme de conscience et de loyauté, tu nous laisses entre les mains d'une personne qui au besoin te demandera conseil. Comme tu es généreux de nature, tu continueras à rayonner à travers ta relève et à l'épauler au besoin, nous en sommes persuadés...

**MERCI** pour ces six années, merci pour le temps consacré à notre **Association!**

## RAPPORT DES ACTIVITÉS EN ENVIRONNEMENT

---



**21 avril 2015**

Nous avons visité l'usine d'épuration des eaux usées située sur la rue Notre- Dame à Gatineau, cela pour souligner le Jour de la terre.

**2 octobre 2015**

Sortie automnale et visite de la cidrerie Coronation Hall près de Bristol dans le Pontiac à 60 km de Hull (douze personnes de notre secteur étaient présentes).

### **11 novembre 2015**

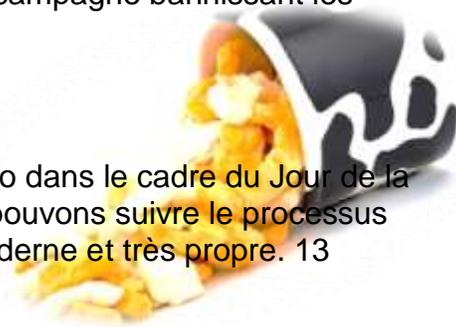
Formation en environnement à Québec pour tous les responsables de la province. Le sujet était : Comment éliminer les plastiques de notre quotidien? Nous devons trouver des actions politiques et citoyennes. À ce sujet, si vous avez des idées, je vous prie de m'en faire part.

### **14 janvier et 22 mars 2016**

Réunions du Comité de l'environnement. Planification et organisation d'activités futures et échange au sujet de la campagne bannissant les plastiques qui se tiendra à l'automne 2016.

### **28 avril 2016**

Visite de la fromagerie à St-Albert en Ontario dans le cadre du Jour de la Terre. Un guide nous accompagne et nous pouvons suivre le processus de la fabrication dans cette usine neuve, moderne et très propre. 13 personnes de notre secteur sont présentes.



### **13 mai 2016**

Comme projet en Environnement, le secteur des Draveurs a organisé la visite du Centre de tri de Gatineau. Tous les secteurs étaient invités. Aucune personne de la Petite-Nation n'a répondu à l'invitation.

### **16 mai 2016**

Réunion du Comité de l'environnement au 15 rue Cholette à Gatineau secteur Hull.

- Préparation de l'activité Eco home (Wakefield)
- Le 9 septembre 2016, nous visiterons une maison écologique ultramoderne : la maison Edelweiss au 37 Chemin des Roches à Wakefield, Québec.

Notre objectif 2017 sera de s'attaquer aux plastiques. Il y aura à l'automne 2016 une campagne antiplastique orchestrée par l'AREQ nationale. Je vous tiendrai vertement au courant.



*Joël Quenault Responsable au comité de  
l'environnement pour la Petite-Nation*



Calendrier des visites aux personnes âgées  
de La Petite-Nation  
Saison 2016-2017



Le **CHŒUR JOYEUX** pour des **INSTANTS DE BONHEUR**

Dates	Heures	Résidences ou salles	Adresses
Lundi 3 octobre 2016	13 h 30	<b>Comité des aînés(es)</b>	Salle communautaire rte 323, <b>N.-D. de la Paix</b>
<b>Action de Grâce</b>			
Lundi 10 octobre 2016	13 h 30	<b>Comité des aînés (es)</b>	Église <b>Montpellier</b>
Lundi 17 octobre 2016	13 h 30	<b>Manoir Chéné</b>	70, rue Hôtel-de-Ville <b>Chénéville</b>
Lundi 24 octobre 2016	13 h 30	<b>Comité des aînés (es)</b>	Église <b>Duhamel</b>
Lundi 31 octobre 2016	13 h 30	<b>Résidence St-André</b>	4, rue St-André <b>St-André-Avellin</b>
Lundi 7 novembre 2016	13 h 30	<b>Résidence Montebello</b>	532, Notre-Dame, <b>Montebello</b>
Lundi 14 novembre 2016	13 h 30	<b>Résidence Ste-Madeleine</b>	933, rang Ste-Madeleine <b>Saint-André-Avellin</b>
Lundi 21 novembre 2016	13 h 30	<b>Manoir des Souvenirs</b>	8, rue Bourgeois <b>Saint-André-Avellin</b>
Lundi 28 novembre 2016	13 h 30	<b>Résidence Desjardins</b>	79, rue Boucher, <b>Ripon</b>
Lundi 5 décembre 2016	13 h 30	<b>Résidence des Aînés</b>	1 <sup>re</sup> Avenue, <b>Plaisance</b>
Lundi 12 décembre 2016	13 h	<b>Action aide loisir Papineau</b>	1165, route 321 Nord <b>Saint-André-Avellin</b>



Jeudi 12 décembre 2016	<b>10 h</b> <b>Chant =10 :30</b>	<b>L'Atelier FSPN</b> <b>(Dîner)</b>	<b>Saint-André- Avellin</b>
<b>Temps des Fêtes</b>			
Lundi 13 février 2017	13 h 30	<b>Résidence Ste- Angélique</b>	236, rue de la Montagne <b>Papineauville</b>
Lundi 20 février 2017	14 h 30	<b>CHSLD</b>	<b>Saint-André- Avellin</b>
Lundi 27 février 2017	15 h	<b>Château Saint- André</b>	<b>Saint-André- Avellin</b>

## Dates à retenir 2016-2017

<b>Dates</b>	<b>Événements</b>	<b>Lieux</b>
<b>2016</b>		
<b>9 septembre</b>	Visite maison Edelweiss (éco énergétique)	Wakefield
<b>12 septembre</b>	Conseil régional (CR)	Gatineau
<b>15 septembre</b>	Conseil sectoriel (CS)	Ripon
<b>22 septembre</b>	Envol des activités	Club de Golf Héritage Notre-Dame-de-la-Paix
<b>13 octobre</b>	Déjeuner 9h30	Restaurant La Villa du Bifteck 58, rue Principale, Chénéville
	Formation Tablette électronique(9h30)	Musée des Pionniers Saint-André-Avellin

<b>24 au 27 octobre</b>	Conseil national (CN) Conseil régional (CR)	Rimouski
<b>2 novembre</b>	Messe commémorative	Paroisse Ste-Angélique Papineauville
<b>8 novembre</b>	Formation trésorerie	Gatineau
<b>10 novembre</b>	Diner + 13h00 whist amical FLG  Inscription 12h30	Restaurant Cite Lin Papineauville Salle municipale de Plaisance 281, rue Desjardins, Plaisance
	Journée éradication du plastique	À déterminer
<b>15-16 novembre</b>	Rencontre des délégués + substituts et CR	Hotel Quality Inn 111, Bellehumeur, Gatineau
<b>19 novembre</b>	Journée internationale des hommes Présentation : "La folie d'un voyage en moto" par M. Paul-André David	
	Formation Bridge ??? Secteur Nord : Gérald Maclay Secteur Sud : Solange Villeneuve	
<b>6 décembre</b>	Vigile de la non-violence	Marche dans les villages du secteur
<b>9 décembre</b>	Diner de Noël	Château Montebello
<b>12 décembre</b>	Conseil régional (CR)	Gatineau
<b>2017</b>		
<b>12 janvier</b>	Déjeuner (9h30)	Restaurant Au Vieux Chaudron Saint-André-Avellin
<b>9 février</b>	Déjeuner (9h30)	Restaurant Au Moulin du Temps Rte 323, Namur
<b>9 février</b>	Activités hivernales (11h00, après le déjeuner)	Centre touristique La Petite Rouge 61, rang des Pruniers, rte323 Saint-Émile-de-Suffolk
<b>8 mars</b>	Journée internationale de la femme	À déterminer
<b>9 mars</b>	Diner (11h30)	La Table des Trois- Vallées

		Gatineau (secteur Buckingham)
<b>14 mars</b>	2 <sup>e</sup> rencontre des délégations au Congrès 2017	Gatineau
<b>27 au 30 mars</b>	Conseil national (CN) + Conseil régional (CN)	Hôtel Le Concorde, Québec
<b>13 avril</b>	Assemblée générale sectorielle- AGS (9h30)	À déterminer
<b>3 mai</b>	Assemblée générale régionale-AGR (9h30)	Hull-Aylmer
<b>11 mai</b>	Diner (11h30)	Restaurant Le Gourmand Notre-Dame-de-la-Paix
<b>29 mai au 1<sup>er</sup> juin</b>	Congrès 2017	Lévis
<b>8 juin</b>	Fête des bénévoles (9h30)	À déterminer
<b>27 juin</b>	Conseil régional (CR)	Gatineau

\*Nous vous aviserons si des changements sont apportés au calendrier.



*L'automne est le printemps de l'hiver*

## L'AREQ au départ du marchethon "Un pas à la fois"

*« Je marche pour l'autonomie des personnes handicapées », Jacques Lavigne*



C'est le 15 septembre à 10h00 que Jacques Lavigne, un non-voyant, atteint du syndrome Laurence-Moon, a entrepris sa marche de 10 jours qui le conduira à Thurso, Plaisance, Papineauville et St-André-Avellin, un défi de 60 kilomètres. Ses objectifs sont d'attirer l'attention de la population sur les besoins des

personnes handicapées et de ramasser des fonds pour les activités de l'Atelier de Formation professionnelle de la Petite-Nation. Ses amis et participants à l'Atelier FSPN étaient tous là pour l'encourager dans son défi. Les membres du conseil sectoriel ont choisi de tenir leur premier conseil à Ripon afin d'être présents à l'événement. Un montant de 100\$ a été remis pour soutenir la cause de Jacques Lavigne.



### Une invitation de Nicole Aubry-Hébert

Vous aimez jouer aux cartes, voici un rendez-vous qui vous plaira sûrement :



**Inscription à compter de 12h30. Début 13h00**

**Lieu : Salle municipale de Plaisance, 281 rue Desjardins**

**Coût: 10,00\$ - 2<sup>e</sup> whist amical au profit de la Fondation Laure-Gaudreault**

**Jedi, le 10 novembre 2016**

**Venez en grand nombre. \***

\*Offrez-vous un combo : Diner au restaurant Cité Lin à Papineauville à 11h15 suivi du whist amical à 13h00.

## Des nouvelles du Comité des hommes

*par Sténée Monfil*

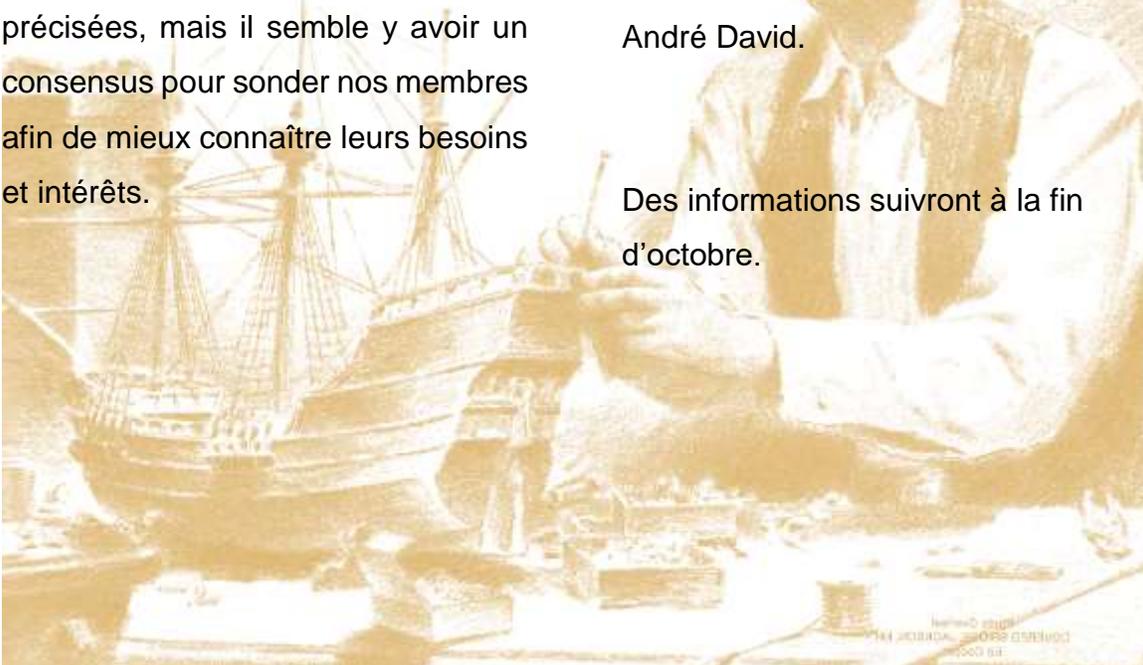
D'abord, je voudrais faire un retour sur la rencontre des représentants de secteurs du Québec sur le Comité de la Condition des hommes. Nous étions 105 personnes à Québec. Comme la plupart en étaient à leur première rencontre, on nous a surtout informés sur des réalités vécues par plusieurs membres : absence de réseau de soutien social, difficulté à parler de soi, donc consulter.

Les orientations du Comité des hommes ne sont pas encore bien précisées, mais il semble y avoir un consensus pour sonder nos membres afin de mieux connaître leurs besoins et intérêts.



Dans notre secteur, afin de souligner la Journée internationale de l'homme le 19 novembre prochain, vous êtes tous invités à une rencontre sociale, vendredi le 18 novembre. L'endroit est à déterminer. Lors de cette rencontre, il y aura une présentation intitulée "La folie d'un voyage en moto"...commentée par M. Paul-André David.

Des informations suivront à la fin d'octobre.



## Nouvelles de dernière heure...

# Joyeux anniversaire

Cette année encore, à l'occasion de votre anniversaire de naissance, les membres de l'AREQ recevront une carte de vœux pour souligner cet événement. Nous favorisons les œuvres de nos artistes locaux.

Pour 2016-2017, notre choix s'est arrêté sur les cartes réalisées par les participants de l'Atelier FSPN. Vous aurez l'occasion d'en apprécier la créativité et l'originalité. C'est aussi une occasion de les encourager, de soutenir les efforts et le travail réalisé par ces adultes vivant avec un handicap physique ou intellectuel.

Par ce petit geste, l'AREQ poursuit son implication auprès d'un milieu éducatif, permet à des personnes handicapées de grandir dans leur estime de soi et apporte un petit soutien financier.

Vous avez besoin de cartes de Noël... ou pour autres occasions, pensez à l'Atelier 819-983-6373.

*Lucie Sabourin et Joël Quenault*

La Caisse Petite-Nation a versé un montant de 500\$ à l'AREQ Petite-Nation pour un partenariat avec la chorale Le Chœur joyeux. Un souvenir tangible, au logo de la Caisse, sera remis aux bénéficiaires des résidences de personnes âgées de la région à la fin de la prestation de la chorale. Cette année, ce sera des bonbons au miel, produits du Rucher Éric Lajoie de Papineauville.

## Solution juin 2016





### *Le fil cassé ... Resteront dans nos cœurs*

*Monsieur Rich. Aard Lauzon* décédé le 27 juillet 2016, beau-frère de Claudette Brazeau-Lauzon.

*Monsieur Claude Bureau* décédé le 8 aout 2016, beau-frère de Ginette Labrosse-Lafleur et Philippe Lafleur.

*Monsieur Réjean Legault* décédé le 13 aout 2016, frère de Jacques Legault, beau-frère de Georgette Gravel-Ménard.

*Madame Suzanne Ménard Gauthier* décédée le 30 aout 2016, sœur de Gilles Ménard, belle-sœur de Rachel Aubry.

*Madame Simone Allard* décédée le 1<sup>er</sup> septembre 2016, sœur de Fleurette Allard Poirier.

*M. Gaston Legault* décédé le 4 septembre 2016, frère de Gilles Legault.

*M. Jean Daniel Sauvé* décédé le 8 septembre 2016, époux de Louise Larouche



## *Le fil se tisse*



Au fil de mes lectures

Je viens de terminer la lecture de deux romans de Claude Lamarche, « Les têtes rousses » et « Les têtes bouclées ».

L'auteure a été inspirée par la lecture d'un certain journal intime tenu par une grand-tante religieuse. Beaucoup de livres et de documents furent consultés.

Le premier tome commence avec la vie d'une personne ayant vécu la famine de 1847 en Irlande, le deuxième tome nous amène au début du 20<sup>ème</sup> siècle, dans le quartier Saint-Henri à Montréal.

Les deux récits sont bien situés dans le temps à l'aide de références

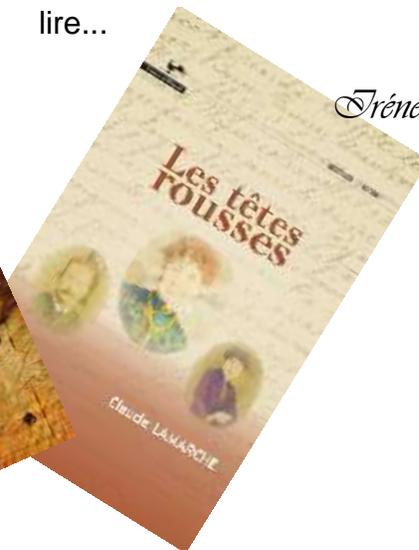
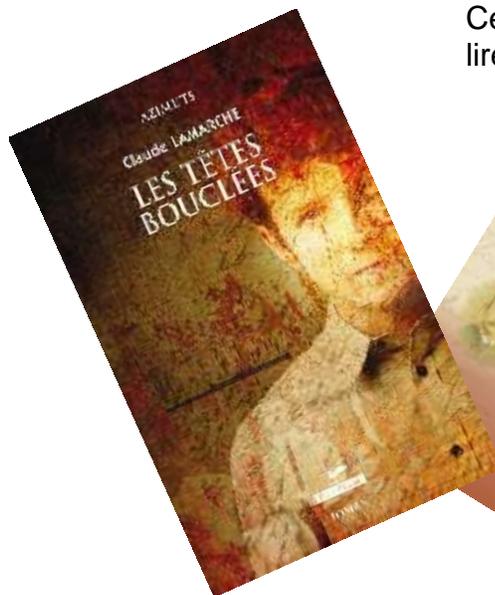


historiques. On y parle du pourquoi de l'immigration massive qui revient à travers les époques et que l'on connaît présentement. C'est touchant.

Les deux romans mêlent action, amour et combat pour s'offrir une vie meilleure, surtout ne plus ressentir la faim.

Je trouve que les deux livres sont bien écrits, les personnages attachants. Parlant de ces personnages, nous de l'AREQ, on peut en reconnaître quelques-uns dont l'auteure elle-même.

Ces deux livres donnent le goût de lire...



*Irénée Monfil*

## Souvenirs d'été ... par *Micheline Maillé*



Commencer sa retraite il y a 6 ans en descendant la rivière des Outaouais jusqu'au

fleuve St-Laurent, puis jusque dans la Baie-des-Chaleurs demandait beaucoup de confiance dans le capitaine et une bonne détermination pour affronter les défis que représente la navigation fluviale sur un voilier. Les saisons se sont succédé et nous avons amarré dans plusieurs ports au Québec, au Nouveau-Brunswick, en Nouvelle-Écosse, à l'Île-du-Prince-Édouard et aux Iles-de-la-Madeleine. L'expérience reste mémorable et remplie d'anecdotes à partager. Cette année, après avoir laissé notre voilier l'Alianza entre des mains plus jeunes, débordantes de beaux projets sociaux, nous avons entrepris, l'ex-capitaine et moi, un périple par voie terrestre sur une motocyclette Harley Davidson FLHTK à laquelle nous avons attaché une remorque pour transporter le matériel de camping.

Du 28 juin au 19 août, nous avons donc parcouru 15 294 kilomètres, traversé le parc Algonquin, visité le Musée canadien des droits de la personne et la maison Gabrielle-Roy à Winnipeg, assisté à la dernière journée du rodéo au Stampede de Calgary, marché sur les traces des dinosaures à Drumheller, admiré les Rocheuses du côté canadien et américain, flâné sur les bords de l'océan

Pacifique à Vancouver, photographié la *Space Needle* de l'exposition universelle de 1962 à

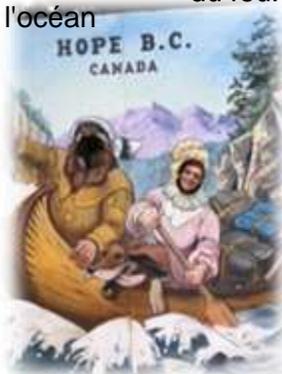


Seattle, observé les geysers dans le parc Yellowstone, arrêté à Cody la place de Buffalo Bill, parcouru les trajets du rallye de Sturgis: le mont Rushmore avec les sculptures de 4 présidents (Washington, Jefferson, Lincoln et Roosevelt), Deadwood, la ville du Far West et de Calamity Jane, les Badlands, terre désertique, le parc Cutler et ses rochers en forme de toit de cathédrale. Nous avons visité le Musée de Harley-Davidson à Milwaukee, longé les cinq grands lacs et observé des paysages extraordinaires dans six provinces canadiennes et onze états américains.

Au fil du temps, nous avons rencontré des gens ouverts et accueillants...

Nous nous sommes adaptés aux milieux anglophones canadiens et américains et avons découvert une autre façon de voir le monde avec la moto.

À la retraite, il faut se donner des défis, surtout réaliser ses rêves. C'est ce que mon conjoint et moi avons fait et nous en sortons la tête remplie de souvenirs qui s'ajoutent aux autres. À se rappeler l'hiver, avec la famille et les amis, au coin du feu.





## Souvenirs d'été par *Ginette Labrosse Lafleur*

L'an dernier, j'avais affirmé : « C'est fini ! »  
Trop de trouble, trop de dérangement dans la cuisine.

Pourquoi cette année, la piqure me reprend ?  
Trop de production, trop de bons et beaux produits.  
Les enfants et nous apprécierons cet hiver le résultat de notre travail.

Donc, on sort l'arsenal...

Grand chaudron, pots 'Mason', entonnoir, pince et aimant télescopique.

Et c'est un départ.

Saumures pour les marinades, voici que les pots de cornichons sucrés de Mme Lafleur s'empilent.



Et c'est parti,

Que dire des haricots, ils ont tous maturés en même temps.

Il faut dire que Phil a fait une seconde semence car en début d'été, ils tardaient à pointer.  
On équeute, on empote puis deux heures de cuisson en bain d'eau bouillante.

Et c'est reparti ...

Que dire d'une première expérience en maïs. Une clôture électrifiée nous protège car des petites bêtes veulent s'en délecter avant nous.

On blanchit, on égraine, le surplus sera mis en « canne » comme à l'ancienne et serti.  
Les boîtes de conserve passeront trois heures dans un bain d'eau bouillante.

Il ne faut pas oublier les tomates, elles se font un plaisir de rougir toutes en même temps.  
Ce sera le ketchup de tante Luce, gouteux, sucré, épicé à point. Il est formidable.  
Ne passons pas sous silence les betteraves qui marinées ou simplement dans l'eau accompagneront nos repas hivernaux.



Encore cette année, je suis fière fille de Raymonde, à Cécilia, à Emma qui nous ont transmis leur savoir.

Il ne faut pas oublier les mains cueilleuses de Phil et son aide. Il est toujours là.

Ce que je souhaite c'est que mes filles transmettent à leurs enfants la frénésie des conserves automnales et qu'un jour elles se diront :

Fière fille de Ginette à Raymonde, à Cécilia, à

Emma qui nous ont transmis leur savoir.

Rentrée du 22 septembre 2016

Les vacances sont terminées pis la chaleur itou. Torpinouche qu'il a fait chaud !!! **Rentrée** à l'air climatisé, je frissonnais et dehors, je me faisais toaster sur les deux bords. Coud'on, n'y aurait-il pas moyen d'avoir accès à plus de privilèges vu notre âge ???? On nous dit être dans l'âge d'or mais pour moi, on était dans l'âge de bronze cet été. L'âge d'or, c'est quand il pleuvait !!!!! Et la pluie était aussi rare que la... Des gros mots, moi je n'en dis pas. Je les pense....



Mais là, on est en septembre. Les vacances sont terminées et tout ce qui devait **être rentré** est **rentré** ou sur le point de l'être. Même les écoliers sont rentrés. Pis les membres de l'AREQ Petite-Nation sont **rentrés** aujourd'hui. Il faut juste faire attention pour ne pas **se rentrer** dedans.

Cependant, pour faire **entrer** ses enfants à l'école, les parents se privent de **rentrée d'argent** dans leur compte bancaire. Vous vous souvenez ? N'insistez pas, je ne **rentrerai** pas dans les détails. Si vous ne vous souvenez plus de ce temps-là, c'est que vous êtes probablement et profondément **rentrés** dans votre coquille.

Et vous n'entendez pas vos enfants **rentrer**, je devrais dire glisser le prix exorbitant des manuels, des cahiers d'exercices de tout acabit, dans leur conversation ? Bien voyons ! C'est un stratagème souvent utilisé pour que vous ayez l'amabilité de **rentrer** la main dans votre poche pour en sortir quelques billets afin de participer à la **rentrée**, vous aussi... Mais c'est un réel plaisir de le faire quand on peut le faire !

Tout le monde aime qu'on les aime ! C'est naturel. Mais il arrive parfois qu'on se retrouve dans un dilemme et on se retrouve, bien malgré soi, dans l'eau chaude. La vigueur, beaucoup moins explosive que déjà, nous permet d'essayer, par tous les moyens, de **rentrer en grâce** auprès des gens avant de s'échauder soi-même ou d'échauder les autres. Les biens pensants appellent cela de la sagesse. Alors, vieillir, a tout de même ses bons moments !



Que de fois on aurait aimé **rentrer sous terre** quand on dévoilait certaines choses en rapport avec notre vécu ! Pour ma part, inutile de penser à **rentrer sous terre**, je n'ai jamais trouvé un trou assez grand pour m'y faufiler !!!!! À ce moment-là, il faut rester là, sans être là... Je veux dire, il faut **rentrer en soi-même** !!! Donc, on est là, sans être là ! Vous me suivez ? Vous, êtes encore là ? Alors attention, il ne faut pas **se rentrer l'un dans l'autre**. Compris ?

Bon, je pense avoir tout dit. Et comme « tout devrait être **rentré dans l'ordre**... » Oh ! Comprenez-moi bien : on n'est pas tous et toutes rentrés dans les Ordres... Ce n'est pas ça que j'ai dit. J'ai dit que tout **est rentré dans l'ordre**. Nuance !!!

Finalement, aujourd'hui, c'est la **rentrée de l'AREQ Petite-Nation** et tous ceux et celles qui sont ici sont considérés comme **rentrés** pour l'année 2016-17. Mais il ne faut pas **rentrer** seulement le jour de la **rentrée**, il faut rentrer le plus souvent possible surtout lorsqu'on vous y invite : aux déjeuners, ou par un appel téléphonique ou par invitation à l'ordinateur. Votre présence est une belle façon de montrer votre appréciation à tous ceux et celles qui se donnent la peine d'organiser ces fêtes, ces rencontres. Profitez de ces occasions pour revoir vos amis(e) car qui sait si la prochaine fois vous y serez ?????

**Rentrez-vous** bien cela dans la tête et dans le cœur et faites-en sorte que toutes ces rencontres vous apportent un peu plus de joie de vivre ! C'est la grâce que je nous souhaite,

Bonne **rentrée**, *Denise Fahey*



*La couleur du fil...*



**Desjardins**

**Caisse de la Petite-Nation**

Les membres de l'Association des retraitées, des retraités de l'éducation et des autres services du Québec désirent remercier la Caisse Desjardins de la Petite-Nation pour sa précieuse contribution monétaire lors de ses visites aux maisons de personnes du 3<sup>e</sup> âge.



Finalement, l'AREQ Petite-Nation remercie chaleureusement la Société historique de *Saint-André-Avellin inc.* pour le prêt d'un local de travail.