



APRÈS L'ÉCOLE

Journal d'information
A.R.E.Q. Grand-Portage Secteur 03-B



VOLUME 17 NUMÉRO 4

AVRIL 2011

Où trouver :

Arts p.7
Assurances p. 8, 9
Atelier d'écriture p. 12
Bénévolat p. 7, 16
Communiqués p. 18,19
Condition féminine p.9 10
Condition masculine p.10
Convocations p. 1, 3, 4, 5
Décès p.9
Desjardins p. 17
Élections p. 12
Jour de la Terre p. 15
Journée santé p.11
Mot du président p 2
Remerciements p. 17
Site web p. 17
Tournée artisans p. 11
Voyages p.13. 14. 15

Les membres de l'AREQ-Grand-Portage sont convoqués à l'assemblée générale annuelle qui se tiendra lundi le 2 mai 2011 à l'Auberge de la Pointe de Rivière-du-Loup, à compter de 10 h.

Conformément aux statuts et règlements de l'AREQ, il y aura élection à la présidence et au poste de 2e conseiller(ère). Le mandat des personnes élues sera d'une durée de trois ans. Les personnes intéressées à l'un de ces postes pourront compléter un bulletin de candidature au début de l'assemblée générale ou encore en faire la demande au président.

Après l'assemblée générale, un dîner sera servi à celles et ceux qui le désirent (8\$).

**La participation,
c'est notre force !**

Cordiale bienvenue à chacunE d'entre vous !



Mot du président

C'est Albert Schweitzer qui disait : «Il faut donner du temps à son prochain. Même si c'est peu, faites quelque chose pour autrui – quelque chose qui ne vous rapportera rien de plus que le privilège de l'avoir fait.»

Avec ce numéro du journal *Après l'école*, je signe mon dernier mot du président. J'aurai été huit ans à la présidence de notre association; huit années qui sont passées à la vitesse de l'éclair. Je n'ai pas la prétention d'avoir fait de grandes choses; mais si mon action a contribué à faire avancer notre association, je pourrai dire «mission accomplie».

Tout au long de ces années, j'ai côtoyé des gens formidables, je me suis fait des amis, des connaissances, j'ai renoué avec mes années de syndicaliste. J'ai rencontré des gens heureux, dynamiques et pour lesquels la retraite, ce n'est pas la fin de tout, mais un nouveau départ. J'ai été choyé par la collaboration que j'ai reçue de la part de tous les bénévoles qui s'impliquent : collègues du Comité directeur, responsables de dossiers, organisateurs d'événements, relais de la chaîne téléphonique, collaborateurs de ce journal, etc. Toutes et tous, vous m'avez fait grandir et je vous en remercie.

La prochaine année aréquiennaise sera riche en événements de toutes sortes : d'abord, le Congrès de l'Association fin mai, début juin. Puis à l'automne, on célébrera les 50 ans d'existence de l'AREQ, les 20 ans des comités de la condition des femmes ainsi que les 20 ans de la Fondation Laure-Gaudreault. Et après le Congrès de juin, ce sera le départ d'un nouveau triennat, d'équipes partiellement renouvelées à tous les échelons de l'Association ainsi que de nouvelles orientations.

Je quitte la présidence, mais j'aurai toujours le plaisir de vous rencontrer et de vous côtoyer lors de différentes activités de l'AREQ-Grand-Portage. Un gros merci à vous toutes et tous! Vous m'avez fourni le privilège d'avoir fait quelque chose pour vous toutes et tous.

Gilbert Lagacé



**L'engagement bénévole,
ne serait-ce pas là une façon d'humaniser
une société qui s'individualise
de plus en plus?**

(auteur inconnu)

MERCI GILBERT !

CONVOCAATION

22e Assemblée générale des membres de
l'AREQ Région 03, Québec–Chaudière-Appalaches

Date : le mercredi **18 mai 2011**

Heure : **9 h 30**

Les membres de l'AREQ Région 03, Québec–Chaudière-Appalaches sont convoqués à l'Assemblée générale régionale de l'Association qui aura lieu le mercredi 18 mai 2011 au Montmartre situé au 1679, chemin Saint-Louis, Québec (Québec) (418 681-7357).

S.V.P., apportez votre carte de membre.

PROJET D'ORDRE DU JOUR

Bienvenue

Nomination de la présidence d'assemblée

Nomination de la présidence d'élection

1. Présentation et adoption de l'ordre du jour de la 22e Assemblée générale A1011-AGR-OJ-01

2. Présentation et adoption du procès-verbal de la 21e Assemblée générale A0910-AGR-PV-01

3. Rapport de la présidence et des responsables de comités

4. Rapport de la trésorerie

4.1 Rapport financier régional 2009-2010

4.2 Rapport financier : Tournoi de golf FLG 2010 (Cap-Diamant)

4.3 État des produits et charges 2010-2011 (30 avril 2011)

5. Plan d'action : 2008-2011- bilan

6. Autres sujets :

7. Élection

8. Présentation et mot d'un membre du Conseil exécutif national

9. Reconnaissance aux ex-présidences sectorielles et à Paulyne Laplante, ex-présidente régionale

10. Présentation des artisanes et artisans

11. Tirage de prix de présence

12. Tirage de deux chèques de 75 \$ parmi les autres personnes qui ont exposé leur oeuvre

13. Levée de l'assemblée

Québec, le 11 janvier 2011

Paulyne Laplante

présidente régionale

Robert St-Denis

secrétaire du Conseil régional

Horaire de la rencontre régionale

9h : Accueil

9h 30 : Assemblée générale régionale

11h 45 : Dîner

13h 15 : Reprise

15h : Assemblée générale de la Fondation Laure-Gaudreault

Dîner : carte disponible auprès de votre comité directeur

Assemblée générale de la Fondation Laure-Gaudreault Région Québec- Chaudière-Appalaches

Par la présente, vous êtes convoquées et convoqués à l'assemblée générale annuelle de la Fondation Laure-Gaudreault qui aura lieu le mercredi 18 mai 2011 au Montmartre, situé au 1679, chemin Saint-Louis, Québec (Québec) à 15 heures.

Il y aura élections aux postes suivants :

- Présidence
- Secrétariat

Le mandat des personnes élues sera d'une durée de deux (2) ans.

Une période de mise en nomination sera prévue lors de l'assemblée.

Les personnes intéressées à se présenter, à l'un des postes, devront compléter un «Bulletin de présentation de candidature» qui sera disponible sur place. Toutefois, si un membre veut obtenir un «Bulletin de présentation de candidature» avant l'assemblée, il peut en faire la demande à l'une des personnes suivantes :

Marielle Raymond : 418-862-5130

Maryvonne Thébault : 418-853-2165 ou 418-862-6520 (répondeur)

Seules les mises en candidature présentées sur le «Bulletin de présentation de candidature» seront acceptées au moment de l'élection.

Notez bien : Si l'assemblée générale de l'AREQ se termine vers 14 h 30, nous débiterons notre réunion à cette heure.

Marielle Raymond, présidente

Projet d'ordre du jour

- 1- Ouverture de l'assemblée, présentation des membres du comité régional
- 2- Nomination d'une présidence des débats et d'élections
- 3- Adoption de l'ordre du jour
- 4- Adoption du procès-verbal du 19 mai 2010
- 5- Rapport de la présidente
- 6- Rapport du trésorier
- 7- 20^e anniversaire de la Fondation Laure-Gaudreault et inauguration de la salle Laure-Gaudreault à l'UQAM le 12 janvier 2011.
- 8- Questions diverses
- 9- Élections
- 10- Présentation des nouvelles personnes élues
- 11- Levée de l'assemblée

Marielle Raymond, présidente



ASSEMBLÉE GÉNÉRALE DE L'AREQ-GRAND-PORTAGE

Le lundi 2 mai 2011 À 10 h 00,

à l'Auberge de la Pointe, 10, boul. Cartier, Rivière-du-Loup

Projet d'ordre du jour

- 1- Ouverture de l'assemblée
- 2- Nomination de la présidence d'élection et de deux scrutateurs
- 3- Adoption de l'ordre du jour
- 4- Adoption du procès-verbal du 5 mai 2010
- 5- Présentation des personnes candidates à l'élection à la présidence régionale
- 6- Rapport de la présidence
- 7- Rapport du trésorier
 - a) États financiers du 1^{er} juillet 2009 au 30 juin 2010
 - b) État de la situation du 1^{er} juillet 2010 au 31 mars 2011
- 8- Rapports des responsables des différents dossiers
 - a) Indexation
 - b) Assurances
 - c) Environnement
 - d) Condition féminine
 - e) Condition masculine
 - f) Sociopolitique
 - g) Fondation Laure-Gaudreault
- 9- Élections au Comité directeur
 - a) Présidence
 - b) 1^{re} vice-présidence
 - c) 2^e conseiller(ère)
- 10- Assemblée générale régionale à Québec le 18 mai
- 11- Mot de la présidente régionale, M^{me} Paulyne Laplante
- 12- Questions ou commentaires
- 13- Levée de l'Assemblée

Rivière-du-Loup, le 31 mars 2011

Gilbert Lagacé, président

Bernise Pelletier, secrétaire

Note : Le tirage des prix parmi les artistes et artisans aura lieu après le dîner.

Élections au Comité directeur de l'AREQ-Grand-Portage

(lors de l'Assemblée générale du 2 mai 2011)



Article 23.02

Durée du mandat :

Les membres du Comité directeur du secteur sont élus pour un mandat de trois (3) ans, sous réserve de la limite de deux mandats consécutifs complets à un même poste.

L'élection à la présidence, à la 2^e vice-présidence et au poste de 2^e conseillère ou conseiller a lieu l'année du Congrès, lors de l'Assemblée générale du secteur, qui précède l'Assemblée générale régionale.

(Extrait des statuts et règlements de l'AREQ, page 26)

Commentaire :

L'année 2011 est une année de Congrès, lequel se tiendra à Québec les 30 et 31 mai, 1^{er} et 2 juin. Pour notre secteur, il y aura élection au poste de la présidence et à celui de 2^e conseiller(ère). Le poste de la 2^e vice-présidence ayant été comblé l'année dernière.

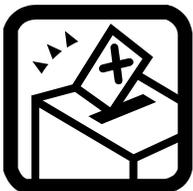
Deux postes en élection sont occupés par :

À la présidence : Gilbert Lagacé (mandat non renouvelable)

Au poste de 2^e conseiller(ère) : Louiselle Dionne (mandat non renouvelable)

C'est donc une invitation qui est lancée à vous toutes et tous. Il faut de la relève afin que se continue la vie du secteur. Voilà une belle occasion pour qui veut s'impliquer dans un bénévolat intéressant, au service de 950 membres. Des bulletins de présentation sont disponibles en vous adressant au signataire de cet avis.

Gilbert Lagacé (418 862-7488)



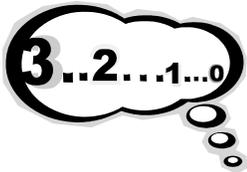
Élection à la présidence du Conseil régional de la région Québec-Chaudière-Appalaches (03)

Le mercredi 18 mai, à Québec, lors de l'Assemblée générale régionale, il y aura élection à la présidence, le mandat de l'actuelle présidente, M^{me} Paulyne Caron-Laplante, étant arrivé à son terme. Deux personnes briguent actuellement le poste : il s'agit de M^{me} Rita Lapointe, présidente du secteur Pascal-Taché, et M^{me} Pierrette Simonneau, présidente du secteur Beauport-Côte de Beauré.

Ces deux personnes seront parmi nous le 2 mai prochain à l'occasion de notre assemblée générale. Elles viendront vous rencontrer et vous exposer leur vision comme future présidente de l'AREQ régionale.

Gilbert Lagacé

N.B. Des cartes sont disponibles auprès de votre Comité directeur pour celles et ceux qui voudront assister à l'AGR le 18 mai à Québec.



UN RAPPEL...UN RAPPEL...UN RAPPEL...UN RAPPEL

Participation à l'exposition : *Les couleurs de mai*

Artistes et artisans de *L'AREQ(CSQ)*, nous réitérons notre invitation à participer à l'exposition tenue le 2 mai prochain à l'Auberge de la Pointe, dans le cadre de l'Assemblée générale.

Pour inscription, veuillez communiquer avec les responsables le plus tôt possible. Nous vous donnons rendez-vous ainsi qu'aux personnes déjà inscrites le 2 mai vers 9 h. Apportez votre oeuvre et votre chevalet. Prenez note que l'activité prendra fin vers 15 h avec la remise des prix tirés au hasard.

Au plaisir d'accueillir votre couleur et votre création.

Le comité des arts

Pauline & Denis 418 492 3741 voyer.briand@videotron.ca
 Marielle Raymond 418 862 5130
 Francine Langlais 418 863 2995 f-langlais@videotron.ca

Joignez-vous à l'équipe des bénévoles
de la Société canadienne du cancer



Vous aimez marcher?

Devenez Grand-trotteur et **accompagnez les enfants** jusqu'à l'école en Trottibus.

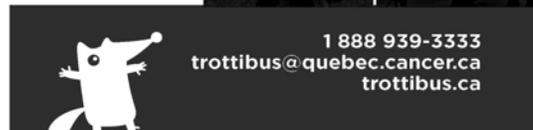
Qu'est-ce que le Trottibus?

Le Trottibus est un **autobus pédestre** qui permet aux élèves du primaire de marcher pour se rendre à l'école de manière **sécuritaire et encadrée**.



Société
canadienne
du cancer

Canadian
Cancer
Society



1 888 939-3333
trottibus@quebec.cancer.ca
trottibus.ca

Vous aimez marcher? Vous voulez vous mettre en forme? Vous aimez les enfants?

*Une nouvelle opportunité de bénévolat **Le Trottibus**, l'autobus qui marche s'offre à vous!*

*La Société Canadienne du Cancer est à la recherche de marcheurs pour accompagner les enfants des écoles sur le chemin de l'école le matin. Cette saison nous avons deux écoles participantes à Rivière-du-loup, soit l'école Roy dans le **quartier St-Patrice** et l'école La Croisée I et II à **St-Ludger**.*

*Vous voulez marcher avec eux, rien de plus simple! **Contactez-nous au 1888 939 3333** ou à trottibus@quebec.cancer.ca.*

ASSURANCES COLLECTIVES DE L'AREQ : BEAUCOUP DE MODIFICATIONS

Note : Ce message s'adresse particulièrement aux membres de l'AREQ de moins de 65 ans. Une lettre de l'AREQ a dû vous être adressée depuis. Cependant, ces modifications apportées pourront éventuellement en 2012, influencer le régime d'assurance collective des membres de l'AREQ de plus de 65 ans. Nous vous invitons à suivre les informations et ce, plus particulièrement, lors de l'assemblée générale du 2 mai 2011.

Le 28 février dernier, la Cour supérieure a déclaré que l'AREQ n'était pas une organisation visée par la Loi sur l'assurance médicaments.

En conséquence, l'assurance médicaments a été retirée du régime d'assurance collective offert par le biais d'ASSUREQ (SSQ). Toutefois, les garanties complémentaires actuelles (assurance voyage, médicaments hors liste de la RAMQ, physiothérapie, hospitalisation en chambre semi-privée, etc.) seront en vigueur jusqu'au 31 décembre 2011. Votre carte ESI et le numéro de police qui y est associé demeurent valides.

La tarification mensuelle du régime d'assurance maladie ASSUREQ (SSQ) passe de 112,58\$ à 51,53\$ pour le régime individuel
de 150,85\$ à 66,99\$ pour le régime monoparental
de 240,16\$ à 103,06 pour le régime familial.

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

Compte tenu de la prise d'effet rapide de ces changements, la prime du mois d'avril 2011 sera prélevée selon l'ancienne tarification décrite dans le dépliant « Régime d'assurance collective en un coup d'œil » de janvier 2011. Dès que possible, vos prélèvements futurs seront ajustés pour tenir compte des primes versées en trop.

Toutefois, le coût annuel de la protection de la RAMQ est présentement de 600 \$ par personne payable lors du rapport d'impôt.

De plus, sachez que l'AREQ sera en mesure de vous offrir, comme membre de l'AREQ un nouveau régime complémentaire (assurance voyage, médicaments hors liste de la RAMQ, physiothérapie, hospitalisation en chambre semi-privée, etc.) à prix compétitif. Des travaux sont en cours à cet effet et nous croyons que les membres de l'AREQ auront accès à un nouveau régime d'assurance collective à compter de janvier 2012.

DÉMARCHE AUPRÈS DE LA RAMQ

Si vous êtes une personne de moins de 65 ans adhérente à ASSUREQ (SSQ), vous devez vérifier si vous avez accès à une autre protection d'assurance collective, celui de votre conjoint ou conjointe. Si vous n'avez pas accès à un autre régime d'assurance collective, vous devez vous inscrire à la RAMQ dans le délai de 90 jours soit par internet

www.ramq.gouv.qc.ca ou par téléphone 1-866-761-4693.

Numéros de téléphone importants :

RAMQ	1 866 761 4693
SSQ	1 877 651 8080 poste 2902
AREQ	1 800 663 2408
JEAN-LOUIS BRILLANT	418 853 2933

Nous espérons que ces changements seront bien compris et ne bousculeront pas trop votre quiétude. Soyez aux aguets, dans les semaines et les mois à venir, de toutes nouvelles informations relatives à l'assurance collective. Pour plus de renseignements, vous pouvez toujours communiquer avec moi ou visiter le site internet www.araq.qc.net

Jean-Louis Brillant, responsable dossier assurance

**CONDITION FÉMININE**

Trois sujets préoccupants attirent mon attention et probablement la vôtre : le débat sur la laïcité dans la fonction publique, la notion d'égalité hommes-femmes et la condition économique des aînées.

Une vidéo visant à faire la promotion des valeurs égalitaires auprès des personnes immigrantes au Bas-Saint-Laurent vient d'être lancée. La vidéo humoristique d'une dizaine de minutes traite des questions d'égalité dans l'éducation, la vie de couple et le travail. Boucar Diouf a prêté son talent pour la réalisation de ce document et je vous encourage fortement à le visionner à l'adresse suivante :

<http://www.bas-saint-laurent.org/vivre/immigration.htm>

Le conseil du statut de la femme, dont la position sur la laïcité dans la fonction publique est nettement différente de celle de la Fédération des femmes du Québec, vient de s'inviter dans le débat, débat qui a repris de la vigueur grâce au maire de Saguenay.

Pour en savoir plus long, jetez un coup d'œil sur le lien suivant :

<http://www.radio-canada.ca/util/postier/suggerer-go.asp?nID=915231>

Finalement, sur la page suivante, vous trouverez un petit quiz amusant vous aidant à vérifier vos connaissances ou vos préjugés face aux conditions de vie des aînées.

Bonnes vacances à toutes et à tous. Et au plaisir de la rentrée en août.

Lorraine Roy, responsable de la condition féminine, AREQ 03-B

Elle nous a quittés

Madame Lorraine Ruest de Cabano

À toute sa famille et amis, le Comité directeur ainsi que les membres d'AREQ Grand-Portage offrent leurs plus sincères condoléances.



À tous : Si vous connaissez un membre de l'AREQ qui décède, il nous ferait plaisir que vous communiquiez son nom et son adresse. Nous pourrions ainsi témoigner de notre sympathie à une personne importante pour le secteur.



Quiz sur la condition économique des femmes âgées

1. En 2006, le revenu moyen des femmes de 65 ans et plus est toujours inférieur à celui des hommes. Il représente 70%, 64% ou 62% du revenu des hommes?
2. Vrai ou faux : globalement, les montants que les femmes reçoivent des régimes publics (Pension de la sécurité de la vieillesse, Supplément de revenu garanti, Régime des rentes du Québec ou Régime de pension du Canada) sont plus élevés que ceux des hommes?
3. Vrai ou faux : les femmes de plus de 65 ans retirent un montant équivalent à celui des hommes provenant des régimes privés tels, un régime de pension privé, un régime enregistré d'épargne-retraite (REER), un fonds enregistré de revenu de retraite (FEER) ou d'une autre forme d'épargne individuelle?
4. Les femmes reçoivent moins de revenus de patrimoine (intérêts, dividendes, gains en capital, revenus nets de location) que les hommes. Dans quelle proportion : 57%, 60% ou 63%?
5. Vrai ou faux : les hommes sont plus susceptibles que les femmes de poursuivre leurs activités économiques après 65 ans?
6. Quel pourcentage de femmes et quel pourcentage d'hommes reçoivent une rente de retraite du Régime des rentes du Québec (RRQ)? 70% de femmes par rapport à 94% d'hommes ou 66% de femmes par rapport à 85% d'hommes?
7. Quel est le taux de faible revenu chez les femmes âgées de 65 ans et plus vivant seules? 9,5%, 13,5% ou 19,5%?

Réponses : 1. Oui, 62 % 2. Faux 3. Faux 4. Vrai, 57 % 5. Vrai 6. 70 % 7. 9,5 %

COMITÉ DE LA CONDITION MASCULINE

Lors de la journée de la santé de l'AREQ Grand-Portage, le 24 mars dernier, neuf hommes participaient à la conférence de Madame Jessica Fortin, kinésiologue de la Fondation des maladies du cœur du Québec. La conférencière a su capter notre attention par les différentes définitions reliées aux maladies du cœur.

Je vous rapporterai quelques recommandations du Rapport Rondeau pour la santé des hommes. Plusieurs éléments caractérisent le style de vie des hommes et leurs habitudes; il souligne l'alimentation, l'activité physique, l'attitude face au poids corporel (obésité), le tabagisme et la consommation d'alcool, etc. De manière générale, les hommes se nourrissent moins bien que les femmes, ils

mangent peu de produits riches en fibres, peu de fruits et de légumes; ils consomment plus de gras et de sel. Les fumeurs sont encore majoritairement des hommes et ils conservent cette habitude néfaste pour la santé. Pour rester en santé, il faut, en plus d'une saine alimentation, être constant et persévérant dans les activités physiques.

Le comité de la condition des hommes aimerait partager avec d'autres jeunes hommes retraités les activités qui nous ont été recommandées.

Pourquoi pas un club de marche ?

Au plaisir de marcher avec vous !

Ferdinand Prémont 850, Route du Fleuve, Notre-Dame-du-Portage, G0L 1Y0 **418 867-5437**
 april.premont@videotron.ca



JOURNÉE-SANTÉ DU 24 MARS

Pour commencer la journée, Madame Claire Laliberté nous a proposé des petits exercices pour préparer notre esprit à assimiler tous les conseils véhiculés au cours des différentes activités. L'intéressante madame Jessica Fortin, kinésiologue, nous a entretenus sur les maladies cardiovasculaires et ses facteurs de risque. Sa conférence en deux parties a duré une heure le matin et une autre en début d'après-midi. Pas besoin de vous dire que nous étions très intéressés de savoir ce que nous devions continuer de faire ou changer. Ce qui devrait l'être: bonne alimentation, exercices, sommeil, pas de cigarettes, esprit sain dans un corps

sain, etc. Madame Claire Laliberté, la convaincante, nous a suggéré des exercices Vie Active des plus appropriés avec peu d'équipement: foulard, chaise, ce que nous avons tous à la maison. Nous pouvions inviter notre coeur à être en forme et développer notre équilibre.



Un buffet santé nous fut servi, nous avons le choix de prendre ce qui nous convenait.

En deuxième partie de l'après-midi, nous avons eu une belle initiation de Taï Chi pour les uns et une pratique pour les autres. Monsieur Denis Pelletier et son équipe se sont dévoués à nous montrer ce qu'ils possédaient. Nous avons eu le temps d'apprendre les trois premiers mouvements, nous avons senti notre circulation sanguine s'activer et nous avons vu les bienfaits que le Taï Chi peut nous apporter. Une plénière a terminé notre journée. Nous sommes repartis avec de bonnes intentions : « c'est pour moi que je le fais ».

Jeannette, participante à cette journée-santé



TOURNÉE DES ARTISTES ET ARTISANS DE LA MRC DE RIVIÈRE-DU-LOUP LES 10, 11 ET 12 JUIN 2011

Vendredi le 10 de 12 h à 21 h
Samedi et dimanche de 10 h à 17h

Entrée gratuite

Bienvenue à tous !

Pour informations :

Françoise St-Pierre : 862-5538

Nicole Hébert : 867-2010

Suzanne Campagna : 862-2227

Endroits à visiter :

- **Salle de l'Âge d'Or**, rue Frontenac, Rivière-du-Loup, plus de 20 artistes
- **Art Académie**, rue Lafontaine, Rivière-du-Loup, 3 artistes
- **St-Paul-de-la-Croix, Hydromellerie**, 1 artisan
- **50, avenue des Seigneurs**, Rivière-du-Loup, 1 artiste
- **415, boul. Thériault**, Rivière-du-Loup, 1 artiste
- **442, Principale**, St-Antonin, 1 artiste

Un atelier d'écriture ayant comme thème : Histoires de vie s'est déroulé tout au long de l'automne 2010 pour prendre fin le 31 mars 2011. Voici quelques commentaires des participants sur l'expérience vécue.

Que de plaisir nous avons éprouvé lors de nos rencontres ! Que d'émotions nous avons partagées, dans le respect ressenti d'avoir été écouté avec intérêt, par tous les participants et l'animatrice! Elle était là, dans un but bien précis : mobiliser notre créativité et nous mettre sur la route passionnante de l'écriture. Quelle expérience inoubliable que de nous raconter, de découvrir ce qui nous lie, ce qui nous différencie des autres! Quelle expérience marquante que celle de mettre en mots des événements cocasses de notre vie, de les dire devant témoin, de faire rire, d'émouvoir parfois, d'immortaliser par l'écriture des souvenirs d'une époque révolue !



À force d'écrire, nous avons approfondi nos pensées; à force de lire nos écritures, nous avons appris de nouvelles façons de rendre notre expression écrite plus précise, plus susceptible de captiver l'attention de ceux qui nous liront, entre autres, nos enfants et petits-enfants.

« C'est fou, comme l'écriture permet de se rappeler des événements du passé, permet de raviver la mémoire ». Voilà un commentaire qui rend bien le vécu du groupe, tout le long de l'atelier.



C'est avec regret que nous voyons l'expérience se terminer, mais comme nous partageons en commun, le désir de laisser des traces tangibles de notre passage sur cette terre, nous avons élaboré un recueil de nos textes, un beau souvenir que nous nous offrons comme groupe.

Ce recueil intitulé *Des mots pour se raconter* une histoire collective sera présenté lors de la 13^e exposition des artistes et artisans de l'AREQ.

« Cet atelier d'animation a été un défi passionnant. Il m'a fait connaître des personnes qui ont enrichi ma vie. »

Mireille Bernard, animatrice du groupe atelier d'écriture

Socio politique

Je vous invite à essayer la boussole électorale qui vous renseignera en vue des prochaines élections ! Je vous transmets ce message que la CSQ adresse aux affiliés concernant la campagne électorale.

J'attire votre attention sur un petit outil instructif et amusant pour vous aider à y voir plus clair :

<http://www.boussoleelectorale.ca/>

Bonne lecture, *Rose-Marie Rioux*, responsable régionale du comité sociopolitique

INFORMATIONS SUR LES VOYAGES ORGANISÉS**(arrêt possible signifie sur demande)****La Mélodie du Bonheur****Salle Albert Rousseau le 26 juin 2011 à 15 h****Premier autobus****Départ de Dégelis** : 11 h Stationnement Hôtel de Ville de Dégelis**Arrêt possible** à N-D-du-Lac : 11 h15 La Vision**Arrêt possible** à Cabano : 11 h30 à la Polyvalente**Souper** à 18 h au restaurant L'Académie**Deuxième autobus****Départ de Rivière-du-Loup** 12 h Stationnement du centre commercial (près du la SAQ)**Arrêt possible** à St-Pascal : 12 h30 au Restaurant de la Montagne**Arrêt possible** à La Pocatière : 12 h45 à l'Hôtel Cap Martin**Souper** à 18 heures au Restaurant L'Académie**Les Filles de Caleb****Grand Théâtre de Québec
le 16 juillet 2011 à 14 heures****Départ de Dégelis** : 10 h Stationnement Hôtel de Ville de Dégelis**Arrêt possible** à N-D-du-Lac : 10 h15 La Vision**Arrêt possible** à Cabano : 10 h30 à la Polyvalente**Départ de Rivière-du-Loup** : 11 h Stationnement du centre commercial (près de la SAQ)**Arrêt possible** : St-Pascal à 11 h30 au Restaurant de la Montagne**Arrêt possible** à La Pocatière : 11 h45 à l'Hôtel Cap Martin**Souper** à 17 h30 heures au restaurant St-Hubert du boul. Laurier**Consignes générales**

- Être sur les lieux des rendez-vous **15 minutes à l'avance**.
- Téléphoner OBLIGATOIREMENT pour un « Arrêt possible (sur demande) » à **Carole Pedneault 853-2916** ou à **Onil Dupuis 862-6244** afin que nous puissions prévoir les arrêts demandés.
- Apporter un petit lunch si nécessaire pour le dîner.
- **Le coût du souper est aux frais des participants.**
- Les **pourboires aux conducteurs** des autobus seront défrayés par l'organisation.
- La ponctualité et de rigueur.
- **Vous ne recevrez aucune autre communication.** Donc, si vous connaissez des participants qui ne reçoivent pas ce journal, **prière de les informer.**
- Les départs et les arrêts se feront aux heures prévues **sans égard au retard des participants.**

AREQuement vôtre, **Carole & Onil**

LOTO-VOYAGES 2011 FONDATION MONIQUE-FITZ-BACK

Bonjour à vous,

Je vous invite à participer à la **Loto-voyages de la Fondation Monique-Fitz-Back**. Je suis vice-présidente du C.A. de cette fondation. Les valeurs qu'elle défend touchent à l'environnement, ma grande passion comme vous le savez.

J'ose donc vous inviter à acheter un billet (par chèque ou carte de crédit) **au coût de 100 \$** qui vous donne la chance de participer au tirage **d'un forfait-voyage de 4 000 \$ à tous les mois à partir du 11 mai et ce, jusqu'au 11 avril 2012**. De plus, le paiement en un seul versement donne la chance de participer à un tirage supplémentaire (13).



2000 billets seront mis en vente. Serez-vous un de nos gagnants cette année? Je vous le souhaite en toute amitié. Cette campagne vise à soutenir nos projets prioritaires afin d'aider les profs en environnement et aussi informer des futurs enseignants par le biais d'une école d'été avec l'Université Laval comme partenaire majeur. Notre fondation est fondée sur la pédagogie de l'espoir. Voici en gros les projets :

- La campagne **Un transport pour mieux vivre** (transport en commun) avec 2 concours : un pour le primaire : dessin; ainsi qu'un autre pour le secondaire et le collégial : affiches.
- L'opération **Nourrir le Monde**
- **L'Université d'été** pour les pédagogues leaders futurs (UL) 2011
- Le soutien aux activités des **Établissements verts Brundtland (EVB)**
- **Projet Défi-Climat**

Vous pouvez partager l'achat de votre billet avec un(e) ami(e), un de vos enfants ou encore votre conjoint. J'ai fait trois achats de billets de cette façon et je me donne plus de chances de gagner. Il suffit d'écrire le nom des acheteurs sur le coupon d'inscription.

Je vous laisse l'adresse Internet de la FMF pour consultation : www.fondationmf.ca (418 523-8585)

Au plaisir de vous vendre un billet ou de vous avoir comme partenaire vendeur (se) !

Diane Laflamme, membre du comité de la Condition féminine dianlaflam@hotmail.com 418 832-5220

SONDAGE

Dimanche le 25 septembre 2011, la salle Albert-Rousseau à Québec, recevra « Joe Esposito » gérant d'artiste d'Elvis Presly. Il est le gérant de Tony Gattillo qui **présente un spectacle hommage de la dernière tournée d'Elvis « MY WAY »**.

Nous pouvons organiser ce voyage pour un **total de 75 \$, coût du billet et de l'autobus (repas à vos frais)**.

Si vous êtes intéressés, **contactez Carole à 418 853-2916 ou Onil à 418 862-6244 avant le 1^{er} mai.**

GROUPE VOYAGES QUÉBEC...

L'Île d'Anticosti et l'Archipel-de-Mingan : **15 au 21 juin**

Îles-de-la-Madeleine : **7 au 13 août**

Sur la Route du Country (p.m.) et Tattoo militaire (soir) : **27 août**

Château Biltmore et les Parcs Nationaux de l'Est Américain : **4 au 10 septembre**

Chanteur de Charme dans les Laurentides : **26-27 octobre**

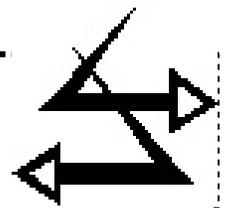
Train touristique de Charlevoix : **27-28 septembre**

Croisière automnale à bord du MSC Poesia, départ de Québec : **15 au 22 octobre**

À venir : Croisière avec séjour Hawaï : **hiver 2012**
Autriche/Allemagne en **2012**

Information/Réservation : Hélène à 418-868-5888

Groupe Voyages Québec
Détenteur de permis du Québec



JOUR DE LA TERRE QUÉBEC

Le Jour de la Terre Québec a pour mission de **stimuler** et de **valoriser l'action positive** à l'égard de **l'environnement** auprès des individus, des organismes et des entreprises : **la célébration par l'action, le 22 avril et tous les jours.**

C'est le 22 avril 1970 que le Jour de la Terre fut célébré pour la première fois grâce au sénateur américain Gaylord Nelson. En encourageant les étudiants à mettre sur pied différents projets de sensibilisation à l'environnement dans leur entourage, M. Nelson ouvrait la voie, sans le savoir, à l'important mouvement que nous connaissons aujourd'hui.

Ce sont maintenant plus de **500 millions de personnes** dans plus de **184 pays** qui passent à l'action chaque année dans le cadre du Jour de la terre. Quant à nous, Québécois, nous célébrons l'événement *participatif* depuis 1995 en organisant de nombreuses activités partout à travers la province.

Célébrez vous aussi le Jour de la Terre par l'action! Visitez jourdelaterre.org pour en savoir plus. Une variété d'outils vous y attend. Vous pourrez, entre autres, y consulter le **calendrier des activités**, découvrir nos **programmes**, participer à nos **concours** et simplement vous informer.

Célébrez dans l'action le Jour de la Terre 2011 et relevez le défi d'honorer notre précieuse planète 365 jours par année!



ÉCOLE DE MUSIQUE ALAIN-CARON

Des besoins à combler en bénévolat

L'École de musique Alain-Caron (auparavant École de musique de Rivière-du-Loup) a aménagé dans ses nouveaux locaux en mars dernier, au 75, rue Ste-Anne, à Rivière-du-Loup. Nous avons mis beaucoup d'efforts à développer un milieu favorable à l'enseignement et à l'apprentissage de la musique. Il nous reste cependant beaucoup de travail à faire pour la mise en place d'une organisation fonctionnelle et nous devons compter sur l'implication de NOMBREUX BÉNÉVOLES pour voir à la réalisation de notre mission.

NOUS FAISONS UN APPEL À TOUTES ET À TOUS, en vous présentant sommairement quelques fonctions (provisoires) bénévoles pour lesquelles votre contribution serait grandement appréciée.

1- Préposés à l'information et à l'accueil

Nous aurions besoin de préposés au bureau d'accueil entre 17 h 00 et 21 h 00 du lundi au vendredi et de 9 h 00 à 17 h 00 le samedi. En fonction des disponibilités de chacun, un horaire sera établi.

2- Préposés à l'accueil lors d'événements

Lors des concerts de nos élèves, du concert des professeurs, des rencontres élèves-musiciens-auteurs-compositeurs-interprètes, nous aurions besoin de bénévoles pour diriger les gens, la vente de billets, le service au vestiaire; nous demanderons à ces bénévoles d'être disponibles en soirée ou certaines fins de semaines, à quelques occasions durant l'année.

3- Préposés aux communications téléphoniques ou internet

En vue de la préparation de certaines activités de financement, nous aurions besoin de quelques bénévoles pour rejoindre par contact téléphonique ou internet, des personnes susceptibles d'être intéressées à participer aux activités bénéfiques de l'ÉMAC. Nous demanderions à ces personnes d'être disponibles à quelques occasions durant l'année.

4- Préposés au soutien logistique

Lors des concerts ou des activités bénéfiques de l'ÉMAC, nous aurions besoin de bénévoles pour participer au montage de la salle multifonctionnelle (placer les chaises avant et après l'activité). Disponibilité à certaines occasions durant l'année.

5- Coordonnateur(trice) des bénévoles

Nous sommes à la recherche d'une personne qui accepterait de consacrer quelques heures par semaine afin de s'assurer de la planification et de l'organisation des services des bénévoles.

L'ÉMAC offrira à ses bénévoles un milieu de vie jeune, dynamique, stimulant où l'exercice d'actions bénévoles se fera dans le plus grand respect des personnes et dans le plaisir de travailler avec une équipe de professeurs et d'employés des plus dévouées.

Toute personne intéressée à l'une ou l'autre de ces fonctions peut se présenter à l'ÉMAC ou nous contacter au 418 862-9532.

MERCI de l'attention que vous porterez à cette demande.

Marcien Proulx, directeur général de l'ÉMAC
418 862-9532 poste 202 mproulx@ecoledemusiquerdl.com





INVITATION

2^e Assemblée générale annuelle

AVIS DE CONVOCATION aux membres de la Caisse Desjardins de l'Éducation

DATE ET HEURE : 20 avril 2011, à 17 h

LIEU : Hôtel Universel, salle Malécites, 311, boulevard de l'Hôtel-de-Ville, Rivière-du-Loup

Répondre s'il-vous-plaît au 418-862-9905 avant le 13 avril 2011

L'événement sera agrémenté d'un léger goûter.

Stationnement gratuit.

NOTRE SITE WEB EST EN LIGNE !

Madame Gisèle Deschamps en est la
conceptrice.

Vous n'avez qu'à aller sur le site de
l'AREQ,

<http://www.areq.qc.net/>

Cliquer sur Régions
Québec-Chaudière-Appalaches
Grand-Portage et suivre le lien.

Consultez-le souvent, car il sera mis à
jour pour nous permettre de nous tenir
au courant de chacune de nos
activités.

Merci Gisèle !

Super **GROS MERCI** à **Bertrand
Nadeau** et à son équipe de publipostage.
Coller des étiquettes pendant des heures,
anonymement, ça mérite une **ÉTOILE**.

NON-RENTRÉE

Elle sera le **25 août** cette année.

Une édition spéciale du journal vous
parviendra en été pour vous informer du
lieu et des activités qui seront reliées à cet
événement très prisé par tous nos membres.

*Au plaisir donc de ce rendez-
vous estival !*

PSSST ... Après 10 ans, je quitte le Comité
directeur, mais je me tiendrai à la barre du journal
pour encore un bout de temps. Merci à ceux et celles
qui me soutiennent si bien dans cette tâche. On fait
vraiment une belle équipe !

Et, si quelqu'unE désire postuler « cet emploi » :
Bienvenue ! Du sang neuf, ça dynamise une situation.

Louiselle



Québec-Chaudière-Appalaches/Grand-Portage
COMMUNIQUÉ

**DÉCÈS EN RÉSIDENCES D'HÉBERGEMENT :
 L'AREQ Québec-Chaudière-Appalaches/Grand-Portage
 RÉCLAME DES CHANGEMENTS À LA LOI**

Rivière-du-Loup, le 15 avril 2011 – Devant les décès survenus dans des circonstances troublantes dans certaines résidences d'hébergement pour personnes âgées, l'AREQ Québec-Chaudière-Appalaches/Grand-Portage réclame des changements à la loi afin que tout décès qui survient dans une résidence soit signalé au coroner. Celui-ci pourrait alors décider s'il y a lieu de tenir une enquête.

Une résolution en ce sens a été adoptée à l'unanimité par les élus de l'AREQ provenant de toutes les régions, qui étaient réunis en Conseil national la semaine dernière à Lévis.

L'AREQ appuie ainsi les recommandations de la Commission des droits de la personne et des droits de la jeunesse. Celle-ci réclame notamment une modification à la Loi sur la recherche des causes et des circonstances des décès en élargissant aux CHSLD, aux ressources intermédiaires et aux résidences pour personnes âgées l'obligation d'aviser le coroner, tout en donnant à celui-ci le pouvoir de déterminer s'il y a lieu de faire une investigation dans ces cas, et en incluant expressément la négligence dans la liste des circonstances visées par l'avis obligatoire de déclaration de décès.

La Commission s'est penchée sur la question à la demande du président de l'Association québécoise de défense des droits des retraités et préretraités (AQDR), Louis Plamondon.

« Des cas d'horreur sont rapportés régulièrement dans les médias à propos des résidences d'hébergement. Les autorités gouvernementales semblent être à la remorque des événements. Il est temps d'agir de manière vigoureuse dans ce dossier. Le fait de rendre obligatoire la déclaration au coroner de tout décès dans une résidence, avec d'autres mesures d'encadrement bien sûr, contribuerait sans aucun doute à rassurer nos membres et leurs proches», de déclarer le président, monsieur Gilbert Lagacé, du secteur **Grand-Portage**.

Notons par ailleurs que les membres du conseil national de l'AREQ ont discuté des orientations de l'Association pour le prochain triennat, entre autres concernant la situation financière et la santé des personnes âgées. Ces orientations seront débattues et adoptées lors du prochain congrès de l'AREQ, qui réunira plus de 600 personnes déléguées en juin.

Profil de l'AREQ

Fondée en 1961, l'AREQ (CSQ) – Association des retraitées et retraités de l'éducation et des autres services publics du Québec, compte plus de 54 000 membres, dont 950 dans le secteur **Grand-Portage**. L'AREQ est affiliée à la Centrale des syndicats du Québec (CSQ).

-30-

Renseignements : Monsieur Gilbert Lagacé
 Président(e) de l'AREQ Grand-Portage Téléphone : **418 862-7488**



COMMUNIQUÉ
Pour diffusion immédiate

**ANNONCE CONCERNANT LES SOINS À DOMICILE :
UN PAS DANS LA BONNE DIRECTION**

Québec, le 3 mars 2011 – L'Association des retraitées et retraités de l'éducation et des autres services publics du Québec (AREQ) qualifie de « pas dans la bonne direction », l'annonce gouvernementale d'un soutien financier accru pour les soins à domicile dans le cadre d'une politique pour vieillir chez soi. Cette annonce élude toutefois la question préoccupante des règles régissant les résidences privées d'hébergement pour personnes en perte d'autonomie.

« La grande majorité des personnes âgées souhaitent pouvoir demeurer le plus longtemps possible à la maison. Or, faute de soutien adéquat, des personnes en légère perte d'autonomie sont forcées d'élire domicile dans des résidences ou de se rendre aux urgences pour des problèmes mineurs, ce qui accentue la pression sur le réseau. Un coup de barre s'impose pour adapter le système de santé aux nouvelles réalités démographiques. L'annonce de ce matin, même si elle est loin de combler tous les besoins, est donc à nos yeux un pas dans la bonne direction », a déclaré la présidente de l'AREQ, Mariette Gélinas.

L'AREQ rappelle néanmoins que la consultation gouvernementale sur les conditions de vie des personnes âgées, initiée par la ministre Blais en 2009, a mis en lumière des besoins considérables en matière de soins à domicile. Le coprésident de la consultation, le Dr Réjean Hébert, a estimé les besoins à 500 millions de dollars. Le gouvernement a, depuis, annoncé à plusieurs reprises son intention d'investir davantage dans les soins à domicile. Il demeure toutefois difficile de mesurer les résultats de ces engagements, puisque les sommes dévolues aux soins à domicile se fondent dans l'ensemble du budget du ministère de la Santé et des Services sociaux.

Plus de places, plus d'encadrement?

Par ailleurs, l'AREQ accueille avec scepticisme l'intention du gouvernement d'accroître le nombre de places d'hébergement en résidences privées à titre de ressources intermédiaires, alors qu'on attend depuis des mois le resserrement des critères de certification de ces résidences. Leur application stricte devrait primer sur l'ajout de place « Pendant qu'on discourt, des cas d'horreur sont rapportés régulièrement dans les médias à propos des résidences d'hébergement. Le gouvernement semble être à la remorque ou carrément dépassé par les événements. Il est temps qu'il adopte une vision d'ensemble et agisse de manière proactive, vigoureuse et cohérente. L'annonce de ce matin n'apporte malheureusement pas de réponse à nos inquiétudes », a conclu Mariette Gélinas.

-30-

Source : Dominic Provost
Conseiller en communication
Cell. 418 929-4082
(document adapté aux besoins du journal)

Et voilà pour finir notre année aréquienne !!!

Profitez-en, amusez-vous !

Concours **Sudoku**

		2		8			3	7
			6	3	5			
	4					1		
	8		4	1			★	
		1		5		8		
				9	7		4	
		6					1	
			2	4	1			
5	1			6		3		

À gagner

2 prix de \$25

Tirage parmi toutes les
bonnes réponses reçues
d'un membre 03-B

Quel chiffre

remplacera l'étoile ?

Envoyez votre réponse par
courriel à :

areq45@yahoo.ca

(Avant le 15 juin 2011)

Niveau : difficile

**Le concours sudoku du journal de février se terminant après la date de tombée du journal d'avril,
les noms des gagnants seront envoyés par courriel sur areq45@yahoo.ca
et dans le prochain journal.**



Envoi de Poste-Publication

Convention # 40734023

Pour maître de poste :

Retour : Gilbert Lagacé, 205 Ch. Lebel, Rivière-du-Loup, G5R 5T7

PASSEZ UN SUPERBE ÉTÉ !