

LE DEUX-RIVIÈRES

SECTEUR 10 D



Janvier
2014

Boîte vocale
450 824.1483

www.deuxrivieres10d.areq.ca

*Hommage à
nos bénévoles*

.....

*Avis
Bien se renseigner*

.....

*Comité de la
condition féminine*

.....

À noter
Activité régionale

.....





Le Deux-Rivières, Volume 26, numéro 2

Sommaire

Mot de la présidente	3
Hommage	4
Arts visuels	5
Avis de convocation	6
Bienvenue	7
Bien se renseigner.....	8
Comité de la condition féminine	9
Activité régionale.....	9
Souvenir de Lorraine	10
Le comité d'action socio-politique.....	10
Test de la baignoire	11
Numéros utiles.....	11
In Memoriam	11

Date de tombée du prochain numéro: 9 mai 2014

**L'AREQ 10 D n'est pas responsable
des opinions qui sont émises dans ce journal.**

Équipe du Deux-Rivières

Conseil sectoriel

Collaborateurs

Marie-Paule Hade, Jacinthe Joncas, Denise Fréchette,
Renée Dionne, Xavier Kalibbala.

Crédits photos

Renée Dionne, Hélène Quirion-Assaf.

Mise en page et Impression

Imprimerie CRL Ltée.

Postage

Effica-Poste

Conseil sectoriel 2013-2014

Présidente lorrainetrudeau@videotron.ca	Lorraine Trudeau 450 961.9757
1ère vice-présidente jacinthejoncas@hotmail.com	Jacinthe Joncas 450 918-3648
2e vice-président ramivoyages@videotron.ca	Rami Hamam 450 936-2755
Secrétaire mariepaulehade@videotron.ca	Marie-Paule Hade 450 664-3533
Trésorier j.labadie@sympatico.ca	Jacques Labadie 450 973-9795
1ère conseillère fredhelene@videotron.ca	Hélène Quirion-Assaf 450 625-6556
2e conseillère rdionne003@sympatico.ca	Renée Dionne 450 622-5843

Responsables sectoriels aux comités régionaux

Arts visuels mariepaulehade@videotron.ca	Marie-Paule Hade 450 664.3533
fredhelene@videotron.ca	Hélène Quirion 450 625.6556
Assurances	(poste vacant)
Communications freper@videotron.ca	Denise Fréchette 450 661.5212
Condition féminine rdionne003@sympatico.ca	Renée Dionne 450 622-5843
Environnement et développement durable jacinthejoncas@hotmail.com	Jacinthe Joncas 450 918-3648
Forum des hommes ecolomobile@sympatico.ca	Paul Lévesque 450 663-1085
Indexation	(poste vacant)
Sociopolitique xkalibbala@videotron.ca	Xavier Kalibbala 450 661-0539
Fondation Laure-Gaudreault	(poste vacant)

Mot des la présidentes



Au nom du conseil sectoriel, je veux d'abord vous souhaiter une très bonne année 2014. De la santé à profusion et de nombreux moments réconfortants.

Nous faisons toujours un retour sur nos activités au conseil sectoriel.

Celles de l'automne 2013 n'ont pas toutes eu la même participation mais les personnes présentes ont aimé leur expérience. Il y a eu une progression du nombre de personnes: de la visite guidée du Vieux Montréal (6) en passant par le Planétarium (12), la conférence sur la réflexologie (20) et notre dîner d'accueil des nouveaux membres (24). L'apogée fût sans contredit le dîner de Noël au Sheraton (56).

Dans ce numéro consacré aux comités sectoriels, vous prendrez connaissance de plusieurs projets à caractère régional ou sectoriel. Vous pourrez vous y inscrire par la boîte vocale. Vous êtes convoqués à 3 assemblées générales : celle du secteur le 10 avril 2014 au Palace, celle de la région le 1er mai 2014 au Mirage et celle de la Fondation Laure-Gaudreault le 1er mai 2014 au Mirage. Comme vous pouvez le constater, les deux dernières se tiennent au même endroit et la même journée. Je vous encourage à y participer. À l'AGR, le départ de nombreuses présidentes ayant terminé leur mandat, sera souligné dont celui de notre présidente régionale. À l'AGS, nous aurons des élections selon nos statuts et règlements.

«Les postes à la présidence, à la deuxième vice-présidence, au secrétariat et, le cas échéant, de la personne deuxième conseillère a lieu l'année du Congrès, lors de l'Assemblée générale du secteur qui précède l'Assemblée générale régionale.» page 28 no 23.02 a) des Statuts et règlements.

Nos prochaines activités sectorielles: le dîner de la St-Valentin le 14 février à 11h30 au Hilton de Laval, le dîner des bénévoles le 12 mars, (consultez la liste à la page 5). la cabane à sucre Aux Vieux Chênes à Laval le 16 avril à midi et le dîner de fin d'année le 11 juin au Buffet des Continents à Mascouche à midi. Si vous avez des suggestions de sorties, ne vous gênez surtout pas pour nous les communiquer.

Merci à vous qui avez pris la peine de nous signaler les décès et les maladies de membres ou non-membres connus de notre secteur.

Vos personnes déléguées au congrès ont déjà reçu deux journées de formation. Une autre journée se fera le 12 février au Mirage. Le congrès aura lieu du 2 au 5 juin 2014 à Sherbrooke. Ci-dessous l'imagerie du congrès de juin: les 10 papillons représentent les régions de l'AREQ. Chacune a sa propre couleur. Je participerai à un conseil national à la fin mars. Je serai convoquée à des conseils régionaux, à une rencontre du comité de l'indexation et celui du socio-politique (en tant que répondante régionale).

Au plaisir de vous voir à l'assemblée générale.

Lorraine Trudeau, présidente



Hommage à nos bénévoles

Nous tenons à remercier très sincèrement nos personnes bénévoles pour leur travail accompli tout au long de l'année. Nous leur offrirons un dîner le 12 mars afin de souligner leur implication.

Cartes d'anniversaire: Mesdames Marie-Paule Hade (responsable), Danielle Bareil, Ruth Boucher, Lise Bourdon Routhier, Damienne Langevin et Jocelyne Girardin.

Chaîne électronique: Madame Pierrette Gendron

Comités: Mesdames Marie-Paule Hade, Hélène Quirion, Denise Fréchette, Renée Dionne, Jacinthe Joncas, Lorraine Trudeau et messieurs Jacques Labadie, Paul Lévesque ainsi que Xavier Kalibbala.

Conseil sectoriel et journal: Mesdames Marie-Paule Hade, Jacinthe Joncas, Hélène Quirion Assaf, Renée Dionne et Lorraine Trudeau, messieurs Jacques Labadie et Rami Hamam.

Site Web: Messieurs Jean-Pierre Pérusse et Ernest Morin.

Téléphonistes: Mesdames Janine Renaud, Hélène Quirion, Ruth Boucher, Pierrette Gendron, Damienne Langevin, Pauline Poirier, Denise Quirion Leblanc, Louise Turcotte et monsieur Paul Lévesque.

Travail d'appui: en informatique, monsieur Michel Legault et en installation de tout genre, monsieur Gilles Ruel, à l'accueil à l'AGS, madame Lise Caya.



Recette pour une année nouvelle

Prendre 12 mois complets,
Les nettoyer de tout ressentiment, haine et jalousie
Pour les rendre aussi frais et propres que possible.
Maintenant couper chaque mois en tranches de 28, 30 ou 31 morceaux,
Puis, tout doucement, incorporer dans chaque journée,
Un zeste de courage... une pincée de confiance... une cuillère de patience...
une louche de travail...

Mélanger le tout avec de généreuses portions d'espoir, de fidélité, de générosité et de douceur.
Assaisonner le tout avec un soupçon de rêves, une bolée de rires et une pleine tasse de bonne humeur.
Verser maintenant la recette dans un grand bol d'amour

Et pour terminer...
Décorer avec un sourire... Servir avec tendresse...
Maintenant vous avez 365 jours pour la savourer avec Amour et délicatesse...

Bonne et Heureuse Année !

Arts Visuels

Dans le journal de septembre, vous avez eu une invitation pour notre 5^{ième} exposition 2014.

Nous n'avons eu aucun téléphone ni courriel, donc nous avons communiqué avec vous: les artistes des expositions antérieures... pour s'apercevoir que 3 ou 4 personnes pouvaient participer.

Vos comités ont été formés par nous pour vous. Nous avons à cœur que votre comité des Arts Visuels reste vivant. Nous avons absolument besoin de votre participation, pour que ce soit intéressant pour les visiteurs. Cette année, il nous manque la partie importante la participation.

Nous ne voulons pas abandonner comme ça. Nous avons donc pensé à une autre alternative. Que vous soyez un deux ou quatre artistes, il vaut la peine que vous soyez reconnus et admirés.

Lors de la réunion générale du secteur (AGS), le 10 avril 2014 au Palace, 1717 Le Corbusier Laval, les artistes intéressés pourront apporter leurs œuvres.

Il va de soit que notre secteur 10D, ne tiendra pas d'exposition au Bois Papineau cette année, et ne participera pas au coup de cœur ni à l'exposition régionale. Le Régional n'accepte pas cette forme d'exposition dans leur concours.

Par contre un cadeau de participation sera offert aux exposants.

Espérant que cette modification vous plaira et incitera d'autres artistes à produire et à participer à la prochaine exposition en 2015

Hélène Quirion Assaf et **Marie-Paule Hade** responsables.

Bingo alimentaire

Activité Régionale Comité EDD

Mercredi 19 mars 2014

Invitation

10H00 à 16H00

10h00 Visite à la chocolaterie « Le cacaoyer »
1111, boul. de l'Ange Gardien Nord, L'Assomption J5W 1N7
Coût: 5 \$ avec dégustation

11h00 Dîner Restaurant dans les alentours.

13H00 Activité Bingo Alimentaire

Endroit : Centre à nous

50, rue Thouin Repentigny

Invitées Mme Martine Gendron naturopathe et nutritionniste

Mme Vicky Riel, conseillère à la mise en forme.

Venez vous amuser tout en profitant des conseils de nos spécialistes qui vous permettront de: « Vieillir sans devenir... vieux! »

Prix de présence, collation. Coût : 5 \$

Vous devez vous procurer votre billet auprès de la responsable du Comité Environnement et Développement durable de notre secteur: Jacinthe Joncas 450 918-3648

Ou inscription avant le 19 Février 2014 sur la boîte vocale. 450 824-1483

Faire un chèque au montant de 10.00\$ AREQ 10 D et le poster à l'adresse suivante :

Jacinthe Joncas

3-744 Rue Montmartre, Mascouche, Québec J7K 0J2

AREQ
CSQ

Avis de convocation

ASSEMBLÉE GÉNÉRALE SECTORIELLE DE L' AREQ 10 D DEUX-RIVIÈRES DE LAVAL Le jeudi 10 avril 2014, au Palace, 1717, Le Corbusier, Laval



Projet d'ordre du jour

Accueil : 9h- Début : 9h30

- 1 Mot de bienvenue
- 2 Accueil de nos invitées : Mme Yvette Lafontaine de la FLG
et de notre présidente régionale, Mme Aline Savoie
- 3 Vérification du quorum
- 4 Nomination d'une présidence d'élection
- 5 Ouverture de l'assemblée
- 6 Lecture et adoption de l'ordre du jour
- 7 Lecture et adoption du procès-verbal de l'AGS de 2013
- 8 Suivi au procès-verbal
- 9 Rapport de la présidence sectorielle et du comité sectoriel
- 10 Rapport de la trésorerie et adoption du rapport financier 2012-2013
- 11 a) Mot de la présidence régionale
b) Mot de Mme Lafontaine

PAUSE de 20 minutes

- 12 a) Rapports des responsables de comités : Action socio-politique, Assurances, Arts-visuels,
Communications, Condition des femmes, Environnement, Fondation Laure-Gaudreault,
Forum des hommes et Indexation.
b) Confirmation des responsables dans leur poste respectif.
13. Confirmation de la nomination des personnes déléguées au Congrès.
14. Élections de la présidence, de la deuxième vice-présidence, de la personne au secrétariat,
et de la personne deuxième conseillère.
15. Assemblée générale régionale du 1er mai 2014 au Mirage de Blainville: inscriptions
16. Varia

a) _____

b) _____

Levée de l'assemblée

Lorraine Trudeau, présidente



Avis des convocations

ASSEMBLÉE GÉNÉRALE RÉGIONALE (AGR)

LAVAL-LAURENTIDES-LANAUDIÈRE

Par la présente, vous êtes cordialement invités à participer à l'Assemblée générale régionale (AGR)

DATE : Le jeudi 1^{er} mai 2014

HEURE : De 9 h à 15 h

**ENDROIT : À l'Hôtel Le Mirage
1136, boul. Labelle
Blainville J7C 3J4
Téléphone : 450 430-8950**

Il y aura, entre autres, présentation du rapport d'activités 2013-2014, en matinée, et en après-midi, hommage et reconnaissance aux présidentes en fin de mandat.

C'est un moment privilégié pour nous rencontrer, prendre connaissance de nos réalisations, faire connaissance avec les présidentes et présidents de secteur nouvellement élus et saluer celles qui nous quittent.

Je compte donc sur votre précieuse collaboration.

Aline Savoie
Présidente régionale

AVIS DE CONVOCATION

L'Assemblée générale annuelle (AGA) de la
FONDATION Laure-Gaudreault (FLG), région 10,
se déroulera en étroite collaboration avec l'AREQ.

DATE : Jeudi le 1er mai 2014
HEURE : 15 h 15 à 15 h 45
ENDROIT : À l'Hôtel Le Mirage
1136, boul. Labelle
Blainville, J7C 3J4
Téléphone : 450 430-8950

**Au plaisir de vous rencontrer.
Nous vous aimons actifs et nombreux.**

Yvette Lauzon-Lafontaine
Présidente du Bureau Régional
Fondation Laure-Gaudreault (FLG)
Région Laval-Laurentides-Lanaudière



Bien se renseigner



Communiqués-Infolettre-Le Focus

Pour vous renseigner sur les positions de l'AREQ dans les grandes questions de l'actualité, surtout quand les retraités sont touchés, le service des communications de l'AREQ nationale transmet des communiqués, que je regroupe et que j'envoie aux membres qui nous ont laissé leur adresse électronique ; avec l'aide du comité, on rejoint ainsi plus de la moitié de nos membres du secteur.

Abonnement à l'Infolettre de l'AREQ : la meilleure manière pour obtenir ces informations, c'est de vous abonner, sur le site de l'AREQ, à l'infolettre hebdomadaire. Il suffit d'aller sur le site **areq.qc.net** et, dans la colonne de droite de la page d'accueil, de cliquer sur : Inscrivez-vous à l'infolettre et de remplir le fichier. C'est sécuritaire.



Inscrivez-vous à l'infolettre

Amusant : vous pouvez aussi répondre à un sondage sur certains sujets ; les résultats sont donnés sur le site et dans le *Quoi de neuf* ; voir dans le numéro d'hiver, page 29.

Trouver le Focus : **Extranet** Pour les dossiers plus poussés, vous apprécierez le Focus accessible aux membres par Extranet ; on peut avoir accès à tous les numéros depuis 2006, 8 ou 9 par année ; il suffit encore une fois d'aller sur le site de l'AREQ, de trouver Extranet (en haut à droite) et de vous inscrire en fournissant votre numéro de membre (c'est un numéro à six chiffres que vous trouverez en haut de votre nom dans l'adressage du *Quoi de neuf*), puis de poursuivre votre inscription. Ce sont des fichiers trop lourds pour être transmis par la chaîne électronique.



Il fait trop froid pour sortir ? Prenez quelques minutes pour vous familiariser avec le site **areq.qc.net**, voir ce qui se fait dans les Régions, vous ferez un tour de province aréquien. Vous n'êtes pas branché ? Il y a sûrement quelqu'un de votre entourage qui se fera un plaisir de vous initier, sinon les bibliothèques de Ville de Laval offrent un service de réservation d'ordinateurs à tous les abonnés. Vive l'autonomie, pour les sources de renseignements, comme pour les autres aspects de notre vie.

Denise Fréchette

Responsable des Communications

Forum des hommes

Le secteur C a organisé une conférence à l'occasion de la journée internationale des hommes, comme indiqué dans le plan d'action. Cette conférence s'est tenue à St-Jérôme. « Être homme retraité au 21^e siècle » était un sujet très intéressant.

Le secteur G prévoit organiser une activité le 26 mars 2014 à l'hôtel Mirage à Blainville avec Pierre L'Heureux du Réseau Homme Québec comme conférencier animateur. Dans le but de mieux outiller les hommes pour se parler entre hommes, la conférence portera sur « Communiquer au masculin ». Le 2^e choix de date serait le 12 mars 2014.

La dernière activité sera une réunion formelle pour faire le bilan de l'année 2013-2014 et préparer l'année 2014-2015. Elle aura lieu à l'hôtel Mirage, à Blainville, le 8 mai 2014.

Paul Lévesque

Comité de la condition féminine

L'automne dernier, je me suis engagée comme responsable sectorielle au Comité de la condition féminine.

Le 18 octobre 2013, j'ai assisté au comité régional de la condition féminine. Nous avons élu une nouvelle responsable régionale en la personne de Mme Lucille Francoeur. Nous avons discuté du plan d'action de la région et ressorti les actions à poser.

Le 8 novembre 2013, j'ai participé à des échanges sur la laïcité. L'après-midi fut axé sur les États généraux qui ont eu lieu du 14 au 17 novembre. Ce fut un grand plaisir d'entendre les propos de Mme Pierrette Gendron sur l'action et l'analyse féministes.

Au comité, nous nous sommes données comme mandat de vous inviter à une minute de réflexion en commémoration à la violence faite aux femmes.

Le 6 décembre en est la journée nationale, déclarée par le gouvernement du Canada en 1991. Vous avez reçu, par courriel, un texte vous invitant à se conscientiser à cette situation.

Pour terminer, je vous convie à deux événements :

- les activités du 8 mars, journée internationale des femmes
- une formation portant sur les régimes de retraite qui aura lieu le 27 mars 2014, organisée par les comités de l'action politique, de la condition des femmes et de l'indexation.

Au plaisir de vous rencontrer

Renée Dionne

Activité régionale

Nous vous invitons à participer à une journée sur les régimes de retraite organisée par les membres de 3 comités de l'AREQ

Pourquoi une journée sur les régimes de retraite?

Parce qu'il est important de savoir comment et pourquoi ils ont été créés afin de veiller à les conserver

Parce qu'ils sont attaqués par tous ceux et celles qui pensent que nous vivons à leur crochet.

Parce que même les personnes retraitées se laissent souvent culpabiliser par les gens qui voudraient faire disparaître les régimes à prestations déterminés comme le nôtre

Parce qu'il est important d'avoir les arguments pour contrer tous les mythes qui circulent au sujet de nos retraites. Par exemple que ce sont les gens qui travaillent qui paient pour nos pensions ou encore que nous avons un privilège injustifié

Les conférenciers invités sont :

M. Frédéric Hanin

M. François L'Italien

M. Mario Labbé

Mme Josée Côté

Ils nous parleront des différents régimes de retraite, des attaques que les régimes subissent ainsi que des mythes qui circulent et comment y répondre

Date : Jeudi, 27 mars 2014

Heure : De 9h00 à 15h30 (Dîner servi sur place)

Endroit : Hôtel Le Mirage, 1136 boul. Curé-Labelle à Blainville

Inscription : Dépôt de 10\$ qui vous sera remis à votre arrivée le matin.

Pour les personnes non membres de l'AREQ : Le coût est de 25\$ (ce qui paie le dîner et la collation) Comme les places sont limitées, inscrivez-vous le plus tôt possible en envoyant votre chèque à l'AREQ à l'intention de

AREQ 10 D
1816 Samuel de Champlain
Terrebonne J6X 2V4
Téléphone : 450 824-1483

Vous pouvez aussi, en vous inscrivant, faire parvenir vos questions et nous verrons à ce que les conférenciers en prennent connaissance.

AREQ
CSQ

Souvenirs des Lorraines

Les petits coeurs en chocolat

Pendant toute ma carrière, j'ai toujours aimé souligner les fêtes religieuses (c'était avant la laïcité) et sociales. La St-Valentin m'interpelait beaucoup à cause de son symbole d'amitié et d'amour.

Mes élèves-conseil m'aidaient à décorer la classe avec des cupidons en carton, des guirlandes rouges et des coeurs enflammés. Je préparais des jeux de mots en anglais (ma matière) pour mes pupilles et je choisissais des chansons en français pour les activités de la vie étudiante de l'école.

La semaine de la St-Valentin, je jouais au facteur en distribuant les cartes que mes élèves-conseil avaient reçues de leurs amies et amis. Si une personne n'en avait pas eu, je lui en envoyais une pour qu'elle ne se sente pas exclue. Je recevais des cartes de mes élèves et de collègues de travail. À l'école, il y avait des activités spéciales pendant la semaine de la St-Valentin: le courrier romantique, le jeu coup de foudre, une touche de rouge et le dîner en groupe-conseil pour ne citer que ces exemples.

Un 14 février au matin, mon Alessandro entre dans la classe avec une boîte en forme de coeur remplie de chocolats. Il l'ouvre et se met à s'empiffrer. Je le regarde. Il s'excuse et m'en offre. Je lui dis que les autres aussi aimeraient sûrement goûter à ces douceurs. Il ne voulait sans doute pas mal agir. C'était un moyen de compenser ses manques d'affection résultant de sa situation familiale.

Une autre année, à la date fatidique, j'avais apporté des petits chocolats enveloppés individuellement pour en offrir à mes élèves-conseil. Mes élèves-conseil ont apprécié mon geste. Leurs sourires m'ont comblé de joie ainsi que leurs « Merci Lorraine ». Dans ces années-là, ce genre d'attention était apprécié.

Lorraine Trudeau

Heureuse St-Valentin!

Le verbe AIMER est l'un des plus difficiles à conjuguer: son passé n'est pas simple, son présent n'est qu'indicatif et son futur est toujours conditionnel.

Jean Cocteau

Le comité d'action socio-politique

Notre comité s'est réuni le 18 octobre au Mirage de Blainville.

Les 10 membres du comité étaient présents. Gilles Lavigne, est élu président du comité en remplacement de Michel Boyer.

Lorraine Trudeau est présente à titre de porte parole du comité auprès du conseil régional.

Voici le plan d'action pour 2013-2014, élaboré à cette rencontre:

- Réaliser une journée de formation régionale avec les comités régionaux de l'indexation et de la condition de hommes et des femmes, le 27 mars 2014.
- Travailler au maintien et à l'amélioration des services publics de santé, de l'éducation et de la justice. Étudier les nouvelles législations des différents gouvernements du pays.
- Travailler pour le regroupement des organismes communautaires de Laval et des Laurentides (ROCL). Maximiser l'utilisation des technologies de communication ex. twitter et facebook.
- Étudier et faire connaître le livre blanc sur l'assurance autonomie.
- Envoyer les meilleurs vœux à nos membres pour Noël et le Nouvel An.

Xavier Kalibbala

Test des la Baignoires

Lors de ma visite médicale, j'ai demandé à mon médecin,

- Comment déterminez-vous si on doit placer un patient dans une maison de retraite pour personnes âgées ?
- Bien, répond-t-il, nous remplissons une baignoire, ensuite vous avez le choix entre une petite cuillère, une tasse à thé, et un seau pour vider la baignoire."
- Oh, je comprends,
Je continue en disant . . .
- Une personne normale prendra le seau parce que c'est plus grand qu'une cuillère ou une tasse à thé.
- Non, répondit-il . . . Une personne normale enlèvera le bouchon de la baignoire.
- Voulez-vous un lit près de la fenêtre ?

In Memoriam

Monsieur Richard Pilon

Madame Shirley White Brisebois
(épouse de Michel Brisebois)

Madame Claudette Lamy

Madame Paulette Caron

Monsieur Jacques Gélinas

Monsieur Alfred Bernard
(compagnon de Mireille Paquin)

Monsieur Claude Guindon

Madame Henriette Quirion
(sœur de Hélène Quirion-Assaf)

Monsieur Jacques Quirion
(frère de Hélène Quirion- Assaf)

Numéros utiles

AREQ

www.areq.qc.net 1 800 663-2408

AREQ 10 D

deuxrivers10d.areq.ca 450 824-1483

ASS.maladie

www.ramq.gouv.qc.ca 514 864-3411

ASS.RésAut

www.csq.qc.net 1 800 363-6344

CARRA

www.carra.gouv.qc.ca 1 800 463-5533

Certificat de l'état civil

etatcivil.gouv.qc.ca 514 864-3900

CLSC des Mille-îles 450 661-2572

CLSC du Marigot 450 668-1803

Hydro-Québec

hydroquebec.com 1 888 385-7252

Info santé 811

Médic-Alert

www.medicalert.ca 1 800 668-6381

Office de protection du consommateur

www.opc.gouv.qc.ca 514 253-6556

Popote roulante

Bonjour Aujourd'hui et Après.... 450 661-6716

Protection du citoyen

www.protecteurducitoyen.qc.ca. 514 873-2032

Revenu Canada

www.cra-arc.gc.ca 800 267-6999

Revenu Québec

www.revenu.gouv.qc.ca 514 864-6299

RRQ

www.rrq.gouv.qc.ca 514 873-2433

Sécurité de la vieillesse

www.servicecanada.gc.ca 1 800 622-6232

SSQ

www.ssq.ca 514 223-2501

Retourner à:

AREQ 10 D
1816 Samuel de Champlain
Terrebonne J6X 2V4

Livré par

POSTES CANADA
CANADA POST

Port payé Postage paid
Poste Publications
Publications Mail
41350019



Quelques photos

Conférence sur la réflexologie



Dîner des Noël

