



Nouveau numéro
de Boîte Vocale:
450 824-1483

OCTOBRE 2012

SITE INTERNET: deuxrivieres10d.areq.ca



SOMMAIRE

Mot du président	3
La relève	3
Les journées régionales	4 à 12
Rapport financier	10-11
Hommage à Xavier Kalibbala	14
Jean au Sénégal	15
Non-rentrée	16
In Memoriam	16
Activités	17
Babillard	17
Souvenirs de Lorraine	18
Poème	19

Date de tombée du prochain numéro : le 28 janvier 2013

Pour collaborer, commenter..., faire parvenir vos textes à : freper@videotron.ca

Équipe du Deux-Rivières :

Denise Fréchette, Ernest Morin, Jean-Pierre Pérusse

Collaborateurs:

Marie-Paule Hade, Lucille Gagné, Janine Renaud, Lorraine Trudeau

Crédits photos:

Denise Fréchette, Patricia Gariépy, Suzanne Mercier, Ernest Morin, Diane Sunderland, Lorraine Trudeau

Couverture:

Automne, avenue des Perron

Impression:

Le groupe Chagui inc.

Conseil sectoriel 2012-2013

450 961-9757
@yahoo.ca
poste vacant)
450 936-2755
ideotron.ca
poste vacant)
450 973-9795
atico.ca
ıf450 625 6556
eotron.ca
450 622-5843
patico.ca

Responsables sectoriels aux comités régionaux

Arts visuels	
Marie-Paule Hade	450 664-3533
mariepaulehade@videotron.ca	
Hélène Quirion	450 625-6556

fredhelene@videotron.ca

Assurances (Poste vacant)

Communications

Denise Fréchette 450 661-5212

freper@videotron.ca

Condition féminine

Elyse Ouellette 450 964-5242

Forum des hommes

Paul Lévesque 450 663-1085

ecolomobile@sympatico.ca

Indexation (Poste vacant)

Sociopolitique (Poste vacant)

LE MOT DU PRÉSIDENT

Enfin, la relève!

Il y a un temps pour tout dans la vie : un temps pour venir, un temps pour partir.

Pendant le temps à la présidence, progressivement j'ai pu réaliser que je vous rendrais service en



laissant les rênes à une personne plus disponible que moi. « La famille sur trois continents, les scouts, l'écriture, le cercle littéraire, les propriétés, la paroisse, les voyages, les réseaux d'amis et d'anciens élèves », dixit Janine Renaud, ont fait que la tâche de président était parfois difficile à gérer. Les membres du conseil sectoriel, surtout le 1er vice-président, Jacques Labadie, étaient toujours prêts à me remplacer quand je n'étais pas disponible. Je les en remercie. L'aspect administratif cependant ne peut pas être réparti entre plusieurs personnes.

Lorraine Trudeau a accepté généreusement et avec enthousiasme de prendre la relève à la présidence du secteur 10 D. Le changement de la garde aura pris effet à partir du 11 octobre 2012, lors de notre conseil sectoriel mensuel. Le leadership, le dynamisme, l'efficacité méticuleuse, l'esprit ouvert et vif, l'attitude d'accueil de Lorraine seront pour notre secteur un atout précieux. Je veux la remercier d'avoir accepté d'assumer le poste.

Pendant mon mandat, j'ai pu apprécier l'AREQ en toute sa force. J'ai découvert la richesse de cœur et le dévouement de bien des personnes de notre secteur, qui travaillent généreusement et très souvent à l'ombre. J'ai eu du plaisir à travailler avec l'équipe du conseil sectoriel et j'ai admiré le travail consciencieux de chacun. Le conseil régional aussi m'a inspiré et aidé dans ma tâche. Un grand merci à vous tous pour votre confiance, votre soutien et votre exemple.

« Et maintenant que vais-je faire de tout ce temps qui sera ma vie... »

Je serai toujours disponible dans la mesure du possible pour notre nouvelle présidente, qui devra trouver un remplaçant à la trésorerie. Je continuerai à participer au comité du sociopolitique.

Voici déjà arrivée la fin de l'automne et ses riches couleurs et récoltes abondantes : un beau moment pour réfléchir et donner un sens à l'automne de notre vie.

D'ores et déjà je vous souhaite à tous une joie profonde à vous retrouver avec tous vos êtres chers que vous continuez à inspirer par votre bonté et votre sagesse. J'espère que notre dîner de Noël sera aussi chantant et joyeux que par le passé.

Et n'oubliez pas : « Le temps que l'on prend pour dire je t'aime, c'est tout ce qui reste au bout de nos jours ».

Bonne route à vous toutes et tous.

Xavier Kalibbala

La relève

C'est un dimanche matin que Xavier m'a annoncé sa démission. Il m'a demandé si j'étais toujours intéressée à assumer la présidence et j'ai répondu par l'affirmative. La passation des pouvoirs sera faite depuis le 11 octobre quand vous lirez ses lignes.



Des membres du conseil sectoriel et des représentants des comités auront participé à une session de formation les 15 et 16 octobre, à L'Estérel, sur les mythes et réalités au sujet des aînés ; vous trouverez dans ce numéro un aperçu des discussions que nous aurons eues lors cette rencontre. Il y aura aussi un conseil national qui se tiendra les 29, 30, 31 octobre et 1er novembre, et j'y assisterai.

Lorraine Trudeau

Voir les hommages à Xavier Kalibbala en page 13.

SESSION RÉGIONALE DE FORMATION ET DE PLANIFICATION

Des membres du conseil sectoriel et les responsables de comité ont participé, à l'hôtel l'Estérel, le 15 octobre 2012, à une session régionale de formation sur les aînés et le 16, à une rencontre de planification des tâches pour 2012-2013. Nous publions dans les pages qui suivent les comptes rendus que nous avons reçus des participants.



Les participants du secteur aux journées de formation et de planification

Le sort des aînés dans notre société

Les participants et participantes des conseils et comités régionaux et sectoriels de l'AREQ se sont réunis pour découvrir, comprendre et faire connaître à la population les mythes que les médias diffusent, tels que les coûts ruineux qu'entraîneraient les soins de santé pour les aînés... La mire est seulement sur les aînés. Nous sommes vraiment dérangeants dans notre société vieillissante.

Pourtant, nous ne sommes pas les seuls à utiliser les soins de santé. Par exemple, les moins de 40 ans dont les excès d'alcool causent des accidents ou ruinent carrément leur santé, ils coûtent combien à la société ? Quant aux enfants, ils ne naissent pas tous en santé : l'État paye pour tous les âges, pas seulement pour les aînés.

Hélène Assaf

Les aînés coûtent-ils plus cher?

Non, les aînés ne coûtent pas plus cher que les autres catégories de personnes. Plusieurs études

le démontrent depuis dix ans : le vieillissement n'est pas la principale cause de l'augmentation

---->

des dépenses en santé. Selon le Dr Réjean Hébert, il y a quatre causes importantes à cette croissance des coûts :

- les médicaments ;
- les nouvelles technologies ;
- les soins hospitaliers ;
- la privatisation du système de santé.

Le comité consultatif sur l'économie et les finances publiques (Fortin, Godbout, Montmarquette et Gagné) affirme que depuis 10 ans, la hausse des dépenses provient :

- du coût des médicaments ;
- des budgets d'immobilisation ;
- de la rémunération des médecins ;
- de la technologie et
- de la consommation accrue de services (tous âges confondus).

Le 15 octobre, nous avons eu une formation sur ce sujet et ce fut très intéressant. C'est à suivre!

Lorraine Trudeau



Comité régional de la condition féminine

Condition féminine

J'aimerais tout d'abord remercier Suzanne Mercier qui a occupé le poste de répondante à la condition féminine pendant des années.

Ayant assisté pour la première fois au comité régional, j'y ai trouvé un accueil chaleureux et un climat bienveillant.

Voici tout d'abord les thèmes abordés en réunion générale régionale :

- 1 la démographie ;
- 2 le ratio de dépendance ;
- 3 le coût de la santé :
- 4 la contribution sociopolitique.

Puis l'orientation déterminée en comité régional de la condition féminine :

- 1 assurer des services de qualité à ses membres;
- 2 s'occuper de la sécurité financière des personnes aînées afin de les assurer de vieillir dans le respect et la dignité;
- 3 reconnaître et faire valoir l'effort des membres à la société, leur implication dans divers organismes.
- 4 donner une formation sur les mythes et préjugés envers les personnes ainées, principalement quant aux services de santé.

Enfin, sujet de l'heure : Que pensez-vous de l'élection de la première Première ministre ?

La rencontre fut très intéressante. On se laisse sur une question : Les femmes en politique changeront-elles le monde ?

Élyse Ouellette



Comité régional de l'environnement et du développement durable.

Environnement

Mme Claudette Lefebvre, responsable du comité régional, nous a donné les lignes directrices de l'AREQ nationale :

Plan d'action national triennal : La santé (en regard de l'environnement)

 Cerner les attentes des membres sur le thème, en lien avec l'environnement.

Ex : L'agriculture et une saine alimentation

- Suivre attentivement l'actualité et assurer la diffusion de l'information aux membres : conférences, points de presse, etc.
- Repérer les problèmes de santé reliés à l'environnement : OGM, etc.
- Apporter notre appui aux dossiers environne-

- mentaux dans nos secteurs : lettres, pétitions, cartes d'engagement, etc.
- Souligner le mois de l'eau en mars, le jour de la terre en avril, etc.

Notre plan d'action prendra forme lors de notre prochaine rencontre régionale : à suivre.

La formation se poursuivra lors d'une prochaine rencontre régionale pour notre comité, prévue à la fin novembre.

J'ai hâte de m'impliquer, particulièrement auprès des membres, et je souhaite la bienvenue à toute personne intéressée à se joindre à moi pour mener à bien ce dossier en formant un comité sectoriel.

Au plaisir de vous rencontrer !\\

Jacinthe Joncas





Comité régional des communications

Communications

Notre responsable régionale, Lucille Gagné, accepte de poursuivre le travail de coordination qu'elle fait actuellement.

Chaque responsable de secteur se présente, puis fait part de sa situation. Les communications avec les membres ne sont pas faites de manière identique d'un secteur à l'autre ; presque chaque secteur a un journal ; les chaînes électroniques joignent une fraction de plus en plus grande des membres, jusqu'aux deux tiers pour l'un des secteurs. Partout on incite à consulter le WEB pour se tenir au courant des activités. Cependant la mise à jour des sites cause problème : c'est un travail de professionnels, et l'AREQ nationale n'accorde pas de soutien à cette fin, ni technique ni financier ; elle n'offre que l'hébergement du site.

L'AREQ nationale n'accorde pas de budget de

fonctionnement aux comités des communications, contrairement à ce qu'elle fait pour les autres comités ; la région, elle, leur accorde un budget de fonctionnement comme aux autres comités.

Mme Gagné propose aux responsables une formation sur les réseaux sociaux, et sur la façon de les utiliser de manière sécuritaire ; si elle a lieu, j'essaierai de partager avec vous les informations reçues.

En septembre, j'ai accepté le poste de responsable des communications, vacant depuis le décès de Jean Laroche. J'essaierai de faire le lien entre les différents éléments : journal, chaînes électronique et téléphonique, site Internet, conseil sectoriel et responsable régional.

Denise Fréchette

BIENVENUE À NOS NOUVEAUX MEMBRES

Marcel Arcand
Danielle Bareil
Carmen Bureau
Marie-Rose Ceuppens
Alain Dubeau

Gisèle Goyer-Richer Normande Guay-Doyon Jacinthe Joncas Roger Lemire



Comité régional de l'indexation

Indexation

Étant donné que notre secteur n'a pas de responsable pour ce comité, j'ai participé à la discussion de ce groupe. Nous avons d'abord élu notre responsable régionale : Thérèse Chaput. Puis nous avons abordé notre plan d'action. Il s'agissait de trouver des moyens d'action ainsi que le moment de l'année pour les réaliser, et d'y affecter un budget dans certains cas.

Nous avons retenu huit moyens d'action :

- 1 a) Inciter nos membres à utiliser le nouveau logiciel sur la perte du pouvoir d'achat, soit par internet ou par tout autre procédé.
 - b) Inciter les futurs retraités à faire de même.
- 2 Informer les membres sur le dossier de l'indexation par des rencontres et les journaux locaux.
- 3 Tenir des rencontres avec tous les responsables sectoriels et réagir aux différents évènements.
- 4 –. Offrir une journée de formation sur les régimes de retraite, en priorité aux membres du comité de l'indexation, puis aux personnes faisant partie des autres comités et finalement aux membres de la région.
- 5 Poursuivre la concertation avec les autres associations de personnes retraitées.

- 6 Organiser une rencontre avec les députés pour qu'ils s'engagent à faire leur part.
- 7 Participer à toutes les activités de mobilisation proposées par l'AREQ.
- 8 En partenariat avec le comité de la condition féminine, envoyer une lettre au conseil national lui demandant de nous fournir les données de revenu de retraite selon le sexe.

Certains moyens s'étaleront sur toute l'année et d'autres seront ponctuels. Certains moyens ont obtenu un budget tandis que d'autres ne demanderont pas un sou.

En terminant, je vous incite à vous impliquer dans notre secteur. Le poste de responsable du comité de l'indexation est vacant, celui du comité des assurances également. Vous pouvez aussi écrire un article pour le journal.

Lorraine Trudeau

Rapports à venir :

Forum des hommes Sociopolitique



Comité régional des arts visuels

Arts visuels

Il s'agissait d'une rencontre régionale. Chacun des secteurs étaient représentés. Nous avons tout d'abord réélu M. Ronald Forbes au poste de responsable du comité régional. Il a accompli un très beau travail comme responsable.

Nous avons revu le plan d'action régional 2011-2012 à partir duquel nous avons rédigé celui de l'année 2012-2013. Il y a eu mise en commun des expositions présentées au cours de la dernière année et les dates des prochaines. Quelques secteurs, comme le nôtre, font une exposition aux deux ans, afin de donner la chance aux artistes de produire davantage.

Le sujet des métiers d'art a été abordé. Plusieurs

secteurs ont ouvert leur exposition aux métiers d'art : bijoux, tissage, broderies, vitrail, cartes d'anniversaires, etc. Au régional, les œuvres acceptées pour des prix resteront les arts visuels : la peinture, la sculpture et la photographie.

Cette ouverture permet une plus grande visibilité aux créateurs et artistes et attire aussi plus de visiteurs. Le comité régional tiendra une réunion le mardi 16 avril 2013. Il a été suggéré que la représentante du comité au national parle de ce changement pour les métiers d'art. Pour terminer, j'invite donc tous les artistes à se préparer en prévision de notre prochaine exposition en 2014.

Marie-Paule Hade et Hélène Quirion-Assaf

Indexation

Le changement de dénomination traduitelle un virement de priorité ?

Un des comités de notre région a pour nom « Comité régional de l'indexation ».

Le comité national correspondant s'appelle « Comité retraite » et a pour but, entre autres, « d'étudier toute la problématique reliée à l'amélioration des rentes de retraite (indexation) » ; son dossier prioritaire : « Protection du pouvoir d'achat (indexation de la rente) ».

Lors des journées régionales de formation et de planification des 15 et 16 octobre, le comité de l'indexation était rebaptisé « Comité de la retraite (indexation) ».

Cette subreptice mise entre parenthèses de l'indexation, dont on réduit l'importance en l'insérant dans « la retraite », exprime-t-elle une perte de foi de nos élus dans cette « priorité » adoptée à maintes reprises par nos congrès ?

Jean-Pierre Pérusse



Secteur Deux-Rivières de Laval (10D) Année financière 2011-2012

--> --> -->

?

Ce rapport financier a été produit le 2012-07-12 et imprimé le 2012-10-19

1 ... 2

ACTIVITÉS		+ PRO	DDUITS					
FINANCIÈRES DE LA PÉRIODE	sommes reçues du national	sommes reçues du régional	autres sommes reçues	total	transport et parking	repas	gîte	J
Instances et rasser	nblements			600,00	2			
AGR				0,00	201,80	100,00		\top
AGS				0,00		1 116,15		\top
CS	600,00			600,00	604,07	916,25		Т
RR				0,00				\top
Comités				0,00				
Comm				0,00	28,80	19,00		\top
Assur				0,00		,		十
CondFem				0,00				十
ForumHom				0,00	57,10	59,00		十
Index				0,00	4,00	19,00		十
ActSocPol				0,00				\top
EnvirDD				0,00				\top
ArtsVis				0,00				士
Autres activités				2 990,91	·			
FLG			88,10	88,10				Т
Journal	2 772,00			2 772,00	75,32	25,00		十
SiteWEB				0,00		272,62		十
CartesAnniv			130,81	130,81				十
BrunchBénév				0,00		827,50		\top
ChaîneTél				0,00	72,10			丁
AccueilNouv				0,00	12,90	110,91		\top
Non-rentrée				0,00				丁
DînNoël				0,00				Т
DînSt-Val				0,00				Т
Sucres				0,00				Т
ColloqueEau				0,00		110,00		\top
ExpoArts				0,00	18,00	549,85		\perp
Gestion sectorielle				15 048,63				
Allocations + Amis	2 079,00	10 402,58		12 481,58				
Divers	1 836,00		624,04	2 460,04	140,80	19,00		Т
Activités bancaires		intérêts gagnés :	107,01	107,01				
TOTAL	7 287,00	10 402,58	949,96	18 639,54	1 214.89	4 144,28	0.0	ool
			2 .2,00		, • •	,==		-21

Validation des inscriptions effectuées durant la période

nombre de conciliations bancaires non validées : 0

nombre de lignes non validées dans les feuilles de registre : 0

nombre d'inscriptions "hors comptes d'épargne" non validées : 0

--> --> --> -->

Rapport financier final (détaillé) pour la période du 1er juillet 2011 au 30 juin 2012

MOINS	Part sociale Dé	onibilités à l'ext e de l'institutio pôt à terme (2 Disponibilités	érieur des comp n financière : 2012-06-29) :	lités totales : otes d'épargne : 5,00 10 000,00 s d'épargne :	21 097,25 -10 005,00 11 092,25	>	11 092,25	>	11 092,25 \$
r juillet 2	2011	> >			'épargne avec Compte d'épa		11 092,25 0,00		
		- CHARGES	3					= SOLDE	
ocation de salle	artiste ou conférencier	photocopie, fournitures et matériel		reconnaissa nce et dons	frais de livraison	autres charges	total	net	
							3 291,76	-2 691,76	
							301,80	-301,80	
	100,00	138,24		23,97			1 378,36	-1 378,36	
		91,28					1 611,60	-1 011,60	
							0,00	0,00	
							406,90	-406,90	
							47,80	-47,80	
				100.00			0,00	0,00	
		120.00		100,00			100,00	-100,00	
		120,00		 			236,10 23,00	-236,10 -23,00	
							0,00	0,00	
							0,00	0,00	
							0,00	0,00	
							9 623,93	-6 633,02	
		100,00		78,10	Т	10,00	188,10	-100,00	
		2 878,65		,	1 980,93		4 959,90	-2 187,90	
		19,01					291,63	-291,63	
		432,97		90,81	707,90	40,00	1 271,68	-1 140,87	
							827,50	-827,50	
				22.22			72,10	-72,10	
		45,57		32,00			201,38	-201,38	
		105,08		40,00 40,00			40,00 145,08	-40,00 -145,08	
		93,57		40,00			93,57	-93,57	
		00,01		12,00			12,00	-12,00	
							110,00	-110,00	
188,25		104,89		550,00	ĺ		1 410,99	-1 410,99	
							2 312,01	12 736,62 12 481,58	
		563,52	232,82	370,00	78,10	698,00	2 102,24	357,80	
					frais de banque :	209,77	209,77	-102,76	
188,25	100,00	4 692,78	232,82	1 336,88	2 766,93	957,77	15 634,60	3 004,94	3 004,94 \$
0 juin 20	12	> >			'épargne avec Compte d'épa		14 306,52 0,00		
PLUS	Dispo Part sociale	Disponibilités onibilités à l'ext e de l'institutio epôt à terme (2	érieur des comp n financière : 2012-06-29) :	otes d'épargne : 5,00 10 000,00	14 097,19 10 005,00	>	14 097,19	>	14 097,19 \$
			Disponibi	lités totales :	24 102,19				



Comité régional des assurances

Médicaments et assurances

- 1 Si nous partons en voyage, particulièrement pour Haïti ou Cuba, il est sage d'apporter notre carte d'assurance SSQ. Et de ne pas oublier le cahier bleu des protections; nous pourrions en avoir besoin!
- 2 Les médicaments, nous pouvons les magasiner pour nous en procurer. Les prix varient souvent d'une pharmacie à l'autre.
- 3 Si nous décidons de traverser aux États-Unis, il est prudent d'avoir avec soi sa carte d'assurance SSQ.
- 4 En magasinant les médicaments, nous pouvons facilement constater la variation du coût de renouvellement à la RAMQ pour une prescription, comparativement à celle soumise à une assurance privée comme la nôtre!

Pierre Haché, responsable régional

1^{er} octobre Vieillissement actif et en santé!

À l'occasion de la Journée internationale des personnes âgées (1er octobre), l'AREQ tient à souligner la contribution inestimable de ses 55 000 membres à la société québécoise. Cette année le thème retenu par la Conférence des Tables régionales de concertation des aînés est *Vieillissement actif et en santé*. Ce thème cadre bien avec les actions de l'AREQ pour lutter contre certains mythes et préjugés concernant les personnes aînées. Nos membres réalisent des projets, ils font du bénévolat, certains sont des personnes aidantes, ils participent à la vie démocratique, s'engagent dans des causes, bien sûr ils payent des impôts et des taxes, bref ils prennent une part active à la société », rappelle le président de l'AREQ, Pierre-Paul Côté.

À cet égard, mentionnons que l'AREQ a réalisé l'an dernier une



Nouvelle de la Fondation Laure-Gaudreault

Dans notre numéro de juin 2012, en page 13, la responsable de la Fondation Laure-Gaudreault, Mme Lorraine Trudeau, rendait compte d'un don de 665,00 \$ à l'organisme l'APARL (Association pour aînés résidant à Laval) au printemps 2012. Faute d'espace, nous n'avions pas pu publier la photo de la remise du chèque au responsable de l'Association, M. Luc Dominique Massé : la voici.



étude sur les coûts de santé liés au vieillissement. Cette étude a démontré que le vieillissement est loin d'être la catastrophe appréhendée. Une trousse d'information et une vidéo circulent d'ailleurs dans les régions de l'AREQ à ce sujet. Rappelons par ailleurs que c'est l'Assemblée générale des Nations Unies qui a désigné le 1er octobre comme la Journée internationale des personnes âgées. Cette journée a été célébrée à l'échelle mondiale pour la première fois le1er octobre 1991. En désignant une journée spéciale pour les personnes âgées, l'Assemblée reconnaissait leur contribution au développement et attirait l'attention sur un phénomène démographique : le grisonnement de la population. (Focus, Octobre 2012)

Nouvelle chronique à venir Mon bénévolat

Cette chronique sera réservée à nos membres qui s'impliquent dans différentes activités bénévoles. Dans un paragraphe ou deux, décrivez-nous votre travail, peut-être en inspirerez-vous d'autres et obtiendrez de la relève. À cette occasion, s'il y a lieu, on annoncera des activités susceptibles d'intéresser nos membres.

Svp, texte en fichier Word joint et, si possible, une photo pleine résolution à freper@videotron.ca

Bienvenue à tous!

LA VIE, MODE D'EMPLOI... POUR LES 70 ANS ET PLUS

La Presse a publié cet automne un entretien avec Jane Fonda, à l'occasion de la publication de **Prime Time**, un guide pratique à l'intention de ceux qui abordent l'« acte trois » de leur vie. Cette entrevue faite par Marie-Christine Blais est pleine de réflexions intéressantes ; en voici un extrait :

J'adore faire des recherches, je suis une institutrice dans l'âme. [...] C'est une des choses qui gardent jeune : apprendre, ouvrir son champ de vision. Pas besoin d'aller loin pour ça. Souvent, on représente la vie comme une arche, qui monte et descend. Mais on peut aussi la monter comme un escalier. Bien sûr, nos forces physiques déclinent, mais notre esprit, lui, s'élève, notre sensibilité et notre sagesse montent....

Extrait de *La Presse* du 24 octobre 2012, Cahier 7, page 1.

Retrouvez l'article complet sur Cyberpresse : h t t p : // w w w . l a p r e s s e . c a / a r t s / e t cetera/201210/24/01-4586482-la-vie-modedemploi-pour-les-70-ans-et-plus.php

Hommage à Xavier Kalibbala

Cher Xavier.

Assurer la présidence d'un secteur n'est pas une mince tâche, mais tu l'as fait pendant plusieurs mois depuis le départ de Janine. Ça représente des heures de travail non seulement au niveau du secteur mais aussi aux niveaux régional et national. Tu as dépanné notre milieu alors qu'il en avait besoin. Je te remercie pour tout ce que tu as accompli : réservations de salles, messages sur la boîte vocale, ordres du jour, planification des conseils sectoriels, présence à presque toutes les activités du secteur, participation aux réunions régionales et nationales ou, en cas d'absence, délégation à ton premier vice-président, et finalement implication auprès du journal. Tu n'as pas ménagé les efforts pour la vie du secteur en téléphonant à d'anciens collègues pour les inviter aux activités ou en recrutant de nouveaux membres au conseil sectoriel. Avant d'être président, tu as été trésorier et tout comme moi, tu as pu recevoir les excellents conseils de notre mentor, Michel Legault. Tu aimais bien faire les conciliations bancaires avec une « petite bière » sous l'œil exercé de Michel.

Tu as beaucoup d'autres intérêts et obligations dans ta vie actuelle et il



te sera maintenant plus facile d'y satisfaire. Nous espérons que tu pourras venir nous rencontrer à nos activités. Et peut-être nous faire plaisir en envoyant un texte de ton cru au journal. Sois assuré que nous te lirons et qu'il nous sera agréable d'avoir de tes nouvelles.

Encore une fois, merci beaucoup pour le temps que tu as donné à ton secteur. À bientôt !

Lorraine Trudeau



Courriel de Janine Renaud, ex-présidente du secteur, en réaction à l'annonce de la démission du président

Bonjour Xavier,

Je pense que le mot-clé est générosité des présidents.

C'était prévu lors de ton acceptation en avril 2011 que tu te dévouais pour un an et un intérim. On appelle ça une relation de transition chez les sansattaches anglos. Je sais maintenant que tes intérêts sont ta famille sur trois continents – faut le faire! –, tes scouts, tes amis, ton groupe de lecture, les propriétés, tes voyages, ton écriture, ta paroisse et j'en passe. Merci de ta générosité. La présidence nous permet d'étendre nos ailes, de mieux connaître notre grande association et de nous faire des contacts précieux. Il nous reste à

« coacher » Lorraine, fille positive s'il y en a, leader dynamique.

J'espère que tu te présenteras aux activités quand tu seras à Duvernay, sachant l'encouragement dont les élus et responsables raffolent et que c'est un échange précieux entre les membres chevronnés de la profession.

« Happy trails, no trials ».

Janine

JEAN AU SÉNÉGAL

Ceux qui ont connu Jean Laroche savent qu'il était un grand voyageur. Il sera donc parti comme il aura vécu... en voyageant. C'est en avril dernier que nous nous sommes envolés pour le Sénégal, en Afrique. Alors bénévole pour un organisme communautaire, il avait pour mandat de développer le site Internet d'un petit hôtel, le Caïman.

Notre séjour s'est déroulé à Sokone, une petite communauté à sept heures de route de Dakar. Nous y avons passé trois semaines. Juste assez de

temps pour découvrir ce petit paradis caché au fond de la brousse.

Et que de souvenirs! Les activités ont été nombreuses. Entre les balades sur les chemins de terre en pleine chaleur et les nuits de camping, les dégustations de phacochère et les spectacles de chant de fins de soirée, nous avons eu l'occasion de pêcher et de chasser le francolin. Que d'expériences!

Je me rappelle du sourire de Jean, entouré de la famille qui nous accueillait. Je me rappelle m'être dit qu'il était dans son élément. Là, à douze heures



d'avion de Montréal. Là, à des milliers de kilomètres. Comme quoi un voyageur est aussi bien à l'étranger qu'à la maison.

Et finalement le 10 mai, après les séances de photos et les salutations d'usage, nous avons repris nos baluchons. Direction : Montréal. Dans l'avion, nous nous racontions quelques douces anecdotes. Et puis, lors du transfert d'avion à New York, Jean est parti. Sans avertissement, certes, mais heureux, j'en suis certaine, d'avoir une fois de plus découvert un autre coin de planète.

Suzanne Mercier



Déjeuner de la non-rentrée

Le 6 septembre dernier avait lieu le déjeuner de la non-rentrée. Cette activité marque le début de la saison 2012-2013 de notre secteur. Nous étions une trentaine de personnes. En l'absence du président, c'est avec plaisir que les membres du conseil sectoriel nous ont accueillis. Tous étaient heureux de se retrouver après cette période de vacances. Au plaisir de tous, il y avait aussi de

nouveaux venus. L'atmosphère était joyeuse et très agréable. Cette activité doit se poursuivre. D'autres membres s'y joindront certainement. Vous trouverez dans cette page les impressions d'une nouvelle du secteur.

Merci à tous et au conseil sectoriel. Au plaisir.

Marie-Paule Hade

Une recrue gaspésienne vous écrit

Voici quelques mots pour partager les émotions de ma première rencontre avec vous le 6 septembre, à Laval.

Ayant communiqué avec le président de mon nouveau secteur, dans ma nouvelle région en tant que mascouchoise adoptive, j'ai voulu m'inscrire au sein de votre groupe dès mon arrivée, en mai dernier.

Originaire de Gaspé, membre de l'AREQ et viceprésidente de mon conseil sectoriel (secteur L des Falaises, région du Bas-St-Laurent/Côte Nord/Gaspésie/Les Îles), j'ai eu le goût de m'impliquer dans mon nouveau milieu de vie.

Un accueil chaleureux (téléphones et courriels) de mon nouveau président au cours de l'été a été ma porte d'entrée. Invitée au premier déjeuner du 6 septembre, j'avais hâte de le rencontrer mais, malheureusement, mon hôte était absent.

Une poignée de mains avec M. Jacques Labadie m'a permis de me sentir à l'aise dès mon arrivée. Vivement quelques dames (Nicole, Pierrette, Marie-Paule et Lorraine) et messieurs (Paul, Rami et les deux frères Lelièvre) sont venus à ma rencontre pour une raison ou une autre, et mon réseau social s'est agrandi en deux temps, trois mouvements...

Les moments agréables partagés autour d'une table, tout en racontant nos expériences en tant que retraités, resteront classés parmi mes souvenirs inoubliables.

Résultat, une formation en tant que responsable d'un dossier, l'environnement, est déjà à mon agenda pour m'intégrer dans ma nouvelle famille aréquienne, si vous me passez l'expression. Merci pour votre accueil ; encore une fois dans ma vie je me redis : vive le pouvoir du moment présent.

Au plaisir.

Jacinthe Joncas

In Memoriam

M. Herman Côté M. Léo Gagnon, frère de Mme Nicole Gagnon Mme Lise Lévesque Mme Estelle Monette



BABILLARD

Activités d'organismes lavallois proposés par nos membres

Occasionnellement, si l'espace nous le permet, nous pouvons publier des annonces d'activités d'organismes lavallois auxquels certains de nos membres participent, et qui peuvent en intéresser d'autres.

Maude Malval, une de nos retraitées venue au dîner d'accueil, nous fait part d'activités du *Comité lavallois des rencontres interculturelles* au Centre de création artistique de Laval, au 430, 5^e rue, Laval-des-Rapides, le dimanche de 15 h à 17 h.

S'inscrire à l'avance au 450 686-6808 ou 450 682-6997.

2012-12-16 : Fêtons Noël!

2013-01-27 : Fêtons l'amitié et l'amour

2012-02-17 : Écrits d'ici et d'ailleurs

2013-03-10 : Vive le printemps !

2013-04-14 : Cuisine de partour

2013-05-05 : Les vacances s'approchent

Maude Malval nous invite également aux prochains spectacles du *Théâtre d'art lyrique de Laval* :

La Grande Duchesse de Gérolstein : opérette en trois actes de J. Offenbach.

le 23 novembre 2012 à 20 h et le 25 novembre 2012 à 14 h.

La Flûte enchantée : opéra en trois actes de W.A.Mozart,

le 22 février 2013 à 20 h et le 24 février 2013 à 14 h.

Évangéline, création de l'opéra de Sylvain Cook,le 19 avril à 20 h et le 21 avril 2013 à 14 h.

Les spectacles ont lieu au Théâtre Marcellin-Champagnat,

1275 rue du Collège (St-Vincent- de-Paul), Laval

Pour d'autres renseignements : 450 687-2230.

ACTIVITÉS 2013

Nouveau numéro de la boîte vocale : RÉSERVATION : 450 824-1483

DÉCEMBRE 2012

Dîner de Noël

le jeudi 6 décembre à 11 h 30 Sheraton de Laval 2440 autoroute des Laurentides, Laval

FÉVRIER 2013

La Saint-Valentin

le jeudi 14 février à 11 h 30 Hilton de Laval 2225 Autoroute des Laurentides Laval

MARS 2013

Dîner des bénévoles

le mercredi 13 mars à 11 h 30 Nos bénévoles seront invités.

AVRIL 2013

Cabane à sucre

le jeudi 4 avril à 11 h Aux Vieux Chênes 2 rue du Panorama, Laval **Vos amis sont les bienvenus!**

Assemblée générale sectorielle

le jeudi 18 avril à 9 h 30 Le Palace 1717 boul. Le Corbusier, Laval

MAI 2013

Assemblée générale régionale

le jeudi 30 mai à 9 h 30 Hôtel Le Mirage 1136 boulevard Curé-Labelle, Blainville

JUIN 2013

Dîner des membres

le mardi 11 juin à 11 h 30 Le Folichon 804 rue Saint-François-Xavier, Terrebonne

SERVICES







AREQwww.areq.csq.qc.net 1 800 663-2408
AREQ 10 D deuxrivieres10d.areq.ca 450 824-1483
Ass. maladie www.ramq.gouv.qc.ca 514 864-3411
Ass. RésAutwww.csq.qc.net 1 800 363-6344
CARRAwww.carra.gouv.qc.ca1 800 463-5533
Certificat de l'état civil
514 864-3900
CLSC des Mille-îles450 661-2572
CLSC du Marigot450 668-1803
Hydro-Québec hydroquebec.com 1 888 385-7252
Médic-Alertwww.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 Après450 661-6716
Protection du citoyen
www.protecteurducitoyen.qc.ca 514 873-2032
Revenu Canada www.cra-arc.gc.ca1 800 267-6999
Revenu Québec
www.revenu.gouv.qc.ca 514 864-6299
RRQwww.rrq.gouv.qc.ca514 873-2433
Sécurité de la vieillesse
www.servicecanada.gc.ca 1 800 622-6232
SSQwww.ssq.ca514 223-2501

À conserver Cette liste est publiée une fois l'an.

Vous avez une adresse courriel?

Si ce n'est déjà fait, pourriez-vous nous la transmettre à areq10d@gmail.com? Nous ne la divulguerons pas : à l'occasion seulement, nous adressons des informations aux membres, toujours en CCI (copie conforme invisible).

Notre site Internet a été mis à jour :

deuxrivieres10d.areq.ca

Merci de nous faire parvenir vos commentaires à areq10d@gmail.com

Souvenirs de Lorraine

Le conseil de ma mère

C'était le 2 décembre 1955, à Pointe-Saint-Charles. Je revenais à pied de l'école primaire Saint-Jean-l'Évangéliste pour aller dîner à la maison. Maman ne répondait pas à la sonnerie de la porte. Je dus utiliser ma clé que je portais sur moi. Tout était calme dans la maison. Je trouvai ma mère allongée sur son lit. Elle ronflait! Elle m'avait déjà prévenue que s'il lui arrivait quelque chose, il fallait que je téléphone à mon père. Son numéro au travail était placé sur la petite table, près de l'appareil. J'avertis mon père de ce qui se passait. Cela me rassura de savoir qu'il partait immédiatement pour la maison.

A son arrivée, papa a appelé un médecin. Ce dernier a demandé un miroir. Je le trouvais très présomptueux de vouloir soigner ma mère avec un tel objet! Je n'avais que dix ans : beaucoup de réalités m'échappaient... Il était trop tard. Maman nous avait quittés pour un autre monde. La voisine, à la demande de papa, était venue me faire dîner. Je n'avais pas faim. J'étais révoltée! Pourquoi maman était-elle morte? A ce moment-là, je ne me rappelais pas que ma mère avait eu un malaise deux ans auparavant dans la salle de bain et m'avait appelée à ses côtés. C'est lors de cet épisode qu'elle m'avait servi son conseil d'appeler mon père en cas de situation problématique.

Le Noël de cette année-là a été bien triste. Papa souffrait de la perte de sa femme. Ma sœur de trois ans ma cadette ne saisissait pas ce qui se passait à la maison. Quant à moi, je n'acceptais pas le départ de ma mère. C'est sans doute à partir de cette année-là que je me suis investie dans la vie scolaire et parascolaire des différentes écoles que j'ai fréquentées afin de compenser le vide affectif laissé par la mort de maman. J'ai suivi des cours de diction, écrit et joué des scènettes, et chanté dans une chorale au primaire et au secondaire. Quand j'ai fait mon école normale, j'ai écrit des articles pour le journal. J'ai aussi participé à l'association étudiante. J'ai poursuivi mon chemin avec le cœur lourd, mais le temps arrange bien les choses. il est vrai.

Lorraine Trudeau

Et si je vous racontais la mer... en Gaspésie

Lointaine et séduisante Gaspésie,
Pays de caps, de monts et de grandes eaux à l'infini.
Les grands oiseaux de mer à tout vent le crient :
Ici, le destin des hommes s'amarre aux marées et aux échouries.
Maîtresse du jour et de la nuit,
La mer avale tout le pays.

Aux premières lueurs de l'aube, sous le voile brumeux du petit matin, Elle émerge de la nuit saoule d'embruns et de vent salin, Puis elle dégrise sous les ardeurs des premiers rayons. Sublime, intemporelle dans toute sa splendeur, elle fait sa révérence au divin Poséidon. Murmure obsédant du clapotis.

Vertige, moment de grâce infinie.

Le ressac bat inlassablement la grève désertée...

Les moutons cabriolent sur la crête des vagues sans se demander où ils vont accoster... Les odeurs iodées du varech se mêlent à celle des rosiers sauvages... L'œil humide, l'homme rêve d'être du voyage.

À la tombée du jour, sous le souffle puissant d'Éole, Les lourdes eaux de la haute marée chavirent et s'affolent; Entre les vagues du jusant le jour se noie. L'insaisissable Absolu invite à un inconditionnel acte de foi. Mystère et secrets des grands fonds à jamais muselés, Les eaux sombres prennent soudain couleur d'éternité.

Marie-Marthe Fortin-D'Argenson

Retourner à:

AREQ 10 D 1816 Samuel de Champlain Terrebonne J6X 2V4

Livré par

CANADA POST

Port payé Postage paid Poste Publications Mail

41350019

Dîner d'accueil le 18 octobre 2012



Lorraine
et
quatre
nouveaux
membres



