



SECTEUR CHICOUTIMI-VALIN

LE GLANEUR

« L'AREQ, une force pour notre société »

Édition numéro 64

Avril 2013



Photo : Jeannette Desbiens

BILLET DU RESPONSABLE

L'AVENIR DU GLANEUR

Devant le développement accéléré et incessant des moyens et des formes de communication, nous ne pouvons que nous interroger sur nos pratiques et nous questionner sur l'opportunité de prioriser ou non l'Internet. Nous devons aussi déterminer l'importance et la valeur relatives que nous accorderons au « papier » et à « l'électronique ».

Actuellement, depuis plusieurs années, nous procédons à trois envois annuellement : en octobre, en décembre et un dernier en avril. Chacun de ces numéros sert d'abord de véhicule d'information pour le Conseil sectoriel et pour les responsables des différents comités; il permet aussi la transmission de divers messages. De plus, le bulletin d'octobre s'accompagne d'un dépliant informatif sur la structure de notre organisation et sur le calendrier des diverses activités qui se dérouleront au cours de l'année.

Toutes ces informations et tous ces textes peuvent être facilement repris et diffusés par notre site Web. Et souvent, même mieux et plus efficacement! En effet, la vitesse et même l'instantanéité de la communication permettent d'actualiser celle-ci. Ainsi, des rappels électroniques réguliers et fréquents ramènent à notre mémoire et à notre agenda l'activité que Le Glaneur nous avait annoncée quelques mois auparavant. En plus, le site Web nous fournit plus d'informations (photos) et nous indique en permanence des liens utiles.

Avec Le Glaneur et le site électronique, nous possédons les moyens de rejoindre TOUS LES MEMBRES de notre groupe! Et cet aspect doit demeurer prioritaire!

Je ne peux clore cette première année en tant que responsable du comité du Glaneur, sans mentionner l'efficacité, le dévouement, la disponibilité, la bonne humeur de toute cette équipe qui m'a accueilli amicalement et guidé judicieusement. Un grand merci aussi à vous toutes et tous qui nous avez alimentés par vos textes et vos idées.

François Duperré, responsable



MOT DE LA PRÉSIDENTE

Nous y revoilà! Quand le printemps arrive, c'est aussi la dernière parution du Glaneur. Sous le soleil de septembre, sous la pluie automnale et sous la neige hivernale, une année bien remplie s'est écoulée.

Au nom du conseil sectoriel, je remercie toutes les personnes qui ont œuvré au sein des comités et qui ont fait de chaque activité, une réussite. Nous vous remercions d'avoir été là; pour les organisateurs, votre participation est un signe de satisfaction. Encore une fois... Merci!

En mai prochain, se tiendront les assemblées : sectorielle et régionale. Nous nous attendons à ce que vous soyez nombreuses et nombreux à y assister. Ce sont là de belles occasions pour rencontrer des amis(es), s'informer et échanger.

Au niveau du secteur, nous aurons des élections. Tout membre régulier et en règle, désireux de s'impliquer dans les activités sectorielles est éligible.

Je termine sur cette réflexion de Carole Dulac : « Continue toujours de regarder en avant en conservant ta capacité d'émerveillement. »

Bonne fin d'année et au plaisir de vous rencontrer!

Francine Tremblay, présidente



« Le bonheur dépend non pas de ce que vous êtes ou de ce que vous possédez, mais uniquement de votre façon de penser. »

(Dale Carnegie)

CHRONIQUE DU COMITÉ DE L'ENVIRONNEMENT

Le comité, toujours soucieux de la protection de l'environnement en plus d'encourager la consommation de l'**eau du robinet**, prépare un petit document pour nous permettre **d'acheter et de jeter autrement**. Voici un avant-goût de la brochure qui vous sera remise lors de l'assemblée générale en mai prochain.

En résumé :

Après avoir offert à nos parents et amis ce dont ne nous ne voulons plus ou ce que nous ne pouvons plus utiliser, les organismes les plus utiles pour jeter et/ou acheter autrement sont à Chicoutimi :

- A. Le Carrefour Environnement Saguenay, 216 rue des Oblats, tél. 698-5225
- B. L' Ecocentre de Chicoutimi-nord, 2932 rue Vimy
L' Ecocentre de Chicoutimi, 3333 boul. Talbot
- C. Les friperies :
Le magasin Friprix, 1730 boul. Talbot, tél. 545-8111
Les Fringues, 348 rue St-Anne, tél. 696-2680
Le Comptoir vestimentaire de Chic. Nord, 2422 rue Roussel, tél. 549-1325
La friperie Michèle St-Arnault, 128 rue Jacques-Cartier, tél. 549-7667
- D. La Société St-Vincent-de-Paul de votre paroisse
- E. La Coopérative verte, 491 rue Jacques-Cartier, tél. 545-0257

Pensons aussi à réduire notre production de déchets à la source, en modifiant nos habitudes de consommation, en réutilisant et en recyclant davantage.

Lundi le 22 avril, « Journée mondiale de la terre », nous organisons une visite du Carrefour Environnement Saguenay à 13 h 30. Les personnes intéressées sont priées de donner leur nom à Louise Denis au 543-8772 ou loudenis@live.ca .
Des informations complémentaires vous parviendront par les réseaux habituels.

Petit rappel :

Les eaux Aquafina (Pepsi) et Desani (Coke) viennent du robinet avant d'être traitées. **On paie donc pour de l'eau du robinet...**



Amicalement vôtre!

Louise Denis, pour le comité environnement

LE SOURD-MUET

Les apparences sont parfois trompeuses

Au carrefour de la jungle africaine, un jour de foire, tous les animaux : lions, girafes, léopards, panthères, antilopes, etc. font la file devant la porte principale. Jamais une telle affluence ne s'était vue.

Un chimpanzé, arrivé de nulle part, est assis à l'entrée. Il tient un écriteau : *JE SUIS SOURD-MUET*. Il présente une besace pour accueillir les offrandes des visiteurs. La plupart des animaux y laissent un don substantiel. Même l'éléphant dépose un écu d'or.

Certains donateurs demeurent sur place et observent le comportement de chacun. Une panthère se présente. Sceptique, elle s'arrête et analyse la situation. Comment se fait-il que cet handicapé ne soit pas accompagné, se dit-elle? C'est impensable! Alors, elle s'adresse au mendiant :

- Il y a longtemps que tu es sourd-muet?
- Depuis ma naissance, répond-il sans réfléchir.

Se rendant compte de son erreur, notre fraudeur prend la poudre d'escampette en ayant bien soin d'apporter le fruit de sa récolte.

Indignés, les témoins déclarent :

- Cet escroc doit être dénoncé aux autorités et jugé pour escroquerie

Carmen Dallaire



*« Nous ne pouvons toujours changer le monde,
mais nous pouvons changer d'idée. »*
(Gérald Jampolsky)



NOUVELLES DE LA FONDATION LAURE-GAUDREULT

L'activité moitié-moitié réalisée lors de la journée sportive du 21 février dernier a rapporté la somme de 93\$ à la Fondation et trois participants se sont partagé un même montant.

La Fondation compte vingt nouveaux membres depuis septembre dernier. C'est un beau succès et je vous en remercie beaucoup. Actuellement, nous sommes 225 membres en règle.

En avril, nous attribuerons les sommes d'argent demandées. Il est encore temps de présenter des demandes.

La réunion générale de la Fondation aura lieu le 15 mai, juste avant l'assemblée générale de l'AREQ qui se tiendra au même endroit à Roberval.

L'activité de financement au profit de la FGL se déroulera en juin à La Baie. D'autres informations suivront bientôt.

Nicole Tremblay, responsable 02A, Tél : 699-7734



FÊTE DES BÉNÉVOLES

Cette année encore, nous aurons l'occasion de marquer notre reconnaissance envers ces fidèles bénévoles qui ont contribué si efficacement à la bonne marche des activités de notre organisation.

Une rencontre sociale à l'occasion d'un dîner aura lieu **le 5 juin prochain à 10 h 30 au Club Nautique du Fjord**. Une belle occasion pour les bénévoles de se voir et de fraterniser avant les grandes vacances!

La libellule bleue

Qu'elle est jolie la libellule
Qui danse sur la peau du vent
Va, vibrant ses ailes de tulle
Baiser le lac, de joie tremblant
Dieu voulut que la demoiselle
Fit un détour vers ma prunelle
Lors, frôlant gracile mon œil
Y déposa à peine éclos
Une lèvre en forme de rose
Vénus voulut que je la cueille

C'est une svelte promeneuse
Discrètement dans la rivière
Au matin neuf se mire, heureuse
De lui sourire la première
Dieu voulut que la demoiselle
Se réfugia sous mon ombrelle
Lors frôlant légère ma main
Y déposa à peine écloses
Quelques pensées serties de roses
Qui fleuriront mes lendemains

C'est une flurette ingénue
Furtive à l'orée des roseaux
D'une aile coquette salue
Chaque méandre du ruisseau
Dieu voulut que la demoiselle
Fit douce escale en ma nacelle
Au son d'une musique ancienne
Sur mon vieux cœur parfois morose
Elle y posa son cœur de rose
Mes mains devinrent musiciennes

Se peut-il parfois qu'une libellule bleue
Devienne demoiselle quand le cœur s'émeut?

Jacques P. Vaillancourt



NOS LECTURES



Aux Éditions Broquet, Marie-Paule Dessaint a publié **Quoi faire à la retraite?** Huit (8) secteurs d'activités sont ciblés pour donner du sens à sa vie: créer, apprendre, vivre en santé, rire et s'amuser, travailler, aider, protéger ainsi que sauver la planète. Preuve que le bonheur est dans l'action.

Spécialisé en thérapie conjugale et sexuelle depuis plus de 30 ans, le réputé psychologue, sexologue et conférencier Yvon Dallaire a publié sa trilogie du bonheur conjugal aux Éditions Option Santé. Après avoir lu ses livres intitulés **Qui sont ces couples heureux? Qui sont ces femmes heureuses?** ainsi que **Qui sont ces hommes heureux?** Votre vie de couple ne sera plus jamais la même.

Pour découvrir tous les bienfaits que la nature peut vous apporter et apprendre à en tirer profit, je vous suggère **Le Guide des aliments santé** paru chez Guy Saint-Jean Éditeur.

La 1^{ère} partie intitulée « *Guérir et soulager* » vous aidera à adopter de saines habitudes et à utiliser les vertus médicinales des aliments. La 2^e partie intitulée « *Prévenir et combattre* » vise à optimiser votre potentiel d'auto-guérison et d'immunisation tout en favorisant votre compréhension de la santé et de la maladie. De superbes photos accompagnent les 350 recettes présentées.

Passionné de musique, Georges Nicholson nous dresse un portrait intéressant du pianiste **Alain Lefèvre** aux Éditions Druide. Consacré à la vie de cet artiste, cet ouvrage aborde les multiples facettes de sa carrière ici et à l'étranger puis retrace les chemins qui l'ont mené au sommet de sa profession.

Plusieurs d'entre vous aimerez certainement vous plonger dans la lecture de **Félix Leclerc, le roi-poète** paru aux Éditions Broquet. En plus de la biographie de cet écrivain, l'auteur Jean-Paul Sermonte y présente une étude de son œuvre, sa bibliographie, sa discographie, une analyse graphologique ainsi que des témoignages inédits.

Dans **Comprendre les plus grands scientifiques qui ont marqué notre histoire** paru aux Éditions Contre-dires, 50 éminents scientifiques sont passés au microscope puis classés selon leur spécialité: astronomie, physique, chimie, biologie, anatomie, génétique. Les exposés simples et concis révèlent leurs plus brillantes idées, leurs grandes découvertes et inventions.

Aux Éditions Parfum d'Encre, **Les moyens de transport** est un véritable voyage dans le temps entre le 18^e et le 21^e siècle à la découverte de l'évolution des moyens de transport. Pour sa part, **La préhistoire, voyage dans le temps** nous ramène aux ères primaire, secondaire, tertiaire et quaternaire, moments de l'apparition de la vie sur terre. Très instructifs, ces magnifiques livres cartonnés procureront des heures de plaisir à quiconque les ouvrira.

Claire Chainey



DOSSIER INDEXATION

Le 11 février dernier avait lieu une rencontre des responsables en indexation. Nous avons reçu le rapport final du comité de travail. Il n'y a pas de consensus sur la proposition finale. C'est toujours prioritaire et un plan d'action régional a été élaboré pour continuer à faire pression.

De plus amples informations vous seront données aux assemblées générales sectorielle et régionale.

Lucie Morissette, responsable



CONCOURS DE PHOTOS

Vous aimez prendre des photos et vous voulez les partager avec nous. À l'assemblée générale, apportez une photo dans **une** des catégories suivantes : nature, animal, voyage ou portrait. Les membres voteront et un prix sera remis pour la photo qui aura obtenu plus de votes dans chaque catégorie.

Participez en grand nombre!

ASSEMBLÉE GÉNÉRALE SECTORIELLE
Le mercredi 8 mai 2013, à 9 h 30 à l'Hôtel La Saguenéenne

PROJET D'ORDRE DU JOUR

- 9 h 30 Accueil et bienvenue (café disponible)
- 10 h Ouverture de l'assemblée : Mot de la présidente
Nomination de la présidence d'assemblée
Nomination de la présidence d'élections
1. Lecture et acceptation du projet d'ordre du jour.
 2. Lecture et acceptation du procès-verbal de l'assemblée du 2 mai 2012
 3. Présentation du rapport d'activités 2012-2013
Sondage – évaluation des activités
 4. Présentation du rapport financier 2012-2013
 5. Présentation des rapports des responsables des comités
 - 5.1 Indexation (Lucie Morissette)
 - 5.2 Sociopolitique (Constance Paradis)
 - 5.3 Environnement (Lucien Girard)
 - 5.4 Fondation Laure-Gaudreault (Nicole Tremblay)
 - 5.5 Condition des femmes (Louise Deschênes)
 - 5.6 Condition des hommes (François Duperré)
 - 5.7 Bulletin Le Glaneur (François Duperré)
 - 5.8 Socioculturel : Loisirs (Pierre Ménard)
 - 5.9 Chorale (Monique Boisvert)
 - 5.10 Site Web (Mario Baillargeon)
 - 5.11 Assurances (Henriette Gauthier)
 6. Projet AREQ toujours en action
 - 6.1 Tai Chi
 - 6.2 Anglais
 7. Mot de la présidente régionale : Mme Lise Lapointe
 8. Activité bénéfique pour la Fondation Laure-Gaudreault
 9. Questions diverses :Délégations au congrès 2014
 10. Élections : Nomination de la présidence d'élections
1^{ère} vice-présidence, 1^{er} conseiller ou 1^{ère} conseillère,
secrétaire (mandat d'un an), trésorerie
 11. Tirages
Levée de l'assemblée.

Bon Appétit! Francine Tremblay, présidente

ASSEMBLÉE GÉNÉRALE RÉGIONALE - RÉGION 02
Le mercredi 15 mai 2013 – 10 h
Hôtel Château Roberval, 1225 Boul. Marcotte, Roberval

PROJET D'ORDRE DU JOUR

1. Ouverture de l'assemblée.
2. Mot de bienvenue :
 - 2.1 Présidente du secteur Louis-Hémon
 - 2.2 Présentation des présidences du Conseil Régional.
 - 2.3 Président de l'AREQ : Pierre-Paul Côté
- 3- Nomination de la présidence d'assemblée.
- 4 -Présentation et adoption de l'ordre du jour (D).
 - 4.1 Adoption du procès-verbal du 23 mai 2012
- 5- Présentation de dossiers : Pierre-Paul Côté
 - 5.1 Rapport dossier indexation
- 6- Présentation du rapport de la présidente régionale (Lise Lapointe).
- 7- Présentation du rapport financier 2012-2013 (Jacques Baron).
- 8- Présentation des rapports des comités régionaux - 2012-2013 :
 - 8.1 Condition des femmes (Andrée Bouchard)
 - 8.2 Condition des hommes (Gérald Fortin)
 - 8.3 Assurances (Céline Paradis)
 - 8.4 Environnement (Réjane Bouchard)
 - 8.5 Action sociopolitique (Constance Paradis))
 - 8.6 Site Web (André Nadeau)
 - 8.7 Fondation Laure-Gaudreault (Michelle Claveau)
 - 8.8 Questions et échanges
- 9- Activité Laure-Gaudreault - 6 juin 2013. Secteur La Baie
- 10- Questions diverses : - Parole aux membres.

ASSEMBLÉE GÉNÉRALE RÉGIONALE – RÉGION 02

Vous êtes invités(es) à l'assemblée générale régionale
Le mercredi 15 mai 2013 à 10 h
Hôtel Château Roberval, Roberval

Billet : 10\$

Nous vous attendons en grand nombre.
Covoiturage : 15,00\$/personne sera remis au conducteur.
Le Conseil Sectoriel



FONDATION LAURE-GAUDREULT

Assemblée générale régionale de la Fondation Laure-Gaudreault

Mercredi 15 mai 2013 à 9 h (avant l'assemblée de l'AREQ)



ACTIVITÉ BÉNÉFICE FONDATION LAURE-GAUDREULT

Date : Jeudi 6 juin 2013, Bec Scie, secteur La Baie

Il y aura un dîner et différentes activités.

Plus d'informations à venir.

DÉJEUNER-CONFÉRENCE DU 7 MARS

Pour souligner la «Journée de la Femme », un déjeuner-conférence a eu lieu au Café du Presbytère. Mme Denise Laforte, thérapeute en relation d'aide, était notre conférencière invitée. Sexualité, Sensualité et Spiritualité, vastes sujets traités par Mme Laforte et qui sont relatifs au développement de l'être et de la relation de celui-ci avec les autres.

Elle nous a entretenus, entre autres, de l'origine de nos ressentis face à différents événements dans notre vie tant familiale que sociale. De l'avis de nos participants, son exposé fut fort intéressant et très utile. Vous pouvez, si vous le désirez, consulter le site Internet suivant : www.cdpe02.ca (Centre diocésain de développement personnel et conjugal).

Louise Deschênes, responsable comité de la condition féminine



TAI CHI

Le Larousse définit le **tai chi** comme « une gymnastique d'origine chinoise caractérisée par un enchaînement de mouvements lents, fluides et continus ». Personnellement, j'ajouterais que c'est de la **méditation en mouvement** dont le but est de nous aider à trouver notre profondeur intérieure ou une tranquillité profonde.

L'apprentissage de l'enchaînement des 108 mouvements demande de la patience et j'irais jusqu'à dire de l'humilité pour les gens habitués que nous sommes à réussir rapidement nos entreprises. Vouloir savoir tout de suite comment faire, c'est oublier que le tai chi, comme tout art, demande de la pratique et de la répétition avant d'arriver à la maîtrise. Il y a toujours place pour le progrès!

L'art du tai chi apporte au corps les bienfaits de l'exercice physique comme l'assouplissement, l'équilibre, la synchronisation, la force et nous aide aussi à développer le sens de l'observation, la concentration, la mémorisation, la détente et selon les instructeurs, la force interne de l'énergie vitale. Certaines personnes du groupe pratiquant le tai chi depuis quelques années nous affirment avoir guéri certains maux liés à une mauvaise posture.

Si tout cela vous interpelle et vous intéresse, vous pouvez me rejoindre pour plus d'informations.

Louise Denis, tél. 543-8772

VIEILLIR EN BEAUTÉ

Viellir en beauté, c'est vieillir avec son cœur,
Sans remords, sans regret, sans regarder l'heure;
Aller de l'avant, arrêter d'avoir peur;
Car, à chaque âge, se rattache un bonheur.

Viellir en beauté, c'est vieillir avec son corps;
Le garder sain en dedans, beau en dehors.
Ne jamais abdiquer devant un effort.
L'âge n'a rien à voir avec la mort.

Viellir en beauté, c'est donner un coup de pouce
À ceux qui se sentent perdus dans la brousse,
Qui ne croient plus que la vie peut être douce
Et qu'il y a toujours quelqu'un à la rescousse.

Viellir en beauté, c'est vieillir positivement.
Ne pas pleurer sur ses souvenirs d'antan.
Être fier d'avoir les cheveux blancs,
Car, pour être heureux, on a encore le temps.

Viellir en beauté, c'est vieillir avec amour,
Savoir donner sans rien attendre en retour;
Car, où que l'on soit, à l'aube du jour,
Il y a quelqu'un à qui dire bonjour.

Viellir en beauté, c'est vieillir avec espoir;
Être content de soi en se couchant le soir.
Et lorsque viendra le point de non-recevoir,
Se dire qu'au fond, ce n'est qu'un au revoir.

Fêtes des Sages
(Auteur inconnu)



RREGOP Mythes et réalités

Quelle belle rencontre nous avons eu le 29 janvier dernier, à la Salle Marguerite-Tellier de la bibliothèque municipale de Chicoutimi!

Malgré le froid et un après les Fêtes toujours chargé, plusieurs d'entre nous ont assisté à la démystification des mythes que bon nombre de citoyens véhiculent à notre endroit et qui nous portent préjudice.

Nous avons en effet, grâce à des statistiques, et à l'aide de la vidéo « Ce matin dans la salle d'à côté... » (vidéo de l'AREQ) brisé ces mythes. Ensemble, nous avons rétabli les faits à propos des coûts associés au vieillissement.

NON! le vieillissement de la population n'est pas une catastrophe pour la société; bien au contraire! Nous ne sommes pas un poids pour celle-ci puisque nous continuons à contribuer au développement socioéconomique et sociopolitique. Oui, nous sommes impliqués et rentables! Il faut continuer à défendre nos droits et ne plus tolérer ces remarques mensongères et destructrices qui sont véhiculées parfois même par nos amis et nos proches. Serrons-nous les coudes!

Pour ceux et celles qui n'ont pas pu assister à cette rencontre conférence, je vous invite à lire, si vous ne l'avez pas déjà fait, le dépliant d'information intitulé « Pinocchio » qui a été lancé par l'AREQ. Ce document est disponible sur le site Internet de l'AREQ au www.areq.qc.net dans la section « Dossiers ».

Constance Paradis, responsable Comité sociopolitique Chicoutimi-Valin et AREQ 02

« Le futur n'est autre que du présent qui se précipite à notre rencontre. »
(Frédéric Dard)



POUR NOUS JOINDRE

SITE WEB

Pour plusieurs informations fort pertinentes ainsi qu'une version électronique du *Glaneur*, consultez notre site Web au www.chicoutimi.areq.ca. Vous y trouverez aussi tous les numéros parus depuis septembre 2009. Nul doute que vous le trouverez très attrayant!

À VOTRE CLAVIER!

La prochaine parution du *Glaneur* aura lieu au début de l'automne. Si vous désirez faire paraître un article ou un message dans ce bulletin, vous pouvez communiquer avec le responsable François Duperré au 543-1330 (jofmduperre@yahoo.ca) ou avec la présidente, Francine Tremblay au 547-6431 (cynber@videotron.ca).

Publicité dans *Le Glaneur*

Toute sollicitation provenant du secteur privé à des fins publicitaires ne pourra être publiée dans notre bulletin *Le Glaneur*. Seulement les messages d'intérêt général et utiles pour les membres de notre association seront mentionnés dans notre journal. *(Extrait des Politiques de L'AREQ 02-A Chicoutimi-Valin)*

Mise en page : Huguette Girard

MERCI À NOS PARTENAIRES

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

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

(Association des retraitées et des retraités de l'éducation et des autres services publics du Québec – AREQ (CSQ) – secteur Chicoutimi-Valin, #64, 2013)