

RENCONTRE DU DÉPUTÉ DE CHAUVEAU

La rencontre avec le député de Chauveau, monsieur Sylvain Lévesque (CAQ) s'est tenue le 14 décembre dernier. Il était accompagné de madame Véronique Laprise, attachée politique du député.



Pour notre conseil sectoriel, j'étais accompagné de madame Céline Lessard, trésorière, et de monsieur Clément Cormier, responsable du sociopolitique.

Nous avons reçu un accueil chaleureux et, d'entrée de jeu, monsieur Lévesque nous a dit qu'il avait une formation de criminologue et était un spécialiste de la maltraitance. La condition des personnes âgées est donc très importante pour lui.

Après lui avoir présenté l'AREQ et plus précisément notre secteur, ainsi que la représentativité de celui-ci à l'intérieur de notre région, Céline lui a fait part de deux cas véridiques et précis, illustrant à quel point les personnes âgées ont de la difficulté à obtenir des services de la part des organismes publics, que ce soit en milieu d'une RPA, d'un CHSLD ou d'un centre hospitalier, et ce, à l'aide de notre documentation.

Par la suite, Clément a fait le tour des documents recensés renfermant de nombreuses propositions qui n'ont toujours pas été réalisées par notre gouvernement, et ce, au cours des vingt dernières années.

Il a utilisé les rapports de la commission de la santé et des services sociaux ainsi que celui du protecteur du citoyen pour appuyer nos demandes.

Le député était très bien préparé. Il a apprécié notre documentation et bien aimé nos présentations.

Par la suite, il nous a même remis un article qu'il a écrit en mars 2017, que l'on peut retrouver sur internet et dont le titre est : *Je n'ai pas hâte d'être vieux*. Je me permets de vous partager sa conclusion : *Je ne parlerai pas pour les autres, mais je ne veux pas vivre ce que nos aînés subissent à l'intérieur de nos établissements d'hébergement. J'ai peur d'être vieux et plus je vieillis, plus j'ai peur.*

Nous avons conclu sur les attentes que nous avons. J'avais demandé une rencontre de trente minutes. Bien qu'elle ait débuté en retard, nous avons partagé nos visions pendant une heure dix, dirais-je.

Nous avons convenu, avec lui, qu'il intervienne auprès de ses collègues, afin que nous atteignions notre but. C'est pour cette raison que nous lui avons remis le porte-pousière, car les vieux rapports tablettés en ont besoin. Ces derniers contiennent les solutions, dont certaines sont à coût nul. Il nous a dit que cela ne serait pas rapide, compte tenu de la lenteur administrative. Le temps est venu d'agir, pour le gouvernement, et l'AREQ est prête à collaborer de façon proactive avec ce dernier.

Pour sa part, il aimerait bien venir rencontrer nos membres lors d'activités.

Une campagne non partisane

Rappelons que l'AREQ a entrepris au cours des derniers mois un grand chantier au bénéfice de toutes les personnes âgées du Québec : *Cap sur la dignité*. Elle invite les députés et députées à prendre leurs responsabilités et à entreprendre immédiatement une action non partisane pour régler de façon définitive les problématiques récurrentes identifiées au fil des ans en lien avec les situations difficiles que vivent les personnes âgées.

Plusieurs rencontres de députés suivront dans les prochains mois. Vous pouvez suivre l'*infolettre de l'AREQ* pour en être informés.

Réjean Lemelin

Président AREQ 03-F

Lien de l'article de M. Sylvain Lévesque :

<https://www.journaldequebec.com/2017/03/15/je-nai-pas-hate-detre-vieux>

Les déjeuners du mois



Le deuxième mardi de chaque mois

Les déjeuners du mois, 2e mardi du mois

Attention, en mars, 3e mardi
15 mars 10 h

(Rencontre régionale pour la *Journée de la femme* le 8 mars)

Le Dijon
Hôtel Double Tree by Hilton
7900, rue Marigot Charlesbourg
(Laurentien N sortie de la Faune)
418 627-8008

12 avril 10 h
Le Dijon

10 mai 10 h
Le Dijon

14 juin
À déterminer

Au plaisir de vous accueillir.

S.V.P. Réservez pendant la semaine précédant le déjeuner. Merci!

Passeport vaccinal et carte d'identité requis

Dans ce numéro :

Rencontre du dép. de Chauveau...	1
Les déjeuners du mois	2
Message de la présidence	3
Activités.....	4-14
Consignes d'inscription	4
En caravane, allons à la cabane.....	4
Marches	5
Marche 1 ^{er} mars	6
Journée int. des femmes.....	7
Fred Pellerin.....	8
Musée des Ursulines	8
Fête des aînés	9
Fondation Laure-Gaudreault.....	9
Usine Cascades et Parc	10
Exposition d'artistes et artisans ..	10
Journée int. des hommes.....	11
Rencontre des nouveaux	12
Journée des hommes (suite)	12
Partage littéraire	13
Convocations	14-16
Assemblée générale sectorielle ...	14
Assemblée générale régionale.....	15
Assemblée générale FLG.....	16
Vie de l'AREQ	16-19
Mot de la présidente régionale ...	16
ASSUREQ.....	17
Comité sociopolitique.....	18
Cap sur la dignité.....	19
Informations	20-24
Sommet des aînés	20
Novum	21
In memoriam	21
Coordonnées utiles	22
Responsables	23
Calendrier d'activités.....	24

POUR TOUT CHANGEMENT À VOS COORDONNÉES

Veillez, dans les meilleurs délais, communiquer du lundi au vendredi avec l'AREQ nationale et l'AREQ Chauveau.

AREQ nationale

Vous êtes invité à utiliser le site internet de l'AREQ : <https://areq.lacsq.org/nous-joindre/> pour nous communiquer vos nouvelles coordonnées.

La réponse à quelques questions permettra de mettre votre dossier à jour.

Vous pouvez également communiquer par téléphone, si vous n'avez pas accès à internet :

Téléphone : 418 525-0611 ou
1 800 663-2408 (sans frais)

AREQ Chauveau

(à Renelle Nicole)
Téléphone : 418 847-8781
Courriel :
renelle.nicol@gmail.com
Heures ouvrables : 9 h à 16 h du lundi au vendredi

AREQ Région 03 Québec-Chaudière-Appalaches

Carole Pedneault, présidente régionale

Tél. : 418 853-2916 Courriel : caroleareq@gmail.com

Adresse de courrier électronique

L'AREQ Chauveau utilise le courrier électronique pour communiquer avec vous. Il est important de nous faire connaître votre adresse de courrier électronique ainsi que les changements, si ce n'est déjà fait.

COMMENT ? En communiquant avec Renelle Nicole : 418 847-8781 ou renelle.nicol@gmail.com

MESSAGE DE LA PRÉSIDENTENCE



Va-t-on enfin voir cette fameuse lumière au bout du tunnel?

Il faut vraiment se poser la question, car notre premier ministre, lui, semble l'avoir vue passer à plusieurs reprises sans qu'elle ne s'arrête tout à fait.

Personne n'a de boule de cristal et personne ne peut changer le passé, mais nous pouvons tous ensemble influencer sur l'avenir.

Au conseil sectoriel, nous y croyons fermement. C'est pourquoi nous vous proposons de reprendre très prochainement le cours normal de nos activités. D'ailleurs, vous en découvrirez plusieurs dans les pages qui suivent, toutes aussi intéressantes les unes que les autres.

Vous serez sûrement d'accord avec moi pour affirmer : « Quel beau retour à une vie associative normale! ».

Cependant, la preuve vaccinale, la preuve d'identité ainsi que le masque seront requis pour participer à toutes les activités, à moins d'un changement dans les directives sanitaires. De votre côté, il faudra surtout respecter les dates limites d'inscription (page 4) afin que les organisateurs puissent rassurer promptement nos partenaires.

Plus que jamais, nous nous devons d'être optimistes face à cet ennemi juré, le coronavirus. En plus, il faudra s'en accommoder, semble-t-il.

En 2022, l'AREQ fête son 60e anniversaire et comptera 60 000 membres en cours d'année. L'AREQ a donc adapté son logo pour les circonstances et fait le rappel de sa mission.



L'AREQ a pour mission de promouvoir et de défendre les intérêts et les droits culturels, sociaux, économiques et environnementaux de ses membres et des personnes âgées et de contribuer à la réalisation d'une société égalitaire, démocratique, solidaire et pacifiste. L'AREQ souscrit au principe d'égalité de droit et de fait entre les femmes et les hommes.

Le 7 décembre dernier, nous avons accueilli les nouvelles personnes retraitées ainsi que les personnes qui ont transféré à notre secteur, et ce, au cours des deux dernières années. C'est une rencontre qui nous a permis de connaître des personnes formidables et prêtes à s'investir.

Et au cours du mois de janvier, nous avons rencontré le député de Chauveau, monsieur Sylvain Lévesque, dans le dossier « Cap sur la dignité ».

Selon Fred la marmotte (Val d'Espoir), l'hiver tirera bientôt sa révérence. Nous aussi, nous devons penser à sortir de ce confinement. Ne nous laissons pas intimider. Il est temps de participer, et laissez-moi vous dire que les collègues du conseil sectoriel et les responsables de comités ont bien hâte, comme moi d'ailleurs, de vous revoir.

En terminant, je vous souhaite une bonne lecture, et je vous dis à bientôt.

Réjean Lemelin, président



INSCRIVEZ-VOUS À NOTRE INFOLETTRE

<http://areq.qc.net>

ACTIVITÉS

CONSIGNES S'APPLIQUANT LORSQU'ON S'INSCRIT À UNE ACTIVITÉ

Faites un chèque pour chacune des activités et inscrivez-y le nom de l'activité. Informez-nous, en même temps, de toute allergie alimentaire et/ou d'un régime végétarien.

Dans le cas d'un paiement pour plus d'une personne, mentionnez, au verso du chèque, le nom des personnes concernées en indiquant membre ou non-membre.

La modalité des inscriptions peut varier selon l'activité. Lorsque précisé, remplissez le coupon inclus sur la feuille intégrée dans le journal ou à la dernière page de la version internet.

Annulation

Il est convenu par le CS que la politique concernant la date maximale du chèque pour une activité soit celle de la date d'échéance des inscriptions. Après cette date, les annulations ne seront plus acceptées.

Indiquez votre numéro de téléphone sur le chèque.

Les chèques sont encaissés, ordinairement, à la date de la fin des inscriptions.

Inscrivez-vous tôt.

Lorsqu'une activité mentionne qu'il y a un nombre maximum d'inscriptions, la préséance va aux membres et la date où ce nombre est atteint constitue la date limite d'inscriptions.

Note pour le transport

Par son comité d'entraide, le secteur peut offrir, dans la mesure du possible, le transport aux membres qui seraient dans l'impossibilité de se rendre à une activité.

Contacteur : Claire Ennis : tél. : 418 843-3611

courriel : ennisclaire17@yahoo.com

🚐 EN CARAVANE, ALLONS À LA CABANE 🚐

Le printemps est arrivé, apportant avec lui les délices de l'érable. Afin de profiter de ces douceurs, je vous propose une sortie à l'Érablière du Lac Beauport. Cette érablière nous offre l'animation, la dégustation de tire et le plaisir de partager un bon repas ensemble. Vous aurez aussi la possibilité de marcher dans les sentiers et de magasiner différents produits si vous le désirez.



Quand : jeudi 24 mars 2022

Lieu : Érablière du Lac Beauport,
200 Chemin des Lacs

Coût : membre : 30 \$ non-membre : 45 \$

Transport par autobus : Départ à 10 h 15 du
Centre commercial Neufchâtel 4605 de l'Auvergne
à proximité du Super C.

Retour : vers 15 heures

Fin des inscriptions : mercredi 16 mars 2022

Minimum de participants requis : 30

Maximum : 48

Passeport vaccinal, preuve d'identité et masque requis.

Voir Coupon inséré pour inscription.

Au plaisir de partager cette activité avec vous

Francine Perron, responsable

ACTIVITÉS

CLUB DE MARCHE LES PIEDS DANS LE VENT

Oser une nouvelle activité?...

Oser la marche en gang et rencontrer ou retrouver des marcheurs assidus ou occasionnels... Oser prendre un grand bol d'air frais et vivifiant dans les parcs, les sentiers ou les rues des environs...

C'est un rendez-vous, les mardis à 13 h 30 au stationnement indiqué, pour une marche de 90 minutes, au rythme rapide, modéré ou plus lent selon la condition et les raisons personnelles. Pour se joindre à nous, aucune inscription nécessaire.

Se garder en forme, admirer la nature flamboyante de l'automne québécois ou vivre la joie des premières neiges et du renouveau printanier.

Pour ceux qui le désirent, après la marche, nous nous retrouvons pour un café ou autre breuvage, afin de poursuivre les conversations et refaire le monde, question que les babines suivent les bottines, et cela dans le respect des règles sanitaires : passeport vaccinal et pièce d'identité. Les responsables sont toujours heureuses de vous accueillir.

MARS		
DATE	ENDROIT	STATIONNEMENT
1	Base de plein air de la Découverte Val-Bélair	1560, de la Découverte via av. de la Montagne
8	Marais du Nord (café au 4 av. Tewkesbury)	1100, Chemin de la Grande Ligne, Stoneham
15	Val-Bélair	Dans la rue Geyser, face au 1250 av. du Golf
22	Ancienne-Lorette (Chauveau Ouest, gauche Borduas, droite Pierre-Corneille, gauche Auguste-Comte)	Face au 1577, Auguste-Comte
29	Vanier	Maxi 400, rue Soumande

AVRIL		
5	Limoilou, Charlesbourg	4250, 1re av. (en arrière, près du IGA)
12	Village de St-Augustin	278, route 138, via autoroute 40, sortie 298 Ouest
19	Neufchâtel (Est de l'Ormière)	Mikes, 9550, boul. de l'Ormière
26	Loretteville Nord	Face au 24, Gabriel-Lalemant

MAI		
3	Sentiers de la rivière Cap-Rouge	Église de Cap-Rouge rue Provancher
10	Loretteville Maisons anciennes	305, Racine (en arrière de l'édifice Giguère)
17	Domaine de Maizerets	1383, d'Estimauville
24	Parc du Bois-de-Coulange	1215, Grande-Allée Ouest (\$)
31	Parc linéaire de la rivière Beauport	Bureau en Gros, 843, Clémenceau

JUN		
7	Plage Jacques-Cartier	Rue Saint-Félix, près du Parc nau-
14	Base de plein air de Sainte-Foy (Après la marche, rencontre chez Archibald, beau temps mauvais temps nous espérons votre présence)	Charest-Ouest, sortie Blaise-Pascal, puis à gauche

RESPONSABLES

Henriette Nellis	418 750-1255
Claire Gervais	418 844-2844
Rolande Drouin	418 842-4262
Francine Bélanger	581 994-6504



ACTIVITÉS

MARCHE

MARDI LE 1^{ER} MARS

À 13 H 30

BASE PLEIN AIR VAL-BÉLAIR

Le comité des femmes et le club de marche vous invitent à marcher ensemble pour les droits des femmes à la **Base de Plein air de Val-Bélaire**.

Je compilerai les km que nous aurons marchés pour les ajouter à ceux de la région. Je vous propose donc, de vous réunir pour une deuxième année, en toute simplicité et en toute sécurité en vous suggérant d'inviter une ou deux amies, amis pour marcher dehors. Ainsi nous

- ♦ briserons l'isolement en ce temps de pandémie;
- ♦ marquerons nos actions féministes;
- ♦ favoriserons une solidarité avec les hommes sur les situations des femmes;

- ♦ contournerons les obstacles de la pandémie pour vitaliser nos liens;
- ♦ obtiendrons une visibilité pour la Journée internationale des droits des femmes.*

Pour les personnes qui ne pourront se joindre à nous, vous pouvez, jusqu'au 8 mars, faire votre marche et me faire parvenir vos kilomètres faits à l'aide de la formule incluse dans cet envoi.


J'ai bien hâte de vous rencontrer et d'échanger avec vous toutes et tous.

*Hélène Leclerc,
Condition des femmes
Pour informations : 418 845-0016*

*Portons un ruban ou un foulard blanc pour être visibles.

Additionnons nos pas pour le droit des femmes – Marche par bouts 2^e édition (2022)

Secteur : 03 F Chauveau

 Si vous êtes accompagnée, ajoutez le ou les noms.

Date	NOM	Distance parcourue			Municipalité ou secteur de la ville	Égoportrait (selfie)	
		(en km, en pas, si vous avez un cellulaire Sinon, indiquez la durée)				Oui	Non
		Pas	KM	durée			
		Total :	Total :	Total :			

Faites parvenir le formulaire rempli à l'adresse courriel suivante :

Hélène Leclerc, coulec2010@videotron.ca au plus tard le 9 mars 2022.

ACTIVITÉS

JOURNÉE INTERNATIONALE DES FEMMES 8 MARS

Voici un rappel pour les membres qui se sont inscrits à l'activité de la Journée internationale des femmes.

Hôtel Travelodge 3125 boulevard Hochelaga à Québec, G1W 2P9.

Programme de la journée :

9 h 30 : Inscription

10 h : Conférence de Mylène Moisan

Dîner sur place

13 h 30 : Conférence de Marie-Paule Dessaint

Madame Mylène Moisan est journaliste chroniqueuse au journal *Le Soleil* depuis plus de 20 ans. Curieuse et à l'écoute des autres, elle possède un réel talent de «raconteuse». Après ses études en communications, elle a œuvré dans différents médias, journaux, hebdomadaires, télé, radio. Des milliers de lecteurs la suivent fidèlement car la qualité de ses chroniques est reconnue. En 2013, elle a reçu le prestigieux prix Judith-Jasmin pour son texte *Treize minutes de trop*. Elle est, de plus, l'auteur de cinq livres, dont le best-seller, *Maman est une étoile*, et *Dans une classe à part* qui présente des enseignants qui font une différence dans la vie des enfants. Sa conférence, qui a pour titre *Le bien ne fait pas de bruit*, sera un florilège d'histoires de femmes inspirantes qui, chacune à leur façon, ont changé le monde ou fait une différence dans la vie des autres, tout discrètement. Des histoires qui peuvent donner le goût d'en faire autour de soi.



Madame Marie-Paule Dessaint est docteure en Sciences de l'éducation et a travaillé à tous les ordres d'enseignement, depuis le secondaire, jusqu'à l'université et même au ministère de l'éducation. Elle s'est aussi impliquée auprès de la CARRA pour donner des formations sur le volet *Adaptation psychosociale à la retraite*.



Sa conférence portera sur les secrets pour une retraite nourrissante. Le passage à la retraite, pour qui veut s'en donner la peine et les moyens, est une occasion unique, de repositionner sa vie, d'achever ce qui a été amorcé avant la retraite, de rattraper les occasions perdues et même de tout recommencer.

Mais avant d'atteindre un nouvel équilibre, il faudra accepter des périodes de doute, de remise en question et même de désenchantement. Une fois cette période critique passée, la grande majorité des gens pourront alors redonner un nouvel élan et un nouveau sens à leur existence.

ACTIVITÉS

FRED PELLERIN AU DOMAINE FORGET EN CHARLEVOIX LE 28 AVRIL 2022



Nous vous proposons une incursion dans l'univers de Fred Pellerin. Le spectacle s'intitule « Un village en trois dés ». Il s'agit de son sixième voyage conté.

On y retrouve les personnages que l'on connaît : Méo, le barbier coiffeur, Toussaint le marchand généreux, Lurette la belle, et encore. On a la chance de faire la rencontre d'Alice, la première postière de

l'histoire locale.

Avant le spectacle, nous irons souper dans un restaurant de la région (à déterminer selon la disponibilité).

Le passeport vaccinal ainsi qu'une preuve d'identité seront exigés. N'oubliez pas votre couvre-visage

Coût de l'activité : 179 \$

Le tarif comprend : le transport en autocar de luxe, l'accompagnateur de l'agence, le souper, le spectacle et les taxes.

Le départ se fera à 15 h 30 du *Centre commercial Neufchâtel*, 4605 de l'Auvergne à proximité du Super C. **Le retour** est prévu vers 00 h 30.

Pour l'envoi du chèque, voir **Consignes d'inscription** à la page 4. **Libellez votre chèque au nom de Mon Agence Voyages Plein Soleil** et indiquez si vous avez une allergie ou une intolérance alimentaire.

Vous devez joindre le coupon-réponse à votre chèque.

Date limite d'inscription : 15 mars 2022

Le nombre de places est limité à 40. Si vous êtes intéressés, inscrivez-vous dès maintenant.

Note : Il est possible que cette activité soit reportée selon les mesures sanitaires qui prévaudront à ce moment.

Claire Ennis, responsable

MUSÉE DES URSULINES ET CHÂTEAU FRONTENAC

Cette sortie ayant été très populaire, nous avons décidé de permettre à nos membres de la vivre pour une première fois ou pour ceux qui le désirent une seconde fois selon le nombre de nouveaux participants. Nous vous demandons d'écrire, sur le coupon d'inscription, si c'est votre première ou votre 2^e visite afin de prioriser ceux qui en sont à leur 1^{re} visite.

Cette année, la visite consiste en un PARCOURS COUP DE CŒUR. Cette visite guidée d'une durée de 90 minutes, nous permettra de découvrir ce monastère rempli d'histoire et de trésors.

Une fois la visite terminée, nous nous déplacerons vers le Château Frontenac pour déguster un délicieux repas au restaurant LE SAM, et ce, dans un décor splendide.

Merci à l'AREQ nationale et à l'AREQ Chauveau pour les généreuses subventions. Les participants devront signer une feuille de présence.



Quand : le mercredi 18 mai 2022

Coût : membre : 35 \$ non-membre : 72 \$

Fin des inscriptions : le mercredi 4 mai 2022

Transport par autobus : départ à 9 h 15 du *Centre commercial de Neufchâtel* 4605, de l'Auvergne, près du Super C.

Départ du Château : 14 h 30

Retour : vers 15 h

Voir coupon inséré pour inscription.

Inscrivez-vous rapidement : limite de 47 participants. Passeport vaccinal, pièce d'identité et masque requis.

Au plaisir de partager cette journée-découverte avec vous.

Francine Perron, responsable



FÊTE DES AÎNÉS LE 9 JUIN 2022

C'est avec un grand plaisir que nous vous invitons à participer à la fête des aînés. Nous avons retenu la date du 9 juin 2022. Nous ne savons pas encore quelles seront les mesures sanitaires qui prévau-dront à cette date. S'il y a un changement, vous se-rez prévenu(e)s dans les plus brefs délais. Le pas-seport vaccinal ainsi qu'une preuve d'identité se-ront exigés. N'oubliez pas votre couvre-visage.

Nous rendrons hommage à nos membres de 85 ans et plus qui ont contribué à bâtir notre association. Plusieurs d'entre nous souhaitent revoir ces per-sonnes qui ont été très souvent une source d'inspi-ration pour nous. Nous espérons les accueillir en grand nombre lors de cette rencontre spécialement préparée à leur intention.

Cette année, notre activité se tiendra au Manoir Montmorency. Au programme : apéro, repas, ani-mation musicale avec le groupe La Relance.



Quand : 9 juin 2022

Où : Manoir Montmorency
2490, avenue Royale, Québec

Coût : membre : 50 \$ non-membre : 84 \$

Pour les personnes de 85 ans et plus, l'activité est gratuite. Cependant un chèque de 10 \$ est exigé pour garantir votre inscription. Ce chèque vous sera remis le 9 juin.

Si vous avez une allergie ou une intolérance ali-mentaire, veuillez nous en aviser dans votre en-voi.

Départ en autobus : 10 h au *Centre commercial Neufchâtel*, 4605 de l'Auvergne à proximité du Super C. **Retour** vers 15 h 30. Indiquez sur votre chèque si vous prenez l'autobus.

Date limite d'inscription : 20 avril 2022

Inscrivez-vous rapidement. Le nombre de places est limité à 100 personnes. Pour envoi du chèque, voir consignes d'inscription à une activi-té page 4. Vous devez remplir le coupon-réponse et le joindre à votre chèque pour envoi du chèque libellé au nom de AREQ Chauveau.

Au plaisir de vous accueillir.

Claire Ennis, responsable



FONDATION LAURE-GAUDREULT

Bonjour à toutes et à tous,

Les représentants des secteurs se sont réunis virtuellement le 18 janvier 2022 pour faire le bilan.

Malgré la pandémie, nous sommes heureux d'être en mesure d'aider certains organismes, et ce, grâce aux différents dons accumulés.

Nous recevons présentement les différentes demandes d'aide que nous ferons suivre au comité des déci-sions qui se réunira le 30 mars 2022. Les dons à distribuer nous seront remis à l'assemblée régionale de mai 2022. Je pourrai ensuite vous donner le nom des organismes qui seront aidés dans notre secteur.



Je continue à solliciter votre générosité par les dons personnels à la Fondation, en ayant bien hâte de pouvoir vous revoir et vous inviter à le faire en personne et revivre le moitié-moitié.

À bientôt et encore merci !

Francine Perron, responsable

ACTIVITÉS

USINE CASCADES ET PARC MARIE-VICTORIN LE 22 JUIN 2022

Découvrez comment l'entreprise Cascades est devenue la première récupératrice de papiers recyclables et la première productrice de papier-tissu au Canada. **Des chaussures fermées sont requises pour la visite.**



Cette visite sera suivie d'un dîner qui vous sera servi sous forme de boîte à lunch (succulents produits du terroir). Par la suite, visitez les jardins du Parc Marie-Victorin en compagnie d'un guide (5 jardins thématiques). Un petit souvenir vous sera remis lors de l'excursion.

Vers 16 h 30, nous visiterons l'érablière du Cerf rouge où nous dégusterons de la viande de cerf et du sirop d'érable fumé.

Retour vers Québec vers 17 h 45. Nous ferons un arrêt en route à la fromagerie Victoria ou une fromagerie similaire (souper à vos frais).

Coût de l'activité : 169 \$

Le tarif comprend : le transport en autocar de luxe, l'accompagnateur



de l'agence, les entrées aux sites, une boîte à lunch et les taxes.

Le passeport vaccinal ainsi qu'une preuve d'identité seront exigés. N'oubliez pas votre couvre-visage.

Le départ se fera à 9 h du *Centre commercial Neufchâtel*, 4605 de l'Auvergne à proximité du Super C.

Le retour est prévu vers 21 h.

Pour l'envoi du chèque, voir Consignes **d'inscription à une activité** à la page 4 de votre journal. **Libellez votre chèque au nom de Mon Agence Voyages Plein Soleil** et indiquez si vous avez une allergie ou une intolérance alimentaire. Vous devez remplir le coupon-réponse et le joindre à votre chèque.

Date limite d'inscription :
le 20 avril 2022.

Le nombre de places est limité à 40.

Si vous êtes intéressés, inscrivez-vous dès maintenant.

Claire Ennis, responsable

EXPOSITION D'ARTISTES, ARTISANS ET CHOIX DE L'OEUVRE DU SECTEUR CHAUVEAU

Cette année, l'exposition des artistes et artisans se tiendra lors de l'**Assemblée générale du Secteur** qui aura lieu le vendredi **29 avril 2022** à l'**Hôtel-Musée Premières Nations Wendake**.

Les membres présents choisiront l'œuvre que le secteur présentera à l'**Assemblée générale de la Région 03** fixée au **25 mai prochain**. Les membres seront appelés à visiter l'exposition avant et après l'assemblée générale du secteur. Nous invitons les membres intéressés à présenter leurs œuvres et à s'inscrire le plus tôt possible. Cette exposition sera l'occasion pour les nouvelles personnes retraitées de présenter leur talent artistique. L'exposition couvre différents domaines, de l'ébénisterie à la peinture, en passant par la broderie et le vitrail.

Parmi nos membres, plusieurs ont un passe-temps (hobby). Si vous êtes collectionneurs (timbres, monnaie, cartes de hockey, de baseball, épinglettes, macarons, etc.), nous aimerions vous compter parmi nous lors de l'exposition des artistes et artisans qui se tiendra lors de notre Assemblée générale.

Pour participer à cet événement, contactez **Louis-Marie Pichette** qui vous donnera les informations nécessaires.

418 871-4079

pichette.lm@videotron.ca

Nous comptons sur vous !

Louis-Marie Pichette, responsable

ACTIVITÉS

SOUVENIR DE LA JOURNÉE INTERNATIONALE DES HOMMES

Cette année, la *Journée internationale des hommes* a eu lieu le 18 novembre 2021 à l'Hôtel Québec.

Monsieur Jean-Noël Laprise, responsable régional du Comité des hommes, a fait un retour sur cette activité. Son texte rend très bien compte de cette journée.

Louis-Marie Pichette, responsable sectoriel du comité des hommes

ACTIVITÉ DE L'AREQ QUÉBEC-CHAUDIÈRE-APPALACHES POUR MARQUER LA JOURNÉE INTERNATIONALE DES HOMMES

Hôtel Québec, le 18 novembre 2021

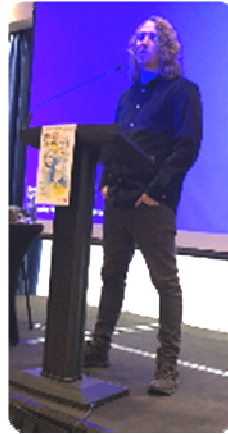


Quelque quatre-vingts personnes ont répondu à notre invitation de venir célébrer avec nous l'activité annuelle marquant la *Journée internationale des hommes* qui revient, depuis un certain temps, le

19 novembre de chaque année. Heureuses et heureux d'être là, ensemble, nous avons passé quelques heures à la *Salle Miro*, de l'*Hôtel Québec*, pour recevoir les personnes inscrites à l'activité, les personnes-ressources qui avaient le mandat de nous entretenir pendant l'avant-midi et les hommes et femmes des différents secteurs qui avaient accepté, forts de leurs talents personnels, de venir offrir un numéro de divertissement de leur cru, pour habiller notre après-midi.

Pour la première conférence de notre avant-midi, **Suzanne Houle**, directrice générale de l'organisme *Carrefour des proches aidants de Québec*, nous a présenté ledit organisme et ses différents modes de fonctionnement, au jour le jour. Deux proches aidants l'accompagnaient. Ils remplissent actuellement ce rôle auprès de leurs conjointes; l'une réside encore chez elle, l'autre a dû être placée dans un Centre d'hébergement. L'intervention de madame Houle a été très bien reçue; elle nous a renseignés sur ces accompagnements qui demandent des générosités spéciales et des dons d'elles-mêmes à toutes les personnes qui s'impliquent, volontairement ou un peu malgré elles, dans cette démarche.

Charles Fournier, comédien et auteur, nous a offert notre deuxième conférence de l'avant-midi. Après nous avoir servi un survol de son histoire personnelle, il nous a conviés plus spécifiquement dans le nœud de son intervention qui devait nous



entretenir de différents accents du vécu des hommes. Quand il était plus jeune, son père n'a pas été présent comme il l'aurait voulu; heureusement, il s'est repris de belle façon dans la vie d'adulte de son fils. Entre autres choses, l'expérience personnelle de Charles a amené celui-ci à écrire et à monter le spectacle *Foreman* qu'il présente actuellement, avec son équipe, au *Théâtre Périscope* de Québec. Pendant sa conférence qui révèle un peu le contenu de sa pièce de théâtre, il lève le voile sur le malaise identitaire de l'homme actuel qui met à l'épreuve les bases de la masculinité, sa vulnérabilité et les limites qu'il s'impose. Par sa grande simplicité, son entregent, sa franchise, son ouverture d'esprit et son humour, Charles a captivé, ému, voire bouleversé plusieurs d'entre nous. Sa grande conclusion est bien qu'il faut être présentes, présents, aux hommes, de toutes les façons, histoire de travailler avec eux afin qu'ils soient mieux dans leur peau et qu'ils réalisent sans cesse, un peu plus, leur bonheur au quotidien.

Malgré un certain retard dans la planification de notre horaire, notre après-midi s'est déroulé comme prévu, avec la présentation de courts numéros, inspirés des talents individuels de plusieurs hommes et de quelques femmes de notre AREQ Québec-Chaudière-Appalaches; nous avons donc eu droit à :

Justin Gagnon, Françoise Fleury et Lise Laframboise, secteur *Deux-Rives* (poésie);

Jean-Pierre Morin, secteur *Amiante* (pièces au violon);

Richard Arcand, secteur *Louis-Fréchette* (texte poétique);

Guy Villemure, secteur *Amiante* (pièces à l'accordéon);

Tirage d'une « doudou »...

Yvon Lavoie, secteur *Beauport-Côte-de-Beaupré* (monologues);

ACTIVITÉS

RENCONTRE DES NOUVEAUX MEMBRES DE NOTRE SECTEUR

Notre première rencontre avec les nouveaux membres de notre secteur a eu lieu le 7 décembre dernier. C'était la première activité, avec ceux-ci, depuis la pause obligée de la COVID-19 de mars 2020.

Nous avons tenu l'activité à l'Hôtel Québec afin de partager un déjeuner. Après la consommation d'un mimosa, les nouveaux membres se sont présentés brièvement en faisant connaître leurs expériences professionnelles ainsi que leurs intérêts. L'enchaînement s'est fait avec la présentation des membres responsables des activités et du conseil sectoriel qui ont fait part de leurs responsabilités. Malheureusement, dame nature s'en est mêlée la veille, empêchant quelques personnes de se présenter.

Après le repas, Pauline Gagnon fait la lecture du texte « **Il était une fois la retraite** » et du poème : « **N'attends pas trop** » et chacun des nouveaux membres s'est vu remettre une clef USB contenant les informations pertinentes de notre secteur ainsi que de l'AREQ. Bienvenue à vous toutes et tous.



Réjean Lemelin, président de l'AREQ secteur Chauveau

RETOUR SUR LA JOURNÉE INTERNATIONALE DES HOMMES ...SUITE

(Suite de la page 11)

Daniel Lavoie, secteur *Beauce-Atchemin* (chanson avec guitare);

Gervais Soucy, secteur *Charlesbourg* (conte);

Bernard Deschênes, secteur *Beauport-Côte-de-Beaupré* (texte);

Jean-Noël Laprise, secteur *Deux-Rives* (nouvelle).

Aux dires des personnes qui ont eu la gentillesse de venir nous rencontrer à la fin de notre journée, notre activité s'est avérée être une belle et originale réussite, dans son ensemble. La conférencière et le conférencier ont été pertinents et fort intéressants; les sujets qu'ils ont abordés ont été goûtés au plus haut point.

Le repas servi par le personnel de l'Hôtel Québec a eu une très bonne cote d'appréciation.

Finalement, les personnes ont quitté les lieux à 14 h 45, avec le sourire aux lèvres et la conviction qu'elles venaient de vivre une journée agréable et peut-être mémorable.

Il faut remercier l'AREQ régionale qui permet, depuis plusieurs années, d'organiser une activité qui met encore en lumière la nécessité de garder cette préoccupation d'être présentes et présents aux hommes et à tous leurs besoins qui sont souvent discrets et, trop souvent, non exprimés.

Souhaitons à tous les hommes, et pour longtemps, de « *Rêver encore* »...

*Jean-Noël Laprise,
responsable régional du Comité des hommes*

PARTAGE LITTÉRAIRE

Nous sommes heureux d'accueillir madame Jo-ann Rousseau, nouvellement retraitée, dans notre groupe de lecture. Nous n'avons malheureusement pas pu refaire de rencontres à cause des mesures sanitaires, mais nous avons espoir pour très bientôt.

Ça ne nous empêche pas de lire. Au contraire. Nous avons de belles suggestions pour vous.

S'adapter, Clara Dupont-Monod. La naissance d'un enfant handicapé vient chambouler la vie paisible d'une famille des Cévennes. Impacts sur la fratrie.

Le code de Katharina, John-LierHorst. Captivante enquête policière sur une double affaire d'enlèvement. Un auteur et un récit palpitants à découvrir.

Je passe à table, Lara Fabian. Son histoire de vie appuyée par des recettes de son enfance.

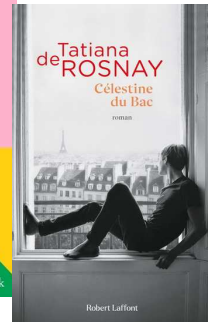
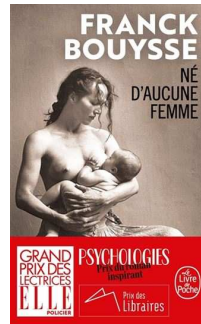


Né d'aucune femme, Franck Bouysse. Rose, une française, raconte son histoire cherchant à briser le secret dont on voulait couvrir son destin. Roman sensible et poignant.

L'ami, Sigrid Nunez. Un texte magnifique sur l'amour et l'amitié ainsi que sur le long et douloureux processus de deuil. Je regrette déjà d'avoir terminé ce roman. Quel talent! Voir la chronique de Nathalie Collard dans *La Presse*.

Nos forêts intérieures, Julie Dugal. Roman sur ces vies qui nous emprisonnent. Rêve de liberté, de retour à la terre.

Célestine du Bac, Tatiana de Rosnay. Belle histoire d'amitié improbable. L'autrice nous fait découvrir la face cachée de l'itinérance, l'indifférence de la société face aux plus démunis.



Là où je me terre, Caroline Dawson. Récit touchant et percutant de l'intégration d'une fillette chilienne arrivée au Québec en 1986 à l'âge de 7 ans. Une réalité complexe vue par les yeux d'une petite fille souvent consolée par la voix rassurante de Passe-Partout. Livre marquant.

La vie mensongère des adultes, Elena Ferrante. Une adolescente de parents éduqués découvre les deux visages de Naples : quartiers pauvres et quartier universitaire.

Dans le ventre du Congo, Blaise Ndala. Ce livre, portant sur le racisme, raconte l'histoire de la princesse TshalaNyotaMoelo qui quitte son village natal pour suivre son prétendant belge. Elle se retrouve dans le zoo humain du village congolais de l'Exposition universelle de Bruxelles en 1958.



CONVOICATIONS



Assemblée générale sectorielle

L'AREQ a pour mission de promouvoir et de défendre les intérêts et les droits culturels, sociaux, économiques et environnementaux de ses membres et des personnes aînées et de contribuer à la réalisation d'une société égalitaire, démocratique, solidaire et pacifiste. L'AREQ souscrit au principe d'égalité de droit et de fait entre les femmes et les hommes.

Secteur Chauveau A2122-AGS-OJ-01
Le vendredi 29 avril à 9 h
à l'Hôtel-Musée Premières Nations,
5, Place de la Rencontre, Wendake, Québec G0A 4V0

Projet ordre du jour

1. Accueil et mot de bienvenue de la présidence
2. Nomination d'une présidence des débats et d'une présidence d'élection
3. Adoption de l'ordre du jour A2122-AGS-OJ-01
4. Adoption du procès-verbal A2021-AGS-PV-01
5. Rapport de la présidence
6. Compte rendu des comités régionaux 2020-2021
7. Compte rendu des activités sectorielles 2020-2021
8. Compte rendu des activités du Comité de la Fondation Laure-Gaudreault
9. Rapports financiers
10. Allocution de madame Carole Pedneault, présidente de l'AREQ région 03
11. Élection aux postes suivants :
Présidence (intérim actuellement, recommandation du CS)
1^{re} vice-présidence
Trésorière
1^{er} conseiller
2^e conseiller (intérim actuellement, recommandation du CS)
12. Signature des effets bancaires
13. Autorisation pour nommer une troisième personne habilitée à signer les chèques.
14. Assemblée générale régionale 2022
15. Délégation au congrès 2023 de l'AREQ à Lévis
16. Questions diverses
17. Tirage : prix de présence : deux voyages d'une journée à l'usine Cascades et visite des jardins du Parc Marie-Victorin. Une valeur de 169 \$ chacun.
18. Levée de l'assemblée

Réjean Lemelin, président AREQ Chauveau

Renelle Nicole, secrétaire

N.B. : Seuls les membres en règle de l'AREQ Chauveau ont droit de vote.

Le quorum à atteindre est de 49 membres.

À la suite de notre assemblée, nous vous invitons à dîner à l'Hôtel-Musée Premières Nations.

Le coût pour l'activité est de 10 \$ pour les membres et 50 \$ pour les non-membres.

C'est aussi l'occasion d'admirer les œuvres des artistes et des artisans de notre secteur et de faire votre choix de l'œuvre que le secteur présentera à l'Assemblée générale de la Région 03.

Fin des inscriptions : le 14 avril 2022

Voir coupon pour inscription.

CONVOICATIONS



L'AREQ a pour mission de promouvoir et de défendre les intérêts et les droits culturels, sociaux, économiques et environnementaux de ses membres et des personnes âgées et de contribuer à la réalisation d'une société égalitaire, démocratique, solidaire et pacifiste. L'AREQ souscrit au principe d'égalité de droit et de fait entre les femmes et les hommes.

Québec-Chaudière-Appalaches
A2122-AGR-OJ-01

CONVOICATION
32^e Assemblée générale des membres de
l'AREQ Région 03 Québec-Chaudière-Appalaches
Date : le mercredi 25 mai 2022
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 25 mai 2022 à l'Hôtel-Québec situé au 3115, avenue des Hôtels, Québec, QC

SVP Apportez votre carte de membre

PROJET D'ORDRE DU JOUR

1. Ouverture et mot de bienvenue
2. Nomination de la présidence d'assemblée
3. Adoption de l'ordre du jour de la 32^e Assemblée générale A2122-AGR-OJ-01
4. Adoption du procès-verbal de la 31^e Assemblée générale A2021-AGR-PV-01
5. Présentation et mot d'une représentante du Conseil exécutif national
6. Rapport de la présidente et des responsables de comités
7. Rapport de la trésorière
 - 7.01 Présentation et dépôt du rapport financier régional 2020-2021
 - 7.02 Présentation et adoption de l'état des produits et charges 2021-2022
8. Élections (s'il y a lieu)
9. Présentation des artistes et tirage de reconnaissance
10. Tirage des prix de présence
11. Levée de l'assemblée

Michelle Breton, secrétaire

Carole Pedneault, présidente

9 h : Accueil et inscription

Coût pour le dîner : membre : 15 \$ non-membre : 25 \$

Fin des inscriptions : 11 mai 2022

Voir coupon inséré pour inscription.

CONVOCATIONS

Assemblée générale de la Fondation Laure-Gaudreault

Région Québec-Chaudière-Appalaches

À l'Hôtel Québec

Le 25 mai 2022, heure à déterminer

Projet d'ordre du jour

1. Mot de bienvenue de la Présidente
2. Nomination de la présidence d'assemblée et du secrétariat d'assemblée
3. Nomination de la Présidence d'élection et du secrétariat d'élection
4. Adoption de l'ordre du jour
5. Adoption du procès-verbal du 24 mai 2021
6. Rapport de la présidence de la Fondation Laure-Gaudreault
7. Bilan financier de 2021.
8. Élections :
 Conseillère ou conseiller (publiciste)
9. Mot de Robert Gaulin, président national
10. Période de questions
11. Levée de l'assemblée

Pierrette Simoneau, présidente

VIE DE L'AREQ

MESSAGE DE LA PRÉSIDENTE RÉGIONALE

Bonjour à vous, membres de l'AREQ de la région 03

L'automne 2021 nous a offert de belles journées, des couleurs et du soleil. De quoi réjouir les cœurs! Cette période m'a permis de visiter plusieurs conseils sectoriels en plein travail. Lors de ces rencontres, j'ai pu apprécier l'énergie que vos personnes élues mettent pour reprendre les activités dans vos secteurs. Cette vitalité est belle à voir et je souhaite que vous répondiez avec enthousiasme à leurs propositions d'activités et d'actions.

J'espère que vous avez profité d'une période des Fêtes heureuse et que vous avez eu de belles rencontres avec votre famille et vos proches. Cette an-

née, nos retrouvailles nous ont enfin permis de nous asseoir autour d'une même table pour festoyer et renouer avec nos traditions.

Je vous offre mes meilleurs vœux pour une Nouvelle Année remplie de sérénité, de bonheur et surtout en santé.

*Carole Pedneault,
présidente régionale*



VIE DE L'AREQ

ASSUREQ

Bonne nouvelle!

L'AREQ-CSQ élargit l'admissibilité à son régime d'assurance collective ASSUREQ dès le 1^{er} janvier 2022

Depuis le 1^{er} janvier 2022, *deux nouvelles catégories* de personnes retraitées sont admissibles à ASSUREQ, le régime d'assurance collective offert aux membres de l'AREQ-CSQ.

1^{re} catégorie

Membres CSQ qui ne détenaient pas de régime d'assurance collective en tant que personne employée lors de la prise de leur retraite

Depuis le 1^{er} janvier 2022, les membres CSQ qui, au moment de leur prise de retraite, ne détenaient pas de régime d'assurance collective en tant qu'employés sont désormais admissibles à ASSUREQ, et ce, sans restriction (selon les modalités prévues au contrat). Conditions d'admissibilité :

- Devenir membre de l'AREQ-CSQ
- Faire parvenir sa demande d'adhésion dans les 90 jours qui suivent la date de retraite

2^e catégorie

Personnes retraitées ayant été un jour membres d'un syndicat affilié à la CSQ n'ayant pas adhéré à ASSUREQ dans les délais prévus au contrat.

Le but de cette initiative est d'offrir les assurances aux personnes qui, pour une raison ou une autre, n'y ont pas adhéré au moment de leur retraite.

Les options offertes aux personnes adhérant hors délai sont *différentes de celles offertes aux membres adhérant dans les délais prévus au contrat.*

Ces options sont les suivantes :

• Régime d'assurance maladie

- Régime Santé seulement
- Participation minimale de 24 mois

• Régime d'assurance vie

- Choix 1 seulement (20 000 \$, 15 000 \$ ou 10 000 \$, selon l'âge au décès)
- Âge maximal pour adhérer : 70 ans (s'applique uniquement à l'assurance vie)
- Remboursement des primes sans versement de la prestation si le décès survient dans les 6 mois suivant l'adhésion

Conditions d'admissibilité :

- Avoir été un jour membre d'un syndicat affilié à la CSQ
- Devenir membre de l'AREQ

Pour plus d'information ou pour obtenir une trousse d'adhésion à l'AREQ et à ASSUREQ, veuillez communiquer avec l'AREQ en appelant au 418 525-0611 ou au 1 800 663-2408 ou par courriel à info@areq.lacsq.org

Visitez la section ASSUREQ du site Web de l'AREQ pour plus de détails concernant le régime d'assurance collective ASSUREQ.

**Cet article est le contenu d'un courriel de madame Johanne Freire, Conseillère à l'AREQ-CSQ*

SSQ ASSURANCE ET AIDE PSYCHOLOGIQUE

Vous êtes inquiet au sujet de la pandémie de coronavirus?

Que ce soit pour de l'anxiété, du découragement ou du stress, plusieurs ressources sont à votre portée pour faire face à cette période difficile.

Ainsi, [SSQ Assurance](#) offre exclusivement à ses assurés l'accès à un service d'aide psychologique grâce à 3 heures de consultation téléphonique gratuite.



**Pour appeler le service d'aide 24/7 :
1 877 480-2240**

Camille Paré, comité des assurances

VIE DE L'AREQ

COMITÉ SOCIOPOLITIQUE

Bonjour les amies et amis,

Nous ne sommes pas encore sortis d'une pandémie à plusieurs variants. Il faut continuer d'être prudent, de s'occuper et de garder la forme.

Le 15 février dernier, j'ai eu la chance de participer à une vidéo conférence sur Zoom avec Réjean Hébert comme conférencier. Professeur à l'École de santé publique de l'université de Montréal, chercheur au Centre de recherche en santé publique, au CIRANO et au Centre de recherche sur le vieillissement de Sherbrooke et médecin-conseil à la Direction régionale de santé publique de Montréal : c'est avec un bagage de connaissances que le docteur Hébert s'est adressé à nous.

Le sujet : Maintien à domicile et état de situation et enjeux.

Je vais aujourd'hui vous présenter un résumé succinct de cette conférence offerte aux représentants sectoriels sociopolitiques.

Le Québec vit actuellement un changement démographique majeur, soit le vieillissement accéléré de sa population, qui portera le pourcentage des personnes de plus de 65 ans au-delà de 25 % dans moins de dix ans. Loin de constituer une catastrophe, ce phénomène commande toutefois une adaptation de la société et de nos services sociaux et de santé. Notre système public et universel a été bâti autour des hôpitaux et des médecins. Nous devons transformer ce système pour qu'il réponde maintenant aux nouveaux défis imposés par le vieillissement de la population.

La prévention, le suivi des maladies chroniques et les soins et services à domicile aux personnes âgées et handicapées doivent être renforcés. Actuellement, nous ne consacrons que 14 % des dépenses publiques aux services à domicile. Le financement est majoritairement (86 %) attribué à l'hébergement en centres d'hébergement et de soins de longue durée (CHSLD). Ces dernières décennies, les maigres investissements en soins à domicile n'ont pu contrebalancer l'augmentation de la demande



liée au vieillissement de la population. En fait, la quantité de services à domicile a diminué régulièrement.

Les soins à domicile doivent être mieux financés, certes, mais cela n'est pas suffisant. Ils doivent être financés autrement que par les budgets des institutions. Il faut donc changer la façon de financer : au lieu de financer les établissements, financer plutôt les personnes. C'est ce que proposait le projet d'assurance autonomie.

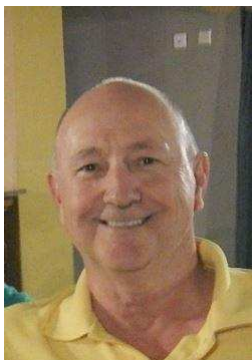
Le fonctionnement est simple :

1. on évalue les besoins des personnes (on a déjà un outil pour ça : le Système de mesure de l'autonomie fonctionnelle) ;
2. on détermine le plan d'intervention et l'allocation des services (on a déjà des professionnels qui font ça : les gestionnaires de cas) ;
3. on attribue une allocation basée sur les besoins (on a déjà un outil de gestion pour faire ça : les Profils Iso-SMAF) ;
4. on crée un fonds spécifique protégé qu'on alimente régulièrement (150 à 200 millions de dollars ajoutés annuellement pour atteindre plus de deux milliards d'ici 15 ans) ;
5. la personne décide à quels services sera dédiée l'allocation et qui donnera le service : le CLSC, l'EESAD, l'organisme communautaire, l'entreprise privée ou, dans certains cas, l'employé ou la proche aidante.

Selon le docteur Réjean Hébert, il faut des investissements significatifs pour les soins à domicile. Six milliards ont été donnés aux médecins sans augmentation de la production de services aux malades. Il faudrait investir au moins 500 millions par année dans les soins à domicile.

En attendant, faites attention à vous et gardez la forme.

Clément Cormier
Responsable sociopolitique secteur Chauveau



VIE DE L'AREQ

CAP SUR LA DIGNITÉ

Le grand chantier des aînés : message à notre député

Vivre, c'est aussi vieillir. Et, comme nous serons tous des aînés un jour, nous aspirons à vieillir dans la dignité.

Trop de rapports tablettés

Depuis vingt ans, parmi les recommandations issues des rapports pour aider les aînés, une sur dix seulement a été appliquée. Nous demandons l'attention du gouvernement, surtout du parlement et de la société à l'égard des aînés.

De fait, l'AREQ a fait le recensement de tous les rapports qui ont été produits depuis vingt ans. Il y en a eu dix-sept qui, dans l'ensemble, ont émis pas moins de 153 recommandations concernant principalement :

1. Les soins à domicile, en résidences privées et publiques ;
2. La maltraitance à l'endroit des aînés ;
3. Les dispositions législatives pour les proches aidants ;
4. Les soins prodigués lors de la pandémie ;
5. Et plus globalement la place des aînés dans la société.

Or, la plupart de ces 153 recommandations formulées sont restées lettre morte, ce qui interpelle les élus de toutes les formations politiques. L'inaction des divers gouvernements nous incite à cette action des aînés. Cessons d'entasser nos aînés comme si c'était de vieux rapports. Il est temps d'agir maintenant!

Ainsi, nous demandons aujourd'hui expressément :

Que le parlement prenne ses responsabilités en cessant de « pelleter par en avant » et en mettant en place des actions concrètes visant à améliorer dès maintenant la situation des aînés. Nous demandons une action non partisane. Que le gouvernement cesse de dire que c'est la faute de l'autre et, pour une fois, que les partis travaillent ensemble pour le bien des aînés. Depuis vingt ans, de nombreux rapports et mémoires ont été produits sur le sort des aînés.

Clément Cormier

Responsable sociopolitique secteur Chauveau

EN ROUTE VERS DES ÉTATS GÉNÉRAUX

Le 21 février, l'AREQ et la Coalition pour la dignité des aînés (CDA), qui représente plus de 150 000 personnes âgées, ont annoncé la tenue d'états généraux sur les conditions de vie des aînés, qui se dérouleront à Québec le 3 mai prochain.

Ainsi, la Coalition souhaite réunir autour de la table des représentants de la société civile et des experts québécois afin de se positionner relativement aux 38 solutions élaborées par la CDA. L'objectif est de parfaire ces solutions, de les prioriser et de mettre de l'avant les meilleurs moyens d'assurer la dignité aux aînés. Ces 38 solutions proposées par la Coalition sont regroupées sous quatre principaux thèmes, la santé, les finances, les droits des aînés et la participation citoyenne.

Par ailleurs, la coalition vise à élaborer une déclaration commune qui permettra de tracer les contours de ce que nous voyons comme des conditions de vie réellement adaptées aux besoins et aux désirs des aînés d'aujourd'hui et de demain. Parce que vivre, c'est aussi vieillir!

Au terme des états généraux, la Coalition exigera un engagement ferme du gouvernement en faveur des revendications acheminées.

Infolettre AREQ

INFORMATIONS

Sommet des aînés de Québec



Vivre 20 ans de plus actif chez soi

À l'occasion de son premier Sommet des aînés, la Ville souhaite rencontrer les citoyens de 65 ans et plus pour écouter leurs idées afin de créer ensemble des milieux de vie à leur image.

Le Sommet se tiendra les **19, 20 et 21 avril 2022** dans les six arrondissements.

Comment participer?

D'ici le 4 mars, répondez au questionnaire disponible au :

www.ville.quebec.qc.ca/sommetdesaines

Besoin d'aide pour remplir le questionnaire?

Contactez le service de soutien à assistancetechnologique@bibliothequedequebec.qc.ca, ou composez le **311**

QUÉBEC,
MUNICIPALITÉ
AMIE DES AÎNÉS

VILLE DE
QUÉBEC 
l'accent
d'Amérique

INFORMATIONS

SERVICE AUX MEMBRES

L'AREQ a développé un partenariat avec NOVUM afin d'offrir à ses membres un service de consultations juridiques gratuites et illimitées. L'entente de deux ans qui découle d'un projet-pilote apprécié par les membres de l'Association se poursuivra de juillet 2021 à juin 2023.

Les consultations couvrent toutes les questions juridiques d'ordre personnel : **droit familial** (séparation, divorce, garde d'enfants, etc.), **droit civil** (garantie légale, contrat de vente auto et habitation, contrat bancaire, faillite, bail en résidence, etc.) et **immigration**.

Des informations vous seront demandées via ce lien : <https://areq.lacsq.org/services-aux-membres/novum/>

Réjean Lemelin

Le Centre d'excellence sur le vieillissement de Québec (CEVQ), en partenariat avec le comité des usagers du CHU de Québec-Université Laval, présente

Les conférences grand public
du **CEVQ** • Vieillir en santé

Gratuit !

Saison
2021-2022



Le déconditionnement chez l'ainé ou pourquoi l'avenir appartient à ceux qui se lèvent tôt ?

Mercredi 23 mars 2022, de 10 h à 12 h

Michèle Morin, MD, interniste gériatre et médecin conseil à la Direction de la Santé publique au CISSS de Chaudière-Appalaches, professeure agrégée à la Faculté de médecine de l'Université Laval
Selon la situation, cette conférence pourrait avoir lieu en présentiel ou en virtuel sur Zoom.

Pour savoir si la conférence aura lieu en présentiel ou sur Zoom, communiquez avec nous deux semaines avant la date prévue en appelant au 418 682-7987

Présentiel : Salle Saint-Augustin du Montmartre, 1669, chemin Saint-Louis.

Zoom : Pour obtenir le lien, communiquez avec nous pour nous donner votre courriel.
www.cevq.ca

Centre intégré
universitaire de santé
et de services sociaux
de la Capitale-Nationale

Québec



In memoriam

Monsieur Christian Labbé, époux de Claudette Roberge et frère de Richard Labbé;
Madame Josette Guay, sœur d'Hélène Guay;
Madame Jeannine Veilleux, membre, conjointe de Maurice Deschamps, belle-sœur de Jacques Deschamps et de son épouse Solange Sylvain-Deschamps;
Monsieur Raymond St-Pierre, membre;
Monsieur Marcel Bégin, conjoint de Diane Asselin;
Monsieur Louis-Philippe Couture, membre;
Madame Clémence Gagné, membre;
Monsieur Cyrias Boucher, frère de Marie-Rose Boucher et beau-frère d'André Dessureault;
Madame Michèle Tremblay, membre;
Madame Nicole Côté, membre;
Monsieur Marc Desroches, conjoint de Yolande Godbout;
Monsieur Jean-Guy Tremblay, membre;
Madame Charline Simard, sœur de Jean-Yve Simard et belle-sœur de Ginette Bluteau;
Monsieur Roger Plamondon, frère de Gisèle Plamondon;
Madame Thérèse Gamache, membre;
Madame Florence Caron-Paré, membre et sœur de Marie-Marthe Caron.



Si vous êtes au courant d'un décès, veuillez communiquer avec Johanne Fontaine-Cossette 418 659-4102 jfontainek7@gmail.com:

Pour une publication dans le courrier électronique de l'AREQ Chauveau (tôt après le décès), contacter : Renelle Nicole par courriel : renelle.nicol@gmail.com

COORDONNÉES UTILES

AREQ (CSQ) Nationale	418 525-0611 1 800 663-2408 Fax:418 525-0769	info@areq.lacsq.org Votre numéro de membre est votre nom
AREQ (CSQ) Région 03 Présidente régionale : <i>Carole Pedneault</i>	418 525-0611 1 800 663-2408 1 418 853-2916 Cell.1 418 714-4572	quebec-chaudiere-appalaches.areq.lacsq.org caroleareq@gmail.com
RETRAITE QUÉBEC Regroupement de la RRQ et de la CARRA (Depuis le 1^{er} janvier 2016)	Région de Québec : 418 643-5185 Région de Montréal : 514 873-2433 1 800 463-5185	MON Dossier (accédez à votre dossier en tout temps) www.retraitequebec.gouv.qc.ca
PSV (Pension de la sécurité de la vieillesse)	1 800 277-9915	https://www.canada.ca/fr/services/prestations/pensionspubliques.html
RAMQ	418 646-4636 1 800 561-9749 (sans frais)	www.ramq.gouv.qc.ca
SSQ ASSUREQ	1 888 833-6962 418 651-6962	www.ssq.ca
RÉSAUT– La Personnelle	1 888 476-8737 Réclamation : 1 866 776-8343 Service à la clientèle : 1 877 870-4973	www.lapersonnelle.com
Veillez utiliser les numéros d'assistance apparaissant sur votre carte d'assurance. Si vous n'avez pas votre carte, utilisez les numéros ci-dessous : CANAssistance Assistance Voyage 24/7 Assurance-Voyage (règlements)		1 800 465-2928 ou 1 855 908-5056 1 800 264-1852

INFORMATIONS

**Retrouvez-nous sur le
WEB!**

chateau.araq.lacsu.org

Conseil sectoriel

Président	Réjean Lemelin	418 843-3420	rejemelin@sympatico.ca
1 ^{re} vice présidente	Claire Ennis	418 843-3611	ennisclaire17@yahoo.ca
2 ^e vice-président	Louis-Marie Pichette	418 871-4079	pichette.lm@videotron.ca
Trésorière	Céline Lessard		celine.lessard1960@gmail.com
Secrétaire	Renelle Nicole	418 847-8781	renelle.nicol@gmail.com
1 ^{re} conseillère	Francine Perron	418 877-9381	francineperron@videotron.ca
2 ^e conseiller	René Moisan	418 622-3762	remois@videotron.ca

LISTE DES DIVERSES ACTIVITÉS ET DE LEURS RESPONSABLES

RESPONSABLES DU SECTEUR AUX COMITÉS RÉGIONAUX

Condition des hommes	Louis-Marie Pichette	418 871-4079	pichette.lm@videotron.ca
Condition des femmes	Hélène Leclerc	418 845-0016	coulec2010@videotron.ca
Comité des Assurances	Camille Paré	418 661-2879	camillepare44@hotmail.com
Comité Retraite	Marie-Hélène Thomas	418 844-2886	djobin@cableshannon.com
Comité Sociopolitique	Clément Cormier	418 843-5103	clecormier@videotron.ca
Comité Environnement	à venir		

ACTIVITÉS DE SECTEUR ET LEURS RESPONSABLES

Activité	Responsable	Téléphone	Courriel
Club littéraire	Claire Ennis	418 843-3611	ennisclaire17@yahoo.ca
Communication membres	Renelle Nicole	418 847-8781	renelle.nicol@gmail.com
Décès	Johanne Fontaine-Cossette	418 659-4102	jfontaine7@gmail.com
Déjeuner en anglais	Claudette Raynault	418 871-8986	raynaultc1965@gmail.com
Déjeuner en espagnol	à venir		
Déjeuners mensuels	Gisèle Boudreault	418 844-3925	gisboudreault2008@hotmail.com
Entraide	Claire Ennis	418 843-3611	ennisclaire17@yahoo.ca
Inscriptions	Jacques Dubé	418 872-1768	jdube@videotron.ca
Ligue de quilles	Guy Chouinard	418 871-7518	guy.chouinard7@sympatico.ca
Marche	Henriette Nellis	418 750-1255	henrietteb10@yahoo.ca
Nouveau Jalon	Robert St-Denis	418 845-2662	pau.rob@videotron.ca
Site Web	Huguette Bourret	418 843-8769	hbouret@yahoo.ca
	Renelle Nicole	418 847-8781	renelle.nicol@gmail.com
Sorties et conférences	Claire Ennis	418 843-3611	ennisclaire17@yahoo.ca
ViActive	Renelle Nicole	418 847-8781	renelle.nicol@gmail.com
Fondation L.-Gaudreault	Francine Perron	418 877-9381	francineperron@videotron.ca

ÉQUIPE DU JOURNAL

Robert St-Denis, resp. Lisette Godbout
Huguette Bourret Maurice Goupil
Pauline Gagnon

IMPORTANT

**Pour le prochain journal, envoyez vos textes
avant le 14 juin 2022 à Robert St-Denis.**

Téléphone 418 845-2662

Courriel : pau.rob@videotron.ca

**Expédition du Nouveau Jalon par courriel : 27 juin
par la poste : 29 juin**

Mars

Nouveau Jalon -- 33-2 Hiver-Printemps 2022

28 Anglais	1 Marche Marche Journée int. des femmes	2	3	4
7 Anglais	8 Marche, Journée internatio- nale des femmes	9	10	11
14 Anglais	15 Déjeuner du mois Marche	16	17	18
21 Anglais Club littéraire	22 Marche	23 Conférence Grand Public	24 Cabane à sucre	25
28 Anglais	29	30	31	1

Avril

4 Anglais	5 Marche,	6	7	8
11 Anglais	12 Déjeuner du mois Marche,	13	14	15
18 Anglais Club littéraire	19 Marche Sommet des aînés de Québec	20 Sommet des aî- nés de Québec	21 Sommet des aînés de Québec	22
25 Anglais	26 Marche	27	28 Fred Pellerin	29 AGS et exposi- tions d'artistes...

Mai

2 Anglais	3 Marche	4	5	6
9 Anglais	10 Déjeuner du mois Marche	11	12	13
16 Anglais Club littéraire	17 Marche	18 Musée des Ur- sulines	19	20
23 Anglais	24 Marche	25 AGR et FLG	26	27
30	31	1	2	3

Juin

6 Anglais	7 Marche	8	9 Fête des aînés	10
13 Anglais Club littéraire	14 Déjeuner du mois Marche	15	16	17
20	21	22 Usine Cascades	23	24