

FÊTE DE NOËL 2017



Le 14 décembre se tenait à l'hôtel Four Points by Sheraton notre dîner de Noël. Nous avons vécu une très agréable activité.

À partir de 10 h 30, les gens arrivaient tranquillement, de bonne humeur, heureux de se revoir. On a tous quelque chose à raconter et « ça bourdonnait » lors de l'apéro. À l'ouverture de la salle, chacun s'est placé à sa table et notre coquin père Noël – en la personne de Gilles Duchesne – content de nous

Gaudreault à procéder au tirage pour ceux qui avaient participé au moitié-moitié. Les membres ont été si généreux que six montants de quarante dollars ont été remis aux gagnants.

Ce fut ensuite au tour de Denis Paul, membre de l'AREQ et bénévole de la Société St-Vincent-de-Paul de Loretteville, de faire le tirage d'un cadeau parmi ceux qui avaient apporté des denrées non périssables et/ou fait un don. Plus

Après le dîner, le duo *Vive la vie* et le père Noël ont animé notre après-midi. On a joué à découvrir



tard, Louis-Philippe Gaudreault président de la *Saint-Vincent-de-Paul* de Loretteville, est venu nous remercier pour notre grande générosité envers l'organisme.

Aussitôt les tirages terminés, on nous a servi le repas, délicieux, selon l'avis de plusieurs personnes, autour de nous. Tous semblaient satisfaits du menu retenu : potage aux légumes, dinde farcie, légumes croquants et dessert chocolaté; le tout était succulent!

le titre de pièces musicales jouées en accéléré ou au ralenti. Difficile et amusant, ce jeu introduisait bien les chansons de Noël interprétées par les artistes avec la participation de la salle. On sentait une belle complicité entre le duo et le père Noël. Au cours de cette activité, de nombreux cadeaux ont été distribués. L'après-midi s'est passé dans la bonne humeur, plusieurs chantant et frappant dans les mains.

Félicitations et merci aux organisateurs de cette belle fête de Noël!

Hélène Leclerc



voir si nombreux, nous a cordialement salués.

Une fois l'accueil fait, il a invité madame Francine Perron, responsable de la *Fondation Laure-*



Dans ce numéro :

Fête de Noël 2017.....	1
Les déjeuners du mois.....	2
Message de la présidence	3
Activités.....	4-11
Consignes d'inscription.....	4
ViActive.....	4
Retour sur l'activité d'accueil.....	5
Marches.....	6
Taï chi	7
À la découverte des murales... ..	7
Journée internationale des femmes	8
Érablière du Lac-Beauport.....	8
Exposition d'artistes et artisans... ..	9
Partage littéraire.....	9
La Côte Nord et Îles Mingan. 10-11	
Voyage en Sicile 2019.....	11
Recherche de bénévoles.....	11
Vie de l'AREQ.....	12-20
Mot de la présidente régionale.....	12
Fondation Laure-Gaudreault.....	12
ASSUREQ	13
Commissaire à la santé (rapport). 13	
Activité conjointe.....	14
Comité environnement.....	14
Comité sociopolitique	14-15
Projet de Loi 149.....	15
Échec aux paradis fiscaux.....	16
Dossier des gicleurs	17
Directives médicales anticipées ...	18
Prog. public de psychothérapie ...	18
Loi 101	19
Connaissez-vous BANQ ?.....	19
Nos membres s'expriment	20
Informations.....	21-24
Concours des initiatives... ..	21
Conférences Grand Public.....	22
Activités régulières.....	22
À mettre à votre agenda.....	22
In memoriam	22
Responsables	23
Agenda (calendrier).....	24

Les déjeuners du mois



Le premier mardi de chaque mois

Pour réservation :

Gisèle Boudreault
418 844-3925
gisboudreault2008@hotmail.com

Diane St-Laurent
418 652-3553
dstla@icloud.com

***N.B. Il est très important de réserver pour les déjeuners du mois.
S.V.P. Réservez pendant la semaine précédant le déjeuner. Merci!***

6 février 10 h
Restaurant Eggsquis
1270, boulevard Duplessis, Québec,
G2G 2B5
(entre Dollarama et Cinéplex)
418 877-5554

6 mars à 10 h
Restaurant Le Dijon
Four Points, 7900 Marigot, Québec,
G1G 6T8
(boul. Laurentien N, sortie de la Faune).
418 627-8008

3 avril 10 h
Restaurant Pacini Lebourgneuf
1280 boul. Lebourgneuf, Québec,
G2K 0H1
418 626-8383
N.B. POUR LE 3 AVRIL, RÉSERVER SEULEMENT À DIANE ST-LAURENT.

1^{er} mai à 10 h
Restaurant Saint-Germain
2750 chemin Ste Foy, Québec, G1V 1V6
(Centre commercial Plaza Laval, face à l'IUCPQ)
418 658-6067

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

Adresse postale
AREQ (CSQ)
a/s Luce Laverdière
320, rue Saint-Joseph Est
Québec (Québec) G1K 9E7
Téléphone : 418 525-0611 ou
1 800 663-2408 (sans frais)
Courriel : laverdiere.luce@csq.qc.net
ou areq@csq.qc.net

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

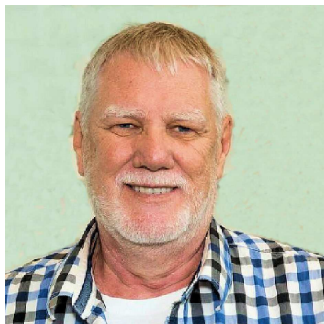
Adresse de courrier électronique

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

Votre association

Message de la présidence



En ce début de l'année 2018, je tiens à vous souhaiter à toutes et à tous une belle année. D'abord et avant tout, de la santé. Comme résolution, pourquoi ne pas décider de s'offrir des moments

faciles et agréables qui nous sortent de notre quotidien au moins une fois par mois : un bon massage, un souper spécial à la maison ou au resto avec celui ou celle que nous aimons ou encore avec une ou un bon ami, rencontrer des amis et s'amuser (cinéma, quilles, voyage, activités de votre association, loisirs de toute sorte), et enfin ne jamais oublier de rire, et cela, chaque jour si possible, même si certains sont plus difficiles à vivre parfois. Voilà quelques exemples de résolutions qui nous rendront la vie plus belle et beaucoup plus colorée.

Parlant d'activités, je vous invite à bien lire votre journal pour connaître les dates, le contenu et les lieux de tout ce qui se prépare et sera réalisé pour vous dans les mois à venir. Pour ma part, je vous entretiens déjà au sujet de l'AGS (assemblée générale de secteur). Celle-ci aura lieu le vendredi 27 avril 2018 et tous les détails la concernant vous seront transmis dans le prochain journal. Si je vous en parle maintenant, c'est dans le but que vous mettiez déjà cette activité à votre agenda, car c'est particulièrement à ce moment que vous avez votre mot à dire à votre CS pour la bonne marche de votre association ou encore que vous pouvez faire vos commentaires sur quelque sujet que ce soit.

Venez en grand nombre à toutes nos activités; c'est la récompense de celles et ceux qui les organisent. Et soyez assurés qu'ils le font avec cœur et enthousiasme.

Je tiens aussi à vous exprimer toute ma fierté de constater que nous avons des responsables régionaux sur tous les comités en place. Votre implication fait en sorte que nous pouvons nous fier sur des membres engagés pour nous tenir informés de ce qui se passe aux niveaux national et régional de notre AREQ. Merci de votre travail. Continuez de nous accompagner auprès de tous nos membres.

Merci aussi à notre équipe du journal qui nous informe et suscite la communication entre nous. Vous faites un travail de rassembleur et vous permettez à tous les membres de pouvoir se retrouver lors d'activités.

Enfin, merci à tous les responsables d'activités de secteur; avec tout ce que vous nous proposez comme activités, vous nous facilitez la tâche pour respecter la résolution suggérée en ce début de texte. Merci à vous tous et vous toutes de provoquer ces moments qui peuvent nous permettre de sortir de notre routine.

Je termine en vous exprimant qu'avec un CS comme le vôtre et des membres impliqués comme vous l'êtes, il est agréable et facile d'être votre président. Une petite suggestion si vous le voulez bien : «Dans la vie, faites ce que vous aimez et faites-le souvent.»

René Moisan, président



Conseil sectoriel

Président	René Moisan	418 622-3762	remo@videotron.ca
1 ^{er} vice présidente	Claire Ennis	418 843-3611	ennisclaire17@yahoo.ca
2 ^e vice-président	Louis-Marie Pichette	418 871-4079	louismariepichette@outlook.com
Trésorier	Jacques Dubé	418 872-1768	jdube@videotron.ca
Secrétaire	Renelle Nicole	418 847-8781	renelle.nicol@gmail.com
1 ^{er} conseiller	Gilles Duchesne	581 741-7390	duchesne.gilles1@gmail.com
2 ^e conseiller	Jacques Tessier	418 875-2672	jacques777tessier@gmail.com

ACTIVITÉS

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

Libellez votre chèque à **AREQ Chauveau**.

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 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.

Indiquez votre numéro de téléphone sur le chèque.

La date de votre chèque ne doit pas dépasser celle de la fin des inscriptions.

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

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.

À moins d'avis contraire, les chèques sont expédiés à :

AREQ Chauveau

1376 Faucher

Québec, QC G2G 1P4

Inscrivez-vous tôt.

Tirage d'une gratuité pour l'activité parmi les 40 premiers membres inscrits avant la date limite d'inscription ; la date de réception du chèque en fera foi.

Lorsqu'une activité mentionne qu'il y a un nombre maximum d'inscriptions, la présence 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 : tel : 418 843-3611

courriel : ennisclaire17@yahoo.ca



Nous avons débuté une nouvelle session de ViActive le 15 janvier dernier. Chaque semaine le lundi et le mercredi, pendant une heure, nous faisons différents exercices qui nous aident à garder notre forme physique tout en ayant du plaisir. Chaque séance débute par un échauffement, suivi d'une phase aérobique et la séance se termine avec un retour au calme. La condition physique de chaque participant est respectée et tous les mouvements et exercices peuvent se faire autant debout qu'assis. Vous aimeriez en savoir davantage sur ce programme offert aux personnes âgées? Il est possible

de vous joindre à nous pour une séance, le lundi ou le mercredi, pour vivre l'expérience. Ce qui vous permettra de voir si c'est approprié pour vous.

Vous pouvez communiquer avec moi par courriel ou téléphone afin d'obtenir des renseignements supplémentaires.

Au plaisir de vous accueillir.

Renelle Nicole, responsable

418 847-8781

renelle.nicol@gmail.com



ACTIVITÉS

RETOUR SUR L'ACTIVITÉ D'ACCUEIL



Bonjour à tous,
D'abord, je me présente, Luc Grégoire, originaire de Québec, mais j'ai vécu 37 ans dans différentes régions du Québec. J'ai œuvré dans le domaine de la santé : réadaptation de jeunes en difficulté, conseiller en gestion des ressources humaines et professionnel à la direction de la santé pour le recrutement des médecins (en Mauricie) et l'organisation de Groupes de médecine familiale (GMF).



À ma première semaine de retraite en 2012, j'ai subi un Traumatisme Crânien Cérébral (TCC) sévère lors d'un accident d'auto, provoquant des changements non négligeables dans mes projets. Malgré une grande fatigue cognitive toujours présente, des sensations d'étourdissement fréquentes, une sensibilité plus fragile et des difficultés importantes d'élocution, je peux tout de même faire mes



activités. Donc, je considère avoir de la chance dans mon malheur, car je n'ai eu aucune séquelle physique alors que l'auto est une perte totale.

Arrivé à Québec en mai 2017, j'ai repris contact avec l'AREQ Chauveau qui m'a invité à une activité d'accueil des nouveaux membres à l'Hôtel Sheraton en octobre dernier. L'esprit créé dans cette activité était chaleureux et les organisateurs vraiment heureux de nous connaître et de nous apprendre comment l'AREQ Chauveau pourrait combler nos souhaits. Nous nous sommes ensuite joints aux autres membres réunis dans la salle à dîner. Dans un geste d'accueil, les nouveaux membres étaient invités à venir en avant afin de se présenter à l'assemblée.

Moment qui fut plus pénible pour moi étant donné mon TCC, mais j'ai grandement apprécié la patience et la compassion que l'assemblée a eues à mon égard.

Par la suite, nous avons eu droit à la lecture d'un très beau et significatif poème adressé aux retraités de l'enseignement. Bravo à cette auteure, madame Pauline Gagnon, qui a livré un brillant et touchant hommage à toutes et tous ces retraités. S'en est suivi un délicieux dîner. Le tout s'est terminé par la prestation du duo *Vive la vie* qui a enjoui la salle.



En terminant, je ne peux que dire merci aux organisateurs de cette activité. C'est une réussite qui, je crois, aura permis à nos nouveaux membres de se sentir les bienvenus dans cette grande famille qu'est l'AREQ Chauveau.



Encore félicitations pour cette belle réussite.

Luc Grégoire

ACTIVITÉS

MARCHE... MARCHE... MARCHE

C'est un RENDEZ-VOUS, les responsables du groupe de marche **LES PIEDS DANS LE VENT** sont toujours au poste, il ne manque plus que TOI. Pas besoin de t'inscrire, il suffit de te présenter au stationnement prévu, le départ est à 13 h 30 exactement. Après une marche d'environ 90 minutes, nous allons dans un café *pour jaser comme dirait Louise*. Si tu as des questions, n'hésite pas à téléphoner à une des deux personnes responsables. Ce sera un plaisir de t'accueillir en cette nouvelle année.

JANVIER <i>Marcher, c'est prendre le temps de vivre... Julie Baudin</i>			
DATE	RESPONSABLES	ENDROIT	STATIONNEMENT
23	Francine Claire	Parc de la Découverte, Val-Bélair SOCIAL	1560, de la Découverte, via de la Montagne
30	Rolande Francine	Loretteville	Face au 24, rue Gabriel-Lalemant
FÉVRIER <i>-le temps confirme l'amitié... Henri Lacordaire</i>			
6	Henriette, Claire	Saint-Émile	Métro, 1200 de la Faune
13	Francine, Henriette	Val-Bélair	Maxi, coin Pie XI et Etna
20	Claire, Jean-Pierre	Wendake	Aréna de Loretteville, 86, boul. des Étudiants
27	Francine, Henriette	Ste-Foy	Cinéma Odéon, (arrière) coin Hamel et Duplessis
MARS <i>Un pas fait à temps en vaut cent. Maria Edgeworth</i>			
6	Henriette Claire	Ancienne-Lorette	1577, rue Auguste-Comte, VIA Chauveau Ouest, Gauche, Borduas; Droite, Pierre-Corneille; Gauche, Auguste-Comte
13	Francine Claire	Charlesbourg Ouest	Face au 10 077, rue Jourdain VIA Bastien vers Charlesbourg Ouest, Droite, la Farinière; Droite, Jourdain
20	Jean-Pierre Francine	Duburger	IGA, 2300, boul. Père-Lelièvre
27	Claire Francine	Neufchâtel Saint-Émile	Métro, coin Robert-Bourassa et Bastien

RESPONSABLES

Henriette Nellis	418 842-5525
Jean-Pierre Lachance	418 843-5167
Claire Gervais	418 844-2844
Rolande Drouin	418 842-4262
Francine Bélanger	418 872-1188



ACTIVITÉS

TAÏ CHI QI GONG HIVER 2018

Le cours de Taï Chi se poursuit à l'hiver 2018. Venez découvrir une nouvelle façon de bouger qui procure bien-être et santé par le mouvement. C'est une gymnastique douce et lente qui se compose d'un ensemble d'exercices associant la pensée, le mouvement et la respiration.



et débute le 13 février pour se terminer le 1^{er} mai 2018. **Les personnes qui ont suivi le cours à l'automne 2017 et qui désirent se réinscrire doivent envoyer leur chèque à AREQ Chauveau (coordonnées en page 4 du journal).**

Bienfaits reliés à la pratique du Taï Chi :

- souplesse dans les articulations;
- renforcement du système musculo-squelettique;
- stimulation du système immunitaire;
- amélioration du système respiratoire, circulatoire et digestif, meilleur sommeil;
- accroissement de l'équilibre, de la concentration et de la mémoire.

Le cours est donné par une personne d'expérience. Il s'agit de madame Louise Déziel qui enseigne cet art depuis plusieurs années à Charlebourg et à Neufchâtel. La session dure 11 semaines

Quand : le mardi de 13 h 30 à 14 h 45

Endroit : local des scouts,
3137 rue du Golf, Loretteville
(à côté de l'école de Château-d'Eau)
Stationnement dans les rues avoisinantes.

Coût : membre : 20 \$ non-membre : 25 \$

Maximum de participants : 25

Inscrivez-vous rapidement en suivant la procédure habituelle. Pour envoi du chèque, voir **Consignes d'inscription à une activité, page 4.**

Claire Ennis, responsable

À LA DÉCOUVERTE DES MURALES DE QUÉBEC ET DE SES ENVIRONS

On est toujours ébahi par la beauté et l'impression de réalité des murales que l'on découvre ça et là au cours de nos promenades. Que diriez-vous d'en apprendre davantage au sujet de leur conception et de leur exécution? Savez-vous combien de murales on retrouve dans la grande région de Québec? Qui en sont les auteurs? Où les retrouve-t-on?



dans un premier temps et une visite guidée dans une rencontre ultérieure, au printemps?

Nous ferons tirer un exemplaire des murales du Québec, valeur de 40 \$, en prix de présence.



Depuis 20 ans, madame Marie-Chantal Lachance, notre conférencière, a contribué à la réalisation de plusieurs de ces fresques. Qui de plus indiqué qu'elle pourrait nous faire cheminer à travers toutes ces pages d'histoire, via cette conférence

Lieu : Bibliothèque Félix Leclerc
1465 de l'Innovation Québec G3K 2P9

Quand : le jeudi 15 février 2018

Heure : 10 h

N.B. 50 places disponibles. Réservez votre place auprès de Jacques Dubé, de préférence par courrier électronique : jdube@videotron.ca

L'activité vous est gracieusement offerte par votre association.

Jacques Tessier

ACTIVITÉS

JOURNÉE INTERNATIONALE DES FEMMES LE JEUDI 8 MARS 2018



Louise Langevin est professeure titulaire à la Faculté de droit de l'Université Laval depuis 1991. De 2006 à 2009, elle a été titulaire de la Chaire d'étude Claire-Bonenfant sur la condition des femmes. Elle a été rédactrice francophone de la Revue Femmes et droit de 1999 à 2012.

Depuis 2016, elle est la directrice des Cahiers de droit. Elle a enseigné dans plusieurs facultés de droit européennes. Elle est aussi membre du Barreau du Québec qui lui a décerné le Mérite Christine-Tourigny et le titre d'avocate émérite en 2010 pour son engagement social et son apport à l'avancement des femmes dans la profession. Ses champs de recherche et d'enseignement portent notamment sur les théories féministes du droit. Elle analyse le droit comme instrument de changement social pour les femmes. Elle compte plusieurs publications dans ce domaine. Elle travaille présentement à la rédaction d'un ouvrage sur la liberté de procréation.

Cette journée intéressante et stimulante se tiendra à l'Hôtel Québec, 3115, av. des Hôtels Québec, Québec.

Programme de la journée

9 h 30 : Inscription
10 h : Conférence de Louise Langevin
12 h : Dîner sur place
13 h 30 : *Ensemble vocal Variances*
Coût: membre : 12 \$ non-membre : 17 \$

Fin des inscriptions : 26 février 2018
Pour envoi du chèque, voir **Consignes d'inscription à une activité**, page 4

L'Ensemble vocal Variances fut créé par Richard Vidal en 2007, il est maintenant sous la direction musicale de Guylène Vallières.

Les objectifs du groupe sont d'offrir davantage de prestations tout au long de l'année, dans différents endroits et selon les demandes.

Le répertoire varié s'étend de la ballade à la chanson rythmée, d'hier à aujourd'hui.



Pierrette Simoneau, responsable régionale

ÉRABLIÈRE DU LAC-BEAUPORT



À quelques minutes du centre-ville, au cœur des montagnes du Lac-Beauport dans un décor typique et enchanteur, l'Érablière du Lac-Beauport nous offre une belle occasion

de célébrer l'arrivée du printemps. Un bon repas traditionnel sera servi : menu du bûcheron québécois conçu à partir des produits du terroir et de pur sirop d'érable. Les grands gourmands pourront se régaler de la tire sur la neige.

Vous pourrez visiter le centre d'interprétation sur l'évolution du temps des sucres au Québec. Vous y verrez les différentes techniques utilisées pour la fabrication du sirop d'érable depuis ses origines amérindiennes. Au musée du trappeur, découvrez

différentes espèces d'animaux ainsi qu'un arbrier québécois.

La boutique de l'érable vous offre une très grande variété de produits et de souvenirs

Lieu : Érablière du Lac-Beauport,
200, chemin des Lacs, Lac-Beauport

Quand : le jeudi 29 mars 2018

Coût : membre : 15 \$ non-membre : 28 \$

Transport par autobus : départ à 11 h du centre commercial Neufchâtel, 4605 de L'Auvergne Québec à proximité du Super C.

Fin des inscriptions : 20 mars 2018

Inscrivez-vous rapidement, car le nombre de places est limité à 45.

Pour envoi du chèque, voir **Consignes d'inscription à une activité**, page 4.

Claire Ennis, responsable

ACTIVITÉS

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

Cette année, l'exposition d'artistes et artisans se tiendra lors de l'Assemblée générale de Secteur qui aura lieu le **vendredi 27 avril 2018** à l'Hôtel-musée Premières Nations, Wendake.

Il y aura le choix, par les membres présents, de l'oeuvre que le secteur présentera à l'Assemblée générale de la Région 03 qui est fixée au 13 juin 2018. Les membres seront appelés à visiter l'exposition avant et après l'assemblée générale de secteur.

Nous invitons les membres intéressés à présenter leurs oeuvres à s'inscrire le plus tôt possible. Cette exposition serait l'occasion pour les nouvelles retraitées et les nouveaux retraités de présenter leur talent artistique. L'exposition couvre différents do-

maines, de l'ébénisterie à la peinture, en passant par la broderie et le vitrail.

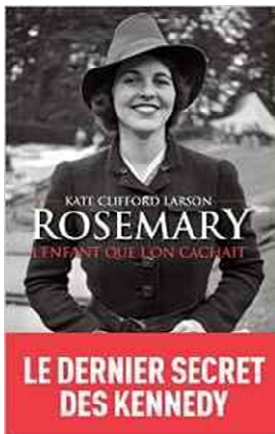
Parmi nos membres, plusieurs ont un passe-temps (hobby). Si vous êtes collectionneurs (timbres, monnaie, cartes de hockey, de baseball, épinglettes, macarons, etc.), nous aimerions, à titre de démonstration, vous compter parmi nous lors de l'exposition.

Si vous voulez participer à cet événement, contactez Louis-Marie Pichette qui vous donnera les informations nécessaires. Nous comptons sur vous !

Louis-Marie Pichette, responsable
418 871-4079

louismariepichette@outlook.com

PARTAGE LITTÉRAIRE



Rosemary, l'enfant que l'on cachait
Éditions des Arènes

Auteure : Kate Clifford Larson

Vous pensiez tout savoir au sujet du clan Kennedy? Je le croyais également avant de lire le merveilleux ouvrage de l'historienne Kate Clifford Larson. L'auteure y raconte la vie cachée de Rosemary Kennedy, la troisième enfant de Rose et de Joseph Kennedy et sœur du président John Fitzgerald Kennedy.

Rosemary naît en 1918 et la négligence de la sage-femme pourrait expliquer en grande partie son problème intellectuel et de comportement.

Comme la famille Kennedy est obsédée par la réussite, on ne voit pas du tout d'un bon œil cette enfant à la scolarité catastrophique qui sera décrite comme rebelle et impulsive. Et la fréquentation des

meilleures écoles et pensions ne fera que la rendre plus instable.

Fin 1941, Rosemary est une jeune fille qui adore faire la fête, est sensible aux compliments des garçons et ne passe pas inaperçue dans la vie mondaine de l'époque. Le patriarche redoute de plus en plus ses frasques et craint d'entacher son image publique. Lui est alors suggérée une intervention expérimentale qui pourrait rendre sa fille plus calme et docile.

Le seul bon côté de la vie difficile de Rosemary, c'est que le président Kennedy — sensible aux problèmes vécus par sa sœur — fut un grand défenseur des personnes souffrant de handicaps. Durant sa présidence, il créa plusieurs comités, instituts et réformes sur l'enseignement spécialisé aux États-Unis.

Ce livre retrace la vie de Rosemary. On voulait une Rosemary brillante et compétitive comme les autres membres de la famille. On a tout tenté pour le faire, car on voulait montrer une famille Kennedy «parfaite» aux yeux de l'Amérique de l'époque, où la moindre petite tache pouvait démolir la réputation d'une famille. L'auteure donne de la visibilité à une exclue qui a payé le gros prix pour ne pas déclasser sa famille. Il est à la fois choquant et émouvant de suivre son parcours et de revivre sa vie à travers cette époque.

Chantal Beaulieu

ACTIVITÉS

LA CÔTE NORD ET LES ÎLES DE MINGAN

Cette année, nous vous convions à prendre la route avec nous, en direction de la Côte Nord et des Îles de Mingan, du 6 au 12 juillet 2018, soit 7 jours et 6 nuitées.

Voici le descriptif de cette belle aventure.

Jour 1 Québec/Tadoussac/Forestville

- 7 h Départ du Super C au 4605 rue de l'Auvergne
- Route vers Tadoussac, pause-café libre en route
- 11 h 30 Dîner buffet inclus au restaurant *Le Bateau* de Tadoussac. Arrêt photo et promenade à Tadoussac. Village connu internationalement par la beauté de ses paysages et la présence de plusieurs espèces de baleines. Vous aurez une vue imprenable sur le fleuve Saint-Laurent. Vous pourrez admirer la chapelle des Indiens, la plus ancienne chapelle d'Amérique du Nord, et le grand *Hôtel Tadoussac*, symbole de la ville avec son toit rouge à clocheton.

Route vers Forestville

- 16 h 30 Installation à l'hôtel *Éconolodge* à Forestville. Cet hôtel est situé sur la route 138, à deux kilomètres de la traverse Rimouski-Forestville et à une courte distance en voiture d'attractions régionales populaires, dont le musée *La Petite Anglicane*. À cet endroit, pas de manutention de bagages.

Jour 2 Forestville/Sept-Îles

- 6 h Petit-déjeuner continental inclus à l'hôtel.
- Route vers Baie-Comeau.
- Tour de ville de Baie-Comeau effectué par un guide local. Vous serez ébahi par l'une des plus belles fenêtres sur le fleuve dans la région de Manicouagan. Direction Sept-Îles.
- 12 h 30 Dîner inclus au restaurant *Le 5-60* de Sept-Îles. Tour de ville de 2 heures de Sept-Îles; Vous y découvrirez les secteurs de Clarke City, de Moisie, de Gallix et des plages de la Côte Nord. Au fil de la visite, découvrez chronologiquement les 300 ans d'histoire qui ont marqué le passé, le présent et le futur de la ville de Sept-Îles. L'arrivée des Français, la rencontre avec les Innus, la traite des fourrures, l'arrivée des Anglais, la pêche commerciale de la baleine puis des autres poissons, l'industrie forestière, le début de l'ère du fer puis de l'aluminium.
- 16 h 30 Installation à l'*Hôtel des Gouverneurs*

- 18 h Souper-buffet inclus au restaurant *Chez Carlos*, retour à l'hôtel et soirée libre.

Jour 3 Sept-Îles / Havre-Saint-Pierre

- 7 h Déjeuner américain à l'hôtel (*restaurant Alouette*).
- Route vers Mingan
- 10 h 45 Arrêt à l'église montagnaise de Mingan. Construite au début du siècle par John Malney, "le Jack Monoloy" de Vigneault, la petite église est entièrement décorée avec des œuvres produites par les artistes de Mingan. À notre arrivée au Havre, dîner style boîte à lunch sur le bord de l'eau ou à bord du bateau.



- 13 h Croisière guidée d'une durée de 3 h 30 incluse dans l'Archipel-de-Mingan au départ du Havre. Souper libre au restaurant *Chez Julie*.
- 18 h 30 Installation à l'Hôtel Motel du Havre.
- Soirée libre.

Jour 4 Havre-Saint-Pierre/Natashquan/Havre-Saint-Pierre

- 7 h Petit-déjeuner continental à l'hôtel et route vers Natashquan.
- 10 h Tour de ville de Natashquan d'un guide local, durée 1 h 30. Repas inclus au restaurant *Le Goût du Large* et retour au Havre.
- 16 h Tour de ville du Havre effectué par un guide local. Fondée en 1857 par des pêcheurs madelinots, la ville s'est industrialisée en 1951 grâce à un gisement d'ilménite (oxyde de fer et titane). Présentement, la mine ne fonctionne que quelques mois par année. En 1984, ouverture de la Réserve de Parc Canada de l'Archipel-de-Mingan. Souper inclus au restaurant *La Promenade de Havre-Saint-Pierre*
- 18 h 30 Retour à l'hôtel et soirée libre.

ACTIVITÉS

(Suite de la page 10)

Jour 5 Havre-Saint-Pierre/Sept-Îles/Baie-Comeau

- 7 h Petit-déjeuner continental inclus à l'hôtel. Route vers Baie-Comeau
- 9 h 30 Arrêt à Sheldrake, petit village côtier; son nom provient d'une ancienne appellation britannique "sawbill" désignant le harle d'Amérique souvent appelé "canard bec-scie".
- Dîner libre à la *Rôtisserie St-Hubert* de Sept-Îles
- 13 h 30 Visite industrielle de l'*Aluminerie Alouette*, une des plus grandes au Québec. Consignes très sévères à observer lors de cette visite, informations à venir. Route vers Baie-Comeau
- 17 h 45 Installation à l'hôtel *Le Manoir* de Baie-Comeau, souper inclus.

Jour 6 Baie-Comeau

- 7 h Déjeuner continental buffet inclus à l'hôtel et route vers Manic 5
- 11 h Visite de la centrale hydro-électrique de Manic 5, le plus grand barrage à voûtes multiples et contreforts du monde.
- 13 h Dîner inclus au *Motel de l'Énergie* situé à Manic 5, retour à Baie-Comeau
- 18 h Souper inclus au restaurant chez Gréco, soirée libre et retour à l'hôtel

Jour 7 Baie-Comeau/Québec

- 7 h 30 Déjeuner continental buffet à l'hôtel et départ de l'hôtel

- 11 h Embarquement à bord du traversier Godbout-Matane, durée : 2 h 30
- Dîner libre à bord du traversier et route vers Pointe-au-Père.
- 14 h 30 Visite du sous-marin *Onondaga* avec audio-guide au site historique maritime de Pointe-au-Père. Route pour le retour à la maison.
- 18 h Repas libre au restaurant Normandin de St-Jean-Port-Joli.
- 21 h Heure d'arrivée approximative à la maison.

PRIX : 1279 \$ PAR PERSONNE EN OCCUPATION DOUBLE basé sur un minimum de 40 participants

Rabais de 35 \$ par personne si paiement comptant ou par chèque.

Rabais carte de membre Sélect : 40 \$ **Notez bien qu'il faut inscrire votre numéro de membre au moment de votre inscription sinon le rabais ne pourra être appliqué.**

D'autres rabais possibles en fonction du nombre de participants (tirages)

Pour inscription : Envoyez votre chèque au nom de *Voyages Club Sélect* à Jacques Tessier, 20122 Tour du Lac Sud, Lac-Sergent, Québec, G0A 2J0
Pour des informations supplémentaires : Jacques Tessier, 418 875-2672

Ne tardez pas à vous inscrire : seulement 50 places disponibles.

PROCHAIN VOYAGE EN SICILE (2019)

En 2017, nous partions 23 personnes pour la Sicile. Cette année 2018, nous retournons en Sicile du 22 mars au 19 avril. Dès septembre dernier, le groupe était complété. Compte tenu de cet engouement pour la Sicile, nous reprenons pour une troisième fois ce même voyage en 2019.

Pour les personnes intéressées à se joindre à nous, nous vous rappelons de vous inscrire rapidement. Aucun engagement financier dans l'immédiat. Il

s'agit de communiquer avec nous pour une "pré-inscription".

Actuellement, 28 personnes se sont "pré-inscrites" pour mars-avril 2019.

Les informations finales pour ce prochain voyage devront être connues dans le prochain journal. Pour des informations supplémentaires, vous pouvez toujours communiquer avec nous.

*Jacques Tessier, 418 875-2672
jacques777tessier@gmail.com*

RECHERCHE DE PERSONNES BÉNÉVOLES

Nous sommes à la recherche de personnes voulant s'impliquer au sein de notre comité d'entraide. Notre rôle consiste à visiter des personnes âgées tout au long de l'année (environ 6-7 visites). Aussi, tous les deux ans, nous organisons la fête des aînés. Si vous êtes intéressé(e), communiquez avec :

*Claire Ennis 418 843-3611 ou
ennisclaire17@yahoo.ca*

Visite à
une aînée
du
secteur



VIE DE L'AREQ

MOT DE LA PRÉSIDENTE RÉGIONALE



Après un automne effervescent, la 1^{re} année du triennat de l'AREQ a pris son essor.

La toile que forment les secteurs de la région reste vivante grâce à vous tous et toutes qui vous impliquez avec énergie et conviction. Ces valeurs se reflètent dans vos réalisations.

De vous voir aller et de vous accompagner me donne de l'énergie et la conviction

que chacun et chacune de nous sommes à l'écoute des besoins de nos membres.

Merci de donner du temps et de la passion pour faire avancer et garder dans la parade notre association qui compte par ses membres autant d'expérience de travail et de vie.

Merci pour votre implication.
Merci pour le temps accordé.
Merci d'être là.
AREQuement vôtre,

Carole Pedneault
Présidente régionale

FONDATION LAURE-GAUDREULT

Bonjour à tous,
J'espère que vous avez bien profité du temps des fêtes et accueilli avec joie la nouvelle année.

En mon nom et en celui de la Fondation Laure-Gaudreault, je veux vous remercier pour votre grande générosité au cours de l'année 2017. Grâce à vos dons, nous avons aidé cinq organismes de notre secteur.

À cet effet, vous trouverez, ci-dessous, un article qui vous renseigne sur la clientèle qui peut être ré-

férée à la Fondation pour soumettre une demande d'aide financière.

Encore une fois merci, une bonne année avec de la santé et du bonheur!

Francine Perron, responsable



À LA RECHERCHE DE BÉNÉFICIAIRES



La Fondation Laure-Gaudreault a une mission d'aide reposant sur trois objectifs :

Fondation Laure-Gaudreault
Région Québec-Chaudière-Appalaches

1. Les personnes âgées dans le besoin et les organismes d'aide aux personnes âgées;
2. Des œuvres de jeunesse ou des jeunes dans le besoin;
3. La recherche médicale dans les maladies qui touchent les personnes âgées;

Dans ce contexte, nous recherchons des personnes ou des organismes qui répondent à ces critères, et ce, dans chacun des secteurs de la région;

Si vous avez des bénéficiaires à suggérer, veuillez contacter votre responsable sectorielle de la FLG : elle pourra vous fournir les formulaires nécessaires.

Les demandes de bénéficiaire doivent être remises sur le formulaire prévu, pour fins de signature, à votre responsable sectorielle, au plus tard le 15 mars 2018.

Pour plus d'information, veuillez communiquer avec la personne responsable de la FLG dans votre secteur.

Francine Perron
Responsable du secteur :
Téléphone : 418 877-9381

Courriel : rancineperron@videotron.ca

VIE DE L'AREQ

LE RENOUELEMENT DU RÉGIME D'ASSURANCE COLLECTIVE ASSUREQ AU 1^{ER} JANVIER 2018

Le conseil d'administration d'ASSUREQ et le conseil exécutif de la CSQ sont heureux d'annoncer qu'aucune hausse de tarification n'a été appliquée à la prime d'assurance maladie et d'assurance vie d'ASSUREQ en 2018.

VOTRE RÉGIME D'ASSURANCE COLLECTIVE 2018 EN UN COUP D'ŒIL

Un exemplaire du dépliant *Votre régime d'assurance collective 2018 en un coup d'œil* vous est offert dans les pages centrales du magazine *Quoi de neuf* de l'édition hiver 2018 reçu en décembre 2017.

Il consiste en un résumé des garanties comprises dans le régime et indique le montant des primes d'assurance maladie et d'assurance vie en vigueur au 1^{er} janvier 2018.

UNE NOUVELLE FACTURE DÉTAILLÉE DE VOS MÉDICAMENTS EN PHARMACIE

Il y a maintenant **trois nouveaux éléments sur votre facture** :

Depuis juillet 2017, en plus de l'information qu'elle contenait déjà, la facture qui vous est remise lors de l'achat en pharmacie d'un médicament d'ordonnance indique clairement et distinctement trois éléments :

1. *Le prix coûtant payé par le pharmacien ;*
Il s'agit du prix coûtant que le pharmacien paye pour un médicament. C'est le prix réel du produit, qui est le même pour tous les pharmaciens.
2. *Le montant payé au distributeur par le pharmacien*
C'est le montant que verse le pharmacien au distributeur ou au grossiste qui l'approvisionne en médicaments. Ce montant est fixe et déterminé par une entente avec le gouvernement.
3. *Les honoraires professionnels du pharmacien*
Les honoraires professionnels du pharmacien sont liés au service fourni (consultation, préparation, pertes, suivi, etc.) et aux coûts d'exploitation de la pharmacie (salaires, loyer, équipement, etc.). Ce montant peut varier de façon plus ou moins considérable.

Si vous désirez avoir plus d'informations sur ces sujets, vous pouvez consulter le magazine *Quoi de neuf* édité en décembre 2017 (Hiver 2018) ou aller sur le site internet :

http://areq.lacsq.org/fileadmin/user_upload/quoi_de_neuf/Magazine_QDN_Hiver_2018.pdf

Espérant que ces informations vous seront utiles.

Camille Paré, comité des assurances.

Dernier rapport du Commissaire à la santé et au bien-être : moins d'attente à l'urgence, mais le poids sur les proches aidants s'alourdit

20 décembre 2017

Le 19 décembre dernier, la Commissaire à la santé et au bien-être dévoilait son dernier **rapport** à la suite de l'annonce de l'abolition de son poste par le ministre de la Santé. La **mission** du Commissaire était « d'apporter un éclairage pertinent au débat public et à la prise de décision gouvernementale dans le but de contribuer à l'amélioration de l'état de santé et de bien-être des Québécoises et Québécois ». Ainsi, ce dernier rapport fait notamment état d'une **situation déplorable** en ce qui concerne les soins et les services aux personnes âgées. En effet, on y apprend que des personnes âgées en perte d'autonomie sévère, ayant recours aux soins à domicile ou aux res-



sources intermédiaires, doivent attendre en moyenne 10 mois avant d'obtenir une place dans un centre d'hébergement de soins de longue durée (CHSLD). Or, les personnes en perte d'autonomie sévère seront admises plus rapidement dans un CHSLD si elles sont évaluées à l'hôpital. Alors que la pression sur les hôpitaux diminue, la pression sur les proches aidants s'accroît.

Enfin, la Commissaire à la santé et au bien-être **nous démontre** très clairement que le Québec n'est pas encore prêt à faire face au vieillissement de sa population. Malheureusement, il s'agit du dernier coup de sonde que nous aurons de la Commissaire, car le ministre a bien pris soin de s'en **débarrasser**.

Source : AREQ Infolettre

VIE DE L'AREQ

ACTIVITÉ CONJOINTE SOCIOPOLITIQUE ET ENVIRONNEMENT

Les Comités régionaux sociopolitique et environnement vous invitent à une activité conjointe.

Avant-midi :

Petites pièces de théâtre dont le thème sera *La maltraitance des aînés* interprétées par le Théâtre des aînés de Charlesbourg.

Après-midi :

Thèmes sur l'environnement : la programmation est en préparation.

Quand : Le vendredi 6 avril 2018
9 h à 15 h environ

Où : Hôtel Québec

Coût : membre : 12 \$ non-membre : 17 \$

Fin des inscriptions : 30 mars 2018

La programmation ainsi que les consignes d'inscription parviendront, par courrier électronique, aux membres ayant une adresse courriel; elles seront aussi publiées dans le site WEB du secteur. On vous demandera d'aviser les non-internautes.

COMITÉ ENVIRONNEMENT

L'environnement et le développement durable, les changements climatiques, le compostage, la Forêt d'Arden (coopfa.com), je compense mes émissions de GES pour une société plus durable sont des sujets qui ont été discutés et deux de ces sujets seront retenus pour l'activité conjointe du 6 avril 2018.

Rappel :

Nous vous rappelons que nous faisons toujours la cueillette des soutiens-gorge au profit de la Fondation du cancer du sein de Québec. Nous vous invitons à en parler à vos familles et à vos connaissances. Vous pouvez nous les remettre lors d'une activité de l'AREQ Chauveau et nous les ferons suivre à qui de droit. Les soutiens-gorge sont remis à CERTEX (certexcanada.com) qui s'occupe d'en faire la valorisation.

Une nouveauté :

Bientôt nous ferons la cueillette de bouchons de liège, nous vous suggérons de commencer à les conserver. Dans le Nouveau Jalon du printemps nous vous donnerons les détails sur la cueillette ainsi que de l'utilisation qu'on en fait.

MATIÈRES RÉSIDUELLES

Nous sommes tous conscients de l'importance de nous débarrasser de nos matières dangereuses de façon sécuritaire. Ces matières ne doivent pas être mises dans la poubelle ou dans le bac de recyclage, car elles peuvent présenter un risque pour la santé et l'environnement. Sur le site internet suivant : tesresidusdangereux.com vous trouverez tous les points de dépôt pour vos résidus dangereux.

Chaque petit geste posé a un impact positif sur l'environnement.

Renelle Nicole,

Collaboratrice au comité de l'environnement

COMITÉ SOCIOPOLITIQUE

Compte rendu de la réunion du 19 janvier 2018 du Comité régional sociopolitique

La réunion s'est tenue à l'hôtel Normandin en présence de toutes et tous les représentants des AREQ régionales.

La réunion a porté surtout sur la présence de deux conférenciers, soit messieurs Robert Simard, coordonnateur dans le dossier de la maltraitance des aînés, et Normand Bourgeois, délégué de l'AREQ Cap-Diamant.

Le grand thème de la journée : **la maltraitance chez les aînés.**

Monsieur Robert Simard nous a fait une présentation détaillée d'un document portant sur la maltraitance des aînés. Il a d'abord traité les thèmes

suivants : prévenir en priorité, contrer les conséquences, maintenir des liens sociaux et prioriser le travail de groupe auprès des aînés.

Monsieur Simard a par la suite détaillé le bilan du PAM 2010-2017 (*Plan d'action gouvernemental pour contrer la maltraitance chez les aînés*). L'atteinte des objectifs, la création de la chaire de recherche, l'équipe des coordonnateurs régionaux, la ligne nationale d'écoute et de référence de cas et la campagne de sensibilisation furent présentés dans les moindres détails.

(Suite page 15 Comité sociopolitique)

VIE DE L'AREQ

COMITÉ SOCIOPOLITIQUE (SUITE)

(Suite de la page 14 Comité sociopolitique)

S'en est suivi le plan du PAM 2017-2020. Ce plan a comme objectifs de faire connaître les formes de violence ainsi que l'approche par la bienveillance pour contrer la maltraitance. Ce dernier s'articule autour de six objectifs :

- la prévention, l'autodétermination, l'empowerment, le respect de la personne;
- l'inclusion, le savoir-faire et le savoir-vivre et l'offre d'un soutien concerté dans le respect de la singularité des personnes.

Le conférencier a aussi présenté les principaux articles de la loi qui a été votée le 30 mai 2017. Cette loi statue sur un encadrement serré de tous les intervenants pour contrer la maltraitance chez les aînés. Il s'est appuyé sur deux documents : **Guide de référence** et le texte **Ce n'est pas correct**.

Enfin, monsieur Normand Bourgeois nous a entretenus du plan national de l'action politique qui sera élaboré le 13 février 2018. Lors de cette journée, le comité national rencontrera les comités régionaux aux fins de faire le lien entre les deux.

Pour terminer, madame Louise Turcotte a présenté un napperon conçu par l'AREQ secteur de l'Amiante qui décrit les grands objectifs pour contrer la maltraitance et qui énumère tous les organismes sociaux de la région de l'Amiante. Un beau document qui mérite qu'on lui porte intérêt.

Une activité conjointe des Comités sociopolitique et environnement se tiendra le 6 avril 2018. De plus amples informations suivront sous peu.

Lévis Bouchard

Responsable sociopolitique AREQ Chauveau



Projet de loi n° 149 sur la bonification du RRQ : un pas dans la bonne direction

Québec, le 2 novembre 2017 – L'Association des retraitées et retraités de l'éducation et des autres services publics du Québec (AREQ-CSQ) salue la décision du gouvernement de bonifier le Régime de rentes du Québec (RRQ), prévue au projet de loi déposé aujourd'hui par le ministre des Finances, Carlos Leitão. Les recommandations faites par des organisations lors des consultations particulières en janvier 2017 ont été entendues, dont celles de la Centrale des syndicats du Québec (CSQ) que l'AREQ appuyait formellement.

« Le revenu des personnes âgées est souvent la source d'une qualité de vie plus adéquate en termes de logement, d'alimentation, de transport et même d'activités sociales. Nous sommes donc soulagés de savoir que les retraités du Québec ne recevront pas moins que ceux du reste du Canada », souligne Lise Lapointe, présidente de l'AREQ.

En effet, il est intéressant de constater que la bonification de la rente à la hauteur de celle prévue dans le reste du Canada avec le Régime de pensions du Canada (RPC) se rapproche de l'objectif, soit de contribuer à une retraite décente pour tous.

« Pour l'AREQ, il est primordial de s'efforcer à assurer une retraite digne à celles et ceux qui ont bâti le Québec. Il reste encore beaucoup à faire pour y arriver, mais notre association sera de toutes les tribunes pour défendre les droits des personnes âgées », soutient Claire Bélanger 1^{re} vice-présidente et responsable du dossier retraite.

Enfin, l'AREQ prendra le temps d'étudier sérieusement le projet de loi n° 149 et fera part de ses commentaires et de ses recommandations.

Source :

Samuel Labrecque, conseiller en communication

Cell. : 514 742-9056 Courriel : labrecque.samuel@areq.lacsq.org

VIE DE L'AREQ

Communiqué de l'AREQ (Extraits)

ACCUEIL MITIGÉ DU COLLECTIF *ÉCHEC AUX PARADIS FISCAUX*

17 novembre 2017

MONTREAL, le 17 novembre 2017 - Le collectif *Échec aux paradis fiscaux* accueille de façon mitigée le plan d'action du gouvernement sur les paradis fiscaux présenté par le ministre Leitaovendredi dernier. Ce plan d'action contient quelques avancées, mais rejette malheureusement toutes les pistes de solution plus ambitieuses formulées par la Commission des finances publiques en avril dernier. « S'il est intéressant de voir que le gouvernement donne enfin suite au rapport de la Commission des finances publiques et propose quelques avancées, on réalise clairement, à la lecture du plan d'action, qu'il faudra en faire beaucoup plus pour affirmer qu'on freinera sérieusement le recours aux paradis fiscaux. Les multinationales pourront continuer de contourner impunément leurs obligations fiscales », déclare Daniel Boyer, président de la Fédération des travailleurs et travailleuses du Québec (FTQ).

Certains éléments positifs

Parmi les bons coups du plan d'action, le collectif tient à saluer l'ajout de ressources dédiées aux planifications fiscales internationales à Revenu Québec et au ministère des Finances, l'accroissement des peines pour les fautifs, notamment les promoteurs de stratégies fiscales douteuses, et la volonté de Québec d'utiliser les informations obtenues par le gouvernement fédéral dans le cadre des mécanismes de déclaration pays par pays et d'échange automatique d'information. « La déclaration pays par pays et l'échange automatique d'information sont deux mesures qui sont revendiquées depuis longtemps à l'échelle internationale pour lutter contre les paradis fiscaux. Il est de bon augure que le Québec s'attèle à en tirer le plus de bénéfices possible. La collaboration plus étroite avec le gouvernement fédéral nous apparaît donc incontour-

nable. L'administration Couillard devra s'assurer que le gouvernement fédéral coopère pleinement avec les autorités québécoises », souligne Jacques Bouchard, membre du conseil d'administration d'Attac-Québec.

Des recommandations laissées de côté

Malgré ces quelques avancées, le collectif déplore que plusieurs recommandations de la Commission des finances publiques aient été complètement écartées ou largement édulcorées, notamment celles, qui nous apparaissent porteuses, concernant une réduction des investissements de la Caisse de dépôt et placement du Québec dans les entreprises ayant recours aux paradis fiscaux. Globalement, le ton du rapport est fort peu critique du recours aux paradis fiscaux, particulièrement celui qu'en font les entreprises multinationales. Le collectif est notamment déçu du fait que le gouvernement ne remette en question, d'aucune façon, certaines conventions fiscales conclues avec des paradis fiscaux notoires, tels que la Barbade. « À défaut de refuser l'application de certaines conventions fiscales, on se serait attendu de la part du gouvernement à une critique bien sentie concernant la pertinence de maintenir ces conventions fiscales et à un appel au gouvernement fédéral afin d'amorcer cette réflexion. Les membres du collectif dénoncent la logique du gouvernement selon laquelle les conventions fiscales facilitant le recours aux paradis fiscaux soient un outil acceptable pour favoriser la compétitivité fiscale du Québec ou du Canada. Jamais nous n'accepterons ça! », s'indigne Richard Perron, président du Syndicat de professionnelles et professionnels du gouvernement du Québec (SPGQ)

Source : *Collectif Échec aux paradis fiscaux*
(514 625-6428 coordination.epf@gmail.com)

VIE DE L'AREQ



COMMUNIQUÉ
Pour diffusion immédiate

Le gouvernement répond aux attentes de l'AREQ dans le dossier des gicleurs dans les résidences pour aînés

Québec, le 18 janvier 2018 - L'Association des retraitées et retraités de l'éducation et des autres services publics du Québec (AREQ) est satisfaite de l'effort du gouvernement en ce qui concerne l'installation de gicleurs dans les résidences pour aînés. Depuis le tragique événement de l'Isle-Verte, l'AREQ exhortait le gouvernement de répondre aux recommandations du rapport Delâge, notamment en ce qui a trait aux gicleurs. L'AREQ avait alors proposé qu'une aide financière gouvernementale accrue soit accordée aux petites résidences pour se doter de gicleurs.

« C'est une très bonne nouvelle, notamment pour les personnes aînées qui vivent dans les milieux de vie coopératifs. Il était donc nécessaire que le gouvernement s'investisse davantage afin de ne pas créer deux classes d'aînés, ceux qui vivent en milieux sécuritaires et d'autres non », soutient Lise Lapointe, présidente de l'AREQ.

Même si l'installation de gicleurs est une bonne nouvelle, la future réglementation que nous attendons depuis 2015 doit aussi veiller à ce que le personnel nécessaire pour assurer la sécurité soit présent en tout temps et dans tous les types de résidences.

Qu'advient-il de la surveillance de nuit?

En novembre 2016, un article de *La Presse* révélait les intentions du ministre de la Santé de revoir les critères de sécurité à la baisse dans l'ensemble des résidences. À ce moment, le ministre songeait à imposer le fardeau de la surveillance de nuit à des bénévoles aînés dans toutes les catégories de résidences. Pour l'AREQ, il s'agit d'une avenue inacceptable. Or, ce dossier traîne depuis déjà quatre ans et nous attendons toujours des modifications aux règlements sur la certification des résidences pour aînés.

« Le ministre de la Santé vient de démontrer aujourd'hui qu'il était possible de faire un effort supplémentaire pour assurer des milieux de vie sains et sécuritaires aux personnes aînées en situation de vulnérabilité. Espérons qu'il s'en souvienne lorsqu'il modifiera les règlements sur la certification des résidences », souligne Mme Lapointe.

En ce sens, l'AREQ est d'avis que le gouvernement devrait trouver des moyens de rendre sécuritaires tous les milieux de vie que la société québécoise espère pour ses personnes aînées.

À propos de l'AREQ

Fondée en 1961, l'Association des retraitées et retraités de l'éducation et des autres services publics du Québec (AREQ-CSQ) compte plus de 58 000 membres dans l'ensemble des régions du Québec. L'AREQ est affiliée à la Centrale des syndicats du Québec (CSQ).

Source :

Samuel Labrecque, conseiller en communication
Cell. : 514 742-9056 Courriel : labrecque.samuel@areq.lacsq.org

VIE DE L'AREQ

LES DIRECTIVES MÉDICALES ANTICIPÉES, CES GRANDES MÉCONNUES

Même si elles demeurent relativement méconnues de la population, les directives médicales anticipées (DMA) n'en demeurent pas moins l'un des trois piliers sur lesquels s'appuie la **Loi concernant les soins de fin de vie**. Et comme nul ne peut ignorer la loi, elles méritent donc toute notre attention.

Que sont les DMA?

Il existe deux manières d'exprimer ses volontés dans le cadre des DMA

1. Une personne peut remplir le formulaire disponible à la RAMQ. Ce formulaire doit être signé par deux témoins reconnus aptes à le faire.

2. Une personne peut aussi exprimer ses volontés dans un acte notarié dont le contenu reprend celui du formulaire *Directives médicales anticipées en cas d'inaptitude à consentir à des soins*.

Afin de s'assurer que les professionnels de la santé aient accès à ses DMA, une personne peut :

Les déposer dans le registre des DMA de la RAMQ en retournant son formulaire dûment rempli, daté et signé. Si elle a procédé par acte notarié, le notaire transmettra l'acte à la RAMQ pour dépôt dans le registre.

Les remettre à un professionnel de la santé qui les déposera dans son dossier d'utilisateur.

Les remettre à un proche qui les donnera au professionnel de la santé au moment de l'inaptitude à consentir aux soins.

Il est toujours possible de modifier ou de révoquer des DMA, tant que la personne qui les a exprimées est apte à consentir.

Quelles sont les obligations liées aux DMA?

Les professionnels de la santé qui y ont accès ont l'obligation de les respecter.

La Loi concernant les soins de fin de vie exige que le médecin recherche les DMA.

Quelles sont les situations cliniques visées par les DMA?

Une situation de fin de vie.

Une situation d'atteinte sévère et irréversible des fonctions cognitives.

Les DMA ne s'appliquent pas aux usagers qui présentent une inaptitude temporaire à consentir aux soins en raison de la gravité de leur condition médicale (exemples : polytraumatisme, intoxication médicamenteuse, etc.).

Quels sont les soins visés par les DMA?

La réanimation cardiovasculaire;

La ventilation assistée par respirateur ou par tout autre support;

La dialyse rénale;

L'alimentation forcée ou artificielle;

L'hydratation forcée ou artificielle.

Aucun autre soin ne peut faire l'objet de DMA. L'aide médicale à mourir ou la sédation palliative continue en sont exclues.

Pour en savoir plus sur les DMA :

Portail santé-mieux-être du Gouvernement du Québec.

<http://sante.gouv.qc.ca/programmes-et-mesures-d'aide/directives-medicales-anticipées/>

Régie de l'assurance maladie du Québec.

<http://www.ramq.gouv.qc.ca/fr/citoyens/assurance-maladie/volontes/Pages/directives-medicales-anticipées.aspx>

René St-Pierre

AREQ secteur Beauport-Côte-de-Beaupré

UN PREMIER PROGRAMME PUBLIC DE PSYCHOTHÉRAPIE AU QUÉBEC

Le 3 décembre dernier, le ministre de la Santé annonçait l'investissement de 35 millions de dollars pour offrir un premier programme public de psychothérapie. Selon le ministre, le nouveau programme « permettra d'avoir une couverture publique des soins couverts par des psychologues pour des gens souffrant de troubles mentaux. »

Ainsi, le programme permettra d'offrir des soins en services mentaux à environ 3 % de la population, ce qui représentera environ 600 000 rendez-vous annuels. Pour y accéder, un patient devra recevoir un diagnostic de trouble de santé mentale,



qui inclut par exemple la dépression. Pour sa part, l'Association des médecins psychiatres du Québec a salué cette décision responsable qui permettra de mieux traiter les troubles mentaux, soulignant qu'il s'agissait « [d'une] excellente décision qui était attendue depuis longtemps et réclamée à maintes reprises par les médecins psychiatres ». Enfin, l'AREQ rappelle qu'on estime qu'entre 20 et 25 % des aînés souffrent de ce que certains qualifient de trouble de santé mentale commun telles la dépression et l'anxiété.

Source : AREQ Infolettre

VIE DE L'AREQ

LA LOI 101, SYMBOLE DE L'IDENTITÉ QUÉBÉCOISE

La loi 101, ou la Charte de la langue française, a été adoptée le 26 août 1977. Le 26 août 2017, nous avons donc fêté le 40^e anniversaire de l'adoption de la loi 101 au Québec et nous pouvons être fiers de cette Charte qui a fait avancer le Québec sur tous les plans. Cette loi veut assurer la primauté du français au Québec, tant dans l'affichage qu'en milieu de travail et dans l'enseignement. Cette loi est étroitement liée à la Révolution tranquille de 1960 et son célèbre « Maître chez nous » qui voulait dire une prise en charge de notre économie et de notre destinée. Dans le Québec des années 60, c'est la minorité anglophone qui contrôle l'économie; pour monter dans l'échelle sociale, il faut maîtriser l'anglais. De plus, la grande majorité des immigrants qui arrivent au Québec envoient leurs enfants à l'école anglaise. La loi 101 restreint l'accès à l'école anglaise et veut assurer la primauté du français au Québec. Le 26 août 1977, la loi 101 indique clairement que la langue française est une composante fondamentale de l'identité québécoise et lui confère sa spécificité. Cette loi et une prise en main des leviers de notre économie feront le Québec que nous connaissons aujourd'hui.

La loi 101 a-t-elle encore sa raison d'être en 2018?

Malgré les immenses progrès réalisés par le peuple québécois depuis l'adoption de la loi 101, nous croyons que cette dernière est plus pertinente que jamais.

1. Entre 2010 et 2016, environ 100 000 immigrants ont été acceptés au Québec sans connaître un mot de français. De ce nombre, le tiers se sont inscrits à des cours de francisation et, de ce groupe, près du tiers ne s'est jamais présenté au cours. Pour les persévé-

rants, seulement 9% des immigrants qui ont entrepris le cours ont atteint une certaine autonomie langagière à l'oral; pour l'écrit, c'est 5%. La situation est inquiétante quand on sait qu'en 2018, 53 000 nouveaux arrivants sont attendus. (Note 2)

2. De plus en plus de Québécois veulent que l'accès à l'école anglaise soit élargi à l'ensemble de la population sans aucune restriction. Plus près de nous, différents cégeps offrent l'enseignement bilingue. On semble oublier le combat qui a été mené lors des dernières décennies pour assurer la survie de notre langue. (Note 3)

En 40 ans, le français s'est affirmé comme langue officielle dans plusieurs secteurs de nos activités. À moins de décider d'en finir avec le peuple québécois parlant français, et de nous noyer dans le multiculturalisme canadien, nous croyons qu'une loi 101 est plus que jamais nécessaire pour assurer notre survie en tant que francophone : transmettre une langue, c'est aussi transmettre une culture.

Note 1 : la plupart des informations de ce texte proviennent du cahier « **Les 40 ans de la loi 101** », *Le Devoir*,

Note 2 : **Francisation des immigrants : un échec, conclut la VG**, *La presse*, 23 nov. 2017.

Note 3 : **Le libre choix au cégep. Un suicide linguistique**, C. Castonguay

Carol Beaupré, AREQ, secteur Des Deux-Rives

NOS MEMBRES S'EXPRIMENT

SOCIÉTÉ DE L'ARTHRITE DU QUÉBEC



Bonjour
Je suis membre de l'AREQ depuis de nombreuses années, je n'ai pas pris ma retraite par choix mais par obligation. J'ai été déclarée invalide à cause de ma polyarthrite rhumatoïde et de douleurs neuropathiques chroniques et maladies connexes venant avec celles-ci qui s'y sont greffées au fil des années.

Si je vous fais part de ceci aujourd'hui, c'est que j'aimerais vous sensibiliser à ma cause et à la cause de millions d'enfants et personnes qui sont aux prises comme moi avec la douleur et la maladie qui nous affectent quotidiennement, vous sensibiliser également au peu de ressources que nous avons pour nous soulager physiquement de nos douleurs invalidantes.

La recherche est le seul moyen qui existe présentement pour essayer de trouver de nouveaux médicaments afin d'aider le plus possible à combattre la douleur et à mieux vivre notre quotidien. Chez certaines personnes, le mal peut aller jusqu'à la chaise roulante, le lit en permanence ou la dépendance à l'entourage pour leur autonomie. Cela peut être aussi difficile physiquement que psychologiquement que de vivre quotidiennement avec la douleur et n'avoir aucun moyen pour la soulager. La recherche et les dons pour développer de nouveaux médicaments deviennent le seul espoir pour nous.

Voilà pourquoi je fais appel à vous. Chaque année, la Société de l'arthrite du Québec organise une marche contre la douleur à Québec. Moi je ramasse des dons car je me suis impliquée comme bénévole ne pouvant faire la marche qui entretient mes espoirs en la cause. J'aimerais dépasser mon objectif de l'an passé où j'en étais à ma deuxième année de participation, car je venais de m'installer dans la capitale, et c'était plus facile pour moi d'aider à la cause.

Si vous désirez rejoindre ma cause vous pouvez le faire de deux façons:

- En participant à la [Marche contre la douleur](#) prévue le premier samedi du mois de juin 2018, à moins d'avis contraire (Voir dans Internet [Marche contre la douleur](#)). Ceux et celles qui seraient intéressés à participer à la marche, vous pouvez communiquer avec moi pour plus d'information : josettegagnon30@videotron.ca
- En faisant un don à la [Société de l'arthrite](#) de diverses façons :

1. Par Internet à l'adresse électronique suivante : www.arthrite.ca
 - a) Don mensuel
 - b) Don ponctuel
 - c) Don en l'honneur ou à la mémoire de quelqu'un. Si vous retenez ce choix, j'apprécierais que vous le fassiez en mon honneur — Josette Gagnon — *pour la Marche contre la douleur* en juin 2018.
2. Par courrier postal en envoyant un chèque à l'adresse suivante : Société de l'arthrite, 9180, rue du Fenil, Québec, QC G2K 1H7
3. Par courriel en faisant un don par Interac

Vous recevrez un reçu pour impôt pour tout don de 10 \$ et plus qui vous sera envoyé par la *Société de l'arthrite*.

Je peux ramasser vos dons en personne au déjeuner du mois auquel je participe aussi, et je vous remettrai un reçu temporaire en attendant celui de l'association qui vous sera envoyé officiellement.

Merci beaucoup à chacun et à chacune d'entre vous qui me soutiendrez dans ma cause qui me tient à cœur, car je le vis avec ma maladie chaque jour. Je suis persuadée que beaucoup d'entre vous êtes témoins de personnes souffrant d'arthrite. Une personne sur 5 est touchée au Canada dont un grand pourcentage d'enfants.

Josette Gagnon

INFORMATIONS

CONCOURS DES INITIATIVES INTERGÉNÉRATIONNELLES PREMIÈRE SEMAINE QUÉBÉCOISE INTERGÉNÉRATIONNELLE CONDITIONS DE PARTICIPATION

Qui peut participer ?

Tous les organismes, institutions, ou individus ayant mis en œuvre une activité ou un projet favorisant le rapprochement entre les générations. Bibliothèques, écoles, organismes communautaires, municipalités, résidences, entreprises ou citoyens, le concours est ouvert à tous! Pour être admissible, votre activité doit avoir eu lieu entre juin 2017 et mai 2018, de manière ponctuelle ou régulière, et réunir plusieurs participants de groupes d'âge différents.

Vous n'avez pas encore initié d'activité mais cela vous intéresse?

Pourquoi ne pas profiter de cette occasion pour vous lancer ! Besoin d'inspiration?

Consultez notre banque d'idées : [Réso'âges](#) sur notre site internet ou contactez-nous!

Pourquoi s'inscrire ?

- Pour gagner de la visibilité en figurant dans Réso'âges, notre plateforme dynamique et interactive de projets intergénérationnels et ainsi inspirer d'autres organismes.
- Pour courir la chance d'être primé lors d'un Gala qui réunit les acteurs de la solidarité intergénérationnelle québécoise. Cet événement se tiendra le **vendredi 25 mai à Montréal**.

(Veuillez noter que si vous êtes retenu parmi les finalistes, votre présence sera exigée à cet événement.)

Comment s'inscrire?

Remplissez le formulaire d'inscription en ligne, directement sur notre site internet : intergenerationsquebec.org

Merci de bien vouloir **détailler votre activité et répondre à toutes les questions**. Un complément d'information pourrait vous être demandé pour confirmer votre inscription.

Une seule pièce jointe est autorisée (affiche, document complémentaire, photos, etc.)

Une fois votre formulaire envoyé, vous recevrez un accusé de réception de notre part.

Quand s'inscrire?

Avant le **dimanche 18 mars 2018** inclusivement.

Pour plus d'informations :

Matthieu Fannièr,
chargé de projet et de communication
514 382-0310 poste 203
communication@intergenerationsquebec.org

CONNAISSEZ-VOUS LA BIBLIOTHÈQUE ET ARCHIVES NATIONALES DU QUÉBEC (BANQ) ?

À la fois bibliothèque nationale, archives nationales et bibliothèque publique de grande métropole, Bibliothèque et Archives nationales du Québec (BANQ) rassemble, conserve et diffuse le patrimoine documentaire québécois ou relatif au Québec.

Vous y retrouverez notamment une foule de livres et d'œuvres disponibles en ligne via la BANQ numérique. Il faut être abonné à votre bibliothèque publique. Ensuite, vous pouvez emprunter la version numérique d'un livre qui sera compatible sur votre tablette ou liseuse. Enfin, la plateforme Web offre aussi un guide de démarrage en fonction de l'appareil électronique que vous utilisez.

Bonne lecture !

Source : AREQ Infolettre



INFORMATIONS

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

Gratuit !

Saison 2017-2018

Les conférences grand public du CEVQ • Vieillir en santé

PROGRAMMATION

Pour les aînés, une sexualité en santé et enchantée
Mercredi 28 mars 2018 de 10 h à 12 h
André Dupras, professeur retraité du Département de sexologie de l'UQAM
Hélène Dionne, sexologue et psychothérapeute en bureau privé

Comment vieillir en préservant une bonne santé mentale?
Mercredi 25 avril 2018 de 10 h à 12 h
Sébastien Grenier, psychologue clinicien

À la salle Saint-Augustin du Montmartre
1669, chemin Saint-Louis
Entrée et stationnement gratuits

Pour information : 418 682-7987
www.cevq.ca

Centre d'excellence sur le vieillissement de Québec

À METTRE À VOTRE AGENDA

- ♦ 27 avril 2018 : Assemblée générale du secteur (AGS)
- ♦ 27 avril 2018 : Exposition des artistes et artisans
- ♦ 10 mai 2018 : Visite et dîner au Monastère des Augustines

ACTIVITÉS RÉGULIÈRES

- **Déjeuners en anglais** : lundi 9 h à 11 h
Restaurant Mikes L'Ornière
9700, boul. de l'Ornière, Québec G2B 4C4
- **Déjeuners en espagnol** : mercredi 9 h à 11 h
Restaurant Normandin
986, rue Bouvier, Québec G2J 1A3
- **Quilles** : mardi 9 h 30
Salon de quilles Laval
709, rue Kirouac, Québec G1N 2J5
- **Club de lecture** : 3^e lundi du mois 11 h 30
Restaurant Roreke
40, rue Morissette, Québec G2A 1S4

In memoriam

Monsieur Camille Gobeil, membre;
Madame Thérèse Grimard-Juneau, mère de Hélène et Marthe Juneau;
Madame Micheline Labrie, sœur de Catherine Labrie;
Monsieur Denis Duchesne, frère de Gilles Duchesne;
Madame Henriette Girard, sœur de Monique Girard;
Madame Ginette Roy Lallier, sœur de Yvette Roy



Si vous êtes au courant d'un décès, veuillez communiquer avec Madame Catherine LaBrie 418 380-1781 ou par courriel : gerardal@bell.net

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

INFORMATIONS

IMPORTANT

Pour le prochain journal, envoyez vos textes **avant le 12 mars 2018** à Robert St-Denis
 Téléphone : 418 845-2662
 Courriel : pau.rob@videotron.ca

Expédition du Nouveau Jalon:
 par courriel : 20 mars 2018
 par la poste : 28 mars 2018

Équipe du journal

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

Mise sous enveloppe du journal

Nicole Brousseau-Brissette
 Lise Landry
 Paul-Émile Robitaille
 et des membres de l'équipe du journal

Liste de diverses activités et de leurs responsables

RESPONSABLES DU SECTEUR AUX COMITÉS RÉGIONAUX

Condition des hommes	Louis-Marie Pichette	418 871-4079	louismariepichette@outlook.com
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	diobin@cableshannon.com
Comité Sociopolitique	Lévis Bouchard	418 843-4089	levi.b1@videotron.ca
Comité Environnement	Pierrette Morin	418 842-1411	Fax: 418 842-1411

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	Catherine LaBrie	418 380-1781	gerardal@bell.net
Déjeuner en anglais	Raymond Nellis	418 842-5525	raymondnellisgolf@yahoo.ca
Déjeuner en espagnol	Denise Lizotte-Rochette	418 872-3657	dnslztt@gmail.com
Déjeuners mensuels	Gisèle Boudreault	418 844-3925	gisboudreault2008@hotmail.com
Entraide	Claire Ennis	418 843-3611	ennisclaire17@yahoo.ca
Ligue de quilles	Guy Chouinard	418 871-7518	guy.chouinard7@sympatico.ca
Marche	Henriette Nellis	418 842-5525	henrietteb10@yahoo.ca
Nouveau Jalon	Robert St-Denis	418 845-2662	pau.rob@videotron.ca
Site Web	Daniel Bernard	418 622-4834	berndan@videotron.ca
Sorties et voyages	Jacques Tessier	418 875-2672	jacques777tessier@gmail.com
Taï Chi	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

janvier 2018

Nouveau Jalon -- 29-2 Hiver 2018
AREQ Chauveau (03F) chauveau.areq.ca

22 Anglais ViActive	23 Marche Quilles	24 Espagnol ViActive	25 Conférence Domaine Catarauqui	26
29 Anglais ViActive	30 Marche Quilles	31 Espagnol ViActive	1	2

février 2018

5 Anglais ViActive	6 Déjeuner du mois Marche, quilles	7 Espagnol ViActive	8	9
12 Anglais ViActive	13 Marche Quilles Taï-Chi Qi Gong	14 Espagnol ViActive	15 Conférence Les Murales de Québec	16
19 Anglais ViActive Club de lecture	20 Marche Quilles Taï-Chi Qi Gong	21 Espagnol ViActive	22	23
26 Anglais ViActive	27 Marche Quilles Taï-Chi Qi Gong	28 Espagnol ViActive	1	2

mars 2018

5 Anglais ViActive	6 Déjeuner du mois Marche, quilles Taï-Chi Qi Gong	7 Espagnol ViActive	8	9
12 Anglais ViActive	13 Marche Quilles Taï-Chi Qi Gong	14 Espagnol ViActive	15	16
19 Anglais ViActive Club de lecture	20 Marche Quilles Taï-Chi Qi Gong	21 Espagnol ViActive	22	23
26 Anglais ViActive	27 Marche Quilles Taï-Chi Qi Gong	28 Espagnol ViActive	29 Érablière Lac Beauport	30

avril 2018

2	3 Déjeuner du mois Marche, quilles Taï-Chi Qi Gong	4 Espagnol	5	6 Activité conjointe Comités sociopolitique et environnement
9 Anglais	10 Marche Quilles Taï-Chi Qi Gong	11 Espagnol	12	13