

## ACCUEIL DES NOUVEAUX

Étant curieux de nature, il est hors de question pour nous de passer outre à l'invitation du dîner d'accueil des nouveaux retraités. Voici donc, nos remarques et appréciations.

À notre arrivée, l'accueil chaleureux ainsi que le programme concocté laissent présager de bons moments à passer en charmante compagnie.

On nous invite à choisir un cadeau fabriqué par les membres actifs de la Fondation Laure-Gaudreault et nous sommes à même de constater tout le talent et le cœur que l'on met dans ces petites attentions.

Nous en profitons aussi pour nous procurer, à coût défiant toute concurrence, divers produits de table, cuisinés encore une fois par des bénévoles de la Fondation Laure-Gaudreault. C'est une initiative fort intéressante qui serait impossible sans l'engagement des membres.

On rencontre par la suite les membres du Conseil sectoriel qui font une présentation plus formelle des différents comités et activités de cette section de l'AREQ. Le survol des mandats des différents comités nous permet de mesurer l'ampleur du travail accompli et des défis à relever.



Nous constatons une fois de plus l'implication généreuse de plusieurs personnes afin de rendre vivante et attrayante la vie associative. La variété des activités fait en sorte que chacun et chacune est en mesure de trouver un ou des champs d'intérêts au sein de l'association. Il n'en tient qu'à la volonté



Concert, après le repas, de Pierrot Fournier

des nouvelles recrues de trouver leur propre créneau.

On nous réserve aussi, à l'heure du repas, un hommage plus personnalisé concernant le passage à la retraite. Un texte très senti, écrit expressément pour cet événement, soulève émotions et réflexions chez l'auditoire.

La période du repas nous permet d'échanger plus à fond avec nos pairs et de constater que, même si nous ne provenons pas directement du milieu scolaire, nous avons notre place au sein de l'AREQ; la provenance de divers milieux des prochains retraités s'intensifiera sûrement au fil des ans et nous sommes convaincus que tous trouveront leur place à l'intérieur de ce mouvement.

Nous avons apprécié cette journée et l'on remercie les organisateurs des efforts fournis pour faire de cette rencontre une réussite à tous points de vue. Merci.



Robert Gaulin, président de la FLG et la présidente

**Dans ce numéro :**

Accueil des nouveaux	1
Les déjeuners du mois	2
Message de la présidence	3
Conseil sectoriel	3
Activités	4-12
Consignes d'inscription	4
Danse santé	4
Activités hebdomadaires	4
Marches	5
Journée internationale des femmes	6
Érablière Réal-Bruneau	6
Noël	7
VIACTIVE	7
Histoire de la monnaie	8
Récit de voyage : Chicago	8
Conférence Louise Lacoursière	8
Fête des Aînés	9
Souvenirs dans les Cantons	9
Le Saguenay et le Lac St-Jean	10
Atelier soins du visage	11
Fondation Laure-Gaudreault	11
Croisière 34 jours	12
<b>Vie de l'AREQ</b>	<b>13-16</b>
Message de la présidente régionale	13
ASSUREQ	13-14
Une première pour nos hommes	15
Comité sociopolitique	16
<b>Nos membres s'expriment</b>	<b>17</b>
Accueil et conférence	17
Grand merci	17
Reynald Cantin	17
<b>Informations</b>	<b>18-19</b>
Conférences grand public	18
In memoriam	18
À mettre à votre agenda	18
Responsables	19
<b>Agenda (calendrier)</b>	<b>20</b>

**Les déjeuners du mois**



**À mettre à votre agenda :**  
le premier mardi de chaque mois

**Pour réservation :**

*Gisèle Boudreault*  
418 844-3925

[gisboudreault2008@hotmail.com](mailto:gisboudreault2008@hotmail.com)

*Diane St-Laurent*  
418 652-3553

[dstla@icloud.com](mailto:dstla@icloud.com)

**3 février 2015 à 10 h**  
**Restaurant Tuscanos**  
**1445, ave Jules-Verne (par Duplessis)**  
**Québec, QC, G2G 2R8**  
**418 877-7200**

**3 mars 2015 à 10 h**  
**Cecil et Ramon**  
**1061, boulevard Pierre-Bertrand,**  
**Québec, QC G1M 2E8**  
**(voisin du Tomas Tam, entrée Harley Davidson)**  
**418 681-7625**

**7 avril 2015 à 10 h**  
**Cosmos Lebourgneuf**  
**5700, boulevard des Galeries**  
**Québec, QC G2K 2H6**  
**418 628-2013**

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

**POUR TOUT CHANGEMENT À VOS COORDONNÉES PERSONNELLES**

Veuillez, 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 9 E7  
Téléphone : 418 525-0611 ou  
1 800 663-2408 (sans frais)  
Courriel :  
[laverdiere.luce@csq.qc.net](mailto:laverdiere.luce@csq.qc.net)  
ou [areq@csq.qc.net](mailto:areq@csq.qc.net)

AREQ Chauveau  
(à Renelle Nicole)  
Téléphone : 418 847-8781  
Courriel :  
[renelle.nicol@gmail.com](mailto:renelle.nicol@gmail.com)

Heures ouvrables : 9 h à 16 h du  
lundi au vendredi

**Adresse de courrier électronique**

Depuis l'abandon de la chaîne téléphonique, l'AREQ utilise le courrier électronique pour communiquer avec vous. Il est important de nous faire connaître votre adresse de courrier électronique, si ce n'est déjà fait.

COMMENT ? En communiquant avec Renelle Nicole 418 847-8781 ou [renelle.nicol@gmail.com](mailto:renelle.nicol@gmail.com)

# Votre association

## MESSAGE DE LA PRÉSIDENTE

**E**n cette période d'austérité, permettez que je vous exprime mes vœux pour une année sous le signe de l'Abondance : abondance du cœur et de l'âme afin de soutenir la réalisation de vos projets et afin de vous apporter bonheur, santé et prospérité, vœux traditionnels plus que jamais d'actualité.

Le monde occidental traverse en effet une période cruciale et difficile où la défense de la liberté d'expression et de la liberté d'opinion mobilise une grande partie de la planète. Nous avons assisté récemment à des événements tristes suivis d'une mobilisation sans précédent pour la défense des droits fondamentaux. Au-delà de ces manifestations de masse, nous avons à demeurer vigilants au quotidien et nous devons constamment être de fervents défenseurs des valeurs de liberté et de respect de l'autre. « Monsieur, écrivait Voltaire, je ne suis pas d'accord avec vous, mais je me battrai jusqu'à ma mort pour que vous puissiez le dire. »

C'est là un bel exemple qui peut nous guider dans notre action bénévole à l'AREQ ou ailleurs. En ce sens, votre Conseil sectoriel est très sensible à toutes les opinions qui lui parviennent concernant la gouverne de l'Association. Chaque fois que cela est possible, nous nous faisons un plaisir d'y donner suite dans les meilleurs délais.

Le premier semestre d'activités nous a permis de nous réjouir pour plusieurs raisons. Votre participation a été à la hausse dans l'ensemble des activités. Nous avons ensemble eu le plaisir d'accueillir nos nouveaux membres et avons réalisé par la même occasion une levée de fonds pour la Fondation Laure-Gaudreault. Le lancement de la gamme de produits *La couleur de Laure* a été un franc succès. De nouveaux produits sont présentement en

développement et le comité n'a pas fini de nous surprendre... Merci de votre générosité, merci pour tous vos achats, merci aux créateurs et donateurs de produits : en plus de permettre à nos membres d'obtenir de bons produits à prix plus que compétitifs, vous nous permettez de remettre la totalité des sommes recueillies à la Fondation par le don de votre temps, de votre talent et de la matière première. Merci enfin à



monsieur Robert Gaulin, président de la Fondation Laure-Gaudreault, qui a accepté la présidence d'honneur de l'Accueil des nouveaux.

Pour ce deuxième semestre d'activités, nous vous offrons un programme enrichi de quelques nouveautés : deux sorties de deux jours au lieu d'une, quatre conférences au lieu de trois, des voyages, de l'activité physique sous diverses formes et, surtout, une fête des octogénaires actuellement en préparation. Ce sera notre rendez-vous le plus important du printemps et nous mettons actuellement tout en œuvre pour faire plaisir à nos aînés et pour les toucher. Si le premier semestre m'a permis de me familiariser avec le fonctionnement des activités et a donné lieu à une rencontre des responsables, le deuxième semestre me permettra de participer davantage aux activités hebdomadaires. Je me prépare à bouger davantage. Et vous ? J'aurai plaisir à vous rencontrer lors de nos activités. En votre nom, je dis Merci aux membres du Conseil sectoriel et à tous les responsables d'activités ou de comités pour leur engagement et leur dévouement. Grâce à eux et à votre participation, nous sommes en croissance constante.

*Jocelyne Auclair, présidente*

**Retrouvez-nous  
sur le WEB!**

[chateau.araq.ca](http://chateau.araq.ca)

### Conseil sectoriel

Présidente	Jocelyne Auclair	418 657-1660	<a href="mailto:araq.jauclair@videotron.ca">araq.jauclair@videotron.ca</a>
1 <sup>re</sup> vice présidente	Renelle Nicole	418 847-8781	<a href="mailto:renelle.nicol@gmail.com">renelle.nicol@gmail.com</a>
2 <sup>e</sup> vice-président	René Moisan	418 622-3762	<a href="mailto:remoiss@videotron.ca">remoiss@videotron.ca</a>
Trésorier	Jacques Dubé	418 872-1768	<a href="mailto:jdube@videotron.ca">jdube@videotron.ca</a>
Secrétaire	Louis-Marie Pichette	418 871-4079	<a href="mailto:louismariepichette@outlook.com">louismariepichette@outlook.com</a>
1 <sup>er</sup> conseiller	Jacques Tessier	418 875-2672	<a href="mailto:jacques24tessier@live.ca">jacques24tessier@live.ca</a>
2 <sup>e</sup> conseillère	Claire Ennis	418 843-3611	<a href="mailto:ennisclaire17@yahoo.ca">ennisclaire17@yahoo.ca</a>

# 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 toutes allergies alimentaires 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 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 : tel : 418 843-3611  
courriel : [ennisclaire17@yahoo.ca](mailto:ennisclaire17@yahoo.ca)

## DANSE SANTÉ HIVER 2015



Les cours de danse santé ont débuté en janvier. Si vous êtes intéressés à vous joindre à nous, il n'est pas trop tard.

Voici l'horaire des cours pour les membres de l'AREQ Chauveau :

Niveau 1 pour débutants >	vendredi	13 h 30
Niveau 2 >	mercredi	12 h 50
Niveau 3 >	lundi	12 h 50
Niveau 4 >	lundi	13 h 10

**Où :** École de danse Jacques Duval  
4141, boul. de l'Auvergne  
(près du boul. de l'Ormière)

### Coût :

- > membres réguliers AREQ Chauveau : 6 \$
- > conjoints des membres et les membres AREQ des autres secteurs : 8 \$
- > non-membres : 9 \$

Vous payez chaque fois. Vous apportez votre carte de l'AREQ afin d'obtenir le rabais.

*Claire Ennis, responsable*

## ACTIVITÉS HEBDOMADAIRES

Déjeuners en anglais : lundi 9 h à 11 h	Restaurant Mikes L'Ormière 9700, boul. de l'Ormière, 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

# ACTIVITÉS

## MARCHE... MARCHE... MARCHE...

Une invitation du groupe de marche « LES PIEDS DANS LE VENT ».

Une autre saison de marche vous est proposée à vous les adeptes et, bien sûr, à de nouveaux retraités et de nouvelles retraitées que nous espérons accueillir, peu importe le mardi où vous vous présenterez. Ce n'est pas compliqué, il s'agit de se rendre au stationnement indiqué ci-contre. Le départ est à 13 h 30. La durée de la marche est de 90 minutes et de petits groupes se forment selon les rythmes : rapide, moyen, lent ou plutôt contemplatif, et la bonne humeur est toujours au rendez-vous. Un parcours vous est remis s'il y a lieu. Les jours de mauvais temps, la marche est annulée. Si vous avez des questions, n'hésitez pas à téléphoner à l'un des responsables.

VOILÀ UNE BELLE OCCASION DE BOUGER... Bienvenue à toutes et à tous.

### FÉVRIER 2015

DATE	RESPONSABLES	ENDROIT	STATIONNEMENT
3	Claire Francine	L'Ancienne-Lorette	Parc-O-Bus, 1625, Notre-Dame (près de la bibliothèque)
10	Henriette Jean-Pierre	Loretteville Sud SOCIAL	Place de l'Ormière, 9550, boul. de l'Ormière, (près du Mikes)
17	Henriette Francine	Parc Linéaire de la rivière Saint-Charles, vers Lac Saint-Charles	Aréna de Loretteville, 86, boul. des Étudiants
24	Jean-Pierre Claire	Val-Bélair : Petit-Vallon SOCIAL	Parc Saint-Raphaël, 3535, de la Rivière Nelson

### MARS

3	Claire Jean-Pierre	Val-Bélair	Parc-O-Bus, de l'Aéroport, (près de l'église)
10	Francine Henriette	Corridor des Cheminots, vers Wendake SOCIAL	Aréna de Loretteville, 86, boul. des Étudiants
17	Jean-Pierre Francine	Trait-Carré, Charlesbourg	Saint-Charles Borromée, 747, boul. Louis XIV
24	Francine Henriette	St-Émile Nord SOCIAL	Familiprix, 1200, de la Faune
31	Jean-Pierre Claire	Loretteville	305, Racine

### AVRIL

7	Jean-Pierre Rolande	Val-Bélair SOCIAL	Av. du Golf de Val-Bélair, dans la rue Geysler
14	Rolande Jean-Pierre	Ancienne-Lorette, Ste-Foy, quartier Laurentien	Château ouest, gauche, Borduas, droite, Pierre-Corneille, gauche, Auguste-Comte, face au 1577 de l'Église
21	Rolande Claire	Corridor des Cheminots, vers Québec  SOCIAL	1013, boul. Lapierre (face au club vidéo Chalou)
28	Claire Jean-Pierre	Parc Linéaire de la rivière Saint-Charles, vers Québec	Maison O'Neil 3160, boul. Wilfrid-Hamel

### RESPONSABLES

**Henriette Nellis**  
**Jean-Pierre Lachance**  
**Claire Gervais**

**418 842-5525**  
**418 843-5167**  
**418 844-2844**

**Rolande Drouin**    **418 842-4262**  
**Francine Bélanger**    **418 872-1188**

# ACTIVITÉS



## JOURNÉE INTERNATIONALE DES FEMMES, LE 10 MARS 2015 !

**OFFREZ-VOUS CETTE BELLE JOURNÉE !**



Conférencier hors pair

Calacs de Charlevoix

Dans le cadre de notre activité régionale, nous vous invitons à venir en grand nombre fêter LA JOURNÉE INTERNATIONALE DE LA FEMME.

**1<sup>er</sup> volet :** Conférencier Jacques Goulet, agr. Ph.D.

-Détenteur d'un doctorat en microbiologie appliquée et en technologie alimentaire.

-Coup de pouce au système immunitaire, les bactéries probiotiques tout savoir sur ces alliés! Plein feu sur ces bonnes bactéries et leur succès sur la santé!

**2<sup>e</sup> volet :** VIE ACTIVE musicale donnée par Marie-Anne Martel-Thibault responsable **régionale de VIE ACTIVE.**

**3<sup>e</sup> volet :** **MOI ON NE ME VIOLENTE PAS!**

- Conférencière des Calacs de Charlevoix : Véronique Couillard

- LA SOCIÉTÉ A FAIT DE L'AGRESSION SEXUELLE, LE SEUL CRIME OÙ L'AUTEUR SE SENT INNOCENT ET LA VICTIME COUPABLE`. ( BENOÎTE GROULX).

-Pour être écoutée, rassurée, informée, accompagnée... en parler, c'est se libérer....



### Horaire

9 h 30 : Accueil

10 h 30 : Conférence 1

11 h 30 : Dîner

13 h : Vie active

13 h 45 : Conférence 2

15 h : Départ

**Coût** Tout inclus : membre : 12 \$ non-membre : 17 \$

**Où :** Hôtel Québec, 3115, avenue des Hôtels, Québec

**Fin des inscriptions :** 28 février 2015

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

*Pierrette Bouchard ,  
responsable régionale de la condition des femmes.  
Pierrette Morin, responsable AREQ-Chauveau*

## ÉRABLIÈRE RÉAL-BRUNEAU SAINT-HENRI-DE-LÉVIS



Un cadre enchanteur, une atmosphère animée ainsi qu'un personnel accueillant sont mis en place pour recréer une ambiance typiquement québécoise. Venez vous familiariser avec la fabrication des produits

d'érable tout en dégustant de la tire sur la neige. De la musique canadienne de danse et de l'animation viennent agrémenter le repas canadien qui vous est servi aux tables à volonté.

Menu: soupe aux pois (biscuits, pain, beurre), fèves au lard, pâté à la viande, "oreilles de crisse", omelette au sirop d'érable, jambon à l'érable, patates, marinades, crêpes, grands-pères au sirop d'érable, thé, café, lait.

Une randonnée en carriole nous permettra de visiter l'érablière.

**Quand :** le jeudi 26 mars 2015

**Où :** 830, route 277,

Saint-Henri-de-Lévis, QC

G0R 3E0

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

**TRANSPORT COMPRIS**

**Départ :** 9 h 15 Super C,

Centre commercial Neufchâtel,

4605, boul. de l'Auvergne Québec G2C 1H7

**Fin des inscriptions :** 19 mars 2015

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

*Jacques Tessier*

## ACTIVITÉS

### UNE FÊTE DE NOËL RÉUSSIE!

Le 11 décembre dernier, à l'Hôtel Four Points by Sheraton, notre dîner de Noël s'est déroulé dans la joie et la bonne humeur. Des prix de présence ont été attribués.

Voici le nom des personnes gagnantes :

Denise Roy : la nuitée au Sheraton avec petit déjeuner pour deux personnes;

Jean-Louis Pouliot : forfait golf;

Claudette C. Drolet : remboursement des frais d'inscription à l'activité;

Pierrette Wiseman et Marthe Juneau : livre « Des hommes racontent ».

Voici quelques commentaires écrits par les participant(e)s :

*Merci pour cette rencontre amicale, des échanges chaleureux. Bravo pour le dévouement! Fête réussie au plus haut degré grâce au dévouement et à l'enthousiasme de votre merveilleuse équipe. — Auteur inconnu Table 5*

*Tout était à la hauteur avec beaucoup de classe. Merci pour les belles émotions vécues. — Lorraine Julien*

*Félicitations pour deux initiatives : la réservation des tables par groupe et la danse avec le groupe La Relance, en lien avec nos cours de danse. — Cécile Beaudoin.*

Nous apprécions ces commentaires chaleureux. Soyez assurés que nous mettons tout notre cœur à vous faire vivre de beaux moments.

*Claire Ennis, responsable*



### VIACTIVE

Début septembre, sous la houlette de madame Renelle Nicole, une vingtaine de personnes actives et voulant le rester ont débuté une aventure magique à laquelle j'ai moi-même participé. Tous les mercredis de 13 h 30 à 14 h 30, nous avons ramé, nagé, joué au volleyball, dansé, fait du ski, de la raquette, assisté à des matchs, tout ça virtuellement et en rigolant. M. Jean Dorval assistait au



besoin. Le lendemain, parfois, nous avons découvert certains petits muscles ignorés jusque-là. Mais, en récompense, tous nous avons acquis de l'agilité et de l'endurance, le goût de poursuivre et... de nouveaux amis. N'est-ce pas merveilleux !

Je lève bien haut mon chapeau à madame Nicole et j'ai bien hâte de reprendre l'aventure en janvier.

*Rose Lacasse, personne amie*

## ACTIVITÉS

### INSOLITE HISTOIRE DE LA MONNAIE CONFÉRENCE PIERRE BOILY

Avons-nous toujours eu de l'argent? D'où vient la monnaie? Qui l'a inventée et pourquoi? Comme on le dit par chez nous : c'est une question à 100 piastres!

Je vous propose un incroyable voyage dans le temps, aux origines de la monnaie et de son utilisation. Un parcours insolite, plein de surprises et d'humour au cours duquel, en nous amusant, nous apprendrons que les objets qui ne valent rien peuvent finir par "coûter cher".

**Quand** : le jeudi 26 février 2015

**Coût** : membre : 6 \$ non-membre : 8 \$

**Lieu** : Bibliothèque de Neufchâtel,  
4060, rue Blain, Québec G2B 5C5

**Début de la conférence** : 10 h

**Fin des inscriptions** : Exceptionnellement,  
le 4 février 2015

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

*Jacques Tessier, responsable*

### RÉCIT DE VOYAGE : CHICAGO CONFÉRENCE GAÉTANE MATHIEU

Présentation Powerpoint d'un voyage à Chicago fait en mai 2012 par plusieurs membres de l'AREQ. Cette présentation sera faite par Gaétane Mathieu.

Vous aurez alors l'occasion de découvrir le trajet, les villes visitées comme Holland et Chicago, le beau jardin artistique de Frederik Meijer à Grand Rapids Michigan et les

attraits particuliers de la ville de Chicago, ses édifices, les faits historiques de cette ville et tout ce qui a plu au groupe qui a fait ce voyage. Vous comprendrez pourquoi cette ville est appelée la *Ville des vents* et la *Ville des plages...*



Ceux et celles qui ont eu l'occasion d'effectuer ce voyage auront l'occasion de le revivre. Ceux et celles qui rêvent d'y aller pourront se faire une idée d'une ville intéressante à découvrir.

**Quand** : le jeudi 12 mars 2015

**Coût** : membre : 6 \$ non-membre : 8 \$

**Lieu** : Bibliothèque de Neufchâtel,  
4060, rue Blain, Québec, G2B 5C5

**Début de la conférence** : 10 h

**Fin des inscriptions** : le 5 mars 2015

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

*Jacques Tessier, responsable*



### CONFÉRENCE LOUISE LACOURSIÈRE

L'an dernier, Louise Lacoursière nous présenta sa première trilogie, *Anne Stillman*. Par la suite, elle nous accompagna lors de notre voyage en Haute-Mauricie sur les lieux mêmes où se déroula cette fameuse saga. Ce fut un succès total.

Pour ceux et celles qui ont vécu l'aventure de l'an dernier et pour ceux qui n'ont pu y assister, vous êtes conviés à une rencontre (conférence et retour aux sources) à l'endroit même où se déroula l'action principale de cette nouvelle aventure.

Nous aurons l'honneur de recevoir cette prolifique auteure, Louise Lacoursière, qui nous entretiendra de sa deuxième trilogie, *La Saline*, qui se

déroule cette fois-ci à St-Léon-le-Grand à quelques kilomètres de Louiseville en Mauricie. Les informations concernant cette sortie d'un jour vous parviendront dans le prochain journal.

**Quand** : le jeudi 16 avril 2015

**Lieu** : Bibliothèque de Neufchâtel,  
4060, rue Blain Québec, QC G2B 5C5

**Coût** : membre : 6 \$ non-membre : 8 \$

**Début de la conférence** : 10 h

**Fin des inscriptions** : le 9 avril 2015

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

*Jacques Tessier, responsable*



## ACTIVITÉS

### FÊTE DES AÎNÉS AU PRINTEMPS 2015



Depuis quelques années déjà, les bénévoles du comité d'entraide visitent les personnes âgées de 75, 80, 85, 90 ans et plus. En 2015, nous souhaitons organiser une rencontre où nous rendrons hommage aux

personnes de 80 ans et plus. Cette fête aura lieu fin mai ou début juin. Des précisions suivront dans notre édition de mars.

Une lettre d'invitation sera envoyée au cours du mois de janvier à toutes les personnes membres de l'AREQ Chauveau qui ont eu ou auront 80 ans au cours de l'année 2015. L'invitation s'adresse aussi à tous ceux et celles qui ont plus de 80 ans.

Savez-vous que notre doyenne aura 99 ans en 2015?

Pour le moment, nous en sommes à préparer cet événement.

D'autres informations suivront dans le prochain journal.

*Claire Ennis, responsable*

#### Gratuités offertes

Il y aura une ou plusieurs gratuités, offertes par l'agence, de la valeur du coût de l'inscription soit 369 \$ ou 345 \$ selon qu'il s'agit de la sortie *Souvenirs dans les Cantons* ou *Le Saguenay et le Lac Saint-Jean*. Le nombre de gratuités sera déterminé à la fin des inscriptions. Le tirage aura lieu lors du départ.

### SOUVENIRS DANS LES CANTONS — 27 ET 28 MAI 2015

Les Cantons vous présentent de magnifiques destinations à découvrir ou à redécouvrir. Voici ce que cette escapade nous propose.

Un tour guidé théâtralisé de Sherbrooke d'une durée de 2 h 30. Des personnages attachants du 19<sup>e</sup> siècle vous accompagnent. Installez-vous confortablement à bord de l'autobus qui remonte le temps. En compagnie de Mary O'Malley, une Irlandaise colorée, vous rencontrez des personnages historiques et fictifs représentatifs du passé des Cantons de l'Est, Gilbert Hyatt, loyaliste fier et vaillant, Géraldine Molins, fouguese femme de colon, Grace Thompson, une séduisante et riche commerçante de Lennoxville et Andrew Paton, dirigeant de la plus grosse usine de lainage au Canada. Vous vivrez des moments touchants et humoristiques sur les sites de nos ancêtres.

À Compton, nous découvrirons des personnages qui ont marqué l'histoire de la région de Coaticook dans un autre attrait original et unique : la voix des Pionniers nous attend.

Une visite guidée et dégustation incluse au *Domaine Ives Hill* de Compton.



Visite des champs de cassis. Dégustation des trois produits alcoolisés accompagnés de petitesouchées incluses.

Visite commentée du vignoble *Le Cep d'Argent* et dégustation de cinq de leurs produits.

Une croisière sur le lac Memphrémagog d'une durée de 3 heures et un dîner à bord.

**Quand** : les 27 et 28 mai 2015

**Coût** : 369 \$ occupation double (le prix inclut le transport en autocar, l'hébergement à l'hôtel Chéribourg d'Orford, un déjeuner, deux dîners, un souper, le pourboire au chauffeur).

**Nombre de places limité** : 50 personnes

**Départ** : à 7 h le 27 mai du stationnement entre Walmart et Super C sur Jules-Verne.

**Retour** : vers 18 h 30, le 28 mai

**Rabais : membre sélect**: 18,45 \$ occupation double (vous devez inscrire votre numéro de membre sur votre chèque pour ce rabais, sinon le rabais ne pourra être appliqué)

**Fin des inscriptions** : le 20 mai 2015 ou lorsque le nombre de personnes admises est atteint.

Envoyez votre chèque à: Jacques Tessier,

2012, Chemin Tour-du-Lac-Sud,

Lac-Sergent G0A 2J0

et libellez votre chèque à: Voyages Club Sélect

Pour informations supplémentaires:

Jacques Tessier, 418 875-2672

*Jacques Tessier*

# ACTIVITÉS

## LE SAGUENAY ET LE LAC SAINT-JEAN —18 ET 19 JUIN 2015



Voici ce que nous réserve cette deuxième escapade de deux jours, une première cette année pour notre secteur.

Visite du village historique de Val-Jalbert incluant le téléphérique. Nous voilà au cœur des années vingt, dans un village mono-industriel. Du couvent au bureau de poste en passant par les "placoteux" du magasin général et le moulin à pâte, vous découvrirez le quotidien animé des familles ouvrières de l'époque. Du haut du téléphérique, vous pourrez admirer la chute Ouatouchouan. Dîner inclus sur le site.

Visite en petit train du Zoo sauvage de St-Félicien. Quand vous serez à bord de la baladeuse grillagée, des animaux grandioses vous tiendront tête dont les majestueux orignaux, le troupeau de bœufs musqués, la meute de loups... Comprend également le spectacle multi-sensoriel Le Boréalium ainsi que le film sur la boréale.

Hébergement à l'hôtel de la Boréale de St-Félicien et souper inclus dans la région. Déjeuner continental inclus à l'hôtel.

Visite commentée du Moulin des Pionniers à La Dorée. Voyez fonctionner l'un des derniers moulins à scie hydraulique toujours en activité, et ce, depuis 1889. Visitez la maison ancestrale, la petite ferme et le camp du draveur en compagnie de Gonzague, Ti-Thur et Marie et peut-être Monique si elle nous accompagne, qui vous invitent à venir partager la vie quotidienne de nos premiers arrivants. Dîner inclus dans la région de Dolbeau.

Visite guidée du Jardin Scullion de l'Ascension de Notre-Seigneur, dans la même veine que celui de l'an dernier à Mirabel, *Les Gerbes D'Angélica*. Ce jardin vous offre les plus beaux aménagements paysagers du Saguenay-Lac St-Jean. Reconnue pour la diversité de ses attraits et la qualité de son accueil, l'entreprise nous offre la chance de vivre une expérience inoubliable en milieu agricole et forestier. Considéré comme l'un des plus beaux jardins du Québec par les horticulteurs professionnels, le site dispose également de plusieurs écosystèmes particuliers. Plus de 3 km de sentiers contournent les lacs, chutes et ruisseaux. On y retrouve des aménagements paysagers exceptionnels, avec plus de 900 espèces de plantes ornementales. De plus, vous pourrez admirer à l'intérieur du bâtiment principal une magnifique fresque représentant la faune et la flore du Québec selon les diverses saisons, réalisée par des artistes de la région. Souper libre à vos frais au retour à l'Étape.

**Quand** : les 18 et 19 juin 2015

**Coût** : 345 \$ occupation double

**Nombre de places limité** : 50 personnes

**Départ** : à 7 h le jeudi 18 juin du stationnement entre Walmart et Super C sur Jules-Vernes

**Retour** : environ 21 h 30 le vendredi 19 juin

**Rabais carte de membre sélect** de 17,25 \$ par personne en occupation double. Vous devez inscrire votre numéro de membre sélect sur votre chèque au moment de votre inscription, sinon le rabais ne pourra être appliqué.

**Fin des inscriptions** : le 18 mai 2015 ou lorsque le nombre de personnes admises est atteint.

Vous libellez votre chèque au nom de :  
Voyages Club Sélect et l'expédiez à  
Jacques Tessier,  
2012, Chemin du Tour-du-Lac Sud,  
Lac-Sergent, G0A 2J0

Pour informations supplémentaires ou pour recevoir un dépliant : 418 875-2672

jacques24tessier@live.ca

*Jacques Tessier*

## ACTIVITÉS

### ATELIER SOINS DU VISAGE ET MAQUILLAGE APRÈS 50 ANS



Nous vous proposons de vivre un atelier sous la supervision de Madame France Légaré qui nous donnera des trucs et des conseils sur les soins du visage et le maquillage après 50 ans.

Pour en savoir davantage sur son parcours et ses compétences, vous pouvez consulter sur Internet. Vous tapez : France Légaré mary kay, vous cliquez et vous sélectionnez : La Ruche des Anges - Qui est France Légaré?



L'activité débutera par un dîner au restaurant **Le Piolet à 12 h.**

L'atelier suivra à 13 h 15 pour se terminer vers 15 h 15.

**Quand** : le jeudi 2 avril 2015

**Coût** : (comprend le dîner et l'atelier)

membre : 15 \$ non-membre : 20 \$

**Fin des inscriptions** : 26 mars

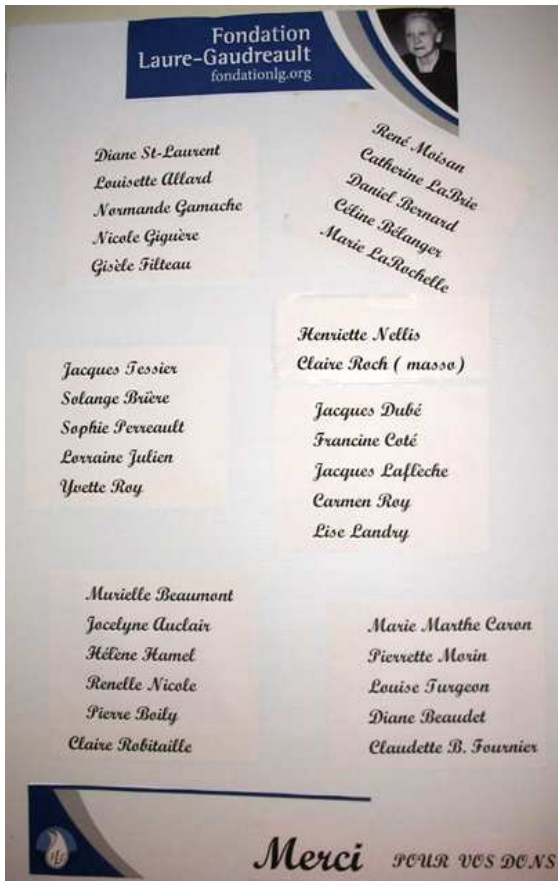
Le maximum de participantes est **limité à 30**. Donc, si vous êtes intéressées, inscrivez-vous rapidement

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

*Claire Ennis, responsable*

### LA FONDATION LAURE-GAUDREULT

#### Tableau d'honneur



La Fondation Laure-Gaudreault remercie tous les donateurs : personnes qui contribuent à la réalisation de notre projet de vente de produits au profit de la Fondation.



C'est, entre autres, par les dons de pots *Mason*, par la confection de conserves et autres produits comestibles, par la réalisation d'objets à partir de cravates, par leur présence au comptoir de vente, par leurs dons de volumes, etc. que ces personnes se sont distinguées. Vous trouverez ci-contre un *tableau d'honneur* où apparaît le nom de ces personnes indispensables.

Au cours de l'année 2014, nous avons amassé la rondelette somme de 4270 \$. Bravo ! On continue. Les besoins sont toujours là. Ce montant sera redistribué à des personnes dans le besoin et à des organismes venant en aide aux plus démunis. N'hésitez pas à nous faire connaître les noms de personnes nécessiteuses, c'est-à-dire celles dont le revenu annuel n'excède pas 15 000 \$.

Par ailleurs, pour nos futures campagnes de financement, nous recueillerons vos pots *Mason* tout au long de l'année ; en plus de nous éviter d'en racheter, cela permet surtout de réutiliser.

Bonne année de partage à tous et encore mille mercis.

*Sophie Perreault, responsable du comité FLG*

# ACTIVITÉS

## CROISIÈRE

**34 JOURS DU 27 FÉVRIER AU 31 MARS 2016**

LA GRANDE AVENTURE SUD-AMÉRICAINNE, de Buenos Aires à Los Angeles via le Cap Horn.

Vous ne pourrez résister aux merveilles de ce continent, rythmé par les envolées de tango et de samba, bercé par les eaux de l'Atlantique et du Pacifique dans une ambiance unique au monde.

Ce voyage aux mille facettes vous permettra de découvrir la nature spectaculaire d'Ushuaia, du Cap Horn, du détroit de Magellan et des fjords chiliens ainsi que la faune et la flore spécifiques du Grand Sud comme les colonies de manchots. Vous découvrirez la forêt équatoriale du Costa Rica et du Nicaragua.

Vous arpentez des villes sublimes, empreintes de leur glorieux passé et promises à un avenir radieux. Buenos Aires et son charme italien, Lima et ses trésors précoloniaux, Montevideo petite mais tellement agréable, la bouillonnante Santiago, Valparaiso et ses couleurs magiques! Que dire des trésors de Granada et La Serena, sinon que vous serez sans nul doute subjugués par tant de beauté... Alors n'attendez plus, larguez les amarres et embarquez avec nous pour cette aventure d'une vie!



Croisières Franco-Fun et Princess Cruises, voyage accompagné et guidé en français.

Les prix comprennent :

- les vols de Montréal et possiblement...de Québec;
- la croisière sur le Start Princess, ses repas et ses activités;
- tous les transferts, une nuit d'hôtel 4\* à Buenos Aires avec déjeuner;
- l'assistance d'un accompagnateur francophone;
- toutes les taxes.

Les prix ne comprennent pas :

- les frais de passeport et de visas;
- les visites et excursions facultatives (Croisières Franco-Fun vous proposera un choix d'excursions exclusives en français);
- les consommations et dépenses de nature personnelle;
- les assurances et les pourboires;
- les frais de bagages éventuels des compagnies aériennes.

LE PRIX PAR PERSONNE EN OCCUPATION DOUBLE

Cabine intérieure : à partir de 6599 \$

Cabine extérieure obstruée : à partir de 6959 \$

Cabine avec balcon : à partir de 8169 \$

Autres catégories et prix individuels disponibles sur demande.

NOUVEAU : EXTENSION IGUAZU

Possibilité de visiter les plus belles chutes au monde, incluant une nuit à Buenos Aires avec déjeuner et 2 nuits à Iguazu dans un hôtel 4\*, le vol Buenos Aires-Iguazu aller-retour, les transferts et visite guidée de 2 h le 1<sup>er</sup> jour et visite d'une journée complète le 2<sup>e</sup> jour. PRIX : 1950 \$

NOUVEAU EN DATE DU 2 DÉCEMBRE 2014

Parmi les 40 premières personnes inscrites avant le 30 avril 2015, Croisières Franco Fun offre une gratuité complète en cabine balcon catégorie BD en base-double d'une valeur de 8169 \$.

Nous procéderons par tirage de 8 prix de 1000 \$ parmi les 40 premières personnes inscrites avant le 30 avril 2015, lors d'une rencontre préparatoire à la croisière dont il reste à déterminer le lieu et la date. Présentement (9 janvier 2015), nous avons 21 inscriptions officielles. Donc, ne tardez pas, inscrivez-vous rapidement, naturellement si cette croisière vous convient.

Pour officialiser votre participation au tirage, communiquez par téléphone au 418 875-2672 pour remplir votre formulaire d'inscription et les modalités de paiement prévues.

Autres informations disponibles sur demande (itinéraire complet) [jacques24tessier@live.ca](mailto:jacques24tessier@live.ca)

*Jacques Tessier,  
responsable des conférences, sorties et voyages*

# VIE DE L'AREQ

## MOT DE LA PRÉSIDENTE RÉGIONALE



Pierrette Simoneau

L'année 2015 est là. Les derniers mois nous ont amené le mot *austérité* qui a fait sortir dans les rues des milliers de personnes afin de manifester. Ces derniers temps, la morosité s'est installée dans la tête des gens. Même que pendant les fêtes de Noël, les gens en parlaient comme d'un mal nécessaire et semblaient accepter cette

situation. Attention, nous ne devons pas tout prendre : la santé, l'éducation, les garderies, les régimes de retraite sont menacés et l'avenir nous réserve peut-être encore d'autres surprises.

L'AREQ, elle, est en pleine action. Suite au Congrès de juin dernier, le plan d'action pour 2014-2017 adopté fin octobre fut acheminé dans la région et les secteurs. Celui-ci guidera nos actions dans tous les secteurs de la région Québec-Chaudière-Appalaches. Place aux nouveautés et aussi à nos valeurs sûres. Vous, membres, n'aurez

que l'embaras du choix. N'hésitez pas à faire part de nouvelles suggestions à votre Conseil sectoriel.

Le projet de loi 3 sur les régimes de retraite des municipalités est adopté mais contesté; la suppression de l'indexation chez ces retraités est-elle la solution ? On se rappelle que nous avons une désindexation de 1982 à 1999 et nous en connaissons les effets. Quant à nous, retraités d'un régime de retraite à prestation déterminée, nous ne sommes pas touchés, mais l'AREQ surveille de près la situation. En tant que citoyen à part entière, faisons-nous un devoir de suivre les grands dossiers de l'actualité. Gardons l'œil ouvert !

Une activité régionale a eu lieu : la journée internationale des hommes le 19 novembre dernier et le lancement du recueil de textes : *Des hommes racontent*. D'autres activités auront lieu : la journée internationale des femmes le mardi 10 mars et l'environnement. D'autres activités pourront s'y greffer, surveillez vos bulletins sectoriels.

Je vous souhaite une heureuse période hivernale, une bonne année 2015, où santé et bonheur seront au rendez-vous.

*Pierrette Simoneau, présidente régionale*

## ASSURANCE VOYAGE ASSUREQ

Questions le plus fréquemment posées au sujet de l'assurance voyage.

Projetez-vous un voyage pour un séjour à l'extérieur de la province?

Voici la liste de 5 questions le plus fréquemment posées au sujet de l'assurance voyage

**1- Dois-je aviser ASSUREQ (SSQ) avant mon départ?**

Si votre état de santé est bon et stable, vous n'avez pas à aviser SSQ avant votre départ.

Si vous êtes déjà porteur d'une maladie connue de votre assureur, vous devez vous assurer que :

- Votre état de santé est bon et stable avant de partir à l'étranger;
- La maladie ou l'affection connue est sous contrôle afin que vous soyez couvert.

Vous pouvez également imprimer une preuve d'assurance par le biais de votre compte [ACCÈS | assurés](#). Une fois sur la page d'accueil, sélectionnez le lien *Preuve d'assurance voyage* dans la colonne de droite des liens rapides.

**2- Comment puis-je faire une réclamation?**

Nous vous suggérons fortement d'avoir en votre possession la carte d'assurance SSQ. *Téléphonez aux numéros inscrits à l'endos de votre carte* et vous serez directement redirigé vers CanAssistance.

**3-Qu'advient-il si je décède pendant mon voyage?**

CanAssistance se chargera de toutes les formalités auprès des autorités concernées et verra également à respecter vos choix, désignés au préalable, pour le rapatriement de votre corps et le lieu d'inhumation. Si vous n'avez prévu aucun arrangement, la maison funéraire attitrée de CanAssistance soutiendra vos proches dans le choix des services offerts.

**4- Est-ce que le régime public d'assurance maladie du Québec (RAMQ) me couvre lorsque je voyage aux États-Unis ou au Canada?**

Oui, mais en partie seulement.

La RAMQ ne couvre pas la totalité des frais médicaux lorsque vous voyagez à l'étranger. Sans assurance voyage, une simple grippe pourrait engen-

## VIE DE L'AREQ

(Suite de la page 13)

drer des coûts importants, voire des milliers de dollars.

### 5- Mes cartes de crédit et pièces d'identité sont volées pendant mon voyage, quoi faire?

Communiquez avec CanAssistance. Ils feront le lien avec votre institution financière pour remplacer vos cartes de crédit. Ils vous aideront également à obtenir les services de l'ambassade pour faire émettre

les documents officiels essentiels à la poursuite de votre séjour.

Si vous vous posez une autre question que les précédentes, nous vous invitons à communiquer avec le service à la clientèle de SSQ au 418 651-6962 ou sans frais au 1 888 833-6962.

Cet article est inspiré du journal « Le Focus », publié par l'AREQ en nov. 2014

*Camille Paré, comité des assurances.*

## CONDITIONS DE RENOUVELLEMENT DU RÉGIME D'ASSURANCE COLLECTIVE ASSUREQ POUR L'ANNÉE 2015

La Centrale des syndicats du Québec (CSQ) et ASSUREQ sont copreneurs d'un contrat d'assurance collective à l'intention des personnes retraitées de l'AREQ (CSQ).

Les personnes-ressources de la CSQ et de l'AREQ affectées au dossier sont accompagnées et conseillées par un actuaire-conseil de la firme Mallette.

L'objectif est de trouver la tarification le plus près possible de la réalité, tout en s'assurant de la bonne santé financière du régime.

Les conditions du présent renouvellement s'appliqueront du 1er janvier au 31 décembre 2015, et ce, pour près de 45 000 personnes adhérentes membres de l'AREQ et d'ASSUREQ.

### Assurance maladie

L'analyse pour établir la tarification du régime d'assurance maladie porte sur la plus récente période de 24 mois disponible.

Pour le renouvellement de 2015, c'est la période du 1er juillet 2012 au 30 juin 2014 qui a été analysée.

### Modifications au régime d'assurance maladie

Afin de répondre aux attentes et aux demandes répétées de plusieurs membres assurés, le conseil

d'administration d'ASSUREQ a retenu les bonifications suivantes qui seront apportées au régime d'assurance maladie à compter du 1er janvier 2015.

#### Modification 1 :

**Augmentation du montant maximal admissible de 60 \$ à 75 \$ pour la garantie *Maison de convalescence (Santé et Santé Plus)***

#### Modification 2 :

**Bonification des montants maximaux admissibles de certains professionnels de la santé pour la garantie *Frais pour soins de santé (Santé Plus)***

Les montants maximaux admissibles pour certains professionnels de la santé que l'on retrouve sous la garantie *Frais pour soins médicaux*, ont été augmentés, tout en limitant le montant maximal remboursé pour l'ensemble de ces professionnels à 750 \$ par année civile.

Il est à noter que cette modification a un impact sur la tarification du régime Santé Plus uniquement étant donné que la garantie *Frais pour soins médicaux* n'est présente que dans ce régime.

## ASSURANCE VIE

Pour 2015, l'analyse de l'expérience au 30 juin 2014 fait en sorte que des ajustements sont nécessaires à la tarification en assurance vie.

Il n'y a aucun changement appliqué à la prime pour l'assurance vie de la personne adhérente en 2015 (protection individuelle).

En ce qui concerne la prime de l'assurance vie de la personne conjointe et des enfants à charge (protection familiale), une hausse mensuelle de 0,83 \$ est appliquée pour 2015. Selon l'évaluation faite antérieurement, cette surcharge pourrait diminuer annuellement, de façon graduelle, jusqu'à son extinction.

Si vous désirez de plus amples informations sur le renouvellement de votre régime d'assurance, nous vous invitons à consulter :

- le magazine de l'AREQ (CSQ) « Quoi de neuf » de l'hiver 2015 aux pages 12-13 (*dont l'auteur de cet article s'est inspiré*)
- le feuillet « Votre régime d'assurance collective en un coup d'œil » qui se trouve à l'intérieur du même magazine.
- Internet : [http://infadfranc.qc.ca/areq/enfantletemps/assurance\\_2015.pdf](http://infadfranc.qc.ca/areq/enfantletemps/assurance_2015.pdf)

*Camille Paré, comité des assurances*

## VIE DE L'AREQ

### UNE PREMIÈRE POUR NOS HOMMES...

Le 19 novembre dernier, histoire de marquer à notre façon la *Journée internationale des hommes*, nous avons convoqué les hommes et les femmes de notre région à une activité particulière qui se déroulait au Centre récréatif de St-Henri.

C'est *Bernard Roy*, professeur en soins infirmiers à l'Université Laval, chanteur, compositeur et poète qui nous a servi, déjà en avant-midi, un bon plat de résistance. Ses mots chargés d'émotion et remplis de messages sur la vie, le partage, l'amitié, la joie et les souffrances de toutes sortes nous ont été amenés, bien simplement, en exposés ou, en compagnie de sa guitare, en chansons inédites. « *Tous les chemins ne mènent pas à Rome* » et « *Mon chum dégrise* », entre autres chansons, ont rappelé, à l'évidence, qu'il faut être soi-même le plus possible et en toute occasion. Il faut accepter notre besoin fondamental de nous occuper de nous-mêmes et, dans un même mouvement intense, vrai et dynamique, nous occuper tout aussi ardemment des autres... Une autre corde à son arc, notre artiste invité garde des contacts étroits avec les Inuits du Grand Nord où il s'établit, pour de longues semaines parfois, pendant les années qui courent. Son cheval de bataille majeur actuellement? Donner à *Natashquan* ses lettres de noblesse en sauvant la maison paternelle et ancestrale du poète Gilles Vigneault... Bernard nous a rejoints en plein cœur, nous a conquis, nous a émus...

L'après-midi s'attardait au recueil que quelque dix-huit hommes de notre région ont eu le plaisir de remplir de leurs mots à eux, de leurs histoires toutes personnelles... On a fait l'historique dudit recueil, parlé de la quête des textes, de la technicité de la mise en page et de l'impression qui s'est réalisée aux éditions du *Trèfle à quatre feuilles*.

Cinq cents recueils « *Des hommes racontent* » sont sortis, heureux, des presses et nous sont arrivés à la journée comme un trophée longtemps espéré par la région. De courts extraits des différents textes nous ont suggéré, en différentes couleurs et sous différents angles, les nuances des écrits offerts par les auteurs, pour la majorité amateurs... Pour marquer notre enthousiasme, nous avons pu chanter ensemble « *Chante-la ta chanson* »; et, pour nous centrer plus spécifiquement sur notre journée, nous avons écouté l'hymne que Georges Dor a composé pour parler des hommes « *Un homme libre* ». Le lancement du recueil fut un très bon moment d'ouverture et de surprises où nous avons goûté avec ravissement ces mots qui nous sont arrivés de nos différents secteurs...

Une première activité pour la *Journée internationale des hommes* dont on dit déjà qu'elle a atteint son but en apportant un peu plus de matériel aux hommes, pour la journée qui leur est dédiée.

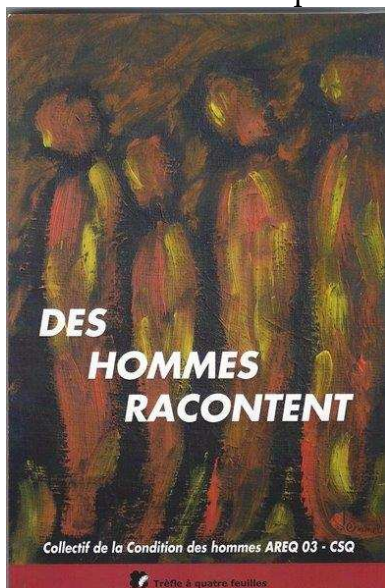
*Jean-Noël Laprise*  
Secteur Des-Deux-Rives

« *Des Hommes racontent* » a reçu un chaleureux accueil de toutes les personnes présentes lors son lancement.

Volume souvenir, il ne comptera qu'une seule édition.

Il vous est encore possible de vous procurer un exemplaire au coût de 10 \$.

Communiquer avec Louis-Marie Pichette, responsable sectoriel du comité des hommes : tél. 418 871-4079 ou [louismariepichette@outlook.com](mailto:louismariepichette@outlook.com)



# VIE DE L'AREQ

## COMITÉ SOCIOPOLITIQUE

EI, ça vous dit quelque chose?

Ce qui nous préoccupe maintenant, c'est la montée d'un mouvement extrémiste radical : l'État islamique (EI). Nous ne prendrons pas une position claire sur le sujet; vous devrez décider personnellement ce que le Canada doit faire pour aider les populations prises en otage. Pour aider certains lecteurs qui n'ont qu'une vague idée de l'EI, nous tenterons de présenter le plus succinctement possible ce groupe armé. Ensuite, nous présenterons la position de nos partis politiques devant la montée de l'intégrisme. Pour terminer, vous aurez à vous positionner personnellement.

L'État islamique, c'est quoi?

Pour m'aider à définir ce mouvement, Wikipédia m'a été d'une grande utilité; voici ce qu'on retient de ce mouvement : L'État islamique (en abrégé EI) est une organisation armée djihadiste qui a proclamé le 29 juin 2014 l'instauration d'un califat sur les territoires irakiens et syriens qu'elle contrôle. L'État islamique est considéré comme le mouvement djihadiste le plus violent au monde avec Boko Haram. Il est accusé par l'ONU, la Ligue arabe, les États-Unis et l'Union européenne d'être une organisation terroriste responsable de crimes de guerre, de nettoyage ethnique et de crimes contre l'humanité. Depuis août 2014, une coalition internationale de 22 pays intervient militairement contre cette organisation.

La position de nos partis politiques :

Le Parti libéral du Canada préconise une aide humanitaire. Radio-Canada, le 3 octobre, résume la position du parti en ces mots : « tout en convenant de la nécessité de lutter contre le groupe armé État islamique en raison de ses actes cruels, M. Trudeau estime que le Canada pourrait se rendre utile autrement qu'en déployant ses "avions vieillissants" dans le ciel irakien. Il préconise notamment une implication canadienne pour aider les réfugiés et les populations éprouvées par la guerre. Des missions de transport aérien et de soutien médical, entre autres, sont également envisagées par les libéraux. » Donc, la population poursuivie dans les

camps de réfugiés aura la chance de mourir en santé et bien nourrie.

Le Nouveau Parti démocratique, lui, prend cette position : « Pourquoi est-ce que l'action militaire est la seule option en Irak mais pas ailleurs? », s'est interrogé M. Mulcair, en ajoutant que « la première contribution canadienne devrait être d'utiliser chaque moyen humanitaire, diplomatique ou autre pour régir la tragédie humanitaire incroyable sur le terrain et ainsi renforcer les institutions politiques dans les deux pays ». (R.-C.) Intéressant, mais on sait que des pans entiers de ces pays sont maintenant sous le contrôle de l'EI, mouvement qui refuse toute négociation, tout dialogue.

La position du Parti conservateur est la suivante : le Canada s'engagera à déployer 6 avions de chasse et 600 militaires au Moyen-Orient, pour une durée maximale de 6 mois. De plus, le ministre des Affaires étrangères, John Baird, a annoncé une aide de 10 millions pour fournir des services et des traitements à des réfugiées irakiennes et syriennes victimes d'agressions sexuelles. Il a également fait part d'une action conjointe entre le Canada et la Grande-Bretagne pour identifier ce qui pourrait être de plus pour les victimes de l'EI. La mission de combat, qui exclut toute attaque terrestre, sera coordonnée avec les alliés. Les frappes aériennes viseront pour l'instant les zones contrôlées par l'organisation extrémiste en Irak. Nous croyons que cette position rejoint en partie celle des partis d'opposition, sauf que des soldats canadiens risquent encore leur vie et nous sommes en guerre pour combien de temps?

Maintenant que la position des différents politiques vous est connue, pouvez-vous vous situer personnellement?

À titre indicatif, le premier ministre du Québec Philippe Couillard a dit approuver l'engagement militaire du Canada contre le groupe armé État islamique. « Je crois que le Canada ne peut échapper à ses obligations internationales de participer avec la communauté internationale à des actions concertées ».

Bonne réflexion!

*C. Beaupré*  
*AREQ, secteur Des Deux-Rives*



## NOS MEMBRES S'EXPRIMENT

### Accueil des nouveaux

*Quel beau secteur et quel dynamisme au cœur de la vie des personnes retraitées et pour faire progresser notre Fondation. Un exemple à suivre... Merci au nom des personnes et organismes qu'on aide... — Robert Gaulin, président de la Fondation Laure-Gaudreault*

*Merci pour cet excellent accueil. Ce fut très apprécié — France Duguay*

*Merci pour ce charmant et chaleureux accueil! C'est merveilleux de voir la vie à la retraite! — Carmen Paré*

*Quelle belle réception ! L'accueil reçu est très apprécié. Il est très rassurant de voir comment la vie commence après la prise de retraite. A nouveau une saison de choix s'offre à nous. Merci pour le bon repas, le poème et le cadeau. — S. Harvey*

*Merci pour toutes les attentions... Dommage que l'on prenne la retraite une seule fois. — Alain Michaud*

*Je vous remercie pour votre accueil chaleureux et pour l'organisation de cette activité des nouveaux retraités. — Lucie Hallé*

*C'est une demi-journée exceptionnelle. L'accueil, c'est comme l'arrivée dans une nouvelle famille. J'ai beaucoup aimé la chaleur et l'ouverture de tous et toutes. Le poème était touchant, le repas excellent. Une famille à connaître et à intégrer. Merci. — Pierre Desmarais*

*Un accueil chaleureux, un délicieux repas en bonne compagnie, un spectacle qui nous rappelle de merveilleux souvenirs. Quoi de mieux pour commencer sa retraite! Merci. — Hélène Paré*

*Un superbe accueil, des personnes vivantes et inspirantes. Un poème de Madame Gagnon qui nous donne des ailes. Un très bon repas et un concert en dessert doux et tendre comme un prélude à une nouvelle étape de notre vie : la retraite. Merci à vous tous ! — Jacinthe Ruest*

### Conférence de Jean-Marie Lebel

*Comme il est intéressant de découvrir avec Monsieur Lebel les anciennes seigneuries du territoire actuel de l'AREQ Chauveau. Quel grand pédagogue et quel amour du pays ! Nous sommes privilégiés d'avoir reçu un conférencier de cette qualité. — Jocelyne Auclair*

### REMERCIEMENTS AU COMITÉ D'ENTRAIDE

Le 17 octobre 2014

Bonjour,

Je tiens absolument à venir vous remercier ainsi que Thérèse (St-Onge) qui est venue me rendre visite à l'occasion de mes 75 ans. Le cadeau offert est très joli, une œuvre d'art. Félicitations à l'artiste qui l'a fabriqué, une petite veilleuse à insérer au mur pour la mère Veilleux.

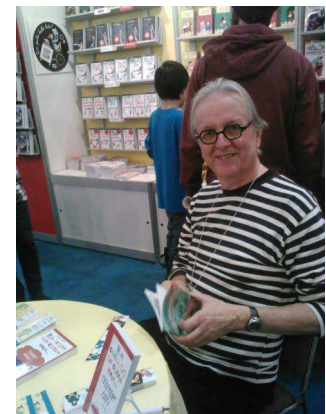
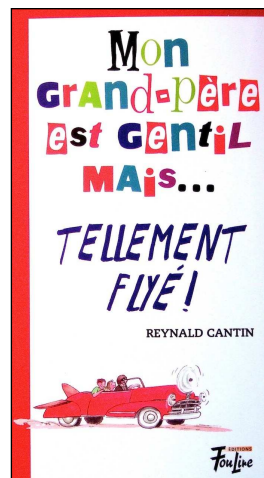
Merci beaucoup, c'est une marque d'attention appréciée. Bravo pour le Nouveau Jalon, félicitations à toutes les personnes qui y participent ainsi que le comité de la présidence (Conseil sectoriel).

Au plaisir de vous voir à l'une des activités offertes.

Bien à vous,

Claire-Hélène Veilleux  
retraîtée de 2004

**Destiné aux 9-15 ans, le dernier roman jeunesse de Reynald Cantin est disponible partout.**



*Chaque été, Jonathan, 13 ans, passe deux semaines à l'Île-aux-Coudres auprès de son grand-père Odilon, incorrigible "patenteux" à l'imagination sans bornes, mais aussi auprès de Florence, son éternelle amie de vacances. Cet été-là, une invention d'Odilon destinée à Florence dépassera toute mesure et entraînera Jonathan jusqu'aux limites du possible. Bon vol!*

## INFORMATIONS

Centre d'excellence sur  
le vieillissement du Québec

**Gratuit!**

Saison  
2014-2015

**LES CONFÉRENCES GRAND PUBLIC**

### << Vieillir en santé >>

Mercredi 25 mars 2015-10h à 12h  
*Vieillir: croissance ou naufrage?*



Suzanne Bernard, Ph. D.  
Thérapeute du deuil

Vendredi 17 avril 2015-10h à 12h  
*Vieillir avec un cerveau en santé:  
Les bienfaits de l'activité physique  
et de la stimulation cognitive*



Louis Bhérer, Ph. D.  
Professeur Département de psychologie  
Université Concordia

À la salle St-Augustin du  
Montmartre Canadien  
1669, chemin Saint-Louis, Québec

Entrée et stationnement gratuits  
Réservez au 418 682-7987  
[www.cevq.ca/enseignement](http://www.cevq.ca/enseignement)



Comité des usagers



### À METTRE À VOTRE AGENDA

7 mai 2015

- ◆ Assemblée générale du secteur

Fin mai début juin 2015

- ◆ Fête des aînés

3 juin 2015

- ◆ Assemblée générale régionale

3 juin 2015

- ◆ Assemblée générale FLG

#### Avis important:

Pour l'édition du Nouveau Jalon de  
mars 2015, faire parvenir les textes à :  
Lisette Godbout:  
[lissetegodbout@videotron.ca](mailto:lissetegodbout@videotron.ca)  
418 842-8958

### *In memoriam*



*Soeur Michelle Allaire, soeur de la Charité de Saint-Louis à Pont-Rouge, membre*

*Madame Lisette Auclair, membre*

*Monsieur Cyrille Bédard, père de Céline Bédard et beau-père de Réal Fortin*

*Madame Cécile Paquet Doré, conjointe de Marc Doré, soeur de Juliette Paquet-Lanthier et belle-soeur de Françoise Allard*

*Madame Andrée Gendron, membre*

*Madame Eveline Gosselin, mère de Jacinthe Pelchat*

*Madame Pauline Soulard, mère de Claudette C. Drolet*

*Madame Michèle Jobin, membre*

*Monsieur Gaétan Lebel, frère de Pauline et Huguette Lebel et beau-frère de Monique Lajeunesse,*

*Monsieur Daniel Tremblay, frère de Jocelyne Tremblay*

Si vous êtes au courant d'un décès, veuillez communiquer avec Madame Catherine LaBrie 418 380-1781 ou par courriel : [gerardal@bell.net](mailto: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](mailto:renelle.nicol@gmail.com)

# INFORMATIONS

## IMPORTANT

Pour le prochain journal, envoyez vos textes avant le 9 mars 2015 à Lisette Godbout  
Téléphone: 418 842-8958  
Courriel: [godboutlisette@videotron.ca](mailto:godboutlisette@videotron.ca)

Expédition du Nouveau Jalon:  
par courriel : 20 mars 2015  
par la poste : 1<sup>er</sup> avril 2015

## Équipe du journal

Robert St-Denis, resp.  
Huguette Bourret  
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

Ligue de quilles .....	Guy Chouinard.....	418 871-7518 .....	<a href="mailto:guy.chouinard7@sympatico.ca">guy.chouinard7@sympatico.ca</a>
Déjeuners en anglais .....	Paul Doucette .....	418 843-8769 .....	<a href="mailto:andy_douc@hotmail.com">andy_douc@hotmail.com</a>
Déjeuners en espagnol.....	Denise Lizotte-Rochette .....	418 872-3657 .....	<a href="mailto:dnslytt@gmail.com">dnslytt@gmail.com</a>
Déjeuners mensuels .....	Gisèle Boudreault .....	418 844-3925 .....	<a href="mailto:gisboudreault2008@hotmail.com">gisboudreault2008@hotmail.com</a>
Comité des hommes.....	Louis-Marie Pichette.....	418 871-4079 .....	<a href="mailto:louismariepichette@outlook.com">louismariepichette@outlook.com</a>
Club littéraire .....	Claire Ennis .....	418 843-3611 .....	<a href="mailto:ennisclaire17@yahoo.ca">ennisclaire17@yahoo.ca</a>
Communication aux membres ....	Renelle Nicole.....	418 847-8781 .....	<a href="mailto:renelle.nicol@gmail.com">renelle.nicol@gmail.com</a>
Fondation Laure-Gaudreault.....	Sophie Perreault.....	418 875-2672 .....	<a href="mailto:soperreault2012@gmail.com">soperreault2012@gmail.com</a>
Environnement .....	Sophie Perreault.....	418 875-2672 .....	<a href="mailto:soperreault2012@gmail.com">soperreault2012@gmail.com</a>
Comité des femmes.....	Pierrette Morin.....	418 842-1411 .....	Fax: 418 842-1411
Assurances.....	Camille Paré.....	418 661-2879 .....	<a href="mailto:camillepare44@hotmail.com">camillepare44@hotmail.com</a>
Indexation .....	René Moisan .....	418 622-3762 .....	<a href="mailto:remoiss@videotron.ca">remoiss@videotron.ca</a>
Sociopolitique.....	Jocelyne Tremblay .....	418 648-8917 .....	<a href="mailto:jocelyne867@hotmail.com">jocelyne867@hotmail.com</a>
Décès .....	Catherine LaBrie .....	418 380-1781 .....	<a href="mailto:gerardal@bell.net">gerardal@bell.net</a>
Site Web .....	Daniel Bernard.....	418 622-4834 .....	<a href="mailto:berndan@videotron.ca">berndan@videotron.ca</a>
Sorties et voyages.....	Jacques Tessier .....	418 875-2672 .....	<a href="mailto:jacques24tessier@live.ca">jacques24tessier@live.ca</a>
Nouveau Jalon .....	Robert St-Denis.....	418 845-2662 .....	<a href="mailto:pau.rob@videotron.ca">pau.rob@videotron.ca</a>
Entraide.....	Claire Ennis .....	418 843-3611 .....	<a href="mailto:ennisclaire17@yahoo.ca">ennisclaire17@yahoo.ca</a>
Marche.....	Henriette Nellis.....	418 842-5525 .....	<a href="mailto:henrietteb10@yahoo.ca">henrietteb10@yahoo.ca</a>

# février 2015

Nouveau Jalon 26-2

Hiver 2015

AREQ Chauveau (03F) [chauveau.araq.ca](http://chauveau.araq.ca)

<b>lundi</b>	<b>mardi</b>	<b>mercredi</b>	<b>jeudi</b>	<b>vendredi</b>
<b>2</b> Anglais Danse-santé	<b>3</b> Déjeuner du mois Marche, Quilles	<b>4</b> Espagnol Viactive, Danse santé	<b>5</b>	<b>6</b> Danse-santé
<b>9</b> Anglais Danse-santé	<b>10</b> Marche, Quilles	<b>11</b> Espagnol Viactive, Danse-santé	<b>12</b>	<b>13</b> Danse-santé
<b>16</b> Anglais Danse-santé Diner littéraire	<b>17</b> Marche, Quilles	<b>18</b> Espagnol Viactive, Danse-santé	<b>19</b>	<b>20</b> Danse-santé
<b>23</b> Anglais Danse-santé	<b>24</b> Marche, Quilles	<b>25</b> Espagnol Viactive, Danse-santé	<b>26</b> Histoire de la monnaie	<b>27</b> Danse-santé

# mars 2015

<b>2</b> Anglais Danse-santé	<b>3</b> Déjeuner du mois Marche, Quilles	<b>4</b> Espagnol Viactive Danse-santé	<b>5</b>	<b>6</b> Danse-santé
<b>9</b> Anglais Danse-santé	<b>10</b> Marche, Quilles Journée internatio- nale des femmes	<b>11</b> Espagnol Viactive Danse-santé	<b>12</b> Récit de voyage: Chicago	<b>13</b> Danse-santé
<b>16</b> Anglais Danse-santé Diner littéraire	<b>17</b> Marche, Quilles	<b>18</b> Espagnol Viactive Danse-santé	<b>19</b>	<b>20</b> Danse-santé
<b>23</b> Anglais Danse-santé	<b>24</b> Marche, Quilles	<b>25</b> Espagnol Viactive Danse-santé Vieillir en santé	<b>26</b> Érablière Réal Bruneau	<b>27</b> Danse-santé

# avril 2015

		<b>1</b> Espagnol Viactive Danse-santé	<b>2</b> Atelier soins du visage	<b>3</b> Danse-santé
<b>6</b> Danse-santé	<b>7</b> Déjeuner du mois Marche, Quilles	<b>8</b> Espagnol Danse-santé	<b>9</b>	<b>10</b> Danse-santé
<b>13</b> Anglais Danse-santé	<b>14</b> Marche, Quilles	<b>15</b> Espagnol Danse-santé	<b>16</b> Conférence Louise Lacoursière	<b>17</b> Danse-santé Vieillir avec un cerveau en santé
<b>20</b> Anglais Danse-santé Diner littéraire	<b>21</b> Marche, Quilles	<b>22</b> Espagnol Danse-santé	<b>23</b>	<b>24</b> Danse-santé