

QU'À CELA NE TIENNE !

On n'en aurait pas voulu au matin du 26 avril s'il nous avait gratifiés d'une température plus tiède. Le -3 enregistré au thermomètre nous garde proches de l'hiver. Qu'à cela ne tienne! Le soleil a compris notre presque désarroi. À neuf heures trente, les retraités du secteur Chauveau sont au *Four Points Sheraton*, au rendez-vous annuel que leur a proposé leur conseil sectoriel. Une soixantaine ont fait le déplacement pour suivre leurs affaires de retraités.

Une fois Pierre Brunet installé dans son rôle de président d'assemblée, les activités commencent. On accepte sans ambages l'ordre du jour de l'assem-



blée et le procès-verbal du 22 avril 2015. La lecture des différents rapports suscite un intérêt certain : bien vite, des voix connues s'avancent au micro. Pas de compétition en vue : on veut seulement s'assurer qu'on a bien compris les éléments proposés. On continue à lever la main soit pour déposer soit pour adopter les dits rapports. Les responsables des comités présentent à leur tour leur compte-rendu respectif. Le rapport du comité de la fondation Laure-Gaudreault,

quant à lui, ne passe pas inaperçu. L'émouvante Sophie Perreault, bien malgré elle, fait la démonstration que *les larmes, c'est comme le rire : ça se partage*. Bien que son départ comme responsable soit officialisé, elle n'a pas quitté pour autant. Son rapport illustre avec émotion son penchant pour ceux qui ont besoin. Dans un élan du cœur, elle invite encore les membres à remettre cravates et soutie-gorge dans l'espoir de soutenir la recherche sur le cancer. Vu la défaillance de son propre état de santé, jamais invitation n'aura autant de résonance, autant d'à-propos.

C'est connu. Il y a des invitations plus faciles à honorer que d'autres. La présidente régionale, Pierrette Simoneau, assiste fidèlement aux assemblées générales sectorielles. Son mot – il va sans dire – va toujours dans le sens de la participation active au sein de l'association. Certains membres y prennent une part plus grande, en faisant partie du conseil sectoriel. Cette année, trois postes viennent à échéance. Les trois membres sortants reprennent, après élection par acclamation, leur poste respectif : Renelle Nicole, 1^{re} vice-présidente ; Jacques Dubé, trésorier ; Gilles Duchesne, 1^{er} conseiller.

L'année 2017 sera celle du Congrès. À l'AREQ Chauveau, l'assemblée générale donne lieu à la formation de la délégation qui représentera les 1152



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

6 septembre 10 h
Batifol, Lac Beauport
995, boul. du Lac Beauport
G3B 0W6 418 841-0414

4 octobre 10 h
Cecil et Ramon
1061, boul. Pierre-Bertrand
(entrée Harley Davidson, voisin Tomas Tam)
G1M 2E8 418 681-7625

1^{er} novembre 10 h
La Cohue
3440, chemin Quatre-Bourgeois
(carrefour de la Pérade)
G1W 2L3 418 659-1322

6 décembre 10 h
Toscanos
1445 Jules-Vernes
(face à Walmart, Duplessis)
G2G 2R8 418 877-7200

N.B. Il est très important de réserver pour les déjeuners du mois.

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

Merci!

Dans ce numéro :

Qu'à cela ne tienne!.....	1
Les déjeuners du mois	2
Message de la présidence	3
Conseil sectoriel.....	3
Activités.....	4-10
Consignes d'inscription.....	4
Nouveauté automne 2016.....	4
La non-rentree	5
Déjeuners en anglais	5
VIACTIVE	6
Limoulou : conférence et visite.....	6
Marches	7
Activité retraite et sociopolitique	8
Accueil des nouveaux membres	9
Qu'à cela ne tienne! (suite).....	9
Lac Mégantic et Piopolis.....	10
Vie de l'AREQ.....	11-13
Message de la présidente régionale	11
Comité d'action sociopolitique	11
Fondation Laure-Gaudreault	12
Comité des assurances.....	12
Communiqué conjoint	13
Nos membres s'expriment	14
Informations.....	14-16
Activités régulières	14
In memoriam.....	14
À mettre à votre agenda.....	14
Responsables	15
Agenda (calendrier).....	16

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 9 E7
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

Pierrette Simoneau, présidente régionale

495, rue de la Girouille, Québec G1C 8K4

Téléphone: 418 667-1927

Courriel : simoneauareq03@bell.net

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

Votre association

MESSAGE DE LA PRÉSIDENTENCE



Chers membres

Tout d'abord, souhaitons la plus cordiale bienvenue à monsieur Gilles Duchesne, notre nouveau conseiller élu lors de l'assemblée générale du 22 février dernier. Un bel ajout à notre équipe bien dynamique.

L'année 2016-2017 s'amorce avec quelques changements concernant les responsables des comités régionaux soit le comité des femmes, madame Hélène Lelerc, et celui de l'environnement, madame Pierrette Morin.

Quant à la *Fondation Laure-Gaudreault*, nous sommes à la recherche d'une personne responsable.

La lecture des textes du Nouveau Jalon, dont nous saluons l'équipe, vous permettra de découvrir de nouvelles activités qui vous sont proposées cette année.

Votre comité sectoriel vous fera des propositions qui sauront susciter votre intérêt ; votre conseil travaille toujours à en varier les offres. Vos suggestions sont toujours appréciées.

Les Comités régionaux offrent d'excellentes rencontres qui sont de plus en plus courues par nos membres. Parmi les 12 secteurs de notre région 03, notre secteur est le plus représentatif en nombre lors de ces rencontres. Il faut dire que ces journées traitent toujours de thèmes très intéressants, que ce soit la journée des hommes ou des femmes, le sociopolitique, les assurances ou le comité de la retraite. Qu'il s'agisse de s'informer ou de se divertir, on en sort gagnant.

Souhaitons que votre AREQ vous procure une année enrichissante, épanouissante, dans la joie, l'amitié et la solidarité.

Jacques Tessier, président secteur Chauveau

**Retrouvez-nous sur
le WEB!**

chauveau.areq.ca

Conseil sectoriel

Président	Jacques Tessier	418 875-2672	jacques24tessier@live.ca
1 ^{re} vice présidente	Renelle Nicole	418 847-8781	renelle.nicol@gmail.com
2 ^e vice-président	René Moisan	418 622-3762	remois@videotron.ca
Trésorier	Jacques Dubé	418 872-1768	jdube@videotron.ca
Secrétaire	Louis-Marie Pichette	418 871-4079	louismariepichette@outlook.com
1 ^{er} conseiller	Gilles Duchesne	581 741-7390	duchesne.gilles@gmail.com
2 ^e conseillère	Claire Ennis	418 843-3611	ennisclaire17@yahoo.ca

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

NOUVEAUTÉ AUTOMNE 2016



À l'automne 2016, un cours de **Tai-Chi Qi Gong** est offert à nos membres. Venez découvrir une nouvelle façon de bouger qui amène 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.

Bienfaits reliés à la pratique du Tai-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 sera donné par une personne d'expérience. Il s'agit de madame Louise Déziel qui enseigne cet art depuis plusieurs années à Charlesbourg et à Neufchâtel.

La session, d'une durée de 11 semaines, débutera le mardi 20 septembre pour se terminer le 29 novembre.

Heure : 13 h 30 à 14 h 45

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

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

Maximum de participants : 20

Inscrivez-vous rapidement en suivant la procédure habituelle.

Pour envoi du chèque, voir **Consignes d'inscription à une activité, ci-dessus.**

Claire Ennis, responsable

ACTIVITÉS

LA NON-RENTRÉE 2016 8 SEPTEMBRE



Cette année, on sort un peu de la tradition puisque l'événement aura lieu le jeudi 8 septembre 2016.

Nous commencerons par une visite guidée de l'Observatoire de Québec de 10 h à 11 h 15. Vous pourrez alors faire le plein visuel de notre magnifique ville. Nous nous dirigerons ensuite vers le Musée de la civilisation pour y déguster un délicieux repas.

Finalement, à 13 h 30, nous aurons deux visites guidées d'expositions :

C'est notre histoire pour faire connaître aux visiteurs les cultures autochtones d'aujourd'hui : que signifie être autochtone au XXI^e siècle.

Le temps des Québécois qui permet de situer les grands moments du passé et qui se veut une synthèse interprétative de plus de quatre cents ans d'histoire porteuse de sens pour le citoyen d'aujourd'hui.

Comme les deux visites seront simultanées, nous devons nous diviser en deux groupes à peu près égaux.

Les autobus resteront à notre disposition pour aller de l'Observatoire au musée.

Quand : le jeudi 8 septembre 2016

Départ en autobus à 9 h du centre commercial Neufchâtel, 4605 de L'Autvergne Québec (à proximité du Super C)

Le retour se fera à 15 h 30 du musée.

Coût : membre : 35 \$

non-membre: 45 \$

Pour les membres âgés de 80 ans et plus, le coût est de 22,50 \$.

Menu du dîner :

Entrée : Velouté aux poireaux et à la poire

Plat principal : Médaillon de porc poêlé aux champignons portobella, sauce à la moutarde et à l'estragon, mousseline au lard fumé et légumes rôtis

Dessert : Moelleux au chocolat et mousse à la guimauve, café ou infusion.

Fin des inscriptions : 30 août (maximum de 100 personnes)

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

Prix : Un tirage du coût de l'activité sera fait parmi les 40 premières personnes à s'inscrire avant la fin des inscriptions.

René Moisan, responsable

LES DÉJEUNERS EN ANGLAIS

Tous les lundis matin, de septembre à juin, des retraités de l'AREQ se rendent au restaurant pour un déjeuner particulier.

Les présences peuvent varier, because: les tempêtes, la maladie, les voyages et l'envol des snowbirds, mais jamais leur ferveur à parler la langue de Shakespeare ne fléchit.

Chacun, selon ses connaissances en anglais, tente de mener à terme qui une anecdote, qui une histoire, qui un sujet d'actualité en retenant l'attention de ses pairs. Tout se fait avec respect, bonne humeur et entraide, car les plus ferrés ne cherchent pas à corriger l'accent ou le choix des mots mais plutôt à aider ceux qui maîtrisent peu ou pas l'anglais.



Chaucer, Joyce ou autres puristes seraient scandalisés de tel accent ou de telle phrase à construction grammaticale boiteuse mais, comme il est dit *cent fois sur le métier remettez votre ouvrage*, notre groupe persévère. Au fil du temps, chacun assimile de nouveaux mots, de nouvelles expressions et peut échanger en anglais

avec plus de facilité.

Pour partager cette expérience enrichissante, tant en anglais qu'en amitié, vous n'avez qu'à nous joindre les lundis matin de 9 à 11 heures au restaurant "Mikes" du boulevard L'Ormière.

Welcome!

Raymond Nellis, responsable

ACTIVITÉS

VIACTIVE



En septembre 2016, nous entreprendrons une nouvelle session de ViActive. Nous sommes une trentaine

de personnes à avoir participé aux sessions d'automne et d'hiver 2015-2016 les lundi et mercredi. L'engouement pour cette activité où le plaisir est au rendez-vous a amené les participants à se réinscrire pour la prochaine session. Afin de faire vivre ce plaisir à de nouvelles personnes âgées, nous vous offrons la possibilité de vous inscrire à l'une ou l'autre des deux journées ou même aux deux. Si vous avez le goût de vivre une nouvelle expérience d'activité, vous êtes les bienvenus. Nous vous ferons connaître entre autres: **la routine Nostalgie qui regroupe des exercices, des musiques et des pas de danse, la routine Au quotidien basée sur des gestes fonctionnels de tous les jours.** Chaque séance débute par un échauffement,



suivi d'une phase aérobique, et la séance se termine avec un retour au calme.

Vous désirez faire partie de notre groupe d'ânés actifs? Quinze places sont disponibles pour septembre 2016.

Le programme se déroule sur 12 semaines.

Quand : du 12 septembre au 28 novembre, lundi et/ou mercredi de 13 h 30 à 14 h 30

Lieu : Local des Scouts de Château-d'Eau, 3137, rue du Golf, Québec (Loretteville à côté de l'école de Château-d'Eau)

Coût : membre : 10 \$
non-membre : 15 \$

Pour envoi du chèque, voir consignes d'inscription à la page 4

*Renelle Nicole, responsable
418 847-8781
renelle.nicol@gmail.com*

LIMOILLOU : CONFÉRENCE ET VISITE AVEC RÉJEAN LEMOINE



Réjean Lemoine, historien bien connu et apprécié de la Vieille Capitale, nous accompagnera dans la redécouverte du quartier Limoilou, quartier des plus dynamique au cours de la dernière

décennie. Dans un premier temps, nous nous familiariserons avec les faits et lieux — la conférence —, avant de nous y rendre, dès la semaine suivante — la visite sur le terrain. Cette formule a déjà été éprouvée

Conférence

Quand : le jeudi 22 septembre 2016

Lieu : Bibliothèque Félix-Leclerc, 1465 de l'Innovation Québec, G3K 2P9 près de l'école secondaire l'Odyssée

Heure : 10 heures

Date limite d'inscription pour la conférence : 15 septembre 2016

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

La visite

La visite sur le terrain s'effectuera en deux temps : un groupe le matin et un groupe l'après-midi. Les personnes inscrites seront avisées du groupe qui

leur sera assigné. Il est prévu que les 25 premières inscriptions seront assignées le matin; les 25 suivantes, l'après-midi. Un maximum de 50 inscriptions.

Quand : le jeudi 29 septembre 2016

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

Lieu du départ : Super C boul. de l'Auvergne

Départ du matin (groupe 1) : 9 h 30

Retour : 11 h 45

Départ en après-midi (groupe 2) : 13 heures

Retour : 15 h 15

Date limite d'inscription pour la visite :

22 septembre 2016

Important

Si vous décidez de participer à une seule des deux activités — Conférence ou Visite —, veuillez l'inscrire à l'endos du chèque. Si vous vous inscrivez à la conférence et à la visite, vous pouvez faire un seul chèque au montant de 12 \$ ou 16 \$, ce qui signifie que vous participez aux deux activités.

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

Jacques Tessier, responsable

ACTIVITÉS

LES PIEDS DANS LE VENT ... MARCHÉ ... MARCHÉ...MARCHÉ...

Nous vous invitons à des marches hebdomadaires d'une durée de 90 minutes. Nul besoin de vous inscrire, il suffit de vous présenter au stationnement prévu pour 13 h 30. Là, les responsables vous remettront, s'il y a lieu, les détails écrits du circuit, court ou long selon votre choix. Ainsi, de petits groupes se forment selon les cadences... et parfois, comme dans la fable, les tortues arrivent avant les lièvres. Si vous avez des questions ou en cas de doute sur la température, n'hésitez pas à téléphoner à l'une des deux personnes responsables, dont les noms apparaissent à droite de la date. **Les marches seront annulées en cas de fortes pluies ou de tempêtes de neige.**

Bienvenue à tous ainsi qu'aux nouvelles retraitées et nouveaux retraités. C'est toujours un plaisir de revoir les marcheurs assidus.

SEPTEMBRE

DATE	RESPON-SABLES	ENDROIT	STATIONNEMENT
13	Henriette Rolande	Loretteville Rallye SOCIAL	305, rue Racine
20	Rolande Claire	Promenade Champlain	Face au 2795, boul. Champlain (Les Cageux)
27	Francine Claire	Domaine de Maizerets SOCIAL	1395, d'Estimauville (arboretum), via Félix- Leclerc sortie Bourg- Royal

OCTOBRE

DATE	RESPON-SABLES	ENDROIT	STATIONNEMENT
4	Claire Henriette	Parc linéaire de la Rivière St- Charles	Maison O'Neill, 3160, boul. Wilfrid- Hamel
11	Jean-Pierre Claire	Limoilou, Charlesbourg SOCIAL	Les Galeries Charles- bourg, 4250, 1 ^{re} av. (en arrière, près de la porte du IGA)
18	Claire Rolande	Corridor des Cheminots	Aréna de Loretteville, 86, boul. des Étudiants
25	Francine Henriette	Sentiers de la rivière Cap- Rouge SOCIAL	Centre commercial, 1100, boul. de la Chau- dière, (côté gauche)

NOVEMBRE

DATE	RESPON-SABLES	ENDROIT	STATIONNEMENT
1	Henriette Rolande	Parc linéaire de la Rivière St-Charles	Bourdages, coin Isa- belle-Aubert, via boul. Wilfrid-Hamel
8	Jean-Pierre Francine	Parc linéaire de la Rivière St-Charles SOCIAL	Aréna de Loretteville, 86, boul. des Étud- diants
15	Henriette Rolande	L' Ancienne- Lorette	Parc-O-Bus, 1625, Notre-Dame, près de la bibliothèque
22	Jean-Pierre Henriette	Petit-Vallon SOCIAL	Parc Saint-Raphaël, 3535, rue de la Ri- vière Nelson
29	Francine Jean-Pierre	Village de Saint- Augustin	Épicerie MÉTRO, 278, route 138, via 40, sortie 298 ouest

DÉCEMBRE

DATE	RESPON-SABLES	ENDROIT	STATIONNEMENT
6	Henriette Francine	Loretteville	305, rue Racine
13	Henriette Jean-Pierre	Trait-Carré, Char- lesbourg SOCIAL	Église Saint-Charles- Borromée, boul. Louis XIV

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

Les Comités régionaux Retraite et Action sociopolitique vous invitent à deux conférences sur des sujets d'intérêt

Le 7 octobre 2016

Avant-midi

Les finances publiques, quels liens avec la qualité de vie des personnes âgées ?

La situation est-elle catastrophique ?

Payons-nous trop d'impôts ?

Deux questions que l'on se pose trop souvent. En abordant la question des bienfaits des services publics, M. Bouchard-Boulianne, économiste à la CSQ, nous aidera à comprendre la relation entre la fiscalité et les inégalités des revenus des personnes.

Qu'en est-il de la dette du Québec ?

Québec a-t-il perdu le contrôle ?

Pour répondre à ces questions, il faut comprendre la taille relative de la dette. On doit parler de la dette en relation avec la taille de l'économie. En mars 2015, la dette brute de 206 milliards représentait 55 % du PIB québécois. Le ratio dette/PIB est moins élevé maintenant qu'à la fin des années 1990 et c'est vrai malgré quelques années de légers déficits.

De quoi avons-nous besoin pour avoir une bonne qualité de vie ?

Après-midi

Vers un nouveau mode de scrutin

Présenté par le Mouvement Démocratie Nouvelle (MDN)

Pourquoi changer de mode de scrutin ?

Il ne reflète pas la volonté populaire

Aucune des élections québécoises n'a produit une Assemblée nationale conforme aux votes exprimés. À cinq reprises, il a été porté au pouvoir un parti ayant obtenu moins de votes que celui qui a formé l'opposition (en 1886 et 1890), et plus récemment en 1944, 1966 et 1998. Notre mode de scrutin actuel déforme systématiquement le résultat du vote.

Il n'exprime pas le pluralisme politique

La représentation par circonscription fait en sorte que, pour qu'un tiers parti fasse élire une candidate ou un candidat, il faudrait que tous ses partisans habitent dans la même circonscription. Ce système est conçu pour limiter la concurrence à deux « grands » partis, qui alternent entre le pouvoir et l'opposition.

Horaire :

9 h : Inscription
9 h 30 à 11 h 30 : Les finances publiques
11 h 30 à 12 h 45 : Dîner
12 h 45 à 14 h 45 : Nouveau mode de scrutin

Coût tout inclus :

Membre : 12 \$ Non-membre : 17 \$

Lieu : L'Hôtel Québec
3115, avenue des Hôtels
Québec, QC G1W 3Z6

Fin des inscriptions : 27 septembre

Jacques Boucher,
responsable régional retraite

Robert St-Denis,
responsable régional sociopolitique

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

ACTIVITÉS

ACCUEIL DES NOUVEAUX MEMBRES 15 novembre 2016

Même au cœur de l'été, déjà nous sommes à planifier notre activité du mois de novembre prochain.

Comme à chaque année, nous accueillerons les nouveaux retraités qui se joignent à nous au secteur Chauveau ainsi que les anciens membres qui ont intégré notre territoire au cours de la dernière année.

Ensemble, nous partagerons un délicieux repas suivi d'une prestation musicale qui nous fera vivre

de belles émotions.

Veillez inscrire cette date à votre agenda : le mardi 15 novembre 2016.

Nous voulons en faire une grande fête d'échange et de plaisir. Tous les détails de l'activité se retrouveront dans le Nouveau Jalon de l'automne.

Au plaisir de se rencontrer.

Renelle Nicole, responsable

QU'À CELA NE TIENNE !

(Suite de la page 1 Qu'à cela ne tienne!)

retraités de l'enseignement de notre secteur. Onze membres se dirigeront donc vers la rive sud tous les matins du 29 mai au 1^{er} juin du prochain printemps. Le sort n'a pas eu à intervenir dans le choix des délégués. Les nommer ici donne déjà un aperçu de l'assistance à l'assemblée générale du 26 avril. Six membres du Conseil sectoriel (Jacques Dubé, Gilles Duchesne, René Moisan, Renelle Nicole, Louis-Marie Pichette et Jacques Tessier), ainsi que Gilles Michaud, Pierrette Morin, Camille Paré et Robert St-Denis complètent la liste, le onzième délégué étant le président qui sera en poste au mois de mai prochain. Trois substituts sont également retenus, soit Jocelyne Tremblay, Gérard Gauthier et Jocelyne Auclair .

C'est devenu une tradition : l'assemblée générale est l'occasion de souligner le dévouement exceptionnel du bénévole de l'année. En 2016, l'hommage s'adresse à Sophie Perreault, responsable à la fois de la Fondation Laure-Gaudreault et de l'environnement. Personne ne niera qu'elle porte déjà le titre. Reste l'hommage à lui rendre. Le président, Jacques Tessier, quitte le devant de la scène, le temps que les six autres membres du CS, à tour de rôle, reconnaissent le mérite de cette dévouée bénévole. Robert Martel a vu juste : la pertinence du message attire l'approbation de l'assemblée. À la fin, la

digne Sophie reprend le micro pour communiquer les mots d'usage, contenant son émotion avec une brassée de fleurs.

Au programme de la journée, un moment de grâce

nous est offert par Julie Pichette, danseuse professionnelle de Bharata Nattam, danse traditionnelle de l'Inde. En assistant à un tel spectacle, on souhaiterait qu'un plus grand nombre participe à ce talent. Louis-Marie Pichette et Céline Petitclerc ne sont pas peu fiers de leur fille. On se retrouve donc à table avec les images d'une jeune femme vêtue de rouge et de jaune, pieds nus et tête décorée, qui vient d'exécuter des mouvements d'une grâce peu commune, sur une musique venue d'ailleurs. Un pur dépaysement, avant d'amorcer un repas qui rivalise avec les couleurs qui nous habitent encore. Au cours du dîner, la fondation Laure-Gaudreault visite chacune des tables, dans le but bien avoué de recueillir des sous



pour aider les moins bien nantis.

L'après-midi est bien entamé, quand nous rejoignons notre quotidien, heureux des échanges et satisfaits de l'accomplissement d'un *devoir*.

Pauline Gagnon

ACTIVITÉS

LAC-MÉGANTIC ET PIOPOLIS

Une escapade « découverte » à la fois émouvante et pittoresque

Le 26 mai dernier, par une journée printanière splendide, 62 personnes de l'AREQ partent à la découverte de deux sites qui ne les laissent pas indifférentes : Lac-Mégantic et Piopolis.



Piopolis, communément appelée ville du pape.

En 1871, Mgr Bourget, archevêque de Montréal, veut récompenser les braves qui se sont portés volontaires pour défendre le pape et le Vatican contre le révolutionnaire Garibaldi et le roi anticlérical Victor Emmanuel.

Dans la nuit du 6 juillet 2013 à 1 h 14, 72 wagons-citernes déraillent au centre-ville de Lac-Mégantic, plongeant les citoyens dans un drame dont les séquelles laissent encore aujourd'hui des traces indélébiles : 47 personnes périssent et 40 édifices sont détruits.



Visiter la Ville accompagné d'un guide, lui-même impliqué dans cette catastrophe, nous permet de comprendre et de saisir toute l'ampleur du drame qui s'est déroulé. Il raconte comment les citoyens de la Ville ont été pris par surprise, comment plusieurs personnes, sorties de leur sommeil, connaissent la stupeur et les effets toxiques de l'incendie qui en a résulté. La destruction complète du Multi-Café, la contamination des sols et du système d'égout, le déversement d'huile dans le lac laissent des cicatrices encore bien visibles.

C'est avec beaucoup de courage et de détermination que les habitants se tournent maintenant vers l'avenir.

Pour graver à jamais cet événement, des sentiers pédestres ponctués de sculptures permettront bientôt aux visiteurs de découvrir l'ampleur de cette catastrophe.

La visite vaut le déplacement.

Les Zouaves du Québec n'auront pas à combattre puisque le conflit se termine avant leur arrivée.

Pour récompenser tous ces croisés, Mgr Bourget leur offre gratuitement des terres sur le bord du lac Mégantic. Quatorze zouaves fondent alors le petit village de Piopolis.



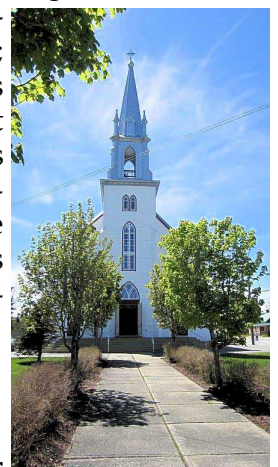
En visitant ce site pittoresque, on découvre d'abord un environnement naturel de toute beauté et l'histoire des zouaves québécois.

Un petit musée aménagé informe le visiteur de l'histoire du village. On retrouve une église centenaire

construite en bois où sont présentés des concerts de marque ; le magasin général rappelle des souvenirs bien pittoresques et les habitations très colorées prennent place sur la rue principale. Les habitants du village sont fiers de tracer les grandes lignes de leur patrimoine historique et culturel.

Une journée très enrichissante !

Merci à Jacques Tessier qui, par son travail de préparation et de planification, est toujours empressé de nous faire partager des coins de pays typiques du Québec.



Mariette Desgagnés et Réjean Ouellet

VIE DE L'AREQ

MOT DE LA PRÉSIDENTE RÉGIONALE

Mes salutations, membres de la région.



L'année 2015-2016 tire à sa fin, elle fut parsemée d'activités des plus intéressantes :

- sortie à l'île d'Orléans,
- journée sur la classe moyenne : *Existe-t-elle encore?*
- l'austérité,
- journée des hommes où on a rendu hommage aux créateurs,
- journée des femmes où conférencière et humoriste nous ont divertis.

Dans les secteurs, je me suis vite aperçue, lors des visites aux assemblées générales, de la richesse et de la quantité de ce qui vous sont offert dans vos milieux. Vous êtes privilégiés.

En début de juin, ce fut autour de la région de tenir son assemblée générale. Nous avons profité de cette journée pour souligner le travail des bénévoles qui ont donné du temps pour la région et pour fêter les 30 ans de sa fondation avec ses 12 secteurs actuels.

L'an prochain, ce sera la troisième année du triennat avec la clôture au Congrès 2017 qui se tiendra au Centre des congrès de Lévis. En tant que présidente régionale, mon mandat se termine à ce moment. Six années auront passé lors de l'assemblée générale régionale du 18 mai 2017, ce sera le temps d'élire une nouvelle présidence régionale. Soyez assurés que ma tâche m'a apporté beaucoup de satisfaction. J'ai connu des gens formidables et j'espère que ces six années d'implications personnelles auront été un élément positif à l'AREQ.

La programmation de l'an prochain est déjà prête, il n'y manque que vous. Bon été, plein de bonheurs avec votre famille et vos amis.

Pierrette Simoneau, présidente régionale

COMITÉ D'ACTION SOCIOPOLITIQUE

Lettre aux orphelins politiques

Depuis quelque temps, votre mouvement se dessine au Québec autour de personnes qui se sentent mal représentées par la classe politique actuelle. Vous faites également le constat que si les choses ne changent pas, le Parti libéral risque d'être reporté au pouvoir encore longtemps, compte tenu du vote massif libéral des anglophones et allophones et de la division du vote francophone qui va au PQ, à l'ADQ, à Québec solidaire et, dans une moindre mesure, à Option nationale.

Comme vous le savez, notre système électoral est basé sur le bipartisme, et aussitôt qu'apparaissent d'autres formations politiques, le système se casse. Il se crée alors des anomalies importantes au niveau de la représentation des idées qui sont étouffées par le parti majoritaire ayant obtenu la moitié plus un des sièges. C'est ce que nous vivons actuellement. Le Parti libéral, avec moins de 50% (41,52 %) du vote populaire, gouverne en dominant grâce à sa « majorité » alors que les partis d'opposition ont obtenu plus de la moitié du suffrage exprimé.

D'ailleurs, le Québec a connu des aberrations électorales notoires dans le passé. En effet, en 1966, l'Union nationale obtenait 56 députés avec 40,82 % du vote, et les libéraux de Jean Lesage devenaient l'opposition officielle avec 50 députés, en ayant obtenu 47,29 % du vote. Plus près de nous, lors de l'élection de 1998, le PQ ra-

flait la mise : 76 députés avec un appui populaire de 42,87 %. Quant à lui, le Parti libéral avec un pourcentage de vote supérieur (43,55 %) faisait élire seulement 48 députés.

Dans ce contexte, vous, orphelins politiques, souhaitez-vous la création d'un nouveau parti ? Si oui, vous contribuez à nourrir la bête... Notre système électoral est dépassé. Il ne tient pas compte de la volonté populaire. Si chaque vote compte au moment de l'élection, qu'en est-il après ? Ce choix électoral devient caduc, puisque les seuls qui voient leurs idées au pouvoir sont ceux dont le parti occupe la position gouvernementale. Les autres, souvent majoritaires, font du surplace en attendant la prochaine élection.

Il est donc impérieux de revoir notre mode de scrutin, pour y introduire une représentation proportionnelle mixte compensatoire qui assurerait, au lendemain du scrutin, une présence démocratique du vote exprimé. Une élection ne devrait plus être une course de chevaux, dont le seul gagnant est le cheval de tête. Chaque vote devrait pouvoir compter et être reconnu dans la députation. Ainsi, personne ne deviendrait un orphelin politique.

Marcel Perron,
AREQ Secteur Portneuf

VIE DE L'AREQ

FONDATION LAURE-GAUDREULT : APPEL À TOUS

Comme beaucoup d'entre vous le savent, j'ai dû quitter mes deux implications à l'AREQ à cause de mon état de santé.

Deux personnes se sont proposées pour prendre la relève de l'environnement. Un double merci à mesdames Pierrette Morin et Renelle Nicole; nous avons toujours le support de Catherine LaBrie qui se rend disponible à chaque occasion.

Par contre, nous sommes toujours à la recherche d'une personne qui voudrait prendre en charge la *Fondation Laure-Gaudreault*. Ne voyez pas la charge

trop lourde : nous devons, de toute façon, abandonner le dossier conserverie. Nous pourrions d'abord nous limiter au profit partagé (moitié-moitié) et voir au fil du temps ce qui germera comme idée. Je suis toujours sur la voie d'évitement, mais il me fera plaisir de contribuer au meilleur de mes capacités. Lisette Godbout sera là pour vous épauler au besoin.

Merci à tous, pour vos prières et vos encouragements. Ils m'aident grandement à passer cette difficile étape.

Sophie Perreault

COMITÉ DES ASSURANCES Assurance collective ASSUREQ et Assurance voyage avec assistance

Si vous avez besoin de soins de santé durant votre voyage, votre assurance voyage vous remboursera si ces frais sont occasionnés à la suite d'une **maladie subite et inattendue**.

Cela signifie que, avant de partir en voyage, si vous êtes porteur ou porteuse d'une maladie connue, il est important de vous assurer que votre état de santé est bon et stable, que vous pouvez effectuer vos activités normales et qu'aucun symptôme ne laisse raisonnablement présager que des complications puissent survenir ou que des soins soient requis pendant la durée de ce séjour à l'extérieur de votre province de résidence.

Autrement dit, **pour que l'assureur accepte de vous couvrir, la maladie ou l'affection connue doit être maîtrisée avant votre départ. En cas de doute, il est recommandé de communiquer avec la**

firme CanAssistance pour obtenir des précisions sur la signification de l'expression **maladie subite et inattendue** ainsi qu'une **confirmation** que la garantie s'applique ou pas à votre situation. Cela permet d'éviter de bien mauvaises surprises!

CanAssistance est une firme d'assistance voyage qui offre ses services pour l'assurance voyage comme celle qu'offre ASSUREQ. Les numéros de téléphone pour joindre la firme apparaissent **au verso de votre carte SSQ**.

Les voici :

- Canada et États-Unis: **1 800 465-2928**

- Ailleurs dans le monde (à frais virés) : **514 286-8412**

Pour plus de renseignements, veuillez 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* de l'AREQ.

Capsules vidéo

Saviez-vous que 3 capsules vidéo sur les assurances sont maintenant disponibles sur le site Internet de l'AREQ

* **Capsule 1** : Comment s'inscrire au site *Accès | assurés de SSQ*

* **Capsule 2** : Comment obtenir un relevé pour fins d'impôt

* **Capsule 3** : Comment faire une réclamation pour des frais médicaux couverts par le régime d'assurance ASSUREQ en utilisant le service de réclamation Web du site *Accès | assurés de SSQ*.

Un document d'information pour chaque capsule est disponible pour les personnes désirant suivre la procédure écrite. Pour consulter les capsules précédentes ainsi que les documents d'information qui s'y rattachent, rendez-vous à areq.lacsq.org dans l'onglet Services.

Camille Paré, comité des assurances.

VIE DE L'AREQ

COMMUNIQUÉ CONJOINT



Loi modifiant le Code civil du Québec afin de protéger les droits des locataires âgés : une victoire pour les âgés à faible revenu

MONTREAL, le 3 juin 2016 - Quatre des principales associations d'âgés et de retraités du Québec unissent leurs voix pour souligner le travail entamé en 2015 par la députée de Gouin, Françoise David, et la collaboration du gouvernement du Québec sur les droits des locataires âgés. L'adoption du projet de loi 492, *Loi modifiant le Code civil du Québec afin de protéger les droits des locataires âgés*, représente un avancement considérable pour les âgés à faible revenu. Ce projet de loi modifie les conditions de la reprise de logement et de l'éviction prévues dans le Code civil afin de protéger les droits des âgés.

Pour l'Association québécoise de défense des droits des personnes retraitées et préretraitées (AQDR), il était temps d'agir. « Penser que des âgés vulnérables puissent se retrouver à la rue après avoir été évincés par un propriétaire, c'est inacceptable! Il fallait trouver une solution afin de protéger les âgés à faible revenu et le projet de loi 492 est le résultat d'un consensus raisonnable. Pour nous, ça devient un outil supplémentaire pour défendre les droits des âgés », a soulevé Judith Gagnon, présidente de l'AQDR.

L'Association québécoise des retraité(e)s des secteurs public et parapublic du Québec (AQRP) se réjouit de l'adoption de ce projet de loi visant à protéger les droits des âgés locataires. « Rappelons qu'au cours de la dernière campagne électorale, les partis ont appuyé l'idée selon laquelle il serait pertinent de mieux baliser l'éviction ou la reprise de logement des personnes âgées locataires. Nous sommes satisfaits qu'ils aient travaillé ensemble pour trouver un compromis acceptable pour tous. Ce sont les âgés du Québec qui en ressortent gagnants », a déclaré Donald Tremblay, président de l'AQRP.

De son côté, l'Association des retraitées et retraités de l'éducation et des autres services publics du Québec (AREQ) salue le fait que les parlementaires soient parvenus à s'entendre, au bénéfice de personnes âgées vulnérables. « Forcer une personne

âgée à quitter un logement où elle vit depuis de nombreuses années équivaut bien souvent à un déracinement, dont les impacts peuvent se révéler catastrophiques. C'est dans cet esprit que nous avons appuyé le dépôt du projet de loi 492. Sa nouvelle mouture est plus simple de compréhension et d'application, ce qui est un facteur de protection supplémentaire pour les personnes visées. Nous en sommes très heureux », a souligné le président de l'AREQ, Pierre-Paul Côté.

Enfin, le Réseau FADOQ est satisfait du résultat de cette concertation. « Au-delà du compromis qui se dessine entre Québec Solidaire et le gouvernement afin de limiter les évictions des âgés de leur logement, il est rafraîchissant de constater qu'une collaboration authentique entre des organisations politiques et civiles peut mener à des gains concrets pour les âgés. C'est particulièrement vrai dans le contexte actuel de confrontation et de fermeture à l'égard de nombreux enjeux. Il est motivant de noter qu'avec une réelle volonté politique, on peut travailler au progrès social du Québec », affirme Maurice Dupont, président du Réseau FADOQ.

Renseignements : Contacts média : AQRP : Jean-Philippe Rochette, conseiller aux relations publiques,

Cell. : 418 261-8090 /

Courriel : jean-philippe.rochette@aqrp.qc.ca;

Réseau FADOQ :

Brigitte Roussy, conseillère, Affaires publiques/relations média, Cell. : 514 248-0160 /

Courriel : brigitte.roussy@fadoq.ca;

AREQ : Dominic Provost, conseiller en communication,

Cell. : 418 929-4082 /

Courriel : provost.dominic@areq.lacsq.org;

AQDR : Samuel Labrecque, chargé de projets et relations média, Cell. : 514 742-9056 /

Courriel : samuel.labrecque@aqdr.org

NOS MEMBRES S'EXPRIMENT

Remerciements

Vous voulez que les hommes se dévoilent ??? Offrez-leur une plume.

Tous mes remerciements à l'AREQ Chauveau pour le "Des hommes racontent" que j'ai eu le plaisir de recevoir lors du tirage de l'Assemblée générale du 26 avril dernier. Page après page, un pur délice !

Merci au collectif d'auteurs d'avoir osé.

Vous n'avez pas encore lu ? Il est toujours temps de vous y mettre.

Merci encore.

Normande Gamache

Félicitations

C'est un plaisir de transmettre un message de félicitations à l'artiste de fusion de verre, madame Michèle Mainguy, dont le nom s'inscrit de plus en plus souvent sous le thème *Hommage à nos artistes*. Cette année encore, lors de l'Assemblée générale régionale du 2 juin 2016, elle remporte le premier prix parmi les vingt-huit œuvres exposées.

Félicitations à madame Mainguy. Que sa passion continue de nous transporter !

Pauline Gagnon

INFORMATIONS

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	Restaurant Roreke 40, rue Morissette, Québec G2A 1S4

In memoriam

Paul André Tremblay, membre, père de Sandra Tremblay

Diane Ennis, sœur de Claire Ennis

Yvonne Matte-Régnier, notre doyenne et mère de Madeleine Régnier

Jacques Proulx, frère de Jacqueline Proulx

Norma Magoon, épouse de Louis-Philippe Simard

Lisette Côté, sœur de Nicole Côté



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

À mettre à votre agenda

15 novembre 2016 : Accueil des Nouveaux

18 novembre 2016 : Journée des Hommes

15 décembre 2016 : Fête de Noël

2017 : possibilité d'un long séjour en Sicile

Hiver 2017 : Conférence avec Pierre Boily: La monnaie en Nouvelle-France.

INFORMATIONS

IMPORTANT

Pour le prochain journal, envoyez vos textes **avant le 3 octobre 2016** à Robert St-Denis
 Téléphone: 418 845-2662
 Courriel: pau.rob@videotron.ca

Expédition du Nouveau Jalon:
 par courriel : 13 octobre 2016
 par la poste : 19 octobre 2016

Équipe du journal

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

Mise sous enveloppe du journal

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

Liste de diverses activités et de leurs responsables

COMITÉS RÉGIONAUX ET LEURS RESPONSABLES

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	René Moisan	418 622-3762	remois@videotron.ca
Comité Sociopolitique	René Moisan	418 622-3762	remois@videotron.ca
Comité Environnement	Pierrette Morin	418-842-1411	Fax: 418 842-1411

ACTIVITÉS DE SECTEUR ET LEURS RESPONSABLES

Ligue de quilles	Guy Chouinard	418 871-7518	guy.chouinard7@sympatico.ca
Déjeuner en anglais	Raymond Nellis	418 842-5525	raymondnellisgolf@yahoo.ca
Déjeuner en espagnol	Denise Lizotte-Rochette	418 872-3657	dnszlzt@gmail.com
Déjeuner mensuels	Gisèle Boudreault	418 844-3925	gisboudreault2008@hotmail.com
Club littéraire	Claire Ennis	418 843-3611	ennisclaire17@yahoo.ca
Communication aux membres	Renelle Nicole	418 847-8781	renelle.nicol@gmail.com
Décès	Catherine LaBrie	418 380-1781	gerardal@bell.net
Site Web	Daniel Bernard	418 622-4834	berndan@videotron.ca
Sorties et voyages	Jacques Tessier	418 875-2672	jacques24tessier@live.ca
Nouveau Jalon	Robert St-Denis	418 845-2662	pau.rob@videotron.ca
Entraide	Claire Ennis	418 843-3611	ennisclaire17@yahoo.ca
Marche	Henriette Nellis	418 842-5525	henrietteb10@yahoo.ca
ViActive	Renelle Nicole	418 847-8781	renelle.nicol@gmail.com
Fondation Laure-Gaudreault	À venir		

août 2016

Nouveau Jalon -- 27-3

Été 2016

AREQ Chauveau (03F) chauveau.araq.ca

lundi	mardi	mercredi	jeudi	vendredi
22	23	24	25	26
29	30	31	1	2

septembre

5	6 Déjeuner du mois	7	8 Non-rentrée	9
12 Anglais Viactive	13 Marche Quilles	14 Espagnol Viactive	15	16
19 Anglais Club de lecture Viactive	20 Marche Quilles <u>Tai-Chi Qi Gong</u>	21 Espagnol Viactive	22 Conférence sur Limoilou	23
26 Anglais Viactive	27 Marche Quilles <u>Tai-Chi Qi Gong</u>	28 Espagnol Viactive	29 Visite de Limoilou en 2 groupes (am et pm)	30

octobre

3 Anglais Viactive Date de tombée N.J.	4 Déjeuner du mois Marche Quilles <u>Tai-Chi Qi Gong</u>	5 Espagnol Viactive	6	7 Activité sociopolitique
10 Anglais Viactive	11 Marche Quilles <u>Tai-Chi Qi Gong</u>	12 Espagnol Viactive	13	14
17 Anglais Club de lecture Viactive	18 Marche Quilles <u>Tai-Chi Qi Gong</u>	19 Espagnol Viactive	20	21
24 Anglais Viactive	25 Marche Quilles <u>Tai-Chi Qi Gong</u>	26 Espagnol Viactive	27	28
31 Anglais Viactive	1 Déjeuner du mois Marche Quilles <u>Tai-Chi Qi Gong</u>	2 Espagnol Viactive	3	4