

GROSSE-ÎLE TÉMOIN CENTENAIRE DE L'IMMIGRATION AU CANADA (1832 À 1937)

Cette année, les Retrouvailles de l'AREQ Chauveau passent par la participation à une expédition à Grosse-Île. Celle-ci est située à une dizaine de kilomètres à l'est de l'Île d'Orléans.



Arrivée à Grosse Île

Grosse-Île est ce lieu mythique qui servit de station de quarantaine pour plus d'un million d'immigrants européens vers le Canada via le port de Québec durant plus de cent ans. C'est l'épidémie de choléra asiatique qui sévit en Europe au début des années 1830 qui incite

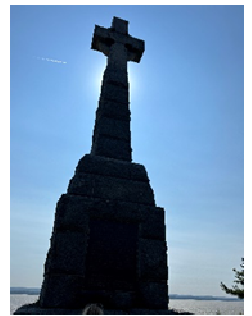
le Canada à se prémunir contre cette menace pour la santé publique. À cette époque, le pays est l'objet d'une intense période d'émigration vers l'Amérique. En témoigne l'année 1834 avec l'arrivée de 31 000 immigrants par le port de Québec.

Nous nous rendons à Grosse-Île sur le « Vent des Îles » qui nous y amène sur une traversée d'une trentaine de minutes. Le confort et la durée tranchent fortement avec celle des immigrants initiaux des années 1832 à 1870. Leur traversée de l'Atlantique durait deux mois, sur des voiliers de marchandises transformés grossièrement pour transporter des passagers dans des conditions d'hygiène déplorables. À compter de 1870, la traversée se fait en deux à trois semaines, dans des bateaux à vapeur, navires offrant de bien meilleures conditions.

À l'arrivée des bateaux, un médecin partait de l'Île pour identifier les passagers malades et ceux qui ne l'étaient pas, en apparence du moins. Les premiers étaient conduits dans le secteur des hôpitaux situés à l'est de l'Île pour y recevoir des soins. Les seconds étaient ame-

nés à l'ouest dans un « hôtel » de quarantaine. Au fur et à mesure des années, des bâtiments se sont ajoutés et se sont spécialisés pour refléter le *standing* des arrivants, soit par l'établissement d'hôtels de première, de deuxième et de troisième classe. La durée des séjours de quarantaine variait de vingt à quarante jours selon le type de maladie avec lequel les passagers pouvaient avoir été en contact lors de leur traversée.

À leur arrivée, chaque passager devait obligatoirement passer par l'édifice de désinfection. Celui-ci comportait des étuves dans lesquelles tous les vêtements et les bagages subissaient une intense désinfection. Le même sort s'appliquait aux personnes dans des douches d'eau et de *bichlorure de mercure* (!).



Une partie émouvante de la visite est liée à l'aspect que Grosse-Île fut le témoin d'une période historique marquante résultant de la grande famine irlandaise (1845-1849). L'année 1847 fut particulièrement éprouvante par l'arrivée de plus de 100 000 personnes alors que les capacités d'accueil étaient d'environ 35 000. C'est à ce moment que sont bâtis les lazarets à l'est de l'Île, près de nouvelles installations hospitalières érigées à la même époque.



Chambre 1^{re} classe

Une grande croix celtique a été installée et inaugurée en 1909 à l'ouest de l'Île et un mémorial, installé en 1998 près du cimetière de l'ouest, honore la mémoire de quelque 5424 immigrants, principalement irlandais, décédés du typhus en 1847 et 1848.

Une grande partie de ce qui frappe l'imagination lors de la visite de Grosse-Île se manifeste par des événements



Le deuxième mardi de chaque mois

Dans ce numéro :

Grosse-île témoin centenaire... ..	1
Les déjeuners du mois	2
Message de la présidence	3
Conseil sectoriel.....	3
Activités.....	4-10
Consignes d'activités	4
Visite du Château Frontenac	4
Fête de Noël.....	5
Quilles.....	5
Ciné-club «Les Bobino et	6
Grosse-Île (suite)	6
Les marches	7
Déjeuners en anglais	8
Club de lecture.....	8
Partage littéraire	9
Gould.....	10
Vie de l'AREQ.....	11-14
Mot de la présidence régionale....	11
Fondation Laure-Gaudreault.....	11
Comité environnement.....	12
Journée int. des hommes.....	13
ASSUREQ	14
Informations	15-18
Conférences Grand Public.....	15
In memoriam.....	15
Coordonnées utiles.....	16
Responsables.....	17
Calendrier.....	18

Déjeuners du mois

ATTENTION

8 octobre 10 h
Cosmos
2813 boul. Laurier Ste-Foy
418 652-2001

EXCEPTIONNELLEMENT 1er mardi

5 novembre 10 h
Eggsquis
1270 boul. Duplessis L'Ancienne-Lorette
(entre Odéon et Dollarama)
418 877-5554

10 décembre 10 h
Pacini Lebourgneuf
2013 boul. Lebourgneuf
418 626-8383

14 janvier 2025 10 h
Restaurant Le Dijon
Hôtel Double Tree by Hilton
7900 Marigot Charlesbourg
418 627-8008

11 février 10 h
L'Oeuforie
850 boul. Pierre-Bertrand
418 681-4419

11 mars 10 h
Cochon Dingue
1550 Lebourgneuf
418 628-1313

Pour réservation :

Gisèle Boudreault
418 844-3925
gisboudreault2008@hotmail.com

ou

Claire Ennis
418 843-3611
ennisclaire17@yahoo.ca

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

Merci!

Au plaisir de vous accueillir.

POUR TOUT CHANGEMENT À VOS COORDONNÉES

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

AREQ nationale

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

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

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

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

Adresse de courrier électronique

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

AREQ Chauveau

(à Renelle Nicole)
Téléphone : 418 847-8781
Courriel :
renelle.nicol@gmail.com

AREQ Région 03 Québec-Chaudière-Appalaches

Réjean Lemelin, président régional

Tél. : 418 843-3420 Courriel : rejlemelin@sympatico.ca

MOT DU PRÉSIDENT



L'année 2024-2025 est bien en marche

À l'aube de ma deuxième année à la présidence de notre secteur, j'entreprends cette nouvelle année avec enthousiasme et je suis très fier du travail accompli l'an dernier. Je constate de plus en plus que nous avons au Conseil une équipe formidable et très motivée quant à l'engagement de vous offrir des activités fort intéressantes. Pouvant compter sur des personnes très engagées comme responsables de nos divers comités, dont celui de nos activités, il en ressort des projets dignes de vous rendre fort satisfaits. C'est vous qui en êtes les premières et premiers bénéficiaires. Je vous invite donc, de façon très particulière, à prendre connaissance des nombreuses activités du présent journal et à vous y inscrire. Vous

constaterez que plusieurs activités sont nouvelles et d'autres se poursuivent avec des ajouts de qualité. Plus vous êtes présents à ces activités et plus nous pourrons en développer de nouvelles. Notre secteur fait l'envie de plusieurs autres secteurs de la région. C'est tout un honneur!

À cet effet, je profite de l'occasion pour vous inciter à nous faire part de vos idées, de vos commentaires, vos réactions qui pourraient ainsi ouvrir sur de nouvelles opportunités. Un petit courriel, un texto, un appel téléphonique sont toujours les bienvenus.

Outre les activités dites sociales, l'AREQ Chauveau poursuit les objectifs de l'AREQ nationale en proposant des rencontres susceptibles d'actualiser nos connaissances et d'améliorer nos comportements et notre participation face aux enjeux actuels de la société. N'hésitez pas à vous inscrire aux activités régionales afin de prendre le pouls du milieu et être au courant des actions de nos décideurs. Les informations ainsi recueillies pourraient mener à des engagements de notre part.

En terminant, permettez-moi de vous rappeler l'importance de notre organisation qui a à cœur le bien-être de tous nos membres. Profitez-en au maximum.

Ce sera un véritable plaisir de toutes et tous vous rencontrer!

Gaston Leclerc, président AREQ Chauveau

Conseil sectoriel 2023-2024



De gauche à droite:
Gaston Leclerc, Claire Ennis,
Louis-Marie Pichette, Renelle Nicole,
Francine Perron, Camille Vallée
et René Moisan

ACTIVITÉS

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

Pour le paiement, deux choix s'offrent à vous :

- Soit faire un chèque pour CHACUNE des activités et un chèque par PERSONNE qui s'inscrit (membre ou non-membre).
- Soit payer par INTERAC : un paiement par personne par activité.

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

Annulation

Il est convenu par le CS qu'aucune annulation ne sera acceptée après la date limite d'inscription indiquée.

Note pour le transport

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

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

Courriel : ennisclaire17@yahoo.com

VISITE DU CHÂTEAU FRONTENAC ET DÎNER AU MESS DES OFFICIERS

Bonjour à toutes et à tous,
Il me fait plaisir de vous inviter à découvrir un joyau de notre ville : le CHÂTEAU FRONTENAC. Une visite guidée d'environ une heure nous permettra sans doute d'en apprendre plus sur son histoire, ses secrets et ses trésors.



Par la suite, l'autobus nous conduira à la CITADELLE de QUÉBEC où nous serons accueillis au MESS des OFFICIERS par le sergent Gilles Beslisle et son épouse pour l'apéro, suivi d'un délicieux repas.

Au menu :

- potage;
- porc chasseur et légumes du jardin;
- dessert surprise du chef;
- thé, café.



Date : le mardi 12 novembre 2024

Départ : 9 h 30 du Super C 4545 boulevard de l'Auvergne Neufchâtel

Retour : vers 14 h 15

Coût : membre : 30 \$
 non-membre : 50 \$

Date limite d'inscription : le vendredi 1er novembre

Places disponibles : 50 participants

Pour cette sortie, prenez note des deux précisions suivantes :

CODE VESTIMENTAIRE : Les jeans et les espadrilles blanches ne sont pas acceptés.

Pour ceux qui le désirent, la tenue de ville pour les hommes serait très appréciée.

POURBOIRE : ce repas **n'inclut pas** le service; vous êtes donc invités à donner le pourboire en argent. Les pourboires sont répartis une fois par année à l'ensemble du personnel concerné.

Je profite de l'occasion pour remercier madame Gisèle Boudreault qui a bien voulu déplacer la date du déjeuner du mois afin de nous permettre de vivre cette activité, ainsi que madame Huguette Bélanger pour la communication avec le sergent Beslisle. Au plaisir de partager cette journée avec vous.

Inscrivez-vous en remplissant le coupon d'inscription.

Merci et à bientôt.

Francine Perron, responsable

ACTIVITÉS

FÊTE DE NOËL

Nous vous invitons à vous joindre à nous pour célébrer la fête de Noël. Celle-ci aura lieu le 11 décembre à l'Hôtel *Le Bonne Entente*, situé au 3400 chemin Ste-Foy Québec G1X 1S6.

C'est avec un immense plaisir que nous vous y accueillerons entre 10 h 30 et 11 h. Un apéro (avec ou sans alcool) vous sera offert.

Pour notre plus grand bonheur, le duo *La Relance* animera le volet musical.

Quand : le mercredi 11 décembre 2024

Coût : apéro, repas et animation
membre : 30 \$ non-membre : 50 \$

Date limite d'inscription : le 25 novembre 2024

Si vous désirez former un groupe à une table (8 personnes par table), veuillez inscrire les noms dans votre envoi.

Le covoiturage est suggéré parce que le stationnement est payant. Vous devez prendre le billet de stationnement et l'échanger contre un autre billet pour la sortie. Ce billet vous sera donné par un membre du personnel.

Une responsable de la fondation Laure-Gaudreault sera présente pour la vente de billets moitié-moitié.

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

Utiliser le coupon Fête de Noël pour votre inscription et le choix du menu. Pour les personnes qui s'inscrivent par INTERAC, svp remplir le coupon et le retourner pour votre choix de menu.

Menu 1 : Poitrine de poulet

Menu 2 : Saumon

Menu 3 : Bucotini (ce sont des pâtes)

Dans ces temps de plus en plus difficiles, nous aimerions encore une fois vous demander de bien vouloir apporter quelques denrées alimentaires non périssables qui seront recueillies par un membre bénévole de la Saint-Vincent-de-Paul de Loretteville. Il va sans dire que les dons en argent sont aussi acceptés.

*Francine Perron et Louis-Marie Pichette,
responsables*

QUILLES



Bonjour aux membres,

Ici Guy Chouinard. Je suis responsable de l'activité des quilles depuis 1995, soit depuis 29 ans. Je joue encore aux quilles malgré mes 84 ans. Je conduis ma voiture au Salon de quilles *Le Temple* situé sur la rue Nérée-Tremblay.

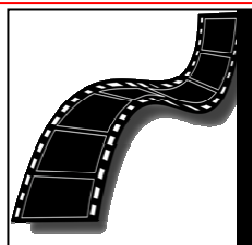
Nous jouons le mardi matin à 9 h 30. Il en coûte 15 \$ pour l'activité. Quand nous nous absentons, il n'en coûte rien. Il y a des joueurs et joueuses qui peuvent vous aider, dont moi-même.

Joignez-vous à nous.

Vous serez surpris de vos capacités.

Guy Chouinard, responsable

ACTIVITÉS



CLUB Les BOBINO et les BOBINETTE 3, 2, 1 ACTION !!!

C'est en date du 12 septembre 2024 que la grande première du ciné-club « les Bobino et les Bobinette » s'est déroulée en toute simplicité au cinéma Le Clap de Loretteville. Il faut dire que Camille, René et moi étions un peu fébriles, car nous avions à cœur de créer un moment agréable où chaque participante et chaque participant se sentent accueilli(e)s et éprouvent du plaisir à regarder un film en groupe et à partager leurs impressions.



Nous avons choisi le film « 1995 » de Ricardo Trogi. Vingt-cinq personnes enthousiastes étaient présentes. Après l'écoute du film, nous nous sommes rassemblés dans la verrière pour donner quelques informations concernant le programme à venir pour l'automne et avons partagé nos impressions sur le film. C'est tellement intéressant et enrichissant d'entendre chacun donner son opinion et son senti sur le visionnement. De plus, nous avons misé juste sur le choix du film, car la majorité ont signifié avoir beaucoup aimé. Avant de quitter, plusieurs personnes nous ont dit apprécier la formule, ce qui est très encourageant pour la suite. Merci chers membres.

L'expérience se poursuit le 10 octobre. Nous irons visionner le film québécois « La Petite et le Vieux » tiré d'un roman écrit par une auteure de Québec, Marie-Renée Lavoie, qui a habité à Limoilou dans les années 1980, année et lieu où l'histoire se déroule. Ça promet d'être très intéressant.

Nous serons heureux de vous accueillir à nouveau, membres du ciné-club, avec une amie ou un ami si vous le souhaitez.

Au plaisir,



Chantal Bastien, votre Bobinette motivée

GROSSE-ÎLE TÉMOIN CENTENAIRE DE L'IMMIGRATION AU CANADA (1832 À 1937)

(Suite de la page 1)

tristes et dramatiques qui s'y sont produits. Il demeure toutefois qu'il faille retenir de cette visite que cet espace de quarantaine utilisé pendant plus de cent ans a permis de sauver un nombre très important de vies, par une limitation significative de propagation de maladies infectieuses difficiles à contenir et à soigner à l'époque.

Il faut aussi se dire que Grosse-Île a été un portail qui, pour plus d'un million de personnes arrivées



en Amérique par la ville de Québec, a constitué pour la majorité d'entre elles un lieu de passage vers un avenir meilleur.

Enfin, nous pouvons considérer que chaque participant de cette expédition aura pu apprendre beaucoup d'éléments de notre histoire collective dans ce qui peut être considéré par plusieurs comme un des secrets

les mieux gardés du Québec.

Serge Bastien, invité

ACTIVITÉS

Club de marche *Les pieds dans le vent*

Depuis plus de 15 ans, nous nous donnons rendez-vous les mardis, au stationnement indiqué, pour une marche de 60 à 90 minutes, départ à 13 h 30.

Après la marche, pour continuer à fraterniser, pour celles et ceux qui le désirent, nous nous rejoignons dans un café. Comme toujours, les responsables se partagent les tâches de préparation et de soutien. La marche est une habitude bien ancrée qui nous aide à garder la forme, dans le plaisir et la bonne humeur.

Une pluie ou une tempête annule la sortie.

Nous serons heureux de vous accueillir. Bienvenue à toutes et à tous.

NOVEMBRE		
5	Parc Linéaire de la rivière Saint-Charles	Maison O'Neil, 3160, boul. Wilfrid-Hamel
12	Corridor des Cheminots, vers Val-Bélair	Colisée de Loretteville, 86, boul. des Étudiants
19	Vieux-Beauport	Église de la Nativité, 25, avenue du Couvent
26	Montchâtel, parc et rues	Rue Duhamel, au bout, via boul. des Cîmes

DÉCEMBRE		
3	Parc de l'Escarpement	Walmart Lebourgneuf
10	Trait-Carré, Charlesbourg	Église Saint-Charles Borromée, boul. Louis XIV

JANVIER 2025		
14	Duburger	2300, boul. Père-Lelièvre
21	Base de plein air de Ste-Foy	Charest-Ouest, sortie Blaise-Pascal, puis à gauche
28	Vanier	Normandin, 400 rue Soumande

FÉVRIER		
4	Corridor des Cheminots, vers Québec	Colisée de Loretteville, 86, boul. des Étudiants
11	Parc de la Rivière-Duburger	Tim Hortons, coin Chauveau et Robert-Bourassa
18	Sentier municipal de Valcartier	Église United Church, face au 2230, boul. Valcartier
25	Base de plein air La Découverte Val-Bélair	1560, de la Découverte, via av. de la Montagne

MARS		
4	Parc Linéaire de la rivière Saint-Charles, vers Lac Saint-Charles	Colisée de Loretteville, 86, boul. des Étudiants
11	Charlesbourg, Limoilou	IGA, derrière le 4250, 1 ^{re} avenue
18	Neufchâtel	Tigre Géant, 2264, boul. Bastien
25	Petit-Vallon	Parc Saint-Raphaël, 3535, rue de la Rivière Nelson

RESPONSABLES

Henriette Nellis	418 750-1255
Hélène Paré	418 527-2238
Claire Gervais	418 844-2844
Réjean Boivin	418 440-5413
Francine Bélanger	581 994-6504

ACTIVITÉS

DÉJEUNER EN ANGLAIS

Chers membres et membres amis,

Une belle activité se présente à vous tous les lundis matin pour enrichir vos connaissances dans une langue seconde tout en socialisant.

Ces déjeuners en anglais se vivent cordialement au restaurant *l'Eggsquis* dès 9 h au 5050 boul. Hamel. De plus, il est permis de faire participer une de vos connaissances qui a un intérêt pour améliorer cette seconde langue.

*** Des membres de notre groupe utilisent l'application gratuite DUOLINGO pour apprendre l'anglais ou une autre langue. Ils trouvent que cette application est bien adaptée à leur niveau et les motive à pratiquer une autre langue quotidiennement.

Il est possible de l'utiliser en ligne ou de télécharger l'application sur l'App Store ou sur Google Play à cette adresse fr.duolingo.com/.

Bonne pratique. Bienvenue à tous.

Claudette Raynault, responsable



CLUB DE LECTURE

Moments enrichissants,
La joie et le bonheur,
Non puissant,
Une petite lueur.

Belle rencontre mensuelle,
De belles dames,
Parfois sensuelle,
Le calme.

Amoureuse de la lecture,
Au gré des émotions,
Récentes ou futures,
Des impressions.

Aventure,
Romans,
Du quotidien sans mesure,
Du futur ou présent.



Un livre,
Une histoire,
Délivre,
Son moment comme passoire.

L'imaginaire,
Un moment enivrant,
Du spectaculaire,
Un moment.

Sortir de sa routine,
Perdre la notion du temps,
Plonger dans le sublime,
Un instant.

Lire,
Regarder vers l'avenir,
Doux souvenir,
Me faisant sourire.

Carole Lessard

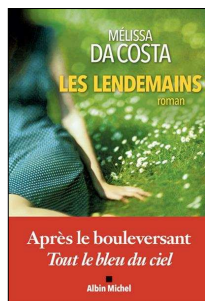
ACTIVITÉS

PARTAGE LITTÉRAIRE

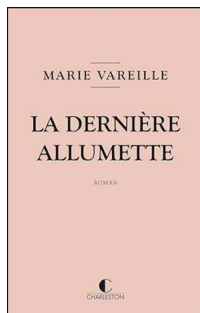
L'automne est à nos portes, ce qui annonce la reprise de nos activités du secteur. Les membres de notre club de lecture ont d'autres suggestions afin d'agrémenter ces belles journées plus fraîches.

Les lendemains par Mélissa Da Costa

Gestion du deuil, courage, émotions et sensibilité. Une jeune femme vit un double deuil. Elle décide de louer une maison isolée que la fille de la propriétaire sous-loue. De temps en temps, elle visite la locataire et est agréablement surprise de ses réalisations.



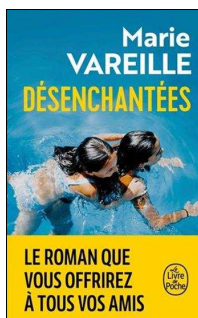
La dernière allumette par Marie Vareille



La dernière allumette est un roman bouleversant et puissant qui nous happe dès la première page. L'autrice réussit malgré le sujet sensible (violence conjugale) à donner une voix forte à ses personnages et à nous lier pour toujours à Abigaëlle. Un roman renversant et nécessaire.

Désenchantées par Marie Vareille

La disparition de Sarah Leroy a ému toute la France. Vingt ans plus tard, une journaliste doit écrire sur ce drame qui a marqué sa jeunesse. Une lecture addictive, une autrice à découvrir!

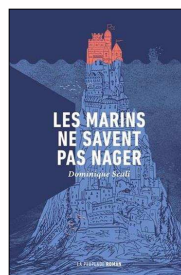


Amiante par Sébastien Dulude

« Un premier roman d'une incandescence rare » Thetford Mines, ville phare de l'industrie de l'amiante québécoise, été 1986. Deux jeunes de neuf et dix ans s'amuse à travers les paysages mi-forestiers mi-lunaires mais une tragédie les guette.



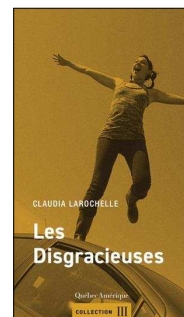
Les marins ne savent pas nager par Dominique Scali



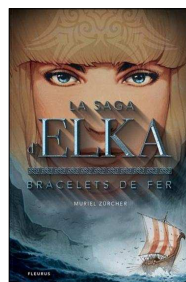
Roman fabuleux d'aventures maritimes qui se déroulent au XVIIIe siècle sur l'île d'Ys, au milieu de l'Atlantique.

Les Disgracieuses par Claudia Laroche (2024).

L'autrice présente trois moments marquants de sa vie : les émois de la finissante de cinquième secondaire; les expériences professionnelles face au "boys club" de son journal; les amours malsaines enfin remplacées par une union saine et bienveillante.



La saga d'ELKA tome 1 Bracelets de fer par Muriel Zurcher



C'est l'histoire d'une jeune princesse viking qui, par suite d'un événement tragique, quitte son village et affronte bien des dangers. Elle découvre qu'elle a droit à la liberté et à l'épanouissement.

Claire Ennis, responsable

ACTIVITÉS

UN VENT D'ÉCOSSE SOUFFLE SUR GOULD

Le départ pour notre sortie se fait tôt (8 h) sous un ciel incertain. En route, c'est avec plaisir que nous voyons le ciel se dégager et nous offrir une superbe journée ensoleillée.



À notre arrivée à Gould, nous sommes accueillis par monsieur Daniel Audet, propriétaire et fondateur de l'auberge *La Ruée vers Gould*. Il nous raconte l'histoire du magasin général/auberge. Puis nous sortons de l'auberge au son de la cornemuse que nous suivons jusqu'à l'ancien Hôtel de Ville de Gould (1903). Là, mon-

sieur Sylvain Ross anime un atelier fort intéressant sur les tartans avec lesquels on fait les kilts. On a même droit à une démonstration sur la façon dont on se vêt de cette pièce de tissu de 12 mètres. L'atelier se termine avec des informations sur la cornemuse ainsi qu'une présentation musicale: *The Skye Boat Song* tirée de la série *Outlander*. De retour à l'auberge, nous dégustons un copieux dîner concocté à partir de recettes écossaises.

En après-midi, monsieur Marcel Langlois nous emmène à l'église presbytérienne *Chalmers*. Il nous

parle un peu de l'église qui est plutôt dénudée en comparaison de nos églises catholiques. Il nous raconte la triste histoire de l'arrivée des Écossais à Gould. Tout comme tant d'Irlandais, ces Écossais de l'île de Lewis ont été chassés de leur pays par de grands propriétaires terriens.

Après une petite marche, nous arrivons au cimetière des Pionniers où se trouve entre autres la tombe de James Ross, fondateur du village. C'est lui qui ouvre le magasin général et devient le premier maire.

Au retour à l'auberge, nous prenons part à une mini-conférence sur les scotchs whiskys avec une dégustation de trois whiskys comme apéro. Puis nous dégustons un « Festin d'Ecosse » sous la forme d'un buffet où tous les plats sont des plus délicieux. La journée se termine avec un spectacle « Deux accordéons » avec Yves Hélie et Nathalie D'Écosse, qui nous font taper du pied et danser.



Merci beaucoup à tous ceux et celles qui ont contribué à la réussite de cette activité.

Johanne Fontaine

VIE DE L'AREQ

MOT DU PRÉSIDENT RÉGIONAL



Un beau bonjour à chacune et chacun de vous,

Ça y est ! Et pourtant, il me semble que les vacances (peut-on parler de « vacances »?) viennent à peine de commencer !

Qu'à cela ne tienne, dans quelques jours débiteront les activités tant régionales que sectorielles. Eh oui, c'est le coup de départ pour la deuxième année de notre triennat.

Malgré cette période estivale plutôt chaude et particulièrement humide, toutes vos représentantes et tous vos représentants ont travaillé fort pour vous offrir des activités 2024-2025 toutes plus intéressantes les unes que les autres. Je suis certain que vous avez déjà placé à votre agenda celles qui vous intéressent le plus.

Alors, pourquoi ne pas en ajouter une de plus en y emmenant une de vos consœurs ou un de vos confrères de travail dont vous avez très peu de nouvelles et que l'on voit rarement dans nos rencontres régionales ou sectorielles ? Il me semble que cela serait une habitude importante à prendre pour renouer avec ces personnes ! De plus, je serais personnellement heureux, lors des rencontres régionales, de les accueillir et d'échanger avec elles.

Au niveau régional, nous avons maintenu les coûts de participation au même niveau que l'an dernier, soit 20 \$ pour les membres et 40 \$ pour les non-membres, et ce, même s'il en coûte de plus en plus cher pour le service des traiteurs et lieux de rassemblement.

Malgré un bon nombre de personnes impliquées, il reste des places à combler dans quelques secteurs. Pourquoi ne pas offrir votre temps et votre disponibilité ? Vous avez sûrement des talents qui pourraient être mis à profit au service d'autres membres.

En terminant, merci à tous les membres bénévoles qui s'impliquent à l'AREQ pour rendre notre association bien vivante et dynamique. Et je me répète volontairement : votre présence aux activités est la meilleure façon de témoigner votre reconnaissance. En fait, c'est notre salaire !

Ah oui, avez-vous des activités ou des projets spécifiques pour cet automne ?

L'AREQ régionale de Québec-Chaudière-Appalaches vous propose déjà une variété d'activités pour ses membres :

1. le 1^{er} octobre : marche des ainé.e.s à Québec (AREQ et fondation AGES) ;
2. le 9 octobre : rencontre pour le sociopolitique ;
3. le 25 octobre : rencontre en environnement ;
4. le 19 novembre : journée internationale des hommes.

Au plaisir de vous y rencontrer.

Réjean Lemelin, président régional

BONNE NOUVELLE!

Bonjour à toutes et à tous,

C'est avec plaisir que je vous annonce le retour du tirage moitié moitié pour la Fondation Laure-Gaudreault.

Notre premier tirage aura lieu à la fête de Noël en décembre. Le prix des billets sera le même, soit 2 \$ pour un billet et trois billets pour 5 \$. Entretemps, je vous rappelle que vous pouvez toujours faire des dons en ligne sur le site : fondationlg.org. Ne pas oublier de spécifier région 03 F secteur Chauveau.

Je vous souhaite à tous un bel automne et au plaisir de vous revoir bientôt.

Francine Perron, responsable



VIE DE L'AREQ

COMITÉ ENVIRONNEMENT

Chers membres,

Je me présente, Sonya Fiset. J'ai pris ma retraite l'hiver dernier et j'ai décidé de m'impliquer activement au sein de l'AREQ Chauveau, secteur qui a été au cœur de ma carrière et où j'ai grandi.



Pour celles et ceux qui ne me connaissent pas, voici un bref aperçu de mon parcours. J'ai fait mes études à l'école Saint-Charles, à Mgr-Dumas et à l'école secondaire de Neufchâtel. J'ai ensuite enseigné pendant huit ans au secondaire, notamment à La Camaradière, à l'école secondaire de Neufchâtel et à la Polyvalente de L'Ancienne-Lorette. Par la suite, j'ai poursuivi mon enseignement au primaire, à l'école de l'Apprenti-Sage et à l'école internationale de Saint-Sacrement.

Je me suis activement impliquée au Comité Paix et Environnement du SERQ et au comité conseil EAV-EVB de la CSQ pendant quelques années. De plus, je siège au conseil d'administration de la Fondation Monique-Fitzback, ce qui me permet de continuer à œuvrer pour un avenir éducatif durable.

Pour donner suite à des échanges, Renelle, consciente de mon intérêt et de mon engagement, m'a proposé de prendre la relève du comité Environnement de notre secteur. C'est avec une grande joie que j'accepte cette responsabilité, tout en bénéficiant du soutien et de l'accompagnement précieux de Renelle pour assurer une transition en douceur. Je tiens à la remercier chaleureusement pour sa confiance et sa collaboration. Je suis également reconnaissante pour l'accueil chaleureux que j'ai reçu dans notre secteur. Un merci spécial à Gaston, que j'ai eu le plaisir de rencontrer auparavant dans d'autres contextes.

Pour ce premier article, je souhaite vous partager quelques ressources et organismes qui s'alignent avec les objectifs de notre comité :

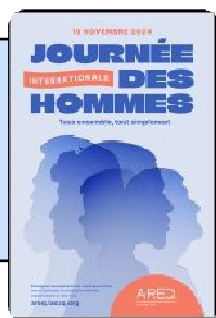
- Le mouvement ACTES (Actions Collectives en Transition Environnementale et Sociale) de la CSQ : actes.lacsq.org/
- La Fondation Monique-Fitzback : fondationmf.ca/
- Plusieurs organismes qui font la promotion des valeurs et sont regroupés dans le Centre culture et environnement Frédéric Back : ccefb.org/

N'hésitez pas à me contacter si vous avez des ressources ou des initiatives à partager. J'ai hâte de vous rencontrer lors de la Journée régionale Environnement le 25 octobre ou lors d'une prochaine rencontre.

Comme le disait Nelson Mandela : « L'éducation est l'arme la plus puissante que vous puissiez utiliser pour changer le monde. »

Sonya Fiset, responsable du comité Environnement
(418) 558-5330
sonya_fiset@hotmail.com

VIE DE L'AREQ



*Par la présente, nous vous invitons cordialement
à notre activité régionale qui marquera
La Journée internationale des Hommes (JIH 2024)
Le mardi 19 novembre 2024*

Arrivée 8 h 30 pour les inscriptions

Personnes ressources pour notre journée JIH 2024

9 h-10 h :

Martin Ste-Croix Brassard (*AutonHomme*)

- Extraits du vécu des hommes aînés et des défis auxquels ils font face;
- Cheminements vis-à-vis la quête de sens de leur nouvelle vie;
- Comment être bien dans sa peau et heureux, malgré l'âge;
- Témoignage.

10 h-11 h :

Dr Stéphane Lemire (*Vieillir à la maison*)

- Interniste-gériatrie, fondateur de la fondation AGES et du réseau gériatrie sociale;
- Offrant avec son équipe, des soins à domicile, pour les personnes vulnérables;
- Accompagnement particulier auprès des personnes âgées.

11 h-12 h :

Geneviève Léveillé

- La Maison Michel-Sarrazin : une œuvre au service de sa communauté.

12 h :

Dîner communautaire

13 h 20 :

Partie musicale :

- Avec **Jean-Noël Laprise** et la complicité de quelques autres musiciens;
- Chansons inspirées du thème «Tous ensemble, tout simplement » pour se détendre.

Conclusion de notre activité

- Remerciements de notre responsable régional;
- Salutations et au revoir !

Jean-Noël Laprise

Responsable régional du Comité des hommes

Réjean Lemelin

Président région 03

Où : Hôtel Québec
3115 avenue des Hôtels
Québec

Coût : conférenciers, repas et animation
membre : gratuit non-membre : 40 \$

Date limite de votre inscription obligatoire: le 5 novembre 2024

Remplir le coupon d'inscription.

VIE DE L'AREQ

ASSURANCE COLLECTIVE ASSUREQ

ASSURANCE SANTÉ ET SANTÉ PLUS

Notre assurance Beneva a fait une mise à jour le 26 mars 2024 pour avoir des remboursements de vos réclamations sans surprise. Il faut voir la liste des professionnels de la santé *exclus*. Beneva a révisé et mis à jour le processus de réclamation, ce qui peut parfois entraîner l'exclusion de certains professionnels de la santé. C'est pourquoi ils ont établi une liste que vous pouvez consulter pour éviter un refus du remboursement de vos réclamations. Beneva vérifie si ses critères sont respectés par les professionnels de la santé, les établissements et les associations. Si vous faites affaire avec l'un d'eux, le remboursement des frais que vous réclamez sera refusé. C'est pourquoi il est important de consulter cette liste avant d'obtenir un soin de santé ou d'acheter un article médical car s'ils figurent sur leur liste, les frais que vous avez payés ne seront pas remboursés.

Petit Rappel : l'Assurance Santé Plus permet aucun maximum *par* traitement en consultation (frais remboursables à 80 %), le remboursement maximal est de 1 000 \$ / année civile pour l'ensemble de ces spécialités : acupuncture, chiropractie, diététique, homéopathie, kinésiologie, kinésithérapie, massothérapie, naturopathie, orthothérapie, ostéopathie, physiothérapie et thérapie du sport, podiatrie, podologie. L'assurance permet également des remboursements en audiologie, ergothérapie, orthophonie et psychothérapie (50 % des premiers 1 000 \$ de frais admissibles et 80 % des frais excédentaires, 1500 \$ / année civile)

Après mon décès, est-ce que ma personne conjointe peut continuer d'être assurée?
Oui, à condition qu'elle soit en protection familiale avec votre assurance immédiatement avant votre décès et qu'elle adhère à l'AREQ et à ASSUREQ dans le délai de 90 jours suivant votre décès. Une trousse d'adhésion pour personne conjointe survivante est postée par Beneva dès que l'assureur est avisé du décès.

Il y a une petite note intéressante à consulter sur le site de l'AREQ. Vous pouvez choisir les médicaments génériques et ainsi réaliser des économies en optant pour ce type de médicament. Les ingrédients médicaux sont identiques, aucune différence quant à l'efficacité et la sécurité. Une version générique d'un médicament répond exactement aux mêmes normes de qualité et de pureté mises de l'avant par Santé Canada. Les génériques vous permettent d'économiser entre 40% et 60% sur votre coût mensuel. (Réf. : Areq)

Je vous rappelle de nouveau que, si vous êtes inscrits sur Espace client Beneva, vous pouvez consulter votre dossier de même que plusieurs autres informations personnelles. Vous pouvez aussi communiquer directement avec Beneva.

De plus, une personne ressource, madame Johanne Freire (AREQ), pourra répondre à vos interrogations.

Adresse à retenir :

beneva.ca/fr/assurance-collective/assurance-voyage
beneva.ca/fr
areq.lacsq.org/
freire.johanne@areq.lacsq.org
beneva.ca/fr/espace-client



Clément Cormier, responsable assurances secteur Chauveau

cl McCormier@videotron.ca

INFORMATIONS

Sous le thème
« Vieillir en santé »,
le Centre d'excellence sur
le vieillissement de Québec
(CEVQ), en partenariat avec le
comité des usagers du CHU de
Québec-Université Laval,
présente :

**LA
PROGRAMMATION
2024-2025 DES
CONFÉRENCES
GRAND PUBLIC**

CONFÉRENCES GRATUITES

 **L'isolement social
des personnes âgées : un enjeu pour tous !**
Mercredi 16 octobre 2024, de 10 h à 12 h - En présentiel
Marie-Pier Trudel, travailleuse de milieu pour le service Aînés-nous à vous aide!
du Centre d'action bénévole du Centrefort (CABC)

 **De la maltraitance à la bientraitance :
quand un geste simple peut faire la différence**
Mercredi 19 février 2025, de 10 h à 12 h - Zoom
Audrey Walsh, Coordinatrice régionale en matière de lutte à la maltraitance,
Centre d'excellence sur le vieillissement de Québec

 **Alimentation adaptée aux réalités du vieillissement**
Mercredi 23 avril 2025, de 10 h à 12 h - En présentiel
Nancy Presse, Professeure adjointe, Faculté de médecine et des sciences de la santé, Université de Sherbrooke
Chercheuse, Centre de recherche sur le vieillissement, CIUSSS de l'Estrie-CHUS
Directrice de laboratoire, Centre de recherche de l'Institut universitaire de gériatrie de Montréal,
CIUSSS du Centre-sud de l'Île-de-Montréal

Pour nous joindre par courriel :
cevq.formationcontinue.ciusscn@sss.gouv.qc.ca

Si présentiel : Montmartre Canadien
1669, chemin Saint-Louis

Si Zoom : Nous fournir votre courriel
en appelant au 418 682-7987



In memoriam

Madame Gilberte Tanguay, membre;
Monsieur Jean-Yves Morel, membre;
Monsieur Jean-Michel Huot, membre;
Monsieur Yvon Careau, membre;
Madame Anna Lebel-Fortin, membre;
Monsieur Jacques Verret, conjoint d'Yvette Roy;
Madame Colette Vézina, membre;
Monsieur Pierre Villeneuve, frère de Colette Villeneuve;
Madame France Leblanc, membre;
Monsieur Pierre-Georges Tabouillet, membre;
Madame Ghislaine Lafleur-Magnan, membre;
Madame Jacqueline Frenette, membre;
Monsieur Jean-Pierre Trottier, frère de Michel Trottier;
Monsieur Réjean Jalbert, frère d'Olivette Jalbert.



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

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

COORDONNÉES UTILES

AREQ (CSQ) Nationale	418 525-0611 1 800 663-2408 Fax:418 525-0769	info@areq.lacsq.org Votre numéro de membre est votre nom
AREQ (CSQ) Région 03 Président régional : <i>Réjean Lemelin</i>	418 843-3420	quebec-chaudiere-appalaches.areq.lacsq.org rejlemelin@sympatico.ca
RETRAITE QUÉBEC Regroupement de la RRQ et de la CARRA (Depuis le 1^{er} janvier 2016)	Région de Québec : 418 643-5185 Région de Montréal : 514 873-2433 1 800 463-5185	MON Dossier (accédez à votre dossier en tout temps) retraitequebec.gouv.qc.ca
PSV (Pension de la sécurité de la vieillesse)	1 800 277-9915	canada.ca/fr/services/prestations/pensionspubliques.html
RAMQ	418 646-4636 1 800 561-9749 (sans frais)	ramq.gouv.qc.ca
Beneva ASSUREQ	1 888 833-6962 418 651-6962	beneva.ca/
RÉSAUT– La Personnelle	1 888 476-8737 Réclamation : 1 866 776-8343 Service à la clientèle : 1 877 870-4973	lapersonnelle.com
Veillez utiliser les numéros d'assistance apparaissant sur votre carte d'assurance. Si vous n'avez pas votre carte, utilisez les numéros ci-dessous : CANAssistance Assistance Voyage 24/7 Assurance-Voyage (règlements)		1 800 465-2928 ou 1 855 908-5056 1 800 264-1852

INFORMATIONS

**Retrouvez-nous sur le
WEB!**

chauveau.arena.lacsu.org

Conseil sectoriel

Président	Gaston Leclerc	418 563-3934	gaston.leclerc@videotron.ca
1 ^{re} vice présidente	Claire Ennis	418 843-3611	ennisclaire17@yahoo.ca
2 ^e vice-présidente	Renelle Nicole	418 847-8781	renelle.nicol@gmail.com
Trésorière	Camille Vallée	418 454-2294	camille.robitalle@hotmail.com
Secrétaire	Louis-Marie Pichette	418 871-4079	pichette.lm@videotron.ca
1 ^{re} conseillère	Francine Perron	418 877-9381	francineperron@videotron.ca
2 ^e conseiller	René Moisan	418 407-3762	remoiso@videotron.ca

LISTE DES DIVERSES ACTIVITÉS ET DE LEURS RESPONSABLES

RESPONSABLES DU SECTEUR AUX COMITÉS RÉGIONAUX

Condition des hommes	Louis-Marie Pichette	418 871-4079	pichette.lm@videotron.ca
Condition des femmes	Hélène Leclerc	418 845-0016	coulec2010@videotron.ca
Comité des Assurances	Clément Cormier	418 843-5103	clecormier@videotron.ca
Comité Retraite	Carole Lessard	581 748-5101	carolelessard1961@gmail.com
Comité Sociopolitique	Robert Martel	418 843-1697	martelrobert@gmail.com
Comité Environnement	Sonya Fiset	418 558-5330	sonya_fiset@hotmail.com

ACTIVITÉS DE SECTEUR ET LEURS RESPONSABLES

Activité	Responsable	Téléphone	Courriel
Club littéraire	Claire Ennis	418 843-3611	ennisclaire17@yahoo.ca
Ciné-Club	Chantal Bastien	581 984-2609	chanton@videotron.ca
Communication membres	Renelle Nicole	418 847-8781	renelle.nicol@gmail.com
Décès	Johanne Fontaine-Cossette	418 659-4102	jfontainek7@gmail.com
Déjeuner en anglais	Claudette Raynault	418 265-8986	raynaultc1965@gmail.com
Déjeuners mensuels	Gisèle Boudreault	418 844-3925	gisboudreault2008@hotmail.com
Entraide	Claire Ennis	418 843-3611	ennisclaire17@yahoo.ca
Inscriptions	Camille Vallée	418 454-2294	camille.robitalle@hotmail.com
Ligue de quilles	Guy Chouinard	418 871-7518	guy.chouinard7@sympatico.ca
Marche	Henriette Nellis	418 750-1255	henrietteb10@yahoo.ca
Nouveau Jalon	Pauline Gagnon	418 845-2662	pauline.gagnon77@videotron.ca
Site Web	Huguette Bourret	418 843-8769	hbourret@bell.net
	Renelle Nicole	418 847-8781	renelle.nicol@gmail.com
Sorties	Claire Ennis	418 843-3611	ennisclaire17@yahoo.ca
	Francine Perron	418 877-9381	francineperron@videotron.ca
ViActive	Renelle Nicole	418 847-8781	renelle.nicol@gmail.com
Fondation L.-Gaudreault	Francine Perron	418 877-9381	francineperron@videotron.ca

IMPORTANT

ÉQUIPE DU JOURNAL

Pauline Gagnon, resp.
Huguette Bourret
Lisette Godbout

**Pour le prochain journal, envoyez vos textes
avant le 2 février 2025 à Pauline Gagnon.**

Téléphone : 418 845-2662

Courriel : pauline.gagnon77@videotron.ca

Octobre

Nouveau Jalon -- 36-1 - Automne 2024

21 Anglais Club littéraire ViActive	22 Marche	23	24	25 Journée régionale environnement
28 Anglais ViActive	29 Marche	30	31	1

Novembre

4 Anglais ViActive	5 Déjeuner du mois Marche	6	7	8
11 Anglais ViActive	12 Visite Château Frontenac Marche	13	14 Ciné-Club «Les Bobino et les Bobinette»	15
18 Anglais Club littéraire ViActivei	19 Journée interna- tionale des hommes Marche	20	21	22
25 Anglais ViActive	26 Marche	27	28	29

Décembre

2 Anglais ViActive	3 Marche	4	5 Ciné-Club «Les Bobino et les Bobinette»	6
9 Anglais ViActive	10 Déjeuner du mois Marche	11 Fête de Noël	12	13
16 Anglais Club littéraire	Joyeux temps des fêtes 			

Janvier 2025

6	7	8	9 Ciné-Club	10
13 Anglais	14 Déjeuner du mois Marche	15	16	17
20 Anglais ViActive Club littéraire	21 Marche	22	23	24
27 Anglais ViActive	28 Marche	29	30	31

Février

3 Anglais ViActive	4 Marche	5	6	7
10 Anglais ViActive	11 Déjeuner du mois Marche	12	13 Ciné-Club	14
17 Anglais ViActive Club littéraire	18 Marche	19	20	21
24 Anglais ViActive	25 Marche	26	27	28