



Délégation au Congrès

46^e CONGRÈS 29 MAI AU 1^{er} JUIN 2017

CONVICTION
ENGAGEMENT
COHÉSION

Inscription pour
les Retrouvailles:
page 25



Souper du printemps



Cabane à sucre



Journée des femmes



Assemblée générale sectorielle

SOMMAIRE

Clin d'oeil de la présidente sectorielle	3	Rapport du comité sociopolitique.....	19
Communiqués de l'AREQ.....	4	Rapport du comité de la condition des hommes	20
Mot de la présidente régionale	5	Rapport du comité environnement et	
Activités passées	6 à 9	développement durable	20
Assemblées générales	10	Rapport du comité retraite	21
Hommage à nos jeunes octogénaires.....	11 et 12	Rapport du comité des assurances.....	21
Congrès de l'AREQ.....	13	Rapport du comité de la condition des femmes	22
Membres décédés.....	14	Rapport du comité des activités sociales et culturelles	22
Chronique littéraire.....	14	Fondation Laure-Gaudreault.....	23
Informations à conserver	15	Rappels et autres activités à venir	24 à 29
Calendrier.....	16 et 17	Les Retrouvailles	25
Activités régulières	18	Cours d'informatique.....	27
Fin de mandat de présidence de Gisèle Rocheleau	19	Réflexion sur l'âgisme.....	30

CLIN D'OEIL DE LA PRÉSIDENTE

Le poste que j'ai choisi d'occuper au secteur a suscité chez moi un peu d'appréhension, par l'ampleur de la tâche. Une fois l'incertitude balayée, après une longue respiration, on s'attelle à la tâche.

C'est pour le prochain triennat un changement de garde dans la continuité. Cinq des membres du Conseil sectoriel sont des anciens; le travail entrepris sera poursuivi. L'expérience au niveau des dossiers est toujours là, ce qui est un atout pour une association. On parle de changement aussi, car nous arrivent deux nouvelles recrues qui ont un potentiel certain que nous nous ferons un plaisir d'exploiter... dans le bon sens du terme.

DOSSIERS TOUJOURS ACTUELS

Vous recevez le bilan de Gisèle Rocheleau où on a parlé de proches aidants, de protection du fleuve, de la situation de notre pouvoir d'achat, de dispositions à prendre pour les soins en fin de vie. C'est sûr que nous continuerons à creuser ces dossiers qui nous tiennent à coeur.

TANT À FAIRE

Toutes et tous, nous sommes interpellés par tous les événements qui se déroulent dans notre société. Ça nous touche comme parents, grands-parents, personnes âgées. Les centres d'intérêts varient d'un membre à l'autre, c'est certain. Les comités tentent cependant de couvrir le plus d'éléments qui vous préoccupent en tant que citoyen, citoyenne.

UNE AREQ VARIÉE

Le secteur vous propose des activités, espérant vous voir y assister en grand nombre. Votre participation nous assure que nous ne faisons pas fausse route. Place donc à l'automne 2017: la santé, les murs qui s'érigent partout, la réalité des femmes autochtones... Venez vous informer, découvrir des sujets différents. Venez vous amuser aussi, vous ne serez pas en reste.

On ne peut qu'espérer votre présence. On vous souhaite un bel automne !

Andrée Beaumier



COMMUNIQUÉS DE L'AREQ NATIONALE

(en date de juin 2017)

Depuis janvier, l'AREQ nationale nous a fait parvenir un certain nombre de communiqués touchant différents sujets sur lesquels elle s'est prononcée. Je vous les rappelle, au cas où ceux-ci auraient échappé à votre attention.

En février

L'AREQ s'est réjoui du rétablissement à 65 ans de l'admissibilité au crédit d'impôt en raison de l'âge, pour les répercussions financières qu'elle aurait chez les personnes retraitées plus vulnérables.

En mars

Comme vous l'avez sans doute remarqué, le gouvernement n'a pas alloué grand chose dans son budget 2017-2018. Bien sûr, on apprécie l'abolition de la taxe santé, mais les coupures dans les services publics touchent encore l'accès à un médecin et le soutien à domicile.

En mai

1. Après la consultation de janvier où plusieurs groupes et experts s'étaient prononcés pour dire que la réforme du RRQ ratait sa cible, l'AREQ s'est questionnée sur le sondage du gouvernement auprès de la population au sujet de cette réforme. À suivre.

2. L'AREQ a offert son soutien financier aux victimes lors des terribles inondations qui ont frappé plusieurs régions du Québec, en faisant un don à la Croix-Rouge.

En juin

1. Le gouvernement a adopté le projet de loi 115 portant sur la maltraitance. On y tient compte de l'amendement proposé par l'AREQ de rendre obligatoire le signalement dans des situations de maltraitance. L'AREQ insiste aussi sur l'équilibre à faire entre la protection de la personne et son autonomie décisionnelle, tant en évitant également l'amalgame entre vieillissement de la population et la vulnérabilité que par l'octroi de moyens et ressources.

2. Finalement, l'AREQ réclame la tenue d'États généraux sur les conditions de vie des personnes âgées, avec 4 autres associations.

Andrée Beaumier

VOUS VOULEZ REJOINDRE UN MEMBRE ?

Procédure à suivre:

Si vous voulez rejoindre un de nos membres et vous ignorez ses coordonnées, vous devez appeler l'AREQ Vieux-Longueuil au 450 670-3006.

Vous donnez le nom de la personne que vous désirez contacter et la raison de l'appel (pour faciliter le suivi). C'est la présidente qui contactera cette personne qui vous appellera si elle le veut bien.

Les membres ont le droit de refuser les appels qui les dérangent. Nous vous avisons de cette situation, suite à certaines plaintes reçues.



MOT DE LA PRÉSIDENTE RÉGIONALE

Qui suis-je?

L'assemblée générale régionale se termine et voilà que déjà on me demande d'écrire le mot de la présidente pour les bulletins des différents secteurs. Ce n'est pas le temps de s'endormir sur ses lauriers, il faut mettre la main à la pâte immédiatement...

Je succède à Madame Christiane Potvin-Lapalme et les chaussures sont grandes à porter, mais j'ai l'énergie et la santé (même si j'étais malade à l'assemblée générale régionale) pour relever ce défi.

Je me présente, Manon Besner, retraitée depuis treize ans, membre du comité indexation (maintenant retraite) pendant trois ans; conseillère, secrétaire et présidente du secteur les Trois-Lacs de 2007 à 2017. J'ai siégé au Conseil régional à titre de secrétaire au cours des trois dernières années. Je commence à connaître un peu l'AREQ !

Ma priorité

Vous m'avez élue par acclamation et j'en suis honorée. Il faut dire qu'on ne se bouscule pas pour ce genre de poste... Je compte bien vous représenter au niveau national, mais ma priorité demeure La Montérégie. La meilleure façon de connaître les besoins des membres c'est de les côtoyer et ce sera un plaisir pour moi de participer aux activités des différents secteurs quand mon horaire me le permettra. De plus, je me ferai un devoir de rencontrer chacun des conseils sectoriels de la région.

Je profite de cette tribune pour féliciter les personnes nouvellement élues et pour remercier tous les membres sortants et actuels des conseils sectoriels et des comités pour leur grande implication. C'est en travaillant tous ensemble qu'on peut faire avancer la cause des personnes âgées.

Les grands dossiers

À la retraite, il y a des dossiers qui nous interpellent directement et sur lesquels nous devons nous pencher. L'AREQ est là pour ça. Elle promeut et défend les intérêts et les droits de ses membres et des personnes âgées, elle combat aussi les mythes et les préjugés entourant le vieillissement. La protection du pouvoir d'achat, la maltraitance envers les personnes âgées, la santé et l'environnement, la situation des personnes proches aidantes, le système de santé public ne sont que quelques sujets défendus par l'Association. Je vais me tenir aux aguets pour vous informer de l'évolution des différents dossiers.



Au moment d'écrire ces lignes, le Congrès est à nos portes. La délégation Montérégie s'est réunie à trois reprises pour étudier les statuts et règlements et les orientations du prochain triennat. Les 106 personnes déléguées sont prêtes à bien vous représenter. On ne réinventera pas la roue, mais quelques modifications peuvent survenir. Le plan d'action émanant des décisions prises au Congrès découlera à l'automne. La région et les secteurs verront par la suite à l'adapter à leurs milieux.

En terminant, je remercie Christiane pour son excellent travail à la présidence régionale au cours des six dernières années. Merci pour son soutien et sa disponibilité en ce début de nouveau mandat. Bonne chance dans le futur!

Manon Besner

LES PROCHES AIDANTS

(projet région Montérégie)

Le comité régional des hommes organisait ce projet en deux temps soit le 6 octobre 2016 et le 20 janvier 2017. Les deux rencontres portaient sur la situation des personnes proches aidantes.



Quoi de mieux que des témoignages pour nous faire saisir ce qu'est la vie au quotidien d'une personne proche aidante. C'est ainsi que Nicole Crête du secteur Granby-LaPommeraiie et Serge Céré du secteur Le Suroît nous ont décrit avec réalisme et émotions leur vie en tant que personnes aidantes.

Je retiens de ces rencontres que l'on ne choisit pas nécessairement d'être personne aidante, on le devient de part la situation elle-même. On le réalise une fois impliquée, quand un bon jour, on se sent fatiguée, déprimée et que l'on comprend d'où vient cet état. Nos deux témoignages ont insisté sur l'aide à demander, car il en existe.

On le dit, on l'entend souvent, des aidants partent avant l'aidé. Nous n'avons pas à nous sentir coupables de lâcher prise ni de s'occuper de soi.

L'exposé de Me Gabrielle Richer-Guénette du bureau de Me Dominique Lettre a décrit avec clarté les documents importants à produire à l'intention de la personne aidante pour le jour où l'on sera dans l'incapacité à dire ses dernières volontés.



Me Dominique Lettre qui a rencontré le secteur Vieux-Longueuil nous réfère à son site internet pour consulter les dits documents: <http://www.notairelettre.ca/directives-medicales-anticipees> ou encore écrire: Directives médicales anticipées Québec où on y trouve toute l'information pertinente.

Gisèle Rocheleau

RENCONTRE AVEC KAREL MAYRAND



Nous avons eu le privilège, le 22 février dernier au Volta à Boucherville, d'entendre M. Karel Mayrand, directeur pour le Québec de la Fondation David-Suzuki, nous entretenir sur le thème *Leur Pétrole, Notre Fleuve*.

M. Mayrand a fait un bref historique du transport pétrolier, et de ses dangers (ex. Mégantic). Il a évidemment parlé des dangers de contamination de nos sources d'eau en faisant le topo des différents déversements de l'industrie pétrolière.

Les personnes présentes ont grandement apprécié cette présentation plus que dynamique de M. Mayrand qui a été un invité remarqué le 12 mars suivant à l'émission Tout le Monde en Parle.

Roger Lapierre, sociopolitique

CONFÉRENCE DE MAITRE LETTRE AU CENTRE SAINT-ROBERT



- Devant un assez grand nombre de personnes, la notaire Lettre nous a entretenus :
- du mandat de protection qu'avaient déjà bien des gens dans la salle,
 - des directives médicales anticipées,
 - de l'aide médicale à mourir,
 - des soins palliatifs.

Au sujet du mandat de protection, Maitre Lettre a comparé quelques cas de figure : avoir ou ne pas avoir de mandat, qu'il soit notarié ou pas, et ce qui le distinguait des procurations. Le plaidoyer pour un mandat notarié est assez clair.

Les directives médicales anticipées découlent de la *loi concernant les soins de fin de vie (depuis le 10 décembre 2015)*. On peut bonifier le mandat de protection en y ajoutant les soins qu'on veut ou non recevoir dans l'éventualité qu'on serait inapte. Ces directives seraient inscrites dans un registre à cet effet.

Maitre Lettre a ensuite décrit les étapes de l'Aide médicale à mourir et donné quelques précisions au sujet des soins palliatifs.

La présentation de Maitre Lettre a été à la fois complète, concise et très claire. Pour plus de renseignements, vous n'avez qu'à taper : *Maitre Lettre* dans votre navigateur Internet.

Louise Carter

RETOUR SUR LA JOURNÉE DES FEMMES MERCREDI LE 5 AVRIL 2017

Cette année, la JOURNÉE DES FEMMES a été soulignée le 5 avril pour ne pas nuire à d'autres activités prévues le 8 mars. Nous nous sommes rencontrés à L'Ancêtre. Le thème retenu était « La turlute sur tous les tons ». Une occasion bien amusante de se replonger dans les chansons de folklore de notre enfance, d'y chercher les paroles et de les partager en chantant.

La conférencière invitée, Madame Monique Jutras, ainsi que son violoniste, nous ont fait voyager à travers musique et chanson, en nous racontant des histoires du terroir. À de nombreuses occasions, nous avons ri aux larmes.

Des petits kiosques rappelaient l'histoire de la Bolduc. Une affiche aussi nous rappelait que même le langage, parfois, est empreint de violence faite aux femmes. Des livres de Madame Hélène Pedneault étaient aussi offerts gratuitement.

Nos poupées costumées s'étaient fait toutes belles pour l'occasion. Toutes les personnes présentes sont



reparties avec une chanson et un bracelet de l'amitié.

Après un excellent repas, tout le monde a quitté avec le sourire aux lèvres.

Nicole Dumont

SE SUCRER LE BEC À L'ÉRABLIÈRE MAURICE JEANNOTTE

C'est dans la bonne humeur qu'une cinquantaine de personnes sont allées à la cabane le 10 mars dernier pour se régaler de mets traditionnels du temps des sucres. Fidèle à sa renommée, la petite entreprise familiale établie à Saint-Marc-sur-Richelieu depuis les années '30 a su satisfaire ses convives de l'entrée jusqu'aux desserts. Sur le chemin du retour, toutes et tous ont continué à se sucrer le bec avec de petites gâteries reçues en cadeau.

Le niveau de décibels, dans la salle réservée à l'AREQ Vieux-Longueuil, était tellement élevé qu'il a fallu taire la musique d'ambiance pour être capable de s'entendre parler d'un côté à l'autre des tables. Les hommes, composant le tiers des personnes en grande discussion, n'ont pas manqué de souligner leur étonnement devant autant de convivialité.

Francine Gagnon

LE SOUPER DU PRINTEMPS

Pour une deuxième année consécutive, nous avons célébré l'arrivée du printemps au restaurant *L'Ardoise* de l'école Jacques-Rousseau, le 22 mars. Malgré la température plutôt froide et le temps gris, l'atmosphère

Tout au long du repas, les conversations furent animées et les serveurs très dévoués à rendre l'expérience heureuse. Ainsi, c'est dans la joie et la bonne humeur que nous avons permis à tous ces « beaux » jeunes de



était des plus festives et chacun était heureux de se retrouver pour partager un excellent repas cinq services.

Encore une fois, les étudiants nous ont accueillis avec « décorum » et conduits à une table très bien dressée. Le service fut à la hauteur de nos attentes et la nourriture excellente, surtout le jarret d'agneau braisé.

mettre en pratique l'enseignement reçu.

Merci aux organisateurs et souhaitons nous retrouver encore une fois au printemps 2018!

Céline Lachapelle

AVERTISSEMENT

Lorsque vous participez à une activité où il y a un repas, c'est votre responsabilité d'avertir si vous avez des allergies, des intolérances alimentaires ou si vous êtes végétarienne ou végétarien.

CHORALE LES MYOSOTIS

30 ans! 30 ans! Eh oui, la chorale les Myosotis fêtait ses trente ans ! Quoi de mieux que de célébrer cet anniversaire par un programme composé de Mélodies...de Broadway à Hollywood: O Fortuna, Edelweiss, Memory, La quête, Le ciel est à moi, Le cœur est un oiseau... pour n'en nommer que quelques titres.

Les 60 choristes nous ont livré un concert touchant, joyeux, enlevant. Nous avons pu reconnaître les heures intensives de préparation, de répétition, seul ou en pupitre de la part de tous les choristes sous la direction de Lorraine. Le plaisir de chanter et chanter avec plaisir était évident.

BRAVO à vous toutes et tous et aux musiciens, bravo à Pauline Côté qui est toujours là après 30 ans. Merci à toutes les présidences qui ont su entretenir la flamme que notre chère Françoise Nolet allumait avec ses compagnons et compagnes de l'époque.

J'invite les membres de l'AREQ qui ont le goût de chanter, de développer leur VOIX, de choisir la chorale Les Myosotis, **NOTRE** chorale afin que celle-ci continue à nous charmer, à nous enchanter, à nous faire rêver pendant des siècles et des....

Gisèle Rocheleau



DEUX VISITES ENRICHISSANTES...

Le 24 mai, une soixantaine de personnes se retrouvent, à Longueuil, pour une visite de la cocathédrale Saint-Antoine-de-Padoue et du musée de Mère Marie-Rose, installé à la maison-mère des sœurs des Saints Noms de Jésus et de Marie.

Des guides bien préparés nous accueillent en ces lieux, en groupes de 15, et nous transmettent des informations pertinentes. L'activité se déroule en deux temps.



Le musée de la cocathédrale, inauguré en 1998 et rénové en 2016, est situé au sous-sol. Une exposition permanente présente une collection d'artefacts : premiers colons de la Seigneurie, premières églises, crypte, etc. À l'étage, on découvre l'église actuelle et son architecture éclectique.

Après un dîner chaud, servi sur place, nous nous dirigeons vers l'ancien couvent de Longueuil où des religieuses nous attendent pour la visite de la chapelle, des pièces où a vécu mère Marie-Rose, la salle du

chapitre et le musée. Cet endroit renferme des trésors précieux de renseignements sur Eulalie Durocher, la fondatrice de la communauté des sœurs des Saints Noms de Jésus et de Marie.

Les deux bâtiments mettent en valeur notre patrimoine culturel et religieux. Quel parcours intéressant à travers une partie de l'histoire de Longueuil! Levons notre chapeau aux organisateurs de l'activité!

Nicole Viau

ASSEMBLÉE RÉGIONALE 2017

Cette année, l'assemblée régionale s'est déroulée le 16 mai à St-Jean-sur-Richelieu. Pour faciliter la participation de ses membres, le comité sectoriel avait réservé un autobus très confortable où on nous a même servi un léger goûter. Nous avons tous apprécié ce geste, puisque l'activité se déroulait en après-midi pour se terminer par un bon repas et un hommage bien senti à notre présidente régionale, Christiane Potvin-Lapalme, celle-ci terminant son deuxième mandat.

En plus du rapport de la présidente et de la trésorière, les responsables régionaux des comités nous ont résumé les actions faites durant l'année dans chacun des secteurs. Pour faciliter notre compréhension, on nous avait remis une série de documents, lors de notre inscription. On a aussi salué le travail de notre marraine, Nicole Patry-Lisée qui termine, elle aussi, son



deuxième mandat. Femme inspirante, elle nous a livré un témoignage de son implication qui, désormais, se poursuivra dans son secteur.

L'après-midi s'est donc déroulé sous le signe de l'efficacité et après un apéro dégusté à l'extérieur sous un soleil enfin présent, nous avons profité des festivités prévues par le comité organisateur.

Céline Lachapelle et Marie-Noëlle Robidas

MERCI CHRISTIANE !

À la suite de l'assemblée générale, Christiane a été témoin d'hommages qui lui ont été adressés. Les membres présents ont reconnu son grand bénévolat en Montérégie. Elle a occupé le poste de présidente régionale au cours des 6 dernières années, après avoir été présidente de son secteur Des Prairies Brossard.

Elle laisse maintenant sa tâche comme élue à la

région, mais, bonne travaillante, elle s'est lancée au national pour être choisie par le Congrès comme secrétaire du Conseil exécutif.

Merci de demeurer à l'AREQ et

BONNE ROUTE!

(voir sa photo à la page 31)

ASSEMBLÉE SECTORIELLE

Le 27 avril dernier, le secteur Vieux-Longueuil a tenu son assemblée générale. La présidente sortante, le trésorier, tous les responsables de comités et de la FLG ont présenté leurs rapports que vous trouverez dans ce numéro.

De plus nous avons souligné le décès de 26 de nos membres. Un hommage a été présenté aux personnes qui ont eu 80 ans cette année.

Nous avons procédé également à des élections pour compléter le conseil sectoriel. Pour connaître ces personnes élues, vous avez leur nom et une photo de ce nouveau conseil à la page 31. Un lunch a été offert ensuite aux membres présents.



LA MÉMOIRE DES JOURS

Bien chers octogénaires,

Arrivés à 80 ans, vous me direz peut-être : *Il en a coulé de l'eau sous les ponts. - Ma p'tite fille, lorsque t'auras mon âge... - Tu pourras dire que t'en as vécu toutes sortes d'histoires.*

C'est le langage tenu par plusieurs d'entre vous à vos petits-enfants, j'imagine, et, vous leur rappelez le bon vieux temps.

C'est ainsi qu'avec votre mémoire lointaine, vous pouvez transcender le temps. Le passé qui vous constitue est devenu la trame de votre présent.

Ainsi la mémoire c'est le temps présent du passé.

C'est le passé redevenu vivant. (Est-ce assez grammatical?)

Que de jours heureux à se souvenir, tel le plus beau jour de votre vie, vous vous l'êtes dit combien de fois, mais quel est-il? S'en souvenir, c'est comme le revivre, et ça fait tellement de bien, n'est-ce pas?

C'est comme un bon vin, le vin des souvenirs se bonifie dans les caves de la mémoire.

Imaginez que ce petit fil de mémoire que vous traînez derrière vous se rompe momentanément, vous pourriez dire avec amertume, que ce jour-là vous a laissé un très mauvais souvenir.

La mémoire des jours, qu'ils soient heureux ou malheureux, permet de créer des ponts d'amitié et de solidarité entre les générations.

Vous, vous êtes la génération où la mémoire était considérée comme une vertu à force de la pratiquer.

Souvenez-vous des tirades à savoir par cœur, des leçons, des chansons et des poèmes à apprendre par cœur. Comme le soulignait si bien, notre grande dame de théâtre, Janine Sutto, dans une entrevue : « La mémoire, ça se cultive et s'alimente jour après jour, » disait-elle.

Aujourd'hui on n'apprend presque plus par cœur, on se fie à l'internet. On cherche sur Google, on voyage à travers le monde, on a Google map ou d'autres sites Web. Mais l'important dans tout cela, c'est la mémoire du cœur et, en ce jour de reconnaissance, à l'AREQ, on se souvient de vous et l'on vous garde en mémoire pour bien longtemps encore.

Ainsi, je vous souhaite une pléiade de jours heureux!

En ce 27 avril 2017, *Françoise Fontaine*

HOMMAGE À NOS JEUNES OCTOGÉNAIRES



TÉMOIGNAGE D'UNE OCTOGÉNAIRE, AVRIL 2017

Chers collègues retraités,

Je ne veux pas commencer ce petit mot par les habituels *La vie est passée trop vite* ou *Il me semble que je n'ai pas atteint 80 ans, car j'ai l'impression d'en avoir 40...*

Jean Gabin a dit: " Le jour où quelqu'un vous aime, il fait très beau. " Il a fait beau durant toute ma vie. Mes parents m'ont voulue et aimée. L'amour de toute ma famille m'a donné une enfance ensoleillée. Puis un jour, le soleil a été encore plus brillant: j'ai rencontré André, l'homme de ma vie.

Le beau temps a continué avec la venue des enfants et la présence d'amis indéfectibles. Parfois les nuages voulaient obscurcir le ciel, mais l'amour s'y frayait un chemin et des rayons timides venaient me réchauffer.

J'ai été aimée toute ma vie et mon coeur est rempli de gratitude.

Je dois un merci spécial aux enseignantes et aux enseignants qui ont accueilli avec générosité la suppléante que j'étais. J'ai pu compter sur leur aide et leur affection. Ces jours-là, il faisait très beau! Les directions d'école m'ont toujours appuyée et m'ont permis de donner non seulement des connaissances aux enfants, mais aussi de l'attention affectueuse.

Le soleil brille encore actuellement, car l'AREQ nous reçoit et nous honore généreusement. Et en vous regardant m'écouter si attentivement, je me dis: *Aujourd'hui, avec vous, il fait encore très beau.*

Rose-Ange Gobeil

Liste des octogénaires 2016-2017 :

Hélie Amberni	Maurice Auger	Yvan Parent
Claire Beaulieu-Brassard	Marthe Belzile	Henriette Proulx
Arlette Cachat	Guy Charron	Marthe Rhéaume-Bartholoméus
Suzanne Collette	Julien Coulombe	Gisèle Riendeau
Denis D'Aragon	Léa Dulude	Colette Roy
Marie-Josée Faublas-Roy	Claude Filion	Pierre Simon
Christiane Gagnon	Françoise Gaudet	Albert Thibodeau
Fabiola Gauthier	Rose-Ange Gobeil	Monique Tremblay-Noël
Jacqueline Laquerre	Monique Painchaud	

DÎNER RECONNAISSANCE 2017

Une autre belle rencontre entre membres de l'AREQ, celle-ci pour souligner le travail bénévole de plus de quatre-vingts de ses membres.

Nous étions à L'Ancêtre où nous avons dégusté un très bon repas comme à l'habitude. Clément Rajotte, photographe de nos rencontres sociales, a profité du jardin de cet établissement pour prendre trois photos de groupe (voir la dernière page).

Dans ces photos, on retrouve d'abord les téléphonistes qui s'appliquent à nous informer et à nous appeler pour les divers événements du secteur. Puis, il y a ces gens qui font leur part en *solo*, prêtant main forte au conseil sectoriel. Enfin, il y a les gens des différents comités qui travaillent, planifient et organisent des activités pour nos membres.

Donc, des membres contents de participer au bon fonctionnement du secteur, un conseil qui apprécie cet apport bénévole et un moment pour partager ensemble le travail accompli autour d'une table, non de plusieurs tables bien garnies.



Louise Carter

CONGRÈS 2017

JANVIER 2017:

RENCONTRE SECTORIELLE PRÉPARATOIRE AU CONGRÈS

La 3e année du triennat 2014-2017 en était une préparatoire au Congrès. Les membres avaient entériné le choix des 15 personnes déléguées qui représenteraient le secteur à cette occasion. Cependant le Conseil sectoriel tenait beaucoup à consulter les membres sur le contenu du prochain plan d'action, qui établit orientations et champs d'intervention pour les trois années à venir.



Cette rencontre a eu lieu le 30 janvier dernier. 74 membres se sont présentés. Ils ont analysé, modifié ou accepté les propositions sur la table. Nous avons acheminé le tout au niveau régional où 103 délégués ont mis en commun les attentes des secteurs de la Montérégie.

Nous étions prêts pour aller au Congrès.

Andrée Beaumier, présidente

Le Congrès s'est déroulé à Lévis où plus de 650 personnes déléguées se sont penchées sur la tâche ardue de clarifier les statuts et règlements; de préciser, ajouter, définir les orientations et leurs champs d'intervention, du prochain plan d'action 2017-2020.

Beaucoup d'éléments demeurent les mêmes; ainsi certaines actions pourront se peaufiner pour atteindre les buts déjà visés et entamés.

D'autres points se sont ajoutés ou ont été retranchés pour simplifier la démarche afin d'atteindre la bonne cible.

Le comité national aura donc pour tâche de ramasser tout cela en un tout cohérent. Dès que nous recevrons le nouveau plan d'action, nous vous en ferons part. Cette



attente ne retarde en rien les activités que les comités sectoriels vont vous proposer, bien sûr.

Andrée Beaumier, présidente

MERCI PIERRE-PAUL !

C'est un vibrant hommage que les membres du Congrès ont fait à Pierre-Paul Côté, lors de cette grande rencontre nationale. Si l'AREQ est bien connue aujourd'hui, c'est en grande partie grâce à lui. Il en a donné du temps !

Il a été président national 6 ans, après ses 6 autres années à la trésorerie nationale. Et avant ces mandats,

il a été 3 ans trésorier régional en même temps que président de notre secteur. Quel début de retraite depuis 2001 !

Ce petit mot se veut un GRAND MERCI au nom des membres de l'AREQ (plus de 58 000).

(voir sa photo à la page 31)

HOMMAGE AUX MEMBRES DÉCÉDÉS : AVRIL 2017



Cette année encore, le secteur Vieux-Longueuil est endeuillé par le départ de 25 de ses membres, qui nous ont quittés vraiment trop tôt.

Certains sont décédés suite à une longue maladie. Pour d'autres, ce fut plus rapide, ayant peu profité de leur temps de retraite bien méritée.

Vous vous rappellerez sans doute de ces collègues que vous avez côtoyés et avec qui vous avez partagé le travail et plusieurs moments mémorables, laissant de bons souvenirs.

Plusieurs de nos membres ont aussi été très éprouvés par la perte d'êtres chers de leur entourage immédiat: que ce soit des conjoints, des parents, des frères ou des soeurs.

Nous tenons à souligner et à rappeler à votre mémoire le décès de ces personnes qui sont malheureusement disparues:

Faidherbe Adrien-Pierre	René Beaulieu
Rita Billard	Laura Blouin
Laurent Boulay	Lucien Brisson
Géraldine Doucet-Walker	Fleur-Ange Brossard
Lise Champagne-Payer	Micheline Crevier
Odile Décarie-Comtois	Carole Tanguay
Gabrielle Dionne-Levasseur	Carmen Morel
Christiane Gagnon-Lamonde	Micheline Lalonde
Jacques Larose	Colette Lippé
Jean-Guy Prénoveau	Louise René
Juliette Prévost-Tremblay	Monique Riendeau
Ginette Rousseau	Cécile Tanguay-Dunn
Hélène Tétrault-Vachon	

L'ENFANT QUI MESURAIT LE MONDE

Chronique littéraire

L'histoire se passe avec, en toile de fond, la Grèce d'aujourd'hui, celle de la crise économique permanente et de l'austérité débilante imposée par les banquiers de l'Europe.

Ce roman nous parle cependant de personnages attachants dont Yannis, enfant autiste, rassuré par les chiffres qu'il mémorise et collectionne chaque jour, restaurant ensuite l'ordre du monde avec des plâtres plus ou moins élaborés. Maraki, sa mère, qu'il attend à dix heures, quand elle a fini la pêche à la palangre et Eliot, l'architecte américain, venu sur l'île où sa fille Evridiki est morte il y a des années, complètent le portrait des principaux protagonistes. Ce trio, cabossé par la vie, va pourtant avancer et s'épanouir.

Une jolie complicité va s'installer entre Eliot et Yannis. Eliot pense d'abord poursuivre les rêves et les travaux de sa fille, sur les traces du nombre d'or autour duquel s'articule l'architecture grecque antique. Ensuite il apprend les mythes grecs à Yannis et l'aide à grandir, à s'ouvrir.

Un roman original, une belle découverte.

Par Metin Ardit aux éditions Grasset

Voir aussi sur https://www.youtube.com/watch?v=dnP9EqNbBr4&feature=player_embedded

Richard Lépine

INFORMATIONS À CONSERVER

AREQ, SECTEUR VIEUX- LONGUEUIL

3629, Chaboillez
Longueuil, J4L 4T7

Téléphone..... 450 670-3006
Courriel.....areq.vieuxlongueuil@outlook.com
Site internet.....vieuxlongueuil.areq.ca

CONSEIL SECTORIEL

Andrée Beaumier, présidente.....450 670-3006
Roger Lapierre, 1^{er} vice-prés.....450 678-1051
Richard Lépine, 2^e vice-prés.....450 653-7464
Lucille Martin, secrétaire.....450 678-4266
Jean-Guy Asselin, trésorier..... 514 512-3162
Céline Lachapelle, 1^{ère} cons.....450 468-7035
Marie-Noëlle Robidas, 2^e cons.....450 672-4643

AREQ NATIONALE

Adresse postale :320, Saint-Joseph Est,
Bureau 100, Québec, Qc G1K 9E7
Téléphone :1 800 663-2408
Courriel :info@areq.lacsq.org
Site :www.areq.lacsq.org

TÉLÉPHONE

Assistance pour vol d'identité1 877 870-4973
Assurance médicaments..... 514 864-3411
Centre d'assistance et
d'accompagnement aux plaintes..... 450 928-3223
Commission des droits de la personne..... 514 873-5146
Protecteur du citoyen 514 873-3205
Protection du consommateur 514 253-6556
RAMQ 514 864-3411
RESAUT La Personnelle.....1 800 363-6344
Retraite-Québec-CARRA1 800 463-5533
RRQ 514 873-2433
SAAQ1 800 361-7620
Sécurité de la vieillesse.....1 800 277-9915
SSQ1 888 833-6962
..... 514 223-2501

CHANGEMENT D'ADRESSE, CHANGEMENT DE NUMÉRO DE TÉLÉPHONE, DÉCÈS

S.V.P. veuillez avertir Retraite-Québec-CARRA, l'AREQ nationale et l'AREQ sectorielle (voir les coordonnées sur cette page).

CHANGEMENT D'ADRESSE ÉLECTRONIQUE
Si vous effectuez un changement d'adresse pour vos courriels, n'oubliez pas de communiquer cette modification à l'AREQ en écrivant à **areq.vieuxlongueuil@outlook.com**. Vous pourrez ainsi continuer à recevoir les informations de votre association.

REMERCIEMENTS AUX COLLABORATRICES ET COLLABORATEURS DE LA PETITE FEUILLE

Direction : Andrée Beaumier
Coordination : André Therrien
Correction et révision : Richard Lépine et Annette Boisvert
Photos : Clément Rajotte et autres
Infographie : Michel Boisvert
Imprimerie : Imprimerie For Inc.
Envoi postal : Cité Poste

Sincères remerciements à ces gens qui, deux fois par année, assurent la production de *La Petite Feuille*.

Remerciements également aux membres qui démontrent la vie du secteur par leur texte dont ils conservent l'entière responsabilité.

LE DÉJEUNER DU MOIS

Le retour de l'automne marque celui de nos rencontres mensuelles au restaurant Montaza de la Place Désormeaux. Cependant, il nous faudra patienter jusqu'au 2 octobre pour renouer avec cette bonne habitude d'échanger autour d'un déjeuner. Ainsi, d'octobre à juin, le premier lundi de chaque mois à partir de 8 h 30, sauf avis contraire, nous aurons le plaisir de nous retrouver. Vérifiez le calendrier.

Si vous êtes un nouveau membre à l'AREQ Vieux-Longueuil, nous vous encourageons à découvrir ou à retrouver des personnes allumées et toujours actives et ce, même à la retraite... De plus, il y aura encore six tirages pour un déjeuner gratuit et vous aurez deux chances de gagner si vous portez votre affiquet.

Bonne fin d'été et au plaisir de vous retrouver le 2 octobre!

Céline Lachapelle

CURE DE RAJEUNISSEMENT SANS LIFTING !

Incroyable! Possible? Oui! Comment?

Joignez-vous à nous, deux fois par semaine au Z-Gym:
2888 Chemin de Chambly, face à la Place Désormeaux
(450 651-3088).

Mardi et jeudi de 11 h 00 à 12 h 00.

Vous passerez une heure en agréable compagnie à faire des activités diversifiées pour fortifier votre cœur et vos muscles et améliorer votre souplesse, afin de mieux accomplir vos tâches de chaque jour.

Vous faites le tout à votre rythme et, en passant, notre doyen a 83 ans !

C'est tout dire!

Bienvenue à toutes et tous !

*Micheline Verret, enseignante
en éducation physique*

SCRABBLE

L'activité SCRABBLE se poursuivra tous les mercredis, à compter du 14 septembre, à la Maison de la famille Le Cavalier au 2027, rue Daniel à Longueuil de 13 h 30 à 16 h 00.

- coût 3 \$ par semaine (café et biscuits inclus)
- aucune inscription requise
- apportez vos jeux
- amenez vos amies et amis et votre bonne humeur

Pour toute information, communiquez avec Huguette Bermargian au 450 674-3518.

QUILLES ----- QUILLES ----- QUILLES

Tous les lundis de l'année, été comme hiver, beau temps mauvais temps, des membres de l'AREQ se détendent en jouant aux quilles. On peut venir seul, avec sa conjointe ou son conjoint, un ou des amis... et on se retrouve généralement une vingtaine de personnes.

Rien ne nous oblige d'être présente ou présent à chaque lundi.

Les équipes se forment au hasard à chaque semaine, ce qui nous fait jouer avec des gens différents. Le pointage final n'a pas d'importance, sinon d'y trouver une satisfaction personnelle.

Si cette activité physique et sociale vous intéresse, vous êtes attendus...

- les lundis que vous voulez à compter de 15 h 30,
- au Club 300, 1626, Taschereau (angle Curé-Poirier),
- 6 \$ pour 3 parties,
- location de souliers possible (2,50\$).

Ce sera un plaisir de vous y accueillir.

Pour plus de précision, Annette Boisvert, responsable,
450 646-1259



FIN DE MON MANDAT

C'est en ce 27 avril 2017 que se terminait mon deuxième mandat en tant que présidente de l'AREQ secteur Vieux-Longueuil. Ce sont six ans de ma vie qui m'ont comblée de bonheur, de fierté, d'amitié. Je me suis engagée pour la mission même de l'AREQ avec toute mon énergie et mon cœur. J'ai fait de mon mieux pour poursuivre l'action de mes prédécesseurs André Therrien, Pierre-Paul Côté et Camille Tremblay. Vous m'avez donné des équipes collaboratrices, expertes, curieuses, chaleureuses. Et un tantinet taquines. Merci à vous tous et toutes, membres du Vieux-Longueuil, qui étiez là pour nous appuyer, nous encourager, partager nos actions en vue du meilleur pour nos retraités et personnes aînées.

La relève s'annonce prometteuse. À mon tour, je serai là pour appuyer ce nouveau conseil, participer aux activités qui seront proposées. Après quelques mois



de repos et la mise à jour de mes affaires personnelles et familiales, je serai prête pour des tâches que le conseil voudra bien me confier.

Gisèle Rocheleau
Présidente 2011-2017

MERCI GISÈLE !

Gisèle vient de terminer ses deux mandats comme présidente du secteur Vieux-Longueuil. Elle avait aussi été élue précédemment conseillère puis vice-présidente.

Comme première responsable au secteur, elle a cherché pendant ses 6 ans de présidence, avec tous les autres responsables qui la secondaient à être

fidèle au Plan d'action de l'AREQ et à réaliser aussi la mission de l'AREQ qui veut défendre les intérêts et les droits des personnes aînées.

Au nom des 1500 membres du secteur, nous lui adressons un chaleureux MERCI.
(voir sa photo à la page 31)

RAPPORT ANNUEL DU COMITÉ SOCIOPOLITIQUE DU VIEUX-LONGUEUIL 2016-2017

Le comité est composé de 5 membres : Roger Lapierre, Richard Lépine, Normand Lussier, Marie-Noëlle Robidas et Robert Savaria.

Notre comité travaille très étroitement avec deux autres secteurs : L'Hexagone et Lajemmerais.

Nous avons pu réaliser deux activités cette année. La première, tenue le 18 octobre 2016 conjointement avec le comité des femmes, fut la conférence de Mme Anne-Marie Sicotte au sujet du **Rôle des femmes dans la lutte des Patriotes**. Cependant Mme Sicotte a plutôt fait l'historique de la lutte des Patriotes de 1800 à 1840, d'où une certaine déception. La deuxième activité, de plus grande envergure, était en collaboration avec le comité environnement. Ce déjeuner-conférence s'est tenu au Volta le



22 février 2017. Le conférencier, Karel Mayrand de La Fondation David-Suzuki, est venu nous entretenir du sujet **Notre Fleuve/Leur pétrole**. Tous les membres du comité sont satisfaits des activités réalisées, mais moins pour celle de Mme Sicotte.

Le comité national sociopolitique a organisé deux journées, le 29 novembre 2016 et le 23 février 2017, pour les responsables régionaux sociopolitiques. Les sujets traités ont été ***l'Accord économique et commercial Canada-Union européenne, Perte d'autonomie et milieu de vie, Droits humains et enjeux environnementaux et les Hydrocarbures au Québec.***

Roger Lapierre, responsable

RAPPORT - CONDITION MASCULINE - AVRIL 2017

Composition du comité de mai à décembre 2016 : René Asselin et Jean Mérineau. Depuis ce temps, le comité n'a pas trouvé preneur.

Il a pour but de développer et renforcer le sentiment d'appartenance, en favorisant le partage et la solidarité entre les membres tout en valorisant l'engagement des membres. Il a aussi pour but de couvrir des dossiers d'actualité touchant la condition masculine.

Les activités réalisées: la Journée internationale de l'homme le 18 novembre 2016 où un hommage a été



rendu à M. André Therrien, en présence de 48 membres de notre secteur. Ce fut un projet AREQ en action. Deux rencontres ont été organisées sur le sujet des proches aidants avec des témoignages de membres. J'ai assisté aussi à une rencontre régionale en mars concernant les orientations des comités de la région.

Le secteur est à la recherche d'hommes qui seraient intéressés à investir quelques heures pour couvrir les dossiers de la condition masculine.

Jean-Guy Asselin

RAPPORT DU COMITÉ ENVIRONNEMENT ET DÉVELOPPEMENT DURABLE 2016-2017



Le comité se composait d'Yvan Parent et d'une recrue, nouvellement retraitée: Guylaine Beaupré et de moi-même.

Nos actions ont porté sur la promotion d'activités en lien avec les orientations de l'AREQ dont: l'information sur des dossiers d'actualité.

Activités réalisées

Pour la 2^e année, nous avons planté un arbre, cette fois-ci sur le terrain de l'école Lionel-Groulx. Nous poursuivons le projet pour compenser les gaz à effet de serre produits par le déplacement de nos autos pour nous rendre aux activités de l'AREQ.

Nous avons visité le Biophare de Sorel-Tracy. Sa mission consiste à interpréter et à diffuser les multiples volets du patrimoine matériel et naturel de la région de Pierre-De Saurel.

Nous nous sommes associés à la rencontre avec Karel Mayrand organisée par le comité sociopolitique.

Nous avons publicisé sur le site divers textes qui nous parvenaient d'Eau Secours, Fondation David-Suzuki et Alerte Pétrole Rive-Sud.

De plus, j'ai assisté à l'assemblée générale de Ciel et Terre dont l'AREQ est membre. Nous n'utilisons maintenant que des verres de carton pour les diverses activités.

Gisèle Rocheleau

RAPPORT DU COMITÉ RETRAITE

Composé de : Yvan Turbide, Guy Robillard, Réjean Parent et Jean Mérineau.

Les activités sont en lien avec la protection du pouvoir d'achat.

Communiquer toute information pertinente en lien sur le sujet.

Suivre de près le dossier concernant le maintien du pouvoir d'achat des personnes retraitées et les dossiers reliés à la condition de vie des retraités.

Le comité a participé à la rencontre des responsables sectoriels de la retraite Montérégie (22/03/2017).

Les sujets:

- 1- Consultation sur le RRQ (bonification).
- 2- Modification au RRPE.
- 3- Évaluation actuarielle
- 4- Atelier sur l'indexation.

Publication dans La Petite feuille de janvier 2017 de : **l'aide-mémoire pour l'impôt**, de la liste des principaux documents reliés à la retraite sur le site de l'AREQ et des informations relatives au **Supplément de revenu garanti**.

Conférence : Invalidité, maladie grave et fin de vie - Se protéger et soutenir nos proches (08-02-2017). Par Me Dominique Lettre.

Puisque l'action se passe principalement au niveau national et régional, il faut en suivre le déroulement sur les sites de l'AREQ national et du Vieux-Longueuil.

Nous vous encourageons donc à vous abonner à l'infolettre de l'AREQ et de son site Facebook.

Jean Mérineau, pour le comité retraite



RAPPORT ANNUEL 2016-2017 DOSSIER ASSURANCES

Le comité a pour but d'informer les membres et répondre à leurs questions.

Activités :

- _ Organisation et animation d'un atelier s'intitulant « Comment s'inscrire sur le Site Accès d'Assureq » le 21 novembre 2016.
- _ Articles dans le OYEZ ! OYEZ ! de novembre 2016 et dans La Petite Feuille de janvier 2017.
- _ Réponses à des membres de notre secteur ayant besoin d'informations.
- _ Participation à une rencontre des responsables sectoriels en assurances de la Montérégie le 7 février 2017.



Évaluation personnelle

Au meilleur de mes connaissances, j'ai répondu aux questions simples, référant à la responsable de l'AREQ nationale, Mme Johanne Freire, les cas plus complexes.

L'an prochain

S'il arrivait un changement important pendant ce temps, je pourrais organiser une séance d'informations.

Micheline Landry Coossa, responsable

RAPPORT ANNUEL DU COMITÉ DE LA CONDITION FÉMININE 2016-2017

L'équipe du comité

Cinq femmes composent le comité. Celles-ci sont : Louise Tessier, Céline Lachapelle, Nicole Viau et moi-même en tant que responsable. Une nouvelle recrue fait partie de l'équipe : Nicole Dumont. Notre comité veut rechercher et partager de l'information, susciter la réflexion sur des dossiers concernant la cause des femmes, mais également permettre de nous regrouper et nous divertir.

Activités réalisées durant l'année

Nos activités sont ouvertes à toutes et tous. Les Retrouvailles, le volet de la santé, la violence faite aux femmes et la Journée internationale des femmes ont été nos choix pour cette année. Pour le volet santé, nous avons organisé une séance de yoga sur chaise et de Qi Gong au studio Yoga monde et onze personnes y ont participé. Lors du déjeuner de décembre, nous avons offert le ruban blanc, symbole de dénonciation



de toute forme de violence faite aux femmes, et des phrases-choc pour susciter la réflexion sur le sujet. En mars, une rencontre prévue avec Carmen Ricard, infirmière au CLSC Simone-Monet-Chartrand a été annulée à cause de la mauvaise température. Cependant, cette activité sur la santé après 50 ans, a été reprise le 8 mai au Centre St-Robert. En avril, une journée de fête, de sensibilisation et de partage pour souligner la Journée internationale des femmes a regroupé 68 membres au restaurant L'Ancêtre.

Évaluation

Au départ, tous ces projets ont suscité notre enthousiasme et la satisfaction des membres qui ont participé nous garde motivées à continuer. Les organismes *Cultures à partager*, *Moisson Rive-Sud* et la *FLG* sont également des causes qui nous tiennent à cœur et que nous voulons continuer à soutenir par la cueillette de dons lors de nos activités.

Raymonde Lachapelle, responsable

RAPPORT DU COMITÉ ACTIVITÉS SOCIALES ET CULTURELLES - 2016-2017



Composition du comité : René Asselin et Jean Mélineau

Collaborateurs : Clément Barabé, Francine Gagnon, Hélène Lemay, Roland Levasseur et Lucille Martin

Le but visé de notre comité est de développer et renforcer le sentiment d'appartenance en favorisant le partage et la solidarité entre les membres et en valorisant l'engagement de chacune et chacun.

Activités réalisées durant l'année 2016-2017 :

- 27 octobre 2016 : Party d'huitres - buffet froid et soirée dansante au Centre Saint-Robert.
- 14 décembre 2016 : Dîner de Noël au restaurant L'Ancêtre.
- 10 mars 2017 : Cabane à sucre Jeannotte à Saint-Marc-sur-Richelieu.
- 22 mars 2017 : Souper du Printemps au restaurant L'Ardoise CFP Jacques-Rousseau.

Chaque activité fut appréciée par la très grande majorité des participantes et participants.

René Asselin, responsable

FONDATION LAURE-GAUDREAU 2016-2017

En 2016, le comité de la FLG du secteur comptait 4 membres: Muriel Boivin, Virginia Boivin, Jeannette Pomerleau et Sylvie Gingras. Sylvie Gingras ayant démissionné de son poste de responsable en décembre 2016, Françoise Fontaine l'a remplacée jusqu'en février 2017, puis j'ai pris la relève. Un grand merci à Sylvie qui a été responsable du comité pendant une dizaine d'années.

Activités:

- Tirages-partage : 802 \$
- Vente de cartes de sympathie : 260 \$
- Campagne de financement et dons : 1447 \$
- Contribution AREQ Vieux-Longueuil : 1546 \$
- Quille-t'on Montérégie : 504 \$

Nous avons répondu à trois demandes d'aide :



- Association Fibromyalgie
- Jeune étudiante, aide en orthophonie

Au niveau régional, cette année, à la suite de l'assemblée générale annuelle de la FLG, nous avons organisé un dîner-bénéfice dans le but de reconnaître le dévouement de deux de nos membres, mesdames Yvonne Marier Blondeau et Michelle. À cette occasion, notre président national, M. Robert Gaulin, leur a remis chacune un certificat de membre-émérite. Ce fut un beau succès avec la présence de 74 convives.



Jeannette Pomerleau

→ Phare de Longueuil

APPUYEZ LA FONDATION LAURE-GAUDREAU

- devenir membre à vie au coût de 10 \$,
- acheter l'intéressant et beau Jeu-Questionnaire sur la Fondation et l'AREQ : **LE FIN CONNAISSEUR** au coût 5 \$ (contactez Françoise Fontaine 514 754-3193),
- faire un don, . en ligne: <http://www.fondationlg.org/faire-un-don/>
. par chèque : voir le coupon ci dessous.



Formulaire d'inscription ou de don

Nom et prénom _____ Région _____

Adresse _____ Code postal _____ Tél.: _____

- Devenir membre à vie de la Fondation (10\$) _____

- Faire un don au montant: _____ \$ _____

- Achat de _____ carte(s) de condoléances (10\$/unité) _____

Reçus d'impôt émis pour toute souscription annuelle de 15\$ ou plus

Total: _____ \$

Envoyer à: Fondation Laure-Gaudreault
320, rue Saint-Joseph Est, bureau 100
Québec (Québec) G1K 9E7
Tél.: 1 800 663-2408



COMITÉ DE LA CONDITION FÉMININE

Le comité de la condition féminine prépare, cette année encore, des activités pour vous informer et vous divertir. Nous serons présentes lors de l'activité des Retrouvailles pour vous proposer nos activités de l'automne. Dans un premier temps, nous aurons les ateliers « **En santé après 50 ans** » et, dans un deuxième temps, la campagne du Ruban blanc pour témoigner contre la violence faite aux femmes, lors du déjeuner de décembre.

Participez en grand nombre, c'est ce qui nous motive à continuer !

Raymonde Lachapelle, 450 468-3119

Comité de la condition féminine

EN SANTÉ APRÈS 50 ANS

Souhaitez-vous améliorer votre santé ou la maintenir?

Nous vous proposons une série de 5 rencontres avec une infirmière portant sur les sujets suivants : les médicaments, votre sommeil, la santé de vos articulations, l'alimentation et la digestion ainsi que la gestion du stress.

Les ateliers se donneront les lundis du 25 septembre au 30 octobre (congé le 9 octobre) au Centre St-Robert, 701 Duhamel de 13 h 30 à 15 h 30.

Il nous reste des places!

*Louise Tessier 450 468-0034,
pour le comité de la condition féminine*

JOURNÉE INTERNATIONNALE DE L'HOMME

La Journée de l'homme se déroulera cette année le vendredi 17 novembre prochain.

Tous les détails de cette rencontre vous seront communiqués ultérieurement dans le OYEZ ! OYEZ ! et sur le site web du secteur.

On vous promet encore des surprises agréables.

RAPPELS

QUAND VOUS ATTEIGNEZ LES 65 ANS

Quand vous atteignez les 65 ans, vous devez en aviser l'AREQ. Votre cotisation sera alors réajustée, selon vos revenus. Un petit coup de fil peut vous avantager: 1 800 663-2408.

PHOTOS

Vous voulez vous voir ou voir des collègues de l'AREQ lors d'activités ? Visitez le site web du secteur et cliquez simplement sur PHOTOS en haut à droite.

Merci à notre « photographe officiel », Clément Rajotte!

RESSOURCES POUR PERSONNES AINÉES

Dans La Petite Feuille d'août 2016, on retrouvait, à la page 18, des numéros de téléphone de diverses ressources pour personnes âgées, (ex. accompagnement, aide à domicile, alimentation, logement, etc.).

Au besoin, vous pouvez encore avoir accès à l'énumération de ces ressources, pour vous ou des gens de votre connaissance.

Allez sur le site web du secteur et cliquez sur RESSOURCES, en haut à droite.

PHOTOS POUR LA PETITE FEUILLE

Les membres apprécient le premier coup d'œil de leur *Petite Feuille*. Vous pouvez aider à ce que la page frontispice soit accueillante et agréable à l'œil. Si vous êtes créatrice ou créateur de tableaux, vous pourriez nous faire parvenir des photos en haute définition de certaines de vos œuvres qui pourraient paraître en première page. Ces photos seraient données au secteur pour une publication possible et le nom de l'artiste y paraîtrait. Les membres intéressés par cette collaboration sont priés d'envoyer leurs photos à l'adresse suivante :

areq.vieuxlongueuil@outlook.com

DINER DES NOUVEAUX

Cette année encore, un certain nombre de personnes actives ont décidé d'accrocher leurs outils de travail et de prendre leur retraite. Elles entrent dans un autre temps de leur vie, avec plein d'idées et de projets en tête.

Le Conseil, au nom de ses membres, profite de l'occasion pour leur lancer une invitation: *vous êtes*

donc conviés à venir partager un diner à L'Ancêtre le 8 novembre prochain.

Vous recevrez une lettre à cet effet avec tous les détails.

Entretiens, c'est une autre date importante à inscrire à votre agenda !

RETROUVAILLES 2017

Un rendez-vous à ne pas manquer!

Comme d'habitude, cette rencontre incontournable aura lieu au **Relais du Parc Michel-Chartrand**, le 13 septembre. On vous y attend dès 9 h 30.

Poursuivant la tradition, nous vous offrons un repas chaud, des activités conviviales pour vous maintenir en bonne forme et des stands d'information de vos comités préférés.

Le beau temps est garanti. Nous vous invitons à sortir et rencontrer vos anciens collègues. Profitez de cette occasion pour pratiquer une activité santé dans un décor enchanteur.

Activités proposées : vélo, marche, pétanque, volley-ball, scrabble.

Participez aux tirages du comité vert et du comité des femmes :

Apportez attaches et goupilles, livres (Cultures à partager) et denrées non périssables (Moisson Rive-Sud)

LE COUPON DE PRÉSENCE EST OBLIGATOIRE

Veuillez compléter le coupon ci-dessous et le faire parvenir par la poste à :

Lucille Martin, 4284 rue Bergeron, Saint-Hubert, Qc J3Y 6E5

Coupez-----

Je confirme ma participation aux **RETROUVAILLES**
Parc Michel-Chartrand (Relais) entrée par Jean-Paul-Vincent
13 septembre dès 9 h 30

Nom: _____

Si accompagné(e) :

- membre: nom: _____

- non membre (5 \$) nom: _____

Pour le repas: oui _____ non _____

Faire parvenir par la poste à : Lucille Martin, 4284, rue Bergeron, Saint-Hubert, Qc J3Y 6E5

LES MURS DANS LE MONDE

CONFÉRENCIÈRE : MADAME SOLANGE DUCHARME

De tout temps pour se protéger, les nations ont érigé des murs le long de leurs frontières, mais c'est loin d'être une activité révolue en notre ère de mondialisation. Les groupes qui ne peuvent cohabiter ont dressé ces dernières années un nombre effarant de nouveaux murs sur presque tous les continents, et selon Trump, ce n'est pas fini.

Dans une tournée mondiale, nous repérerons ces frontières que l'on ferme hermétiquement parfois avec de très imposants dispositifs et cernerons les raisons qui motivent certains états à se replier ainsi sur eux-mêmes.

Nous vous invitons à vous joindre à nous pour un déjeuner-conférence

le lundi 16 octobre 2017,
au Volta, 30 rue des Frères-Lumière, Boucherville, Québec, J4B 8B3,
déjeuner 9 h 00,
conférence 10 h 00,
coût 10 \$ membres – 15 \$ non-membres,
billets: Roger Lapierre, 450-678-1051 roger_lapierre47@hotmail.com.

Normand Lussier, comité sociopolitique

LA CHORALE DE L'AREQ VOUS OUVRE SES PORTES

Le chant vous intéresse? Vous êtes disponible les mardis matins?

Venez vous joindre à la chorale Les Myosotis, chorale mixte à 4 voix.

Nous tiendrons deux répétitions « portes ouvertes » les 12 et 19 septembre prochains de 9 h 30 à 12 h 00; quel bon moment pour venir voir de quoi il s'agit sans obligation de votre part!

Les conditions pour joindre la chorale sont:

- avoir une voix juste,
- participer aux répétitions tous les mardis matins,
- s'y préparer par des pratiques personnelles à la maison à l'aide du matériel fourni (CD, MP3 et partitions),
- payer une cotisation annuelle,
- la connaissance théorique de la musique n'est pas obligatoire, mais utile.

Le chant choral est une excellente activité de loisir, de socialisation et d'apprentissage.

La chorale Les Myosotis existe depuis plus de 30 ans.

Site web: choralelesmyosotis.ca

Informations: choralelesmyosotis@gmail.com

Jean Morin, président, 514 622-8769



PLANTATION D'UN ARBRE

Pour une 3^e année, le comité environnement procédera à la plantation d'un arbre. Cette action s'inscrit dans le cadre du projet ZÉRO CARBONE, l'objectif étant de compenser les émissions de CO₂ occasionnées par le transport des membres de l'AREQ aux diverses activités proposées.

Pour chaque kilomètre parcouru en auto pour les activités, l'AREQ remet 0,01 \$ pour l'achat d'un arbre. Dans notre secteur, les membres demeurant à proximité des lieux de rencontres, le montant remis serait très petit donc un arbre très petit. Le conseil a donc voté un montant de 150,00\$ pour l'achat d'un arbre de 7-8 ans.

Cette année, une entente est prise avec l'école Georges-Etienne-Cartier au 3455 rue Soissons à

Longueuil. La plantation se tiendra avec les élèves de 1^{re} année le 10 octobre 2017 en après-midi. Il faudra suivre les divers moyens de communication advenant un changement dû à la température, par exemple. Tous les membres du secteur sont invités à se rendre sur les lieux. Il suffit d'être là pour accompagner le comité.

C'est une activité qui s'inscrit dans le plan d'action du comité environnement. Elle est un exemple de lutte aux changements climatiques. Par ce geste, nous expliquons aux enfants que nous, les personnes âgées, voulons leur laisser une planète en santé.

Gisèle Rocheleau, comité environnement

ATELIERS D'INFORMATIQUE AUTOMNE 2017

Cette année, l'AREQ du Vieux-Longueuil propose une série d'ateliers d'informatique qui auront lieu les mercredis et jeudis du 25 octobre au 30 novembre. En voici le calendrier :

Mercredi matin de 9:00 à 11:30, du 25 octobre au 29 novembre : ateliers libres et gratuits

Mercredi après-midi de 13:00 à 15:30, du 25 octobre au 29 novembre : ateliers ponctuels :

- 25 octobre : Google photos
- 1 novembre : Dropbox, One Drive et Google disk
- 8 novembre : TeamViewer
- 15 novembre : Skype
- 22 novembre : Diaporama avec PhotoRécit
- 29 novembre : Picasa sous Windows 10

Jeudi matin de 9:00 à 11:30, du 26 octobre au 9 novembre : Atelier tablette iPad (groupe 1)

Jeudi après-midi de 13:00 à 15:30, du 16 au 30 novembre : Atelier tablette iPad (Groupe 2)

Jeudi matin de 9:00 à 11:30, du 16 au 30 novembre : Atelier tablette Android (Groupe 1)

Jeudi après-midi de 13:00 à 15:30, du 26 octobre au 9 novembre : Atelier tablette Android
(Groupe 2)

La description des contenus et le formulaire d'inscription sont disponibles sur le site de l'AREQ du Vieux-Longueuil (<http://vieuxlongueuil.areq.ca>) sous l'onglet **Activités-cours**.

André Normandeau responsable

LE 22 NOVEMBRE À 9 H 00 AU CENTRE VOLTA, DÉJEUNER-CONFÉRENCE AVEC WIDIA LARIVIÈRE ET MÉLANIE LUMSDEN QUI VIENDRONT ÉCHANGER AVEC NOUS SUR LES RÉALITÉS AUTOCHTONES AU CANADA

Widia Larivière et Mélanie Lumsden, deux femmes autochtones engagées, ont fondé l'organisme MIKANA et se dédient, depuis plus de 10 ans, à briser les préjugés sur les peuples autochtones.

Aujourd'hui encore, au Québec, il existe une méconnaissance des réalités autochtones qui se manifeste au quotidien de différentes façons : racisme, préjugés, discrimination. Nous sommes fières de soutenir les 94 recommandations du rapport de la Commission vérité et réconciliation du Canada et de travailler, main dans la main, avec des partenaires engagés pour la reconnaissance et le respect des droits.

Site (www.Mikana.ca)

Elles ont à ce jour animé des centaines d'ateliers et conférences afin de créer des ponts entre Autochtones et Allochtones. Nous vous invitons à venir en grand nombre et à réserver tôt votre participation.

Marie-Noëlle Robidas



Widia Larivière, cofondatrice



Mélanie Lumsden, cofondatrice

Endroit : Volta, 30 rue des Frères-Lumière Boucherville, Qc J4B 8B3

Déjeuner : 9 h 00 - **Conférence** : 9 h 45 - **Coût** : 10 \$ membres et 15 \$ non-membres

roger_lapierre47@hotmail.com et 450 678-1051

TROIS ACTIVITÉS FESTIVES DE L'AREQ VIEUX-LONGUEUIL (page suivante)

Les ventilateurs à peine remisés, il faut déjà penser s'inscrire aux activités festives de fin de saison 2017. **HÂTEZ-VOUS CAR LES PLACES SONT LIMITÉES.** En effet, la partie d'huître, le diner et le souper de Noël sont devenus des événements incontournables appréciés principalement à cause de l'ambiance conviviale et sans prétention. Rien de tel qu'un bon repas, hors du cadre habituel, pour favoriser les discussions, rire, resserrer des liens et nouer de nouvelles amitiés.

Vente des billets pour les activités festives de la page suivante :

La vente débutera lors de la journée *Retrouvailles*, mercredi le 13 septembre. Vous pourrez payer en argent ou par chèque libellé au nom de l'**AREQ Vieux-Longueuil**.

Vous pouvez également payer par la poste en faisant parvenir votre chèque à René Asselin, 1961, rue de Bruxelles, Montréal (Québec) H1L 5Z5.

Pour informations et achat de billets, contactez les responsables des trois événements :

René Asselin 514 355-3869 ou Jean Mérineau 514 883-1553.

Partie d'huîtres

Pas obligé d'être amateur d'huîtres pour participer à cette soirée inusitée. Vous aimeriez vous aventurer à goûter le mollusque mais vous ne savez pas comment procéder ? N'ayez crainte ! Des ouvriers, parmi les convives, se feront un plaisir de vous aider.

Attroupés autour des tables dans un va-et-vient incessant, des gens heureux de déguster des huîtres partagent leur expertise ou émettent des commentaires sur leur découverte dans une effusion de rires et d'éclats de voix. Une expérience à tenter au moins une fois dans sa vie.

Et ce n'est pas fini! Aurèle vous fera danser pour le reste de la soirée.

Quand : Mercredi le 25 octobre - Réservation nécessaire avant le 20 octobre (*voir p. 28*)

Où : Centre Saint-Robert, 701, rue Duhamel, Longueuil

Heure : Accueil dès 17 h 30 - Repas à 18 h 00

Prix : 35,00 \$ pour les membres - 40,00 \$ pour vos invités non-membres

Menu : Huîtres fraîches à volonté, buffet froid - Apportez votre boisson gazeuse et alcoolisée

Souper de Noël

Avec l'arrivée du Temps des Fêtes vient le traditionnel souper de Noël de l'AREQ Vieux-Longueuil. Une soirée scintillante dont la règle d'or est la gaieté. Vous en ressortirez rouge de plaisir. Il y aura tirage de prix de présence.

Vous avez envie de vous trémousser un peu ? Comme à chaque année Aurèle, qui sait faire jouer la bonne musique, animera cette soirée chaleureuse.

Quand : Mercredi le 6 décembre - Réservation nécessaire avant le 1er décembre (*voir p. 28*)

Où : Restaurant L'Ancêtre, 5370, chemin de Chambly, Longueuil (Arrondissement Saint-Hubert)

Heure : Accueil et cocktail de bienvenue dès 17 h 00 - Repas servi à 18 h 00

Prix : 25,00 \$ pour les membres de 75 ans et plus - 35,00 \$ pour les membres - 40,00 \$ pour les conjointes et conjoints - 50,00 \$ pour vos invités non-membres

Menu : 1- Tournedos de bœuf 2- Dinde et tourtière 3- Saumon à l'oseille

(Spécifier lors de votre réservation)

Dîner de Noël

Vous ne sortez plus le soir dès que la noirceur s'installe, vous n'avez pas de voiture ? Le dîner de Noël est pensé particulièrement pour vous. En effet, le restaurant L'Ancêtre est facilement accessible par transport en commun et dispose d'espaces de stationnement sur son terrain.

Soyez assuré que l'effervescence du Temps des Fêtes sera au rendez-vous. Il y aura tirage de prix de présence de circonstance.

Quand : Mercredi le 13 décembre - Réservation nécessaire avant le 8 décembre (*voir p. 28*)

Où : Restaurant L'Ancêtre, 5370, chemin de Chambly, Longueuil (Arrondissement Saint-Hubert)

Heure : Accueil et cocktail de bienvenue dès 11 h 00 - Repas servi à 12 h 00

Prix : 20,00 \$ pour les membres de 75 ans et plus - 25,00 \$ pour les membres - 30,00 \$ pour les conjointes et conjoints - 40,00 \$ pour vos invités non-membres

Menu : 1- Émincé de bœuf 2- Dinde et tourtière 3- Saumon à l'oseille

(Spécifier lors de votre réservation)

Lorsque je lis dans les médias que notre gouvernement provincial doit faire des provisions pour notre système de santé, car la population vieillit et les coûts seront de plus en plus élevés...

Quel message veut-on laisser entendre? Surtout lorsque l'on sait que le vieillissement de la population ne représente que 1% des coûts en santé et que les véritables causes de l'augmentation des coûts en santé sont les nouvelles technologies, les salaires des médecins, la privatisation du système de santé et le coût des médicaments.

Lorsque je lis dans les médias, qu'avec notre fonds de pension, nous sommes les enfants gâtés, et qu'on coûte cher au système, on repassera. N'oublions pas que tout au long de notre carrière, nous avons contribué à notre fonds de pension de deux façons, en payant de l'impôt et donc en aidant le gouvernement à payer sa part, lorsqu'il la payait, et ensuite par nos propres contributions. De plus, saviez-vous que la retraite dorée des personnes retraitées du RREGOP atteignait en 2015, en moyenne, le faramineux \$19 367. Vraiment gâtés....

Au printemps 2016, j'avais interrogé les membres de mon secteur, Vieux-Longueuil, au sujet de leur bénévolat, car je voulais vérifier si ma perception était bonne, à savoir qu'il est faux de prétendre que les personnes âgées paressent et/ou se prélassent au soleil à longueur d'année. Et bien, j'avais raison. Plus de 50% des membres font du bénévolat auprès d'autres personnes âgées, auprès de personnes réfugiées... plus d'une vingtaine d'organisations différentes et ce, en ne mentionnant pas la famille (père, mère, petits-enfants, enfants, frères, sœurs...) et/ou les amies et amis. Lors de la tournée AREQ en préparation du congrès de 2017, toutes les régions ont parlé du très grand nombre d'heures de bénévolat que nos membres accomplissent. Je vais vous rappeler ce que le projet SIRA nous révélait : *selon Statistique Canada, les données de 2007 révélaient que, de tous les groupes de la société, ce sont les aînés qui consacrent le plus d'heures au bénévolat : 268 heures en moyenne par année.* Et ici, on ne parle que de ce qui est accompli auprès d'associations communautaires et d'organismes à but non lucratif. Avez-vous une petite

idée de ce que ceci représente au niveau économique? Et on viendra nous dire que nous sommes passifs...

De plus, en tant que personnes âgées, nous continuons à contribuer à la fiscalité et ce, beaucoup plus que bon nombre d'entreprises multinationales. Nous continuons à payer des taxes et impôts aux différents paliers de gouvernements. Nous contribuons aussi à la fiscalité des municipalités et des commissions scolaires. Notre apport économique est également important dans d'autres domaines : rénovations, voyages, spectacles, librairies, technologie... Lorsque vous êtes allés voir une pièce théâtre, lorsque vous êtes allés à un spectacle quelconque, lorsque vous êtes allés dans une librairie, avez-vous remarqué le nombre des têtes

grises qui étaient présentes. Je crois que si nous n'étions pas actives et actifs, culturellement, le monde artistique du Québec en souffrirait grandement.

En somme, je vous dirais que nous n'avons pas à être gênés de vivre et que notre apport à la société est aussi

important aujourd'hui que lorsque nous étions plus jeunes.

Je terminerai en ajoutant un extrait d'une nouvelle politique qui provient d'une province canadienne que je vous invite à consulter novascotia.ca/shift/fr/shift-action-plan-fr.pdf :

En Nouvelle-Écosse, les personnes âgées aident à soutenir les familles, les milieux de travail, les collectivités et la province dans son ensemble. Elles prennent soin d'autres personnes, participent à des projets communautaires, donnent du temps et de l'argent à des œuvres de bienfaisance, exploitent des entreprises, travaillent à temps partiel ou à temps plein, sont actives en politique, agissent comme leaders et comme mentors et nous font profiter de leur longue expérience et de leurs vastes connaissances. Nous avons tous à gagner à valoriser et à soutenir les personnes âgées et leurs diverses contributions.

Roger Lapierre



Merci Pierre-Paul,
président national 2011-2017



Merci Gisèle (à droite),
présidente sectorielle 2011-2017



Merci Christiane,
présidente régionale 2011-2017



Conseil exécutif national : Lise Lapointe
Marcel Leroux - Christiane Potvin Lapalme
Claire Bélanger - Nicole Gagnon



Manon Besner,
présidente régionale



Présidentes et présidents des
secteurs de la Montérégie



Conseil sectoriel du Vieux-Longueuil : Andrée Beaumier
Céline Lachapelle - Marie-Noëlle Robidas - Lucille Martin
Jean-Guy Asselin - Richard Lépine - Roger Lapierre



Bénévoles téléphonistes



Bénévoles en solo



Bénévoles des comités