

Les Bonnes notes...

AREQ-04G

novembre 2006



« Les feuilles d'automne se ramassent à la pelle,
tu vois, je n'ai pas oublié ! »

Non, nous n'avons pas oublié nos revendications sur l'équité salariale, ni l'indexation de nos pensions, ni notre mission qui se voue, entre autres, à exiger le droit de vieillir dans la sécurité et la dignité.

Dans ce monde où tout et chacun se court pour répondre aux diverses sollicitations venant de notre famille : enfants, parents en perte d'autonomie, amies et amis, des besoins de bénévolat un peu partout, nous voulons être respectés, être reconnus comme membres à part entière de cette société dans laquelle nous vivons.

Cette année, l'A.R.E.Q. mettra tout en œuvre pour mieux cerner les violences de toutes sortes qui sont faites aux aîné(e)s afin de mieux les contrer. C'est un travail de vigilance de tous les instants dans une société qui banalise de plus en plus les actes posés dans nos différents établissements de santé. C'est nous tous, comme membres d'une association, qui sommes interpellés à promouvoir et à faire en sorte que les attitudes changent.

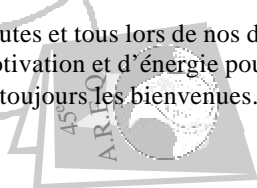
Je profite aussi de cet espace pour remercier Rachel Marchand pour son travail inlassable et son implication au sein du comité de l'environnement. Merci des moments que vous avez accordés à cette cause qui vous tient à cœur et d'avoir éveillé nos consciences.

Je tiens à remercier aussi tous les membres des différents comités qui poursuivent parfois dans l'ombre un travail gigantesque et qui alimentent et nous aident, nous, membres du Comité directeur, à poursuivre notre tâche auprès de chacun de vous.

À l'aube des fêtes de Noël et de la nouvelle année, je vous souhaite de profiter de ce temps de retrouvailles dans un climat de sérénité, de joie et de paix. Mes collègues du Comité directeur se joignent à moi pour « vous offrir nos meilleurs vœux en ce joyeux temps des fêtes et vous souhaiter une nouvelle année où vos rêves les plus chers deviendront réalité. Santé, bonheur et joie ! » en ce Noël 2006 et pour cette année 2007 au cours de laquelle notre secteur célébrera son 25^e anniversaire.

C'est toujours un grand plaisir de vous rencontrer toutes et tous lors de nos différentes activités. Votre présence est une source de motivation et d'énergie pour moi. N'oubliez pas que vos idées et vos suggestions sont toujours les bienvenues.

Aline Godin, présidente



Événements importants

Prévisions des activités 2006-2007

Novembre	02	Messe souvenir
	08	Déjeuner du mois
	22	Causerie
	27	Dîner des bénévoles
	28	Voyage - Match des étoiles
Décembre	05	Voyage - Salon des métiers d'art
	08	Souper de Noël
	13	Déjeuner du mois
Janvier	10	Déjeuner de la nouvelle année
Février	14	Déjeuner du mois
	16	École d'hôtellerie - dîner
	26	Causerie
Mars	06	Journée de la femme
	12	Méditation - relaxation (1)
	14	Déjeuner du mois
	19	Méditation - relaxation (2)
	26	Méditation - relaxation (3)
	30	Cabane à sucre
Avril	02	Méditation - relaxation (4)
	11	Déjeuner du mois
	14	Journée de la terre
	17	Assemblée générale du secteur
Mai	09	Déjeuner du mois
	23/24	Colloque provincial
Juin	01	Assemblée générale régionale
	13	Déjeuner de fin d'année
	?	Golf régional et circuits touristiques FLG

L'AREQ-04G sur Internet

Vous pouvez avoir accès en tout temps au bulletin « les bonnes notes », aux activités, aux chroniques, aux assurances, aux photos des activités ... en naviguant sur notre site Web. C'est un site à placer dans vos favoris :

<http://www2.csduroy.qc.ca/AREQ-04G/>

Vous aimeriez être informés par courriel des activités, mais vous ne voulez pas que tout le monde ait votre adresse, soyez sans crainte, tous les messages de groupe sont envoyés en « Cci » (vous verrez seulement les adresses du comité directeur).

Pour faire partie de la liste de distribution ou pour des informations supplémentaires, communiquez à l'une des deux adresses ci-dessous :

levasseg@csduroy.qc.ca ou gaston_levasseur@sympatico.ca

Gaston Levasseur

AREQ-04G

Liste des responsables des comités

Condition des femmes	Reine Toupin 819 371-1074 retoupin@tr.cgocable.ca	Odette Groleau 819 379-9306 ogrolo@hotmail.com
Fondation FLG	Pierre L. Gosselin 819 373-8583	Nicole Brière 819 378-2412 brini2002@hotmail.com
Environnement	Jacques Brodeur 819 379-2132 jbrodeur@mediom.qc.ca	Suzanne Bourassa 819 693-9690
Indexation	Jacques Larivière 819 376-4545 jlariviere@infoteck.qc.ca	
Assurances	Ginette Hallé 819 376-5836 ginette.halle@tr.cgocable.ca	Aline Godin 819 379-5460 aline.godin@tr.cgocable.ca
Site WEB	Gaston Levasseur 819 693-1611 levasseg@csduroy.qc.ca	Aline Godin 819 379-5460 aline.godin@tr.cgocable.ca
Sociopolitique	Jacques Brodeur 819 379-2132 jbrodeur@mediom.qc.ca	

La majuscule

Conformément à tous les codes typographiques et à un avis de recommandation de l'*Office québécois de la langue française*, les majuscules, dans les abréviations, comme les textes courants, prennent les accents, le tréma et la cédille lorsque les minuscules équivalentes en comportent.

En poésie, la règle générale veut que chaque vers débute par une majuscule.

Les noms de **vins** et de **spiritueux** qui sont, à l'origine, des noms géographiques ne prennent pas la majuscule. Celle-ci est cependant maintenue au nom de la région lorsqu'il détermine le nom du produit, ainsi que, bien sûr, dans le cas des vins, au nom du domaine ou de la propriété, qui s'apparente à une marque.

Exemples : des bourgognes aligotés, un vieux bordeaux, mais un vin de Bordeaux, un champagne, mais un Veuve Clicquot...

Les noms de cépages prennent une minuscule : muscadet, pinot, riesling, chardonnay...

Le mot **université** prend toujours la majuscule quand il est employé dans l'appellation d'une université du Québec ou du Canada.

Exemples : l'Université de Sherbrooke, l'Université Laval...

Selon les codes typographiques, les noms d'universités françaises s'écrivent avec un *u* minuscule.

Exemples : l'université Paul-Valéry...

Les noms de religions ainsi que le nom des adeptes d'une doctrine religieuse s'écrivent généralement avec une minuscule initiale. Les titres donnés aux personnes exerçant des fonctions religieuses s'écrivent eux aussi, généralement, avec une minuscule initiale.

Les points cardinaux (simples ou composés) prennent toujours une majuscule lorsqu'ils sont rattachés à une voie de communication, lorsqu'ils font partie d'un nom géographique (ou toponyme), lorsqu'ils désignent une région bien délimitée ou qu'ils ont une fonction de nom propre.

Exemples : la rue Sherbrooke Ouest, l'Ouest canadien, la tour Est, la Côte-Nord...

(Suite page 5)

(Suite de la page 4)

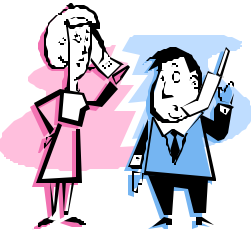
Les points cardinaux commencent par une minuscule lorsqu'ils désignent une direction, une orientation, une situation relativement à un lieu.

Exemples : le vent du sud, le nord-ouest des États-Unis, le pays d'est en ouest...

NOTE

L'indicatif régional des numéros de téléphone ou de télécopie s'écrit dorénavant sans les parenthèses. Il y a un espacement entre les trois premiers chiffres et les trois suivants, et un trait d'union entre ceux-ci et les quatre derniers. : 514 876-1234. Les présentations avec points sont à éviter.

Gaétane Boisvert Bellemare



LES TÉLÉPHONISTES DE L'A.R.E.Q., DES PERSONNES BÉNÉVOLES, COMPÉTENTES !

C'est avec une profonde reconnaissance que le comité directeur remercie personnellement chacune des téléphonistes qui assure un lien indispensable avec les membres du secteur.

On ne peut passer sous silence le travail de toutes ces bénévoles qui, jour après jour, acheminent les voeux de bon anniversaire et les messages importants venant du Comité directeur.

Merci en particulier à Denise Auger-Tremblay, Suzie Beaumier, Micheline Boisvert, Thérèse Boisvert, Claudette Bordeleau-Perron, Nicole Brière, Diane Brouillette-Mercier, Colombe Caron-Germain, Nicole Caron, Laure Casaubon, Renée Charest, Hélène Doyon, Lise G. Fortin, Huguette Frigon, Carmen Gélinas, Odette Groleau, Claire Lebrun-Germain, Yolande Leclerc, Rachel Marchand-Grenier, Murielle Martel, Estelle Masson, Reyna Mayrand, Jocelyne Michaud, Diane Montplaisir, Simonne Pellerin, Lise Perreault, Jacqueline Pintal, Marie-Paul Rivard-Tessier, Nicole Smith, Sylvaine St-Amand et Lucienne Tourigny-Béliveau.

Si d'autres membres veulent se joindre à cette équipe dynamique, des places sont disponibles. La gent masculine est particulièrement bienvenue.

Soyez assurées, chères téléphonistes, que nous apprécions toujours grandement votre implication et votre bénévolat.

Pierrette Ayotte, secrétaire

Responsable de la chaîne téléphonique



Mais qui sont ces gens et que font-ils? Eh bien! C'est le groupe qui se réunit chaque **mardi matin à 10 heures** pour jouer aux petites quilles. Pas question de se stresser, car peu importe le pointage, le plaisir est assuré.

Comme vous le remarquez sûrement, le nombre de quilleuses surpasse celui des quilleurs. Il ne faut pas craindre de vous joindre à nous, messieurs, car même si, par hasard, vous vous faisiez battre par des femmes, cela ne vous occasionnerait aucune douleur (physique, j'entends!). Pour l'ego, à vous de gérer.

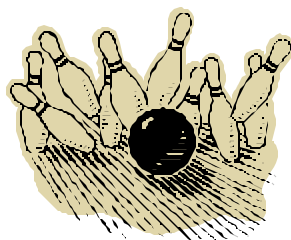
L'an dernier, nous avons eu la chance d'assister à une partie parfaite (300 points, 12 abats) et cette année, les parties de 200 et plus sont monnaie courante.

Alors, si le cœur vous en dit, retraités (es) de l'AREQ 04G, joignez-vous à nous au **salon de quilles de Francheville, il y a toujours de la place.**

Vous direz sûrement : « Comment se fait-il que je n'y suis pas allé (e) avant! »

Au plaisir de vous y rencontrer!

Diane Poirier



Pensée

Être libre signifie que personne ne peut t'empêcher de faire ce qui est juste ou te persuader de faire ce qui est mal.

Se faire du souci, c'est comme se balancer dans un fauteuil.

Cela occupe, mais ne te mène pas très loin.

Le bonheur, c'est être heureux ; ce n'est pas de faire croire aux autres qu'on l'est.

Jules Renard

La Non-Rentrée 2006

Cette année, c'est le 30 août 2006 à la salle Kanipco du Club de golf Métabéroutin qu'avait lieu l'activité de la non-rentree. Dès l'arrivée, dans un stationnement entouré d'arbres et de verdure, d'où nous pouvons apercevoir des golfeurs au tertre de départ, nous rencontrons des collègues retraités. La belle température nous permet même de rester quelque temps à l'extérieur pour jaser, se donner des nouvelles, s'informer les uns les autres des événements de l'été.



Sitôt à l'intérieur, dans cette jolie salle, des membres du comité directeur accueillent les gens et l'inscription se fait rapidement. Puis chacun recherche des connaissances avec qui se regrouper pour le repas.

Aline Godin, présidente de l'AREQ 04G s'adresse à l'assemblée. Elle nous présente les membres du Comité directeur ainsi que les responsables des différents comités. Ceux-ci expliquent brièvement le travail, les buts poursuivis et l'implication attendue de la part des membres.



Ensuite, vient le moment d'aller remplir nos assiettes de tous ces bons mets, viandes, œufs, pommes de terre et fruits. Il y en a pour tous les goûts et chacun fait son choix. Du café à volonté servi aux tables et, on s'en doute bien, les conversations continuent de plus belle.

Le concert prévu avec Karine Cossette n'a pu être présenté, mais une solution de remplacement a satisfait tout le monde. Et par la suite, les anniversaires du mois d'août sont mentionnés. Des fleurs accompagnent ces souhaits. Les nouveaux retraités sont présentés et reçoivent une fleur.



Pierre L. Gosselin, aidé de quelques membres du Comité directeur, a vendu des billets de tirage pour la Fondation Laure Gaudreault. Il y a donc un tirage, les prix étant des stylos et des billets de 5 \$.

Finalement, nous quittons, sauf que celles et ceux qui souhaitent participer à l'échange de vivaces restent pour cette dernière activité.

C'est une non-rentree très bien organisée qui permet aux gens de se rencontrer à un moment de l'année qui nous rappelle ce rythme d'un nouveau projet à chaque mois de septembre, ce début des classes que nous n'avons plus à faire.

Merci au Comité directeur de l'AREQ 04G pour l'organisation de cette non-rentree si bien réussie.

Gisèle St-Arnaud

La route des saveurs

Charlevoix 4 octobre 2006



C'est sous un ciel indécis que le départ se fait pour cette aventure riche en explications et pour déguster les produits du terroir. La plupart était équipés d'imper ou de parapluie pour déjouer Dame nature. Le brouillard se dissipant peu à peu, nous avons pu admirer les magnifiques couleurs se déroulant devant nous.

Petite pause chez « Marie » pour se dégourdir et se restaurer d'un café et de tartines de pain maison.

Première visite à la Micro brasserie de Charlevoix. Nous avons reçu un accueil chaleureux et des explications détaillées sur la fabrication et la mise en bouteilles de bières différentes. Suite à ces informations, la dégustation d'une palette de quatre échantillons fut appréciée. Chacun allant de leurs commentaires

quant à leur préférence.



La route des saveurs se poursuit. Arrivés à Baie Saint-Paul « sans la pluie », une période de deux heures a donné l'occasion de prendre un repas léger et d'arpenter la rue Saint-Jean-Baptiste remplie de galeries d'art et de boutiques artisanales. Plaisir pour les yeux.

Sous une pluie torrentielle, nous arrivons à la laiterie de Charlevoix. Un regard sur les installations tout en écoutant les renseignements sur la préparation, la fermentation, l'entreposage et la conservation des différents fromages. La dégustation fut un plaisir pour le palais. Nous avons apprécié le Fleurmier, fromage à pâte molle, un cheddar frais et un autre au lait cru vieilli à point. Plusieurs font l'achat de ces délices.

Renseignements :

<http://www.fromagefin.com>



(Suite page 9)

(Suite de la page 8)

Pour faire suite, la Maison d’Affinage Maurice Dufour nous reçoit en toute simplicité. Après l’historique et un coup d’œil sur leur splendide salle à dîner, nous découvrons la fabrication et dégustons un fromage de brebis ainsi que quelques autres.

Plus tard, un endroit sympathique et convivial nous attendait, la Ferme Basque. La propriétaire fait une courte histoire de son départ de France jusqu’à son arrivée dans Charlevoix pour faire l’élevage des canards et les transformer en creton, rillettes, foie gras, etc. La dégustation a donné raison à ces mets délicieux.

Pour finir cette journée, un souper à Québec chez Papparazzi situé sur la rue Maiguire nous attendait. Très bon endroit à découvrir. Le retour se fait dans la détente.

Merci à Carmen pour cette journée riche en découvertes.

*Raymonde Cinq Mars
Laurette Pintal.*

Trucs et astuces à partager

- 1- Mettez une guimauve miniature au fond d’un cornet pointu pour éviter les dégâts de crème glacée dégoulinante.
2. Pour éviter que les coquilles d’œufs craquent, ajoutez une pincée de sel à votre eau bouillante.
3. Pour extraire tout le jus d’un citron, laissez-le à la température de la pièce et rouler le fermement sur le comptoir avant de le presser.
4. Pour enlever aisément le brûlé au fond des casseroles, mettez une à deux gouttes de savon à vaisselle et assez d’eau pour couvrir le fond du chaudron et ensuite amenez le tout à ébullition sur la cuisinière.
5. Enduisez les Tupperware d’un antiadhésif à cuisson avant d’y mettre les sauces tomates ou les pâtes et elles ne resteront pas tâchées.
6. Lorsqu’une recette vous demande d’enfariner un moule, mettez-y le mélange d’ingrédients secs du gâteau (au lieu de la farine) et le gâteau, une fois cuit, ne sera pas enduit d’une poudre blanche à l’extérieur.
7. Si vous avez accidentellement trop salé un plat lorsqu’il est presque prêt, jetez-y une pomme de terre pelée et elle absorbera l’excédent de sel.

(Suite page 11)

Le règlement en équité salariale et les personnes retraitées

Encore un peu de patience...

L'APPLICATION DU RÈGLEMENT

Nul doute que plusieurs de nos membres veulent avoir des nouvelles sur ce règlement. Depuis le temps qu'on en parle. Voici donc quelques renseignements qui touchent certaines personnes retraitées. Certaines, parce que ce règlement est **applicable pour les personnes qui ont pris leur retraite après le 21 novembre 2001**.

LA RÉTROACTIVITÉ

Elles auront droit aux versements prévus avec intérêts pour les années où elles ont travaillé et qui sont visées par le programme d'équité salariale des secteurs de la santé, des services sociaux et de l'éducation.

Il n'y aura pas de rajustements salariaux ni de rétroactivité avant la fin de tous les délais d'affichage qui sont prévus à la fin de novembre 2006. **Le versement des sommes dues depuis le 21 novembre 2001 s'effectuera vers le mois de mars 2007.**

Pour les enseignantes et enseignants, l'évolution du taux annuel de l'échelle de base sera différente de celle des emplois de professionnels équivalents, ce qui va se refléter sur les calculs de rétroactivité. Il faut se rappeler que les disparités ont été corrigées dans le règlement de 2002 sur la durée de la tâche annuelle. Cela a permis de combler l'écart de salaire annuel de 10 % avec les professionnels équivalents.

L'ÉTALEMENT

Le gouvernement a demandé, le 22 août 2006, à la Commission de l'équité salariale d'étaler les rajustements sur sept ans (8 versements sur 7 ans) plutôt que sur les quatre ans (5 versements sur 4 ans) déjà prévus à la loi. La CSQ n'est pas d'accord avec ce prolongement.

UN REPORT PÉNALISANT POUR LES PERSONNES RETRAITÉES

Pour les personnes retraitées qui ont pris leur retraite au cours des dernières années (depuis le 21 novembre 2001) ou qui la prendront cette année, cela va s'avérer très pénalisant. À titre d'exemple, une personne qui prend sa retraite en janvier 2007, avec un étalement de 5 versements sur 4 ans, obtiendrait la totalité du correctif dû et aurait plein effet sur sa rente de retraite (2001 à 2006, 5 ans).

Par ailleurs, si la Commission de l'équité salariale accepte la demande du gouver-

(Suite page 11)

(Suite de la page 10)

nement de prolonger l'étalement sur 7 ans, soit 8 versements sur 7 ans, cette personne ne recevrait que 5/8 du correctif, donc un effet moindre sur sa rente de retraite.

Maintenir la discrimination indéfiniment pour ces personnes, la CSQ dit NON ! Et l'A.R.E.Q. appuie.

ENCORE UN PEU DE PATIENCE

Il reste encore quelques étapes d'ici la fin novembre 2006, dont entre autres, la réponse de la Commission de l'équité salariale sur la prolongation de l'étalement demandée par le gouvernement. De plus, avec l'ampleur et la complexité de la tâche que constitue la rétroactivité, on estime que les sommes dues depuis 2001 seront versées vers le mois de mars 2007.

UN PAS DE PLUS POUR LES FEMMES

Une victoire éclatante pour des milliers de femmes qui obtiendront des correctifs afin de corriger la discrimination salariale fondée sur le sexe.

AUTRES NOUVELLES

Pour de plus amples informations et d'autres nouvelles concernant ce dossier, notamment, sur les calculs et les modalités de versements, vous pouvez consulter le site Internet de l'A.R.E.Q.

Provenance

Linda Olivier, conseillère à la sécurité sociale de l'A.R.E.Q.

(Suite de la page 9)

8. Pour savoir si un œuf est encore frais, plongez-le dans de l'eau tiède salée. S'il coule, il est frais. S'il demeure à la surface, il n'est plus bon.

9. Si vous avez de la difficulté à ouvrir vos pots, mettez des gants de latex pour laver la vaisselle. Ça donne une prise moins glissante qui aide à ouvrir les couvercles.

10. Vous êtes envahi par les fourmis ... on dit de ne jamais franchir une ligne tracée à la craie. Alors, dessinez sur le plancher une ligne de craie où les fourmis ont tendance à marcher. Vous constaterez par vous-même le résultat.

PREMIERS DEJEUNERS MENSUELS 2006-2007



Un excellent succès de participation avec plus de cinquante personnes souriantes! Je n'étais pas présent à celui du 13 septembre mais, de source sûre, j'ai appris que Aline Godin et Pierrette Ayotte y ont participé positivement avec une vingtaine d'autres membres. BRAVO!

Quant au 11 octobre, pour la toute dernière fois au restaurant Maman Fournier actuel, nous étions trente-trois membres avec la majorité du

Comité directeur. Précisons que notre dynamique présidente Aline a passé par-dessus le décalage horaire (tout juste arrivée la veille de Paris) pour être avec nous tous. Sans doute qu'elle ne voulait vraiment pas manquer cette rencontre spéciale post-Action de Grâce.



Lors des échanges amicaux autour d'un bon café, les anniversaires des mois de septembre et octobre ont été soulignés avec de jolies fleurs. Personnellement, ça m'a beaucoup touché qu'on m'en remettre également une. Merci aux consoeurs et confrère du comité directeur de cette délicatesse.



Aussi, de nombreux prix de présence tirés au hasard pour des chanceuses (certaines plus que d'autres encore); que ce soit de beaux sacs de couleur à l'effigie de l'AREQ, de porte-nom, de porte-clef et de chèques-cadeaux de 10 \$ de Maman Fournier. Je me permets de rappeler à tous l'importance du port du bouton de l'AREQ.

Plusieurs personnes sont reparties avec leur billet de faveur en poche pour le spectacle « En toute simplicité » de Karine Cossette, le 14 décembre, à la Salle Anaïs Rousseau de Trois-Rivières.

Pierre L.Gosselin



Le comité de l'environnement célèbre le Jour de la Terre

Le comité de l'environnement travaille fort pour souligner le JOUR DE LA TERRE 2007. Un beau colloque environnemental se tiendra à l'Académie Les Estacades, le samedi 14 avril. Réservez votre journée! Conférenciers, visite de kiosques, dîner, choix de deux ateliers et des surprises!... N'oubliez pas, le 14 avril 2007, « Un geste de plus ... en écologie, démocratie, pacifisme, solidarité ... Pour faire sourire la Terre. »

Suzanne Bourassa et Jacques Brodeur
Responsables du comité de l'environnement

Comité de la condition féminine

Pour faire suite à notre rencontre provinciale des responsables de la condition féminine et à notre participation au colloque des **Femmes de Mékinac sur l'hypersexualisation des jeunes filles**, nous vous invitons à partager nos réflexions sur ce sujet lors du déjeuner du 8 novembre.

De plus, lors du déjeuner du 13 décembre, nous réfléchirons et échangeons à nouveau sur la **violence faite aux femmes** pour commémorer le drame de la Polytechnique du 6 décembre 1989.

N'oubliez pas, comme le veut la tradition de l'AREQ, qu'une cueillette de dons et de denrées alimentaires aura lieu lors du « party » de Noël, le 8 décembre.

N'oubliez pas d'inscrire à votre agenda 2007, une importante activité régionale de l'AREQ pour souligner le 15^e anniversaire du comité de la condition des femmes, au Club de golf les Vieilles Forges à Trois-Rivières, le mardi 6 mars.

Odette Groleau et Reine Toupin

Responsables du comité de la condition féminine

L'importance des coopératives funéraires dans la région

25^e anniversaire de fondation en 2006

Les coopératives funéraires sont nées en 1981 d'une volonté de se regrouper et de gérer nous même cet important secteur économique.

- Le premier but est de conserver ce patrimoine régional chez nous et de le garder collectif avec des coûts raisonnables.
- Présentement au Québec, 50 % du marché funéraire appartient à des intérêts étrangers qui sont le plus souvent américains.
- 35 % appartient au privé et 15 % appartient à la population membre des coopératives.
- Dans la région, il y a 6 000 membres propriétaires de 7 résidences.
- Elles sont situées au Cap-de-la-Madeleine, Grand-Mère, Shawinigan, Saint-Luc-de-Vincennes, Saint-Narcisse et Saint-Séverin-de-Prouxville.
- Le siège social régional est situé à Shawinigan-Sud et le président est Monsieur Roger Hammond.
- 27 employés dont 3 cadres travaillent dans ces coopératives.
- Au Québec, une centaine de résidences font partie des coopératives funéraires.

Le principe est similaire à la formule coopérative de Desjardins. Il suffit de déboursier un montant de 20 \$ et devenir membre à vie.

Lors du décès vous pouvez simplement transférer votre part sans frais à une autre personne ou faire rembourser votre part. La coopérative appartient aux membres mais les services sont disponibles pour tous. Les bénéfices des coopératives sont collectifs, partagés et accessibles.

Une réduction de 10% est accordée aux membres à l'achat de biens et de services offerts par la coopérative. Plusieurs commerces offrent également 10 % de rabais en tout temps aux membres. Pour les parents et grands-parents qui sont membres et qui auraient le malheur de perdre un enfant ou un petit enfant de moins de 14 ans, la coopérative assume les coûts de ses biens et services jusqu'à concurrence de 2500 \$. Il s'agit du programme solidarité. Cette formule s'applique à la condition qu'aucun programme gouvernemental n'intervient.

Le but et les objectifs des coopératives funéraires du Québec est de conserver l'économie funéraire chez nous, coopérer à l'achat local, régional et provincial, et avoir le droit de vote à l'assemblée générale.

Pour de l'information additionnelle ou pour devenir membre composer les numéros suivants: 819-370-2883 ou le 819-537-8828 le courriel est funicarbo@qc.aira.com

Merci à Madame Louise Lafrenière pour l'inspiration de ce texte bien étoffé.

Continuez à aller de l'avant dans vos conférences pour assurer le développement de la Coopérative funéraire de la Mauricie.

Pierre L. Gosselin

2^e vice-président /AREQ-04G

et membre de la Coopérative funéraire de la Mauricie.

Causerie du 2 octobre 2006



Un très petit nombre de personnes s'est présenté au Châtelain avec au menu la violence aux aînés et en second lieu de la poésie, deux sujets qu'on connaît, mais qu'on ne veut pas aborder de trop près. Jacques Brodeur était bien intéressant, captivant, structuré dans ses recherches et il a mené sa conférence de main de maître en nous parlant des abus envers les aînés.

Certaines personnes ont apporté de leur vécu pendant les échanges et toutes sont reparties enchantées de leur après-midi qui s'est terminé avec Jacques Larivière qui a fait un merveilleux travail de montage avec diaporamas, poèmes et musique d'accompagnement de choix.

Une rencontre intime, enrichissante, présentée en toute simplicité!
Une plus grande participation de nos membres aurait été appréciée des organisateurs qui y ont mis temps et effort pour nous offrir un excellent produit. Merci Aline et aux deux Jacques.

Hélène Doyon, membre-amie

Bécancour d'OUEST en EST

Rallye régional de la FLG

Le 28 septembre dernier avait lieu le rallye touristique et historique au profit de la Fondation Laure-Gaudreault.

Cette activité réunissait pas moins de 125 membres provenant des 8 secteurs de l'AREQ-04 et nous aura permis de découvrir une magnifique région et ce, par une température idéale.



Un excellent repas a terminé la journée au Club de Golf de Gentilly. Un montant de 5 \$ par personne inscrite a été versé à la Fondation.

Merci aux commanditaires, merci aux participants et participantes, merci aux organisateurs de l'AREQ-04C (Nicolet).

Louise et Nicole Rochefort



Projet être de son temps

Un lâcher prise pour le corps et le mental

Suite au désir émis par un grand nombre de nos membres, l'AREQ 04G organise des exercices de relaxation et de méditation. Ces derniers, d'une durée de une heure trente, seront offerts les lundis en après-midi les 12, 19 et 26 mars et le 2 avril 2007 par madame Mireille Godbout, infirmière.

Madame Godbout a à son actif la production de plusieurs CD dont la trilogie de la relaxation « Sommeil magique » et « Je rêve d'être mince ».

Que vous soyez une femme ou un homme, ces exercices vous procureront l'aide dont vous rêvez pour que vos pensées cessent de tourbillonner dans votre tête et votre corps. Vous pourrez alors prendre une pause bien méritée après une journée bien remplie. Des étirements graduels aideront à décontracter votre corps, diminueront l'adrénaline de celui-ci et minimiseront les raideurs et les douleurs au dos et au cou causées par les tensions. Nous espérons que vous participerez nombreux et nombreux à ce projet expressément conçu selon vos demandes.

Pour vous inscrire, utilisez l'encart prévu à cet effet.

Information Membre-Ami

Il est toujours possible de l'être même en cours d'année au coût fixe de 20 \$ couvrant la période du 1^{er} septembre au 30 juin 2007. Le Comité directeur rappelle que seuls les conjoints, conjointes et ami(e)s d'un membre régulier ou associé peuvent être membre-ami du secteur. Les membres réguliers ou associés d'un autre secteur de la région 04 ne peuvent devenir membre-ami au secteur G mais ils sont toujours les bienvenus à toutes nos activités à titre d'invité ou non-membre.

Inscription en tout temps pour l'année 2006-2007 auprès de Pierre L. Gosselin au 819 373-8583

P.S. À partir du 1^{er} septembre 2007, il en coûtera 25 \$ annuellement pour renouveler son adhésion. La hausse de cinq dollars couvrira la production et l'envoi des trois bulletins « les bonnes notes... ».

Offensive Membre à Vie FLG

Une bonne nouvelle

À toutes les activités 2006-2007, ce sera avec plaisir que j'aurai toujours avec moi la liste de tous les membres à vie du secteur G. Les personnes qui sont incertaines de leur adhésion pourront donc le vérifier et s'ils ne le sont pas, ils pourront le devenir (10 \$ seulement) pour ainsi obtenir la chance de participer occasionnellement à un tirage spécial... pour tous les anciens et nouveaux membres à vie FLG.

Votre tout dévoué répondant FLG

Pierre L. Gosselin

2^e vice-président

Les réformes scolaires

Enseignement 1960

Un paysan vend un sac de pommes de terre pour 100 \$. Ses frais de production s'élèvent aux 4/5 du prix de vente. Quel est son bénéfice ?

Enseignement 1970

Un paysan vend un sac de pommes de terre pour 100 \$. Ses frais de production s'élèvent aux 4/5 du prix de vente, c'est-à-dire 80 \$. Quel est son bénéfice ?

Enseignement moderne 1970 - Réforme de l'enseignement

Un paysan échange un ensemble 'P' de pommes de terre contre un ensemble 'M' de pièces de monnaies. Le cardinal de l'ensemble 'M' est égal à 100, et chaque élément sigma de 'M' vaut 1 \$. Dessine 100 gros points représentant les éléments de l'ensemble 'M'. L'ensemble 'F' des frais de production comprend 20 gros points de moins que l'ensemble 'M'. Représente 'F' comme un sous ensemble de 'M' et donne la réponse à la question : Quel est le cardinal de l'ensemble 'B' des bénéfices (à dessiner en rouge) ?

Enseignement rénové 1980

Un agriculteur vend un sac de pommes de terre pour 100 \$. Les frais de production s'élèvent à 80 \$ et le bénéfice est de 20 \$. Devoir : Souligne les mots 'pommes de terre' et discute -en avec ton voisin.

Enseignement réforme 1990

Un peizan kapitalist privilegie sanrichi injustement de 20 \$ sur un sac de patat. Analiz le tesks er recherc le fote de contenu de gramere 'ortogrf de ponktuacion et ansuite di se ke tu panse de cete maniaire de sanrichir.

Enseignement assisté par ordinateur 2004

Un producteur de l'espace agricole câblé sur ADSL consulte en conversationnel une data bank qui display le day-rate de la patate. Il load son progiciel SAP/R3 de computation fiable et détermine le cash flow sur écran pitch 0,25mm Energy Star. Dessine-moi avec ton mulot le contour 3D du sac de pommes de terre puis logue-toi au réseau Arpanot (Deep Blue Potatoes). Via le SDH boucle 4.5, extraire de MIE le graphe des patates.

Devoir : Respecte-t-il la norme ANSI, ISO, EIAN, CCITT, AAL ?

Enseignement de l'an 2020

Qu'est ce qu'un paysan ?

Qu'est-ce qu'une patate ?

Envoi de notre ami Pierre Bourassa

Informations diverses

Comité environnement

Le comité directeur désire remercier bien sincèrement Rachel Marchand qui a été responsable du comité environnement pendant plusieurs années. Elle s'est toujours acquittée de sa tâche avec diligence, professionnalisme et diplomatie. Merci pour votre implication et votre appui indéfectible à l'AREQ 04-G. Bienvenue à Suzanne Bourassa et Jacques Brodeur !

Anniversaires

Une fleur sera offerte aux membres présents dont l'anniversaire est:
en novembre, au déjeuner du 8 novembre;
en décembre, au déjeuner du 13 décembre;
en janvier, au déjeuner du 10 janvier;
en février, au déjeuner du 14 février;
en mars, au déjeuner du 14 mars.

Comité de la condition des hommes

Le secteur est à la recherche d'hommes désireux de s'impliquer dans ce nouveau comité.

Contactez notre présidente Aline Godin au 819 379-5460.

Spectacle de Karine Cossette du 14 décembre 2006 à la Maison de la culture de Trois-Rivières

J'ai en ma possession les 104 billets réservés au nom de l'AREQ -04G pour les personnes qui ont participé à la Non-rentree du 30 août dernier au Kanipco.

Je profiterai des activités du secteur : déjeuners mensuels des 8 novembre et 14 décembre, causeries du 22 novembre, dîner des bénévoles le 27 novembre et la fête de Noël le 8 décembre afin de les remettre aux gens concernés.

Celles et ceux qui le souhaitent peuvent aussi venir les chercher chez moi au 470, rue Du Serrurier en me contactant au préalable au 819-373-8583. Bonne soirée!


Pierre L. Gosselin, 2^e vice-président

Ne pas oublier d'inclure à votre agenda

L'assemblée générale du secteur le 17 mai 2007
L'assemblée générale régionale au Le Florès le 1^{er} juin 2007
Le Jour de la Terre le 14 avril 2007



In memoriam!



Au cours du mois de juillet, est décédée Madame Laurette Dessureault, à l'âge de 76 ans et demeurant à Trois-Rivières, secteur Sainte-Marthe-du-Cap.

La mère de Pierrette Ayotte, secrétaire dévouée de notre secteur, est décédée le 11 octobre dernier. Nous nous joignons à vous toutes et tous pour lui offrir nos plus sincères condoléances.

Nos sincères condoléances !

Il est maintenant possible de faire un don à la Fondation Laure-Gaudreault à la mémoire d'un proche disparu. Des enveloppes préparées à cette fin sont disponibles dans certains salons funéraires du secteur G ou en communiquant avec Pierre L. Gosselin au 819 373-8583.

Aline Godin
présidente

819 379-5460 (aline.godin@tr.cgocable.ca)

Gaétane Boisvert-Bellemare
1^{re} vice-présidente
819 375-4117

Pierre Laflamme-Gosselin
2^e vice-président
819 373-8583

Pierrette Ayotte, secrétaire
819 295-3440
(payotte@infoteck.qc.ca)

Nicole Desbiens, trésorière
819 379-1378
(jean.desbiens2@videotron.ca)

Jacques Larivière
conseiller

819 376-4545 (jlariviere@infoteck.qc.ca)

Adresses importantes

A.R.E.Q.

320, Saint-Joseph est, bureau 100
Québec, QC, G1K 9E7
1-800-663-2408
www.araq.csq.qc.net

C.A.R.R.A.

475, rue Saint-Amable
Québec, QC, G1R 5X3
1-800-368-9883
www.carra.gouv.qc.ca

S.S.Q. Vie (pour l'A.R.E.Q.)

2525, boul. Laurier
C.P. 10500, succ. Sainte-Foy
Québec, QC, G1V 4H6
1-800-463-5525
www.ssq.com

Assurance RésAu-CSQ

6300, boul. de la rive Sud
C.P. 3500
Lévis, QC, G6V 9Z9
1-800-463-4806
www.csq.lapersonnelle.com

Régie des rentes du Québec

Case postale 5200
Québec, QC, G1K 7S9
1-800-463-5185
www.rrq.gouv.qc.ca

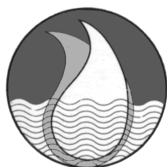
Régie de l'assurance maladie du Québec

1125, Grande Allée Ouest
Québec, QC, G1S 1E7
1-800-561-9749
www.ramq.gouv.qc.ca

« Les bonnes notes » est le bulletin d'information du secteur G (comté de Champlain) de l'A.R.E.Q.-04. Il est publié trois fois par année à raison de 500 exemplaires et distribué par une armée de facteurs bénévoles.

La mise en page est assurée par Jacques Larivière sur Publisher.

Vous pouvez transmettre vos commentaires et suggestions à l'attention de Jacques Larivière, 60, rue Clément, Trois-Rivières, G8V 2B2, 819 376-4545.



**Association des retraitées
et retraités de l'enseignement
du Québec (CSQ)**

**Secteur 04-G
Cap-de-la-Madeleine**