

les bonnes notes...

AREQ-04G

novembre 2008

Le temps passe à une allure époustouflante. Je réalise maintenant que mon père avait bien raison, « On ne voit pas le temps passer ». Dire que certaines gens nous disent à la retraite, assis dans notre chaise berçante à regarder le temps qui passe. Non, mais avez-vous idée ?



Tirillés que nous sommes de part et d'autres par diverses occupations : famille, besoins essentiels, loisirs, désirs justifiés dont prendre l'air et voir ailleurs, bénévolat et autres.

À gauche, à droite, les demandes sont grandes, toutes plus urgentes, pressantes, attrayantes, les unes plus que les autres, nous manquons de temps. Le temps étant une denrée rare et précieuse de nos jours, qui a dit que la retraite c'était un temps de repos ?

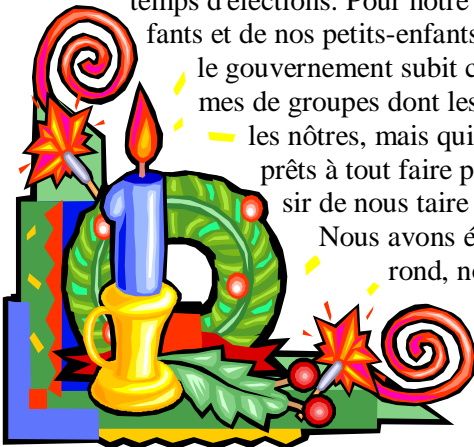
Nous nous sommes impliqués durant notre vie active, nous pensions nous reposer le temps venu de la retraite laissant les luttes aux plus jeunes, le flambeau était transmis. Quelle illusion ? Ne faisons-nous pas toujours partie de la société ? Ne sommes-nous pas toujours citoyens à part entière de cette société ? Ne payons-nous pas toujours des impôts ? Cela n'implique-t-il pas aussi des responsabilités ? De nous questionner, de nous informer et de nous prononcer. Et encore davantage en

temps d'élections. Pour notre bien comme pour celui de nos enfants et de nos petits-enfants, nous devons être conscients que

le gouvernement subit continuellement des pressions énormes de groupes dont les intérêts ne sont pas nécessairement

les nôtres, mais qui « veulent notre bien » et qui sont prêts à tout faire pour l'obtenir. Et nous devrions choisir de nous taire ? ...

Nous avons été des empêcheurs de tourner en rond, nous avons bousculé l'establishment, établi nos valeurs, monté aux barricades pour un monde plus juste, plus vivable. Allons-nous nous écraser devant les préjugés de l'â-



(Suite page 2)

(Suite de la page 1)

gisme, allons-nous croire que les baby-boomers coûtent cher à la société, que nous sommes des éternels récalcitrants le ventre plein, que si tout va mal, c'est notre faute ?

Nous sommes là pour combler le manque de personnel par notre bénévolat : présence auprès de nos parents en perte d'autonomie, à nos enfants par le gardiennage, dans les hôpitaux auprès des gens malades (cardiologie, oncologie, services de longues durées et autres), aide aux devoirs, maison des grands-parents et je pourrais continuer. La liste est longue.

Nous poursuivons la route en prônant les valeurs si chères à nos cœurs que nous avons si ardemment défendues : travail pour tous, salaire équitable, soins de santé gratuits et accessibles pour tous sans discrimination: droit à l'éducation peu importe le pécule en banque, des universités accessibles à tous.

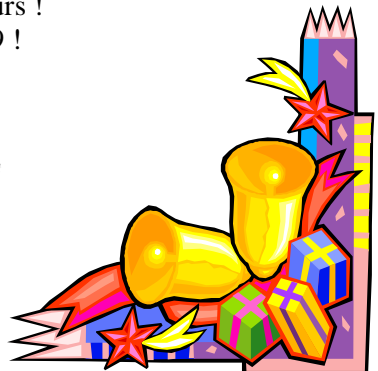
Laisserons-nous nos gouvernements nous dicter que le privé est la meilleure chose qui puisse nous arriver ? Croyons-nous que nous aurons de meilleurs soins si ceux-ci sont privés ? Que la privatisation de notre système de santé peut régler le problème actuel de la pénurie de médecins ? Que c'est en intégrant sauvagement les troubles d'apprentissage et de comportement dans les classes que nous ferons des meilleurs élèves ? Que si nous coupons dans les ressources en éducation, nous aurons des élèves plus performants ? Que si nous instaurons des classes d'élite, nous aurons un meilleur rendement, un plus haut pourcentage de réussite ? Que si les enseignants ont une tâche plus lourde, nos petits-enfants réussiront mieux ? Qu'en augmentant le nombre d'élèves par classe, nous accroîtrons le pourcentage de réussite ?

Je vous laisse tout de même sur une bonne note. Les Fêtes approchent avec leurs opportunités de rencontrer et de célébrer entre parents et amis. Que celles-ci soient l'occasion de joies, de bonheur, d'amitié et d'amour autour du sapin décoré ou attablés pour un succulent repas en bonne compagnie. Je vous souhaite une nouvelle année réalisant vos plus chers désirs, que la santé, la chaleur de l'amitié, de l'amour soient présents en vous et autour de vous. Que le soleil rayonne dans vos cœurs !

Joyeux Noël, Bonne et heureuse année 2009 !

Aline Godin, présidente

**Joyeuses
Fêtes !**



Événements importants

Décembre	06	Voyage - Salon des métiers d'art - Québecissime
	10	Déjeuner du mois
	12	Souper de Noël
Janvier	14	Déjeuner de la nouvelle année
	26	Causerie (375 ^e de Trois-Rivières)
Février	11	Déjeuner du mois
	??	École d'hôtellerie - dîner - table d'hôte
Mars	02	Atelier d'écriture spontanée
	09	Journée de la femme
	11	Déjeuner du mois
Avril	03	Cabane à sucre
	08	Déjeuner du mois
	22	Jour de la Terre en p.m. Film « Le monde selon Monsanto » Activité environnementale Conférence de Léo-Paul Lauzon (soirée)
Mai	04	Assemblée générale sectorielle Présentation du diaporama du Jour de la Terre Exposition des artisans
	13	Déjeuner mensuel
	??	École d'hôtellerie - buffet
	28	Assemblée générale régionale (secteur Nicolet)
Juin	10	Dîner de fin d'année
	??	Théâtre des Marguerites
	18	Golf régional FLG (Acton Vale)
	??	Voyage Bleu Lavande et région



Les 20 ans de la Fondation Laure-Gaudreault, C'est ici et maintenant !

Après les vingt ans de notre secteur G, c'est au tour de notre jeune fondation synonyme de TENDRESSE à préparer avec fierté ses noces de porcelaine. La FLG a vu le jour en 1990 et pour souligner cette appartenance, un signet souvenir aimanté vous est offert dès maintenant pour seulement 2 \$.

À chacune et chacun de nous tous de le montrer fièrement tout en l'utilisant selon nos besoins... En te le procurant, rappelle-toi ces belles paroles du fondateur de la FLG, Lionel Girard :

*« Si tu acceptes que le partage t'enrichit...
Donne de bon cœur et avec conviction... »*

Le comité FLG

Pierre, Nicole et Hélène

Le Bon Mot

« **drastique** » et « **draconien** »

Les dirigeants d'entreprise décident parfois d'adopter des mesures (drastiques ou draconiennes ?) qui ne servent au bout du compte qu'à inquiéter le personnel et non à améliorer le rendement. Dans l'exemple précédent, on écrira de préférence des mesures draconiennes.

L'adjectif « draconien » signifie « d'une excessive sévérité » est synonyme de « radical », « énergique », « rigoureux » et tire son origine du nom de Dracon, législateur d'Athènes, réputé pour sa sévérité.

L'adjectif « drastique » se rapporte à la médecine et signifie « qui exerce une action très puissante ». En ce sens, on peut parler de « purgatif drastique ». Toutefois, on commet un anglicisme lorsqu'on qualifie des mesures, des lois ou des moyens de drastiques.

Source: Office québécois de la langue française

Pierre L. Gosselin, 2^e conseiller



Exposition de nos artisans

4 mai 2009

Les talents et les œuvres de nos membres sont multiples. C'est pourquoi nous reprenons cette année *l'exposition de nos artisans*. L'an dernier, les membres avaient bien apprécié connaître et découvrir les réalisations des membres et amis que nous côtoyons depuis des années, apercevant ça et là leurs œuvres. Parfois, nous avons eu l'immense chance de recevoir en cadeau une de leurs œuvres. Il nous apparaît important de leur ouvrir un espace pour nous faire découvrir leurs talents.

C'est donc avec grand plaisir que nous leur offrons cette année la chance de se préparer à cette exposition. À vous, artisans et artisanes, de décider quelles œuvres vous nous présenterez. À vous de décider de les offrir et à quels coûts.

Un concours sera ouvert aux trois meilleures œuvres primées par les membres présents à cette occasion. Celles-ci seront achetées par le secteur et offertes par la suite en cadeau lors de certaines activités. Participez en grand nombre !

Vous avez jusqu'au **13 avril 2009** pour vous inscrire auprès de Aline Godin soit : par téléphone : **819 379-5460** ou par courriel : aline.godin@cgocable.ca

Aline Godin, présidente

Forum citoyen Mauricien

Les 23, 24 et 25 octobre 2008, dans le cadre du **Forum citoyen Mauricien**, quelques milliers de citoyens et citoyennes provenant de tous les secteurs de la Mauricie se sont réunis autour du thème : La Mauricie que l'on veut se donner.

La déclaration citoyenne se veut une synthèse des préoccupations et des propositions d'action issue de conférences, d'une table ronde, mais principalement des 64 ateliers de discussions autour des axes suivants : la démocratie, la lutte contre l'exclusion sociale, le développement social, l'environnement, l'accessibilité aux services publics, les médias, l'emploi, la famille, la vie communautaire, les loisirs, vacances et tourisme, les arts et la culture, et notre ouverture sur le monde.

Consultez la déclaration citoyenne à l'adresse suivante :

<http://www.forumcitoyen.org>

Le vieillissement de la population, une occasion de renforcer le système public de santé

Lors de sa conférence tenue le mardi 23 septembre dernier à la Table de concertation des aînés, le Dr Réjean Hébert, doyen de la faculté de médecine de l'Université de Sherbrooke, prend position dans le débat entourant l'avenir de notre système de santé.

Après un bref portrait de la situation, il passera en revue les principales questions de l'heure concernant ce débat et terminera en mettant de l'avant ses propres solutions.

Portrait

Notre système de santé est mal en point, en pénurie de personnels et sous financé. Nous ne devons pas non plus oublier que les 25 milliards qu'on investit annuellement en santé représentent une force d'attraction inouïe sur le monde des affaires, et particulièrement sur celui de l'assurance.

Interrogations de l'heure

« Les baby-boomers arrivant à la retraite, non seulement les coûts de santé exploseront, mais le nombre de travailleurs étant réduit, la société ne pourra plus financer un système de santé public tel que nous le connaissons présentement. »

Citant le rapport Ménard, le Dr Hébert refuse de crier à l'apocalypse. On y apprend que le pourcentage des personnes non actives sera sensiblement le même dans les années qui viennent qu'il l'était dans les années '70. Le nombre des aînés aura augmenté et celui des 0-20 ans aura diminué. Et qui plus est, les jeunes étaient totalement dépendants dans les années '70 alors que les aînés, non seulement ont divers revenus de pension, mais fournissent encore beaucoup d'énergie en travail ou en bénévolat que le Dr Hébert chiffre à 5,3 milliards d'injectés dans l'économie.

À ceux qui crient que le vieillissement de la population fera exploser les coûts de notre système de santé, le Dr Hébert fait remarquer que le vieillissement n'arrive qu'au 5^e rang des facteurs d'augmentation :

1^{er} rang : le coût des médicaments, relevant totalement du secteur privé, notons-le ;

2^e rang : le coût de la technologie, relevant totalement du secteur privé, notons-le à nouveau ;

3^e rang : l'utilisation inappropriée de l'hôpital, ce qui pourrait être détourné vers les soins à domicile ;

4^e rang : la privatisation du financement : bureaucratie, où assurances et profits entrent en jeu ;

5^e rang : le vieillissement de la population.

« Parce que la compétition qu'implique l'entreprise privée ferait diminuer les coûts, on aurait avantage à privatiser sinon tout notre système de santé, au moins une bonne partie. »

Si nous comparons le Québec avec les États-Unis, poursuit le Dr Hébert, nous constatons que ces derniers investissent un pourcentage beaucoup plus élevé de leur PIB que

(Suite page 7)

(Suite de la page 6)

nous ne le faisons. Mais paradoxalement, notre espérance de vie est nettement supérieure à la leur. Et de conclure, avec notre système public, on investit moins en santé et on obtient de meilleurs résultats.

Attention aux prédictions d'apocalypse. Les prévisions dans le domaine de l'évolution des coûts de santé sont difficiles à faire. La règle de trois n'est pas fiable, car trop de paramètres changent. Dans les années '80, on prévoyait une augmentation de 40 % pour l'an 2000; or, elle n'a été que de 20 %.

Réorganisation :

Avec le vieillissement de la population, on passe des maladies aiguës infectieuses à soins épisodiques et de courtes durées, aux maladies chroniques fonctionnelles et à soins continus et de longues durées. Notre système ayant été conçu autour de l'hôpital, on doit maintenant le réorganiser en fonction du domicile du bénéficiaire et intégrer tous les services. Non seulement cette façon de faire répond à un besoin bien exprimé lors de la *Consultation publique sur les conditions de vie des aînés* de la ministre, madame Marguerite Blais (dont le Dr Hébert faisait aussi partie), mais les coûts en seraient 10 fois moins élevés qu'en CHSLD. Le gouvernement actuel continue de multiplier les CHSLD et qui plus est, en PPP.

Le virage ambulatoire du Dr Rochon était pertinent, mais dans un contexte de compressions budgétaires, on n'a pas réinvesti, tel que le proposait son auteur, dans le domaine de la santé les économies ainsi réalisées. Même si le budget des soins à domicile pour le secteur postopératoire a augmenté, au contraire, le financement pour garder les personnes âgées à domicile a même diminué. La chose est possible, au Danemark, il n'y a plus de CHSLD.

Ces services de soins à domicile doivent être financés par le secteur public, sans égard au milieu de vie des personnes visées, sans égard à leurs revenus et avec des normes précises et des redditions de compte.

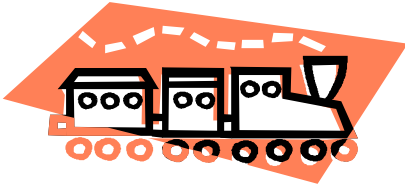
On doit remplacer les crédits d'impôt, qui ne peuvent être récupérés par les moins nantis, par une prestation de soutien à l'autonomie.

Pour ce faire, on devrait injecter quatre cents millions de dollars dans notre réseau. Une somme faramineuse ? À titre d'exemple, lorsque le gouvernement fédéral a laissé tomber 1 point de la TPS, si le gouvernement provincial avait décidé de le récupérer, il aurait obtenu 1,2 milliard de dollars. Et si les sondages disent que les Québécois sont prêts à se payer une assurance pour rester en santé, pourquoi ne seraient-ils pas prêts à payer davantage d'impôts pour atteindre le même objectif ?

Pour régler le problème de pénuries de personnels dans le domaine de la santé, le Dr Hébert propose à court terme quatre solutions :

- mieux le financer,
- retraite progressive, pour faciliter la rétention du personnel actuellement en poste,
- valorisation du personnel en poste,
- combattre la morosité, si on veut recruter du nouveau personnel.

(Suite page 24)



Voyage à la Seigneurie Le Triton

Mercredi, le 15 octobre dernier, dix-sept heureux voyageurs sont montés à bord du train Via Rail à Shawinigan, vers la gare du Triton, près du Lac Édouard. Vingt minutes de ponton plus tard, la Seigneurie du Triton nous est apparue dans toute sa splendeur d'automne dominant la rivière Batiscan. Les photographes amateurs s'en sont donné à cœur joie à la vue de ce château légendaire (19^e siècle) construit à l'époque par les artisans du chemin de fer. La découverte fut totale et la visite guidée des lieux nous a poussés à en savoir davantage sur ce trésor construit par des Américains. Cependant, depuis plusieurs années, le site est exploité par une famille de passionnés, les Tremblay.

Le bâtiment principal: le Club House a conservé son image d'antan, sans chauffage dans les chambres, ni salle de bain privée; le Faunique avec ses 23 chambres rénovées en 2003-2004 et les 9 chambres du Batiscan se sont ajoutés au fil des ans.

Lors d'une randonnée pédestre, les mycologues, botanistes en herbe, ornithologues et randonneurs ont vécu dans un monde de découvertes extraordinaires grâce à Mélanie, notre guide. Le silence fut rompu par les aboiements des deux chiens qui nous accompagnaient.

Un souper table d'hôte quatre services a semblé satisfaire tout le groupe. Le film d'Al Gore: « Une vérité qui dérange » fut présenté par la suite.

Depuis février 2007, cette aire de 408 km² est en voie d'être protégée grâce aux efforts du propriétaire: voilà un havre de paix pour la faune et les amoureux de la nature à son état pur.

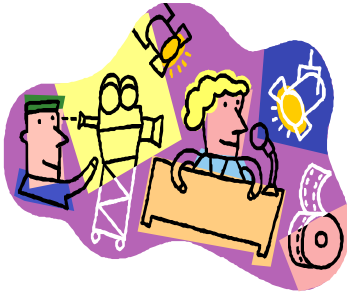
Voici quelques commentaires recueillis par Suzanne, lors du retour en train le lendemain : « Site magnifique », « Nourriture excellente », « Température idéale d'automne », « Ambiance chaleureuse », « Bâtisse bien conservée », « Rusticité », « Randonnée pédestre agréable », « Goût du voyage en train »...

Voilà autant de remarques qui vont stimuler le Comité environnement à organiser une autre escapade, l'an prochain. Plusieurs ont suggéré de prolonger notre séjour afin d'en profiter davantage.

Lise Perreault
Comité environnement

Le voyage en images !





Les médias contribuent à la sexualisation précoce

Plusieurs membres de l'AREQ sont grand-parents et conscients du fait que les émissions et films violents nuisent à nos petits enfants. Bravo! Mais les scènes violentes ne sont malheureusement pas les seules en cause.

Le 11 juin 2008, le Conseil du statut de la femme du Québec (CSF) rendait public un dossier choc intitulé «Le sexe dans les médias : obstacle aux rapports égalitaires.» Le dossier démontre comment les médias véhiculent une conception de la sexualité basée sur des rapports inégalitaires entre femmes et hommes.

Comme les ados sont occupés à construire leur identité, que les changements qu'ils vivent sont rapides et que les rapports sociaux de sexe prennent forme, ils sont particulièrement vulnérables aux modèles qui leur sont présentés. Et les agences de marketing savent en tirer profit. L'enjeu aura des répercussions profondes et durables : les modèles sexuels stéréotypés propagés par les médias influencent la construction de l'identité sexuelle des adultes de demain.

Pour scruter l'espace public sous l'angle de la sexualité égalitaire, le CSF a rassemblé plusieurs études produites au Québec et ailleurs. Conclusion? L'omniprésence de la sexualité dans les médias influence à la fois les comportements sexuels des jeunes et leur conception de la sexualité.

Le CSF fait trois constats :

- Les médias qui exercent le plus d'emprise sur les jeunes proposent toujours plus de sexualité et la présentent de façon stéréotypée. La sexualité constitue un ingrédient commercial semblable à l'appât placé par le pêcheur sur son hameçon. Aux États-Unis, trois émissions sur quatre diffusées (77 %) utilisent un contenu sexuel pour attirer des auditoires.
- Filles et garçons sont influencés par les modèles sexuels utilisés par les médias et finissent par adhérer aux stéréotypes sexuels et à la précocité sexuelle.
- Les médias les plus consommés par les jeunes sont difficiles à contrôler, autant par les parents que par les pouvoirs publics.

(Suite page 11)

(Suite de la page 10)

Les efforts déployés au cours des dernières années pour combattre les stéréotypes sexistes n'ont pas empêché les jeunes de s'identifier au modèle de sexualité inégalitaire. Pas étonnant puisque le modèle leur est imposé depuis le berceau. La séduction et la sexualité sont présentées aux filles comme des moyens légitimes pour obtenir ce qu'elles veulent. Elles apprennent ainsi à répondre aux désirs des hommes au détriment des leurs. Quant aux garçons, ils apprennent que leur sexualité doit être essentiellement physique, sans amour, basée sur des performances où le plaisir de la femme compte peu. La sexualité soi-disant «libre» véhiculée par les médias ne comporte ni respect ni mutualité. Le contexte de violence, de domination ou de contrainte passe avant la recherche du plaisir réciproque. Ce dernier est effacé des écrans radars des publicitaires.

L'omniprésence de la publicité

La sociologue Francine Descarries fait remarquer que la publicité est partout. Les Nord-Américains sont sollicités par des milliers de messages publicitaires chaque jour, entre 1 500 et 2 500. Selon le CSF, «qu'on le veuille ou non, la publicité véhicule un message idéologique. Elle propose, voire impose, des définitions des individus, des groupes et des relations sociales. La publicité marque l'inconscient aussi bien que le conscient, elle forge préjugés et croyances. La publicité, selon la spécialiste des médias Jean Kilbourne, est un des agents de socialisation les plus puissants pour nous dire qui nous sommes, qui nous devrions être et comment trouver le bonheur. Ainsi, la publicité participe à la fabrication des genres féminin et masculin.»

L'obsession de l'apparence

L'apparence physique est une source d'inquiétude centrale chez les jeunes, surtout les filles; l'apparence passe avant la réussite scolaire ou la santé. Cette obsession de l'image corporelle nourrit un nombre croissant de troubles alimentaires. Se comparant à l'idéal de beauté diffusé par les médias, corps mince, attrayant, parfait, basané, inévitablement, les filles deviennent insatisfaites d'elles-mêmes.

Plus de la moitié des filles (55 %) de 15 à 19 ans veulent perdre du poids; le tiers de celles de 4e année (35 %) veulent faire de même. La majorité des jeunes croient que leur intégration sociale et leur popularité dépend de leur « look » et de leurs beaux vêtements.

L'acceptabilité de la violence

Une sexualité égalitaire est exempte de violence. Or, selon l'Institut de la statistique du Québec, la violence conjugale est en hausse chez les jeunes filles de 12 à 17 ans. Le tiers (34 %) des filles ayant fréquenté un garçon durant l'année précédente ont subi de la violence psychologique, 20 % ont été violentées physiquement et 11 % sexuellement. La violence exercée dans les relations amoureuses des jeunes correspond à l'omniprésence et à la banalisation de la pornographie véhiculée par

(Suite page 12)

(Suite de la page 11)

les médias. Les jeunes exposés à ces modèles sont incités à trouver cette violence normale et plusieurs imitent ce qu'ils ont vu.

Maladies transmises sexuellement

Les messages sexuels des médias ont des effets sur la prolifération des infections transmissibles sexuellement. En 2005, le quart des adolescents actifs sexuellement n'ont pas utilisé de condom lors de leurs dernières relations sexuelles, d'où une hausse des infections. Entre 2004 et 2007, le taux d'infection à gonocoque a augmenté de 250 % chez les adolescentes âgées de 15 à 19 ans. Le nombre de cas de chlamydia a doublé en sept ans (1997-2004). Trois cas sur quatre sont des femmes et la majorité ont entre 15 et 24 ans.

Remèdes

Le CSF émet dix recommandations à l'intention du gouvernement : promotion de rapports égalitaires entre filles et garçons, développement du sens critique, responsabilité des acteurs, intensification de la lutte aux stéréotypes sexistes, campagne médiatique pour faire la promotion de rapports égalitaires, resserrement des normes en matière de stéréotypes, autant celles des diffuseurs que celles des publicitaires. Curieusement, on ne mentionne pas l'urgence d'aiguiser le sens critique des jeunes face au pouvoir grandissant des médias sur leur vie !!! L'expérience n'a-t-elle pas démontré que l'éducation est une voie victorieuse pour contrer le pouvoir de manipulation croissant des agences de marketing ?

Selon le CSF, la recrudescence du stéréotype de la femme séductrice et objet sexuel équivaut à un constat d'échec du mouvement féministe. Mais les espoirs du CSF ne sont pas morts pour autant. On cite en exemple des étudiantes du collège Mont-Notre-Dame, en Estrie, qui ont demandé que des revues qui véhiculent ces stéréotypes soient retirées de leur école. Les jeunes consultés dans le cadre des travaux du CSF trouvent que plusieurs vidéoclips véhiculent une image dégradante de la femme et jugent l'image des femmes dans les médias souvent dévalorisante. Le CSF voit dans ces jeunes un signe encourageant.

Les jeunes PEUVENT développer un esprit critique et refuser les stéréotypes propagés par les médias, ...SI ON LEUR EN DONNE L'OCCASION.

Jacques Brodeur, responsable du comité sociopolitique de l'AREQ 04G
JBrodeur@edupax.org

Nouvelles de l'AREQ nationale

Nos comités à pied d'œuvre

Au cours du mois d'octobre, trois comités ou instances de l'AREQ se sont réunis afin de discuter des orientations et des actions de l'Association en regard de dossiers porteurs :

Comité national de l'environnement et du développement durable (7 octobre) : Les membres du comité ont élaboré leur Plan d'action 2008-2011. Ils ont convenu de s'intéresser particulièrement à la problématique de l'eau : gaspillage, pollution et autres. Ils ont aussi discuté des moyens appropriés pour informer les membres de l'AREQ, notamment dans le magazine *Quoi de neuf*. Enfin, il a été question de la participation des membres du comité aux sessions nationales EAV-EVB. Ces sessions, qui ont lieu trois fois par année, permettent aux personnes participantes de se ressourcer, se former et échanger sur les quatre valeurs EVB : écologie, pacifisme, solidarité et démocratie.

Responsables régionaux en indexation (9 octobre) : La rencontre a été l'occasion d'élaborer un Plan stratégique pour l'automne 2008. Ce plan prévoit une série d'actions notamment pour favoriser la concertation avec les autres organisations de personnes retraitées, poursuivre le travail de sensibilisation auprès des membres et de rechercher l'appui des affiliés à la CSQ. En outre, les membres ont convenu de réclamer une rencontre avec le premier ministre et la présidente du Conseil du trésor pour obtenir la création d'une table de travail afin de trouver des solutions au maintien du pouvoir d'achat. Une lettre en ce sens a été ratifiée par les personnes déléguées au Conseil national de l'AREQ tenu en octobre.

Comité national de la condition des hommes (16 octobre) : Les membres du comité ont eux aussi élaboré leur Plan d'action 2008-2011. Leur priorité est d'intéresser les hommes aux problématiques particulières qu'ils vivent et de les amener à s'impliquer davantage à l'AREQ.

Tiré du Focus de novembre 2008

Conseil national 20 au 23 octobre 2008

Le Conseil national de l'automne se tenait dernièrement et plus précisément du 20 au 23 octobre dernier. Du pain sur la planche comme nous pourrions dire. Nous avons étudié, épluché, le contenu du nouveau guide administratif 2008-2011. Il reste des travaux à finaliser encore pour celui-ci. Nous devrions en prendre connaissance au Conseil du printemps 2009.

(Suite page 14)

Contrairement à ce que je vous avais annoncé en septembre, l'AREQ change de logo. Mardi 21 octobre c'était le lancement. Ce nouveau logo découle de l'adoption d'un nouveau nom en juin dernier. Ce logo sera graduellement introduit dans les documents officiels et les objets promotionnels de l'AREQ au cours des prochains mois. À vous de nous dire si vous aimez ou pas. Le voici dans toute sa splendeur.



Explication du logo :

Au cœur du logo, il y a le cercle, symbole de l'humain. Mais il y a aussi deux formes dynamiques qui se joignent, symbole de la rencontre. Cette interrelation s'exprime par une forme qui épouse une autre forme, créant un double mouvement qui va à la fois vers le haut et vers le bas. Ainsi, l'ovale se dirige vers l'ellipse qui va à sa rencontre et l'accueille.

C'est la représentation graphique d'engagement évoquant une plate-forme évolutive. C'est aussi le symbole du mouvement et de la solidarité.

L'AREQ n'est plus statique. Elle est en mouvement, elle est dynamique, elle est contemporaine et elle est moderne. C'est tout cela que le nouveau logo vient exprimer.

Il a aussi été question des derniers développements dans le dossier de l'indexation des régimes de retraite. Disons que les délégués y ont consacré un peu plus d'une demi-journée en échanges et en discussions.

Lors de ce Conseil national, nous fûmes informés du plan de communication pour les années 2008-2011 et du plan d'action national. C'est à partir de celui-ci que s'élabore le plan d'action régional et que découle le plan d'action sectoriel que nous vous présenterons. Nous avons aussi adopté les prévisions budgétaires 2008-2009.

La liste des membres est maintenant informatisée. Nous vous rappelons que pour tout changement concernant votre dossier (nom, adresse, téléphone, statut marital et autres), vous devez communiquer directement

(Suite page 15)

(Suite de la page 14)

avec l'AREQ national au numéro qui apparaît à l'endos du bulletin. Les membres du Comité directeur ne peuvent pas le faire à votre place.

Il est important aussi que l'AREQ se rende de plus en plus visible au sein de la population en ce qui a trait aux prises de décisions gouvernementales, de l'économie et des impacts de celles-ci sur ses membres.

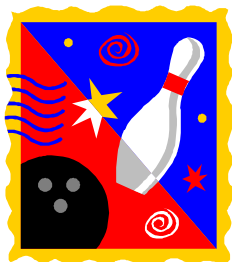
De plus, le Dr Jean Drouin, une figure bien connue des médias, a prononcé devant nous une conférence intitulée « Les médicaments : amis ou faux amis? ». Vous pouvez retrouver un aperçu de celle-ci à l'adresse Internet suivante :

<http://www.cyberpresse.ca/le-soleil/actualites/sante/200810/19/01-30918-vivre-mieux-avec-moins-de-medicaments.php>

« Guérir sa vie, les six clés essentielles pour gérer sa santé » est son premier livre, publié aux Éditions Le Dauphin Blanc, Groupe Leader Média.

Notre région sera l'hôte du prochain Conseil national qui se tiendra à Drummondville du 27 au 30 avril 2009.

Aline Godin, présidente



TOUJOURS VIVANTE !

C'est Gerry Boulet qui chantait haut et fort « toujours vivant ». Je peux dire, pour y avoir participé le 28 octobre dernier, que la ligue de petites quilles est bel et bien toujours vivante, accueillante, doublée d'un dynamisme contagieux. Un merci particulier à Suzie Beaumier de s'en être bien occupée l'an passé et aux responsables actuels, Anita et Jean-Denis Trudel. Ce dernier est le chef de file, car tout en conservant la meilleure moyenne, il trouve le temps de prodiguer des conseils judicieux aux novices comme moi. Une bonne vingtaine de personnes participent fidèlement à chaque mardi dans une ambiance amicale, relaxante, axée sur le placotage... Même si le pointage importe peu, j'ai ressenti une saine compétition complice d'une dose certaine d'adrénaline, car plusieurs dépassent le 200 assez régulièrement. Vive la bonne forme physique!

Pierre L. Gosselin, novice très content de jouer au dessus de 100

Une maternité à Madagascar

Nous, Yvon Pépin et Lise Goulet-Pépin, couple d'enseignants, maintenant retraité, avons eu l'occasion d'œuvrer à Madagascar en 2003, 2004 et 2007. Nous étions auprès des Frères du Sacré-Cœur à Ambatolampy et des Sœurs Franciscaines Missionnaires de Marie à Fianarantsoa et Antsirabe.

Lors de nos trois visites, nous avons pu voir les besoins et toutes les réalisations faites grâce aux dons recueillis que nous avons remis à ces deux communautés œuvrant auprès des démunis.

Pour cette année, même si nous n'allons pas à Madagascar, nous vous sollicitons à nouveau pour une aide financière afin d'aider en votre nom à soutenir la réalisation d'un projet en particulier, celui du financement de matériel pour équiper le nouveau bloc opératoire de la Maternité Ave Maria d'Antsirabe sous la responsabilité de la directrice sœur Emily John FMM.

Il en coûterait environ 192 000 \$ pour l'équipement minimal de démarrage. Voici des exemples de soutien à faire : - boîte pour curetage utérin, 800 \$ - boîte pour opération césarienne, 865 \$ - table Mayo, 685 \$ - aspirateur pour aspiration utérine 700 \$ - bistouri « Electrocut » 2 600 \$ - autoclave électrique 25 litres 7 300 \$ - table d'opération 18 000 \$ - lampe syalitique; éclairage opératoire mobile 8 500 \$.

Cela paraît énorme, mais nous ne sommes pas seuls à les aider. Chaque don est important et s'additionne.

Nous sommes disponibles pour vous rencontrer afin de vous en parler et discuter de ce projet en particulier.

Missionnaires ensemble, par ce geste de partage, nous aiderons cette Maternité à remplir sa mission « **au service de la vie** ».

Merci de votre support et confiance.

Toute notre amitié,

Lise et Yvon Pépin
3395 rue Ubald Laforest
Trois-Rivières, P.Qc.
G8Y 4M2
Tél : (819) 378-3354

Courriel : yvon.pepin@tr.cgocable.ca

DEUX RETRAITÉS À MADAGASCAR

Lise et Yvon

Nous avons apporté une aide financière pour différents projets :
(Depuis 2003, plus de 65 000 \$ ont été remis.)

- *Payer des frais d'écolage et de fournitures scolaires
- *Achat de nourriture pour des cantines scolaires
- *Achat de matériel pour la formation scolaire
- *Achat d'animaux pour la ferme école
- *Médicaments pour des dispensaires

De plus nous avons pu investir pour la construction :

***2004 à 2007** : aide à sœur Yvonne Ravaomihanta FMM, une partie du financement du Centre social et d'alphabétisation Tsinjoanjarah à Antsirabe (16 850 \$)



***2007** : aide au frère Romain Légaré FSC pour financer la totalité de la construction d'une cuisine/réfectoire pour l'école d'agriculture au Centre Sacré-Cœur d'Ambatolampy (11 000 \$) et une partie de la construction de deux classes (5 000 \$).



***2008** : Aide à sœur Emily John FMM de la Maternité Ave Maria à Antsirabe.



Voilà ce que chaque don, mis ensemble, peut faire !

Nos membres toujours dans l'action

Trouver un sens à sa vie. Voilà ce qui motive une personne à s'inscrire à des programmes de catéchète.

Carmen Martel (membre du secteur G) est catéchète au diocèse de Trois-Rivières. Celle qui accueille des enfants et des parents à l'église Saint-Odilon du secteur Cap-de-la-Madeleine offre le programme de catéchèse biblique symbolique depuis quatre ans.

À tout seigneur tout honneur, alors je la laisse nous en parler : « À la première année, on avait neuf enfants avec leurs parents. Cette année, on accueille 26 enfants. Et ce qui m'étonne et m'encourage, c'est que même si le parcours est exigeant, les gens qui commencent le parcours le finissent », a indiqué madame Martel, en faisant référence à un programme échelonné sur trois ans. Les gens doivent participer à 24 rencontres de 90 minutes chacune. Madame Martel dit être motivée par toutes les questions posées par les enfants à la suite de la lecture de passages de la Bible. Et selon elle, les programmes de catéchèse répondent à un besoin de trouver un sens à la vie.

Carmen résume bien sa philosophie en disant haut et fort que ce qu'elle fait : « ce n'est pas pour remplir les églises, mais pour aider les gens à vivre heureux ».

Source: Le Nouvelliste avec la collaboration de Martin Lafrenière, journaliste.

Pierre L. Gosselin, 2^o conseiller

Et encore ...

Le dimanche 19 octobre dernier, j'ai assisté à l'église Saint-Odilon, avec mon mari Pierre et notre fille Marie-Ève, à une causerie intitulée « Mais où s'en va donc l'Église en 2008 ? »

Pierre Bourassa, enseignant retraité, membre du secteur G, était à la barre pour nous faire connaître ses réflexions. Une centaine de personnes étaient présentes. Un 70 minutes environ d'enthousiasme, de rires, de récits bien sentis, les propos d'un homme qui vit bien sa spiritualité et qui nous l'a communiquée de manière très agréable, avec sa voix qui porte tout au long de son propos, et de sa poignée de main chaleureuse au sortir de la bâtisse. Une excellente initiative d'un marguillier très engagé qui nous a permis avec sérieux et bonhommie un retour à nos racines religieuses.

Hélène Doyon, AAG.

AREQ en action !

Participe à un projet de photos en 2008-09 !

But : Sensibiliser les membres de l'AREQ 04G à l'écologie et à la préservation de l'environnement.

Créer ! Participer à l'élaboration d'un diaporama environnemental qui sera présenté le 4 mai dans le cadre du Jour de la Terre 2009.

Un œil ouvert sur mon environnement

Voici quelques pistes :

- 4 saisons (automne, hiver, printemps, été)
- 4 éléments (eau, air, terre, feu)
- 4 règnes (minéral, végétal, animal, humain)
- 4 objectifs de l'environnement (écologie, démocratie, pacifisme, solidarité)
- Les grands thèmes (la vie, la mort, la naissance...)
- La beauté, la destruction, la pollution, l'originalité...
- Un élément de la vie courante, un geste, un regard...
- L'Homme en interaction avec la nature...
- La découverte d'une nouvelle merveille du monde.

Conditions :

- Photo couleur numérisée, haute définition si possible, prise par l'auteur et libre de droit.
- Six photos peuvent être soumises par chaque participant.
- Nom, téléphone, le titre de la photo, (titre ou court texte facultatif).
- Envoyez vos photos avant le 1^{er} février 09 à : louissette@hotmail.com
(Tél. : 819 379-8515)

Critères

Respect du thème
Création originale
Intérêt artistique
Qualité technique

Prix:

- Un billet de participation à la loto-voyage 2009 de la Fondation Monique Fitzback d'une valeur de 130 \$.
- Une chance par personne participante ! (photo ou texte)
- Possibilité de publication de 12 photos dans un calendrier environnemental subséquent.
- Le diaporama sera présenté le 4 mai 2009 et sera disponible sur notre site Internet.

Deux ateliers de photos ont été offerts, les 29 septembre et 20 octobre. Bonne participation ! Bravo !

Maintenant nous attendons avec impatience **vos meilleures photos... avant le 1^{er} février 2009.**

Inscrivez-vous avant le 15 février à l'atelier d'écriture spontanée du lundi 2 mars pour compléter notre diaporama. C'est intuitif ! Nul besoin d'être bon en écriture, il suffit de faire une expérience nouvelle et valorisante. Vous serez les premiers à voir de belles photos ! Et une chance de gagner un billet pour la loto-voyage 2009.

Suzanne Bourassa (819 693-9690), Comité Environnement

RALLYE RÉGIONAL FLG MARDI LE 7 OCTOBRE 2008

Quelle magnifique journée ! Le ciel est d'un bleu à faire rêver ! Le soleil brille de tous ses éclats ! Les couleurs automnales sont des plus belles !

Le Comité directeur du secteur H et les responsables de l'activité nous accueillent joyeusement à Louiseville au son de la musique en présence d'une Meunière et des autres participants à cette ballade rallye. Un café et des jus, des galettes maison et des muffins gonflés de son nous surexcitent même avant le départ...

Bienvenue dans la MRC de Maskinongé ! Une vingtaine de membres du secteur G y participent prudemment mais allégrement ! Bien sûr, aujourd'hui, nous suivrons notre Comité directeur, Aline, Micheline, Gaétane et Jacques. À plusieurs reprises, nous rencontrons les amies de Nicole Desbiens, elles sont six dans la même voiture. D'autres solutionnent les énigmes avec Claudette Gamache. Le trio de Ginette Laprise Matthon s'en donne à cœur joie.

Tout au long du parcours, nous sommes les compagnes et les compagnons de voyage de Louise et Louis. Retraité de la fonction publique du Québec et bénéficiaire de la Sécurité de vieillesse, ils décident de revoir leur coin de pays natal. Nous les suivons dans leur périple et nous sommes leurs yeux pour les aider à redécouvrir le berceau de leur enfance.

Syntonisant le 103,1 FM (CH2O), la radio communautaire de cette région, nous avons déjà la réponse de la première question : nous pourrions visiter dix-sept municipalités dans cette MRC. Des questions, il y en a quatre-vingt-six ! Après avoir tourné à droite, tourné à gauche, pris une courbe, nous voilà à Saint-Léon. Circulons dans un rang, sur une route principale passante et rapide, faisons un arrêt, attention un point de contrôle, nous sommes en face d'une bannière annonçant le film *Babine*. Dînons au Centre multiservices de Saint-Paulin...Excellent pique-nique ! Continuons vers le chemin du Bout-du-Monde... Vous pourriez venir installer votre roulotte au Domaine du Lac des Sœurs... Le Zoo de Saint-Édouard existe encore... Connaissez-vous la route du Grand-Trompe-Souris... Quelques informations concernant le Magasin général Lebrun... Saint-Barthélemy fut érigé en paroisse distincte en 1827... Les Iroquois et les Abénakis fréquentaient la région des Îles de Berthier... Un petit arrêt au comptoir laitier *La Caillette*... Revenons vers le centre-ville de Louiseville pour une balade à pied sur la rue Saint-Laurent en plein Festival de la galette...Que ça sent bon !

Félicitations ! Nous avons répondu à toutes les questions. Mais notre manque de sérieux à certains moments nous a empêchés de se mériter un cent pour cent...

(Suite page 21)

(Suite de la page 20)

Une très belle journée qui se termine par un succulent buffet et la remise de nombreux prix au *Restaurant La Porte de la Mauricie*. Notre présidente nationale, madame Mariette Gélinas, félicite le Comité du rallye pour l'organisation de cette activité ainsi que pour la généreuse contribution à la FLG.

Bravo aux organisateurs ! Bravo aux participantes et aux participants !

Un collectif du Comité directeur



Un Comité femmes aînées à la FFQ

Lors de son Assemblée générale annuelle du 21 septembre 2008, la Fédération des femmes du Québec (FFQ) a pris la décision de mettre sur pied un Comité femmes aînées. Ce comité travaillera à l'amélioration des conditions de vie et de la sécurité économique des femmes aînées.

Cette décision découle en partie de représentations faites par l'AREQ depuis plusieurs années. Le comité travaillera sous la supervision de madame Gisèle Bourret, qui est très impliquée à la FFQ et qui est membre de l'AREQ.

Parmi les quatre autres femmes qui siégeront au comité, on retrouve madame Christiane Brinck, conseillère à la condition des femmes de l'AREQ. Christiane est membre de la FFQ et du Comité de coordination du Collectif Léa-Roback.

Le comité est déjà à l'œuvre, les plans sont tirés pour les trois prochaines années. Nous vous tiendrons au courant des développements et vous invitons à collaborer lorsque vous serez sollicitées dans vos régions. D'ici là, pour plus d'information concernant la FFQ, veuillez consulter le www.ffq.qc.ca.



LE PORTUGAL AU PLUS PROFOND DE LA CULTURE...

Le Portugal, c'est la découverte d'océans et de terres : dans la Tour de Belém et au Monastère dos Jerónimos, à Lisboa, remontez le temps jusqu'aux Grandes découvertes ; grimpez au Monument des Découvertes (1940-60) et profitez d'une des plus belles vues de Lisboa ; visitez l'«Océanarium » de Lisboa, situé dans le Parc des Nations.

Le Portugal, c'est un lieu de coexistence entre différentes cultures : en plein Alentejo, extasiez-vous devant la porcelaine de la Compagnie des Indes et les paravents de l'art Nambam, au musée municipal de Portalegre ; dans la région de Porto e Norte, examinez les tapisseries flamandes du musée de Lamego.

Le Portugal, c'est une expérience colorée. Ce sont les *azulejos* (céramiques) présents partout. Ils envahissent les églises et les couvents, les palais et les maisons particulières, les jardins, les fontaines et les escaliers : apprenez à reconnaître les styles et les motifs portugais ; au Palais National de Sintra, repérez des exemplaires des premiers azulejos de facture portugaise.

Le Portugal, c'est l'expérience unique et inoubliable du Fado, ce chant nostalgique typiquement portugais : explorez la Lisboa nocturne, dans le labyrinthe ancestral des rues de l'Alfama, en suivant les voix et les sons des guitares.

Le Portugal, c'est la plus grande destination d'animation nocturne, c'est la joie des fêtes traditionnelles et du folklore, c'est la tauromachie et le cheval lusitanien, c'est la plaisir de la table complété par de divines pâtisseries et illuminé par d'excellents vins, dont les deux célèbres nectars, le Porto et le Madère.

Le Portugal, c'est un passé millénaire : le château de Silves, en Algarve ; les maisons et les jardins du plus grand archéologique romain du Portugal, les grottes do Escoural, près d'Évora, en Alentejo.

Le Portugal, c'est la route des Châteaux, excellent point de départ pour connaître son histoire et jouer au châtelain ou au troubadour : le merveilleux village médiéval d'Òbidos, le romantique Palais da Pena, sur les hauteurs de la Serra de Sintra.

Le Portugal, c'est l'histoire des lieux sacrés des petites chapelles aux grandes cathédrales : à Braga, la plus ancienne cathédrale et le Sanctuaire du Bom Jesus, à Coimbra, la tombe du premier roi du Portugal, dans l'église de Santa Cruz.

(Suite page 23)

(Suite de la page 22)

Le Portugal, c'est l'histoire de l'art avec ses parcours culturels et ses musées : une visite au Musée des Carrosses à Lisboa, une descente aux entrailles du cryptoportique romain à Coimbra.

Le Portugal, c'est l'éternel avenir, c'est un monde de vision poétique et architectonique, c'est le Manuélin, mais aussi l'exubérant Baroque.

À l'extrémité de l'Europe de l'ouest, sous un ciel et un soleil radieux, voici un peuple qui aime les rencontres. C'est pour cela qu'il nous invite. Non seulement à visiter le Portugal, mais aussi à y revenir, pour que le désir du retour soit pour nous toujours plus fort.

Gaétane et Micheline Boisvert

Capsule Homme

Saviez-vous que... selon l'Institut national de santé publique du Québec, la proportion de décès par suicide chez les personnes de 50 ans et plus est passée de 27,2 % à 39,9 % entre 1999 et 2006? De ce nombre, 74 % sont des hommes et les perspectives ne sont pas très encourageantes puisque le tabou du suicide est moins présent chez les « papy boomers » que chez ceux des générations précédentes.

Et dire qu'il y a encore de nos membres qui se questionnent sur la pertinence d'avoir un comité préoccupé de la condition de vie des hommes! Pourquoi faire *c'homme* si certaines réalités n'existaient pas ?

Surtout, ne le dites pas... Après quelques années de balbutiements, le Comité de la condition des hommes est maintenant bien en selle pour le prochain triennat. Une première rencontre a déjà eu lieu et, dans le cadre du plan d'action, une rencontre de formation est prévue à court terme.

Toutefois, il se trouve que dans certaines régions et certains secteurs, on n'a pas encore de représentants. Qui plus est, une place est encore libre au comité national. Nous invitons donc tous ceux qui sont préoccupés du sort de leurs semblables (frères, chums, fils, *beauf* et autres) à venir joindre nos rangs. Ça ne prend pas trop de temps et ça ne fait pas mal...

CAUSERIE DU 27 SEPTEMBRE AU CHÂTELAIN

« Ados – Aînés ... Mettons fin aux préjugés ! »

Une activité automnale précédant la magie de la fête de l'Halloween, une activité nous préparant à briser nos préjugés... Madame Denise Proulx de La Table de concertation « Abus auprès des aînés » de la Mauricie anime la causerie. Le thème principal est l'âgisme. Les personnes présentes participent activement et avec un grand intérêt aux discussions amenées par cette discrimination provenant des stéréotypes ainsi que des images négatives circulant dans la société et très souvent associée au phénomène du vieillissement.

Le phénomène de l'âgisme est un problème majeur constitué de préjugés et d'interprétations erronées qui contribuent à dévaloriser une certaine catégorie d'âge.

Des projections sur DVD de quatre mises en situation (saynètes) ont fait réfléchir les participants et les participantes sur leurs manières de penser, leurs idées préconçues ou leurs affirmations gratuites.

Des discussions interactives ont également porté sur les exemples de préjugés, les conséquences et la prévention de l'âgisme.

Une collation a été servie à la fin de la rencontre et les gens discutaient encore...

À une prochaine activité, vous pourrez obtenir le guide *Comment choisir une résidence pour personnes âgées* en le demandant à Aline Godin. Ce guide a été préparé par La table de concertation « Abus auprès des aînés » de la Mauricie. Il vous indiquera les étapes à suivre, il vous aidera à faire votre choix et à négocier une entente précise entre vous et le propriétaire.

Le Comité directeur

(Suite de la page 7)

Finalement, il faudra aussi préciser le sens de la loi canadienne sur la santé qui définit les soins à couvrir en ces termes : « médicalement nécessaires ». Beaucoup de soins non médicaux sont aussi requis pour maintenir les aînés en santé et ne sont pas actuellement couverts par la loi canadienne.

En conclusion, de dire le Dr Hébert, non seulement le système de santé public ne s'écroulera pas, mais il demeure la meilleure réponse aux besoins de toutes les Québécoises et de tous les Québécois. Nous n'avons qu'à le réorganiser en fonction du vieillissement de notre population.

Jean-Yves Proulx, 1^{er} vice-président

ACCUEIL DES PERSONNES NOUVELLEMENT RETRAITÉES LE LUNDI 25 SEPTEMBRE 2008 AU CHÂTELAIN

C'est avec un grand plaisir que le Comité directeur reçoit et accueille les personnes présentes. Les responsables des différents comités se joignent à nous pour leur souhaiter une cordiale bienvenue.

L'activité se déroule en même temps que la rentrée scolaire pour le personnel enseignant. Les retrouvailles entre les anciens et les nouveaux ajoutent une note de jovialité.

Un bon café chaud nous permet une agréable jasette...

Madame Aline Godin, la présidente du secteur, présente les nouveaux et les nouvelles, le Comité directeur ainsi que les responsables des Comités. Ces derniers expliquent leur programme 2008-2009.

Madame Ghislaine Larivière, notre présidente régionale, complète la présentation avec quelques mots adressés tout particulièrement à la nouvelle cuvée. Un succulent repas est servi...

Bienvenue à vous !

Denis Barbin
Roger Beaudoin
Johanne Berthiaume-Brosseau
Marie-Andrée Cadieux
Micheline Clermont-Grenier
Bertrand Cossette
Danielle D' Aoust
Nicole Gagnon
Murielle Godin-Nault
Monique Lacroix
Lise Lavergne

Daniel Leblanc
Laurette Leblanc
Louise Lelaidier
Francine Lemay
Suzanne Lemay
Richard Nault
Guy Paquette
Michel Pellerin
Monique Saint-Arnaud
Hélène Vézina
Jocelyne Viau

Avec nous pour un nouveau mode de vie, la retraite active !

Le Comité directeur



LA NON-RENTÉE DU 9 SEPTEMBRE 2008

Sous une matinée pluvieuse, l'AREQ 04G débute joyeusement sa nouvelle saison d'activités. Quatre-vingt-dix personnes heureuses de se retrouver participent aux différents volets de la rencontre après être passées par la fontaine de jouvence et avoir levé leur verre à la santé des nouvelles retraitées et des nouveaux retraités 2008.

L'inscription et la signature du Livre d'or se sont vite déroulées grâce aux membres du Comité directeur. Monsieur Berthier Bergeron est toujours présent pour l'organisation de l'échange des plantes vivaces. La responsable du Comité de l'environnement, madame Suzanne Bourassa ainsi que ses acolytes, mesdames Lise Perreault et Louise Bourassa ont innové une activité parallèle, la vente et l'échange de volumes. Une première, un succès !

Les conceptrices et les réalisatrices du calendrier souvenir « Comme passe le temps... 1987-2007 », Gaétane et Micheline Boisvert, ont participé au lancement ainsi qu'à la vente de ce dernier. Il a été réalisé dans le cadre du projet 2007-2008 « Être de son temps ».

Madame la présidente régionale, Ghislaine Larivière, salue chaleureusement les membres du secteur G et madame la présidente sectorielle, Aline Godin, présente les personnes nouvellement retraitées ainsi que le Comité directeur élu depuis avril dernier.

Après un brunch servi dans les minutes prévues, mesdames Nicole Brière et Hélène Doyon en compagnie de notre jovial responsable de la FLG, monsieur Pierre Laflamme-Gosselin, recueillent des contributions volontaires pour une somme de 227,00 \$. Des tirages ont fait neuf personnes des plus contentes. Neuf membres à vie se sont ajoutés à la FLG.

Les anniversaires des mois d'août et de septembre ont été soulignés par la remise d'une fleur aux personnes présentes.

Madame Bourassa est venue expliquer le voyage environnemental à la Seigneurie du Triton et le nouveau projet « L'AREQ en action », les ateliers de formation en photos et celui d'écriture spontanée. Notre responsable en sociopolitique, monsieur Jean-Yves Proulx, invite les gens au Forum citoyen Mauricie en octobre prochain. La rencontre se termine à 13 heures !

Le Comité directeur



Note !

Note !

Note !

Note !

Note !

Note !

École d'hôtellerie

Le Comité directeur est présentement dans l'impossibilité de vous donner une date précise pour le dîner prévu à la mi-février 2009 à l'École d'hôtellerie. Aucune réservation ne peut être faite avant le 15 décembre 2008. La responsable de cette activité, Gaétane, a communiqué à plusieurs reprises avec celle de la salle à manger du Centre de formation professionnelle Bel-Avenir, et toujours la même réponse...

Dès qu'une date sera fixée pour ce dîner, nous nous empresserons de vous la faire savoir soit par le site Internet, soit lors des prochaines activités ou soit par appels téléphoniques.

**Nous vous remercions de votre grande compréhension.
Attendez de nos nouvelles !**

AMIS AREQ 04G (AAG)

Vous savez que seuls les conjoints, conjointes, amies et amis d'un membre régulier ou associé peuvent devenir un AAG en tout temps entre le 1^{er} septembre 2008 et le 30 juin 2009 pour la somme de 25 \$ incluant l'envoi du bulletin *les bonnes notes...*

Nous avons présentement 12 AAG, ce qui laisse la porte ouverte à trois autres personnes intéressées, car nous en limitons le nombre à 15 . Pour ce faire, vous pouvez contacter le soussigné au 819 373-8583

Pierre L. Gosselin, 2^e conseiller



Pourquoi utilise-t-on le signe @ dans les adresses courriel ?

Il y a près de 40 ans, l'ingénieur Ray Tomlinson s'envoyait à lui-même un message par ordinateur. Le courriel était né. Pour séparer nom et adresse, il cherchait un symbole qui ne serait jamais présent dans les noms propres. Puisqu'on ne l'utilisait pratiquement jamais, il a choisi le drôle de petit colimaçon appelé « arrobas » en français (dans d'autres cultures, on y voit une queue de singe, une trompe d'éléphant, un ver de terre, un chaton ou encore un escargot). Ce symbole existe depuis le premier modèle de dactylo. Il servait au 18^e siècle pour la vente au détail : trois pommes @ 20 centimes. Puisqu'on a reproduit ce clavier sur les ordinateurs, Tomlinson l'avait sous les yeux !

Source : *La Semaine*, **Tout connaître**, 6 septembre 2008.

D'où vient le mot cyberintimidation ?

Cyber vient du mot grec *Kubernan* signifiant « gouverner », mais son sens actuel tire son origine du mot anglais *cyberspace*, inventé en 1984 par l'auteur américain de science-fiction, William Gibson, dans son livre intitulé *Neuromancer*.

C'est un préfixe que l'on ajoute à un mot existant pour en transposer la réalité dans le cyberspace ou pour l'associer à celui-ci.

Il indique qu'un lieu, une chose, une personne ou autre, existent dans le cyberspace ou dans Internet (ex. : *cybermarché*, *cyberpornographie*, *cyberpolice*) ou qu'ils sont associés (ex. : *cyberélite*, *cyberintellectuel*). Aujourd'hui, on parle également de *cyberagression* (ou *cyberintimidation*) pour désigner le fait d'utiliser Internet afin de porter atteinte à la dignité d'autrui, forme de violence vécue notamment dans les établissements scolaires.

Source : *NouvellesCSQ*, Micheline Jean, reviseure linguistique CSQ, Printemps 2008.

Gaétane Boisvert Bellemare

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 des membres 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	Odette Groleau 819 379-9306 ogrolo@hotmail.com	Reine Toupin 819 371-1074 retoupin@cgocable.ca
Fondation FLG	Pierre L. Gosselin 819 373-8583 plngo@videotron.ca	Nicole Brière 819 378-2412 brini2002@hotmail.com
Environnement	Suzanne Bourassa 819 693-9690 subou@hotmail.com	Lise Perreault 819 691-1790 lachance7@hotmail.com
Indexation	Aline Godin 819 379-5460 aline.godin@cgocable.ca	Jacques Larivière 819 376-4545 jlariviere@infoteck.qc.ca
Assurances	Jacques Larivière 819 376-4545 jlariviere@infoteck.qc.ca	Aline Godin 819 379-5460 aline.godin@cgocable.ca
Site WEB	Gaston Levasseur 819 693-1611 levasseg@csduroy.qc.ca	Aline Godin 819 379-5460 aline.godin@cgocable.ca
Sociopolitique	Jacques Brodeur 819 379-2132 jbrodeur@mediom.qc.ca	Jean-Yves Proulx 819 373-8683 jyproulx@videotron.ca
Quilles	Anita et Jean-Denis Trudel 819 374-8270	
Condition des hommes	Nous sommes toujours à la recherche d'un responsable.	

Informations diverses

Anniversaires

Lors de l'activité des déjeuners mensuels au restaurant Maman Fournier, le Comité directeur, au nom des membres de l'AREQ-04G, offre des fleurs à ceux et celles qui sont présents et dont l'anniversaire est :

en décembre, au déjeuner du 10 décembre ;

en janvier, au déjeuner du 14 janvier ;

en février, au déjeuner du 11 février ;

en mars, au déjeuner du 11 mars.

Les fleurs sont commandées chez le fleuriste *Cormier* avant 10 heures le mardi précédant le déjeuner mensuel. Si votre réservation est faite après cette heure ou que vous vous présentez au restaurant sans réservation, votre anniversaire ne pourra être souligné par une attention toute particulière.

Gaétane et Jacques

Version papier du bulletin *les bonnes notes...*

Ceux et celles qui utilisent la version Internet du bulletin *les bonnes notes...* et qui ne souhaitent plus recevoir la version papier doivent en aviser Gaétane Boisvert Bellemare au 819 375-4117.

Par ce geste responsable, vous permettez au secteur de réduire les coûts de production et de livraison tout en réalisant une économie appréciable.

Prenez note que vous pouvez toujours changer d'avis et recevoir de nouveau le Bulletin en communiquant avec la responsable du courrier au numéro indiqué plus haut.



GOLF FLG 2009

Veillez prendre note que le Golf 2009 au profit de la Fondation Laure-Gaudreault se tiendra le **jeudi 18 juin** à Acton Vale. Cette activité régionale est sous la responsabilité du secteur de Drummondville.

De plus amples détails vous seront donnés dans le Bulletin de mars 2009.



In memoriam!



À Sainte-Geneviève-de-Batiscan, le 30 mars 2008, est décédée madame
Laure Saint-Arnaud.



À Trois-Rivières, le 15 septembre 2008, est décédée à l'âge de 90 ans,
madame Annette Milette Boisvert, demeurant à Trois-Rivières.



À l'unité des soins palliatifs du CHRTR, le 20 septembre 2008, est décédée à l'âge de 72 ans, mademoiselle Denise Trépanier, demeurant à Trois-Rivières, secteur Cap-de-la-Madeleine.



Au CHRTR, pavillon Sainte-Marie, le 8 octobre 2008, est décédée à l'âge de 79 ans, madame Simone Rivard, demeurant à Trois-Rivières. Elle n'était pas membre du secteur G. Plusieurs de nos membres ont enseigné avec Simone à l'école Saint-Joseph ou à la Polyvalente les Estacades.

Nos sincères condoléances !

Le comité FLG, par l'intermédiaire de son répondant Pierre Laflamme-Gosselin, invite tous les membres du secteur à ne pas oublier qu'il est toujours possible de faire un don à la Fondation Laure-Gaudreault à la mémoire d'un être cher ou d'un proche disparu. Des enveloppes préparées à cette fin sont disponibles en communiquant avec Pierre au 819 373-8583.

Aline Godin
présidente

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

Jean-Yves Proulx, 1^{er} vice-président

819 373-8683

jyproulx@videotron.ca

(Poste vacant)

2^e vice-présidence

Gaétane Boisvert Bellemare, secrétaire

819 375-4117

Micheline Thibeault, trésorière

418 328-3923

(micheline.thibeault@cgocable.ca)

Jacques Larivière

1^{er} conseiller

819 376-4545

(jlariviere@infoteck.qc.ca)

Pierre Laflamme-Gosselin

2^e conseiller

819 373-8583

(plngo@videotron.ca)

Adresses importantes

AREQ
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'AREQ)
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'AREQ 04. Il est publié trois fois par année à raison de 550 exemplaires et distribué par une armée de facteurs bénévoles.

La mise en page est assurée par Jacques Larivière.

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 retraités et retraitées de l'éducation
et des autres services publics du Québec
secteur 04G (Cap-de-la-Madelaine)