

Volume 1, numéro 2, novembre 2010

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



Que ce Noël soit beau !

Le cœur est rempli de désirs et de rêves qui colorent la vie et qui lui enlèvent toute monotonie ! Puisse cette fête voir s'accomplir les plus beaux vœux et revêtir toutes les couleurs du vrai bonheur!

Joyeuse période des Fêtes !

Sommaire

Événements importants	3
Conseil régional et comités régionaux	4
Comité directeur et responsables de comités	5
Mot de la présidente	6
Nouveaux membres	7
Déjeuners mensuels	8
Quilles	9
Postes vacants et AREQ sur Internet	10
Informations diverses	11
Trésorerie et Téléphonistes	12
Retraite et indexation	13
Rappel	13
Année internationale de la Biodiversité	14
Une autre attaque contre notre système de santé	15
Finances publiques	16
Quatre hommes se dévoilent	17
Souper de Noël	18
Boîte à Chansons	19
Journée sportive	20
Hypatie	21
Journée de la Femme	23
In memoriam	24
On a parlé d'elles, on a parlé d'eux	25
Articles pour <i>Le Far</i>	26
Voyage en Europe	27
Australie, la Terre des Antipodes	29
Informatique	31
Hommage à Jacques	32
Le plaisir de se retrouver	34
Quel voyage	35

Événements importants

Novembre	05	Messe souvenir	Église Saint-Odilon
	10	Déjeuner mensuel	Maman Fournier
	24	Quatre hommes parlent de leur situation	Le Châtelain
Décembre	08	Déjeuner mensuel	Maman Fournier
	10	Souper de Noël	Salle Buffet Champion
Janvier	12	Déjeuner de la Nouvelle Année	Maman Fournier
	29	Boîte à Chansons	Cégep de Trois-Rivières
Février	09	Déjeuner mensuel	Maman Fournier
	15	Journée sportive	Notre-Dame-du-Mont-Carmel
Mars	09	Journée de la Femme	Le Châtelain
Avril	01	Cabane à sucre	Chez Bédard, Saint-Stanislas
	13	Déjeuner mensuel	Maman Fournier
	15	40 ^e anniversaire de l'AREQ régionale	Auberge des Gouverneurs, Shawinigan
	18	Dîner des bénévoles	Le Châtelain
	22	Jour de la Terre	À déterminer
Mai	05	Assemblée générale sectorielle et exposition de photos	Le Châtelain
	11	Déjeuner mensuel	Maman Fournier
	19	Assemblée générale régionale	La Tuque
Juin	08	Dîner de fin d'année et échange de livres	Club de golf Du Moulin
	??	Tournoi de golf ou circuit touristique ou vélo pour la FLG	À déterminer
	?	Voyage	À déterminer

LE CONSEIL RÉGIONAL

Ghislaine Larivière, présidente	(secteur G)
Jean-Yves Thiboutot, 1 ^{er} vice-président	(secteur C)
Georgette Poirier, 2 ^e vice-présidente	(secteur E)
Lise Fréchette, secrétaire	(secteur F)
Aline Godin, trésorière	(secteur G)
Carmelle Périgny, conseillère	(secteur B)
Gilles Dumas, conseiller	(secteur A)
Jean Faucher, conseiller	(secteur D)
Claude Blais, conseiller	(secteur H)

LES COMITÉS RÉGIONAUX

COMITÉ « ENVIRONNEMENT »

Jacqueline Bellemare	(secteur A)
----------------------	-------------

COMITÉ « CONDITION DES FEMMES »

Claire Larouche	(secteur H)
-----------------	-------------

COMITÉ « ASSURANCES »

Jules Bellemare, rive nord	(secteur B)
----------------------------	-------------

Richard Béliveau, rive sud	(secteur D)
----------------------------	-------------

COMITÉ « RETRAITE »

Raynald Bellerive	(secteur C)
-------------------	-------------

COMITÉ « SOCIOPOLITIQUE »

Jean-Yves Proulx	(secteur G)
------------------	-------------

COMITÉ « CONDITION DES HOMMES »

Marcel Savaria	(secteur D)
----------------	-------------

FONDATION LAURE-GAUDREAU

Jeannette Bégin Oudet, présidente	(secteur E)
-----------------------------------	-------------

Jean-Marc Laplante, vice-président	(secteur E)
------------------------------------	-------------

Lise B. Lirette, secrétaire	(secteur B)
-----------------------------	-------------

Jacques Girard, trésorier	(secteur E)
---------------------------	-------------

Ghislaine Lemaire, publicitaire	(secteur E)
---------------------------------	-------------



Comité directeur 2010-2011



Aline

Jean-Yves

Denise

Gaétane

Micheline

Aline Godin	Présidente	819 379-5460	aline.godin@cgocable.ca
Jean-Yves Proulx	1 ^{er} Vice-président	819 373-8683	jyproulx@videotron.ca
Denise Lamy Bélanger	2e Vice-présidente	819 376-4547	dlbelanger@hotmail.com
Gaétane Boisvert Bellemare	Secrétaire	819 375-4117	
Micheline Thibeault	Trésorière	418 328-3923	micheline.thibeault@cgocable.ca
Vacant	1 ^{er} Conseiller		
Vacant	2 ^e Conseiller		

Liste des responsables de comités

Condition des femmes	Nous sommes toujours à la recherche d'une responsable.	
Fondation FLG	Gaétane Boisvert Bellemare 819 375-4117	Nicole Brière 819 378-2412 brini2002@hotmail.com
Environnement	Suzanne Bourassa 819 693-9690 subou@hotmail.com	Suzanne Boissonneault 819 693-5183 boissonneault.suzanne@csbaiejames.qc.ca
Indexation	Micheline Thibeault 418 328-3923 micheline.thibeault@cgocable.ca	Jean-Yves Proulx 819 373-8683 jyproulx@videotron.ca
Assurances	Jacques Larivière 819 376-4545 jlariviere@infoteck.qc.ca	Micheline Thibeault 418 328-3923 micheline.thibeault@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 Groulx 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.	

Mot de la présidente



Le temps se refroidit, les jours raccourcissent, les nuits s'allongent, l'automne nous quitte sur la pointe des pieds. La neige s'annonce pour le plus grand plaisir des petits et des plus grands. Si la nature se prépare lentement à l'hiver, il y en va tout autrement de nous les humains. Déjà, dans les magasins, nous voyons les décorations et bientôt se seront les chants de Noël qu'on entendra. Le temps a une vitesse affriolante. Il faut beaucoup d'entraînement pour maîtriser le temps... qui passe à pas de géant. « On ne voit pas le temps passer » disait Jean Ferrat.

Les membres du Comité directeur ainsi que les délégué(e)s assisteront bientôt à la grande tournée des régions par le Conseil exécutif national afin de discuter des grands enjeux et des orientations les préoccupant pour planifier l'horaire du Congrès qui se tiendra en juin prochain à Québec.

Chaque Comité directeur a été informé de la fête du 40^e anniversaire de la région Cœur et Centre-du-Québec (04), le 15 avril prochain à l'Auberge des Gouverneurs à Shawinigan. Un comité des fêtes a été formé lors de la dernière réunion du Comité régional, le 23 septembre dernier. Il sera composé de madame Ghislaine Larivière, présidente régionale, de madame Georgette Poirier, présidente du secteur Drummondville, d'un représentant du secteur de Shawinigan, secteur où se tiendra la fête. Le Comité directeur espère que vous serez très nombreux à y assister. Une journée à inscrire à votre agenda. De nombreux invités sont prévus dont entre autres, les anciens présidents de la région et des secteurs.

Justement, au cours de cette journée régionale réunissant le Comité directeur régional et les responsables des comités, nous avons eu la chance d'assister à une conférence organisée par le Comité de la condition des hommes. Une conférence enrichissante sur le vécu des hommes retraités dont la réalité ressemble grandement à celle vécue par les femmes. Il y avait beaucoup d'émotions dans l'air.

Si les billets de l'activité Varia, Cabaret équestre, furent tous vendus, il n'en a pas été de même pour la visite au Centre de la Biodiversité du Québec. Peut-être que le déplacement de la journée n'a pas aidé, mais disons que les organisatrices en furent très déçues. À peine 2 % des membres y ont participé.

Qu'ils accomplissent des tâches obscures ou qu'ils remplissent des rôles de responsabilités, tous et chacun des bénévoles devraient sentir qu'on apprécie leurs implications et leur contribution. La participation aux activités est la récompense et le salaire qu'il leur est essentielle pour poursuivre.

Pour maintenir l'engouement de nos membres et en attirer les nouveaux que nous ne voyons pas assez souvent, nous avons le devoir de leur prouver qu'appartenir à l'AREQ 04G, c'est avoir la possibilité de réaliser des choses significatives, de créer des nouveaux liens d'amitié et de solidarité, de prendre des responsabilités qui correspondent à nos intérêts et à nos motivations, d'être mis en valeur et d'obtenir une reconnaissance toute méritée.

Plus de participation égale plus de facilité de représentation, de planification d'activités, de programmes, d'actions répondant aux besoins de chacun. Un problème ne l'est plus dès que l'on cherche une solution. Nous voulons avoir à l'intérieur de notre secteur un sentiment d'appartenance, de fierté, de collaboration, de coopération et d'entraide afin de nous sentir plus forts puisque seuls nous ne sommes rien face aux grands enjeux de la société d'aujourd'hui.

Sur ce, je vous souhaite un merveilleux temps des Fêtes. Que la santé, l'amour, le bonheur et de joies multiples soient au rendez-vous.

Aline Godin, présidente

Nouvelles retraitées et nouveaux retraités

Elles et ils étaient au rendez-vous des Retrouvailles le premier septembre 2010.



- 1^{re} rangée : Micheline Thibeault, trésorière, Denise Lamy Bélanger, 2^e vice-présidente, Aline Godin, présidente.
2^e rangée : Gilbert Lahaye, Johanne Périgny, Lise Gagné, France Guilbert, Carole Corbin.
3^e rangée : Yvon Demers, Robert Caron, Yvon Marcouiller, Marcel Carigan, Jean-Yves Proulx, 1^{er} vice-président, France Bellemare.

Déjeuners des aîné(e)s puisables

Rencontre amicale autour d'un bon café pour partager
un moment agréable en bonne compagnie.



Le petit déjeuner est servi...

le deuxième mercredi de chaque mois

- Dates :**
- en novembre, le mercredi 10 novembre 2010
 - en décembre, le mercredi 8 décembre 2010
 - en janvier, le mercredi 12 janvier 2011
 - en février, le mercredi 9 février 2011

Endroit : Restaurant Maman Fournier
830, boul. Thibeau
Trois-Rivières (secteur Cap-de-la-Madeleine)

Heure : 9 h 00

Coût : selon le menu choisi

Nous apprécierions que vous réserviez votre place au moins deux jours à l'avance pour aider à la planification avec le restaurateur. De plus, après cette date, il nous sera impossible de commander les fleurs pour les anniversaires, mais vous serez toujours les bienvenus, même à la dernière minute.

Téléphonez à Gaétane Boisvert Bellemare au 819 375-4117

Bienvenue à toutes et à tous ! Amenez vos amies et amis !



Petites quilles

SALLE DE QUILLES DE FRANCHEVILLE

415, rue Vachon, Trois-Rivières (secteur Cap-de-la-Madeleine)

Possibilité de jouer à toutes les semaines ou selon vos disponibilités.

Quand : le mardi de chaque semaine.

Novembre : 2 - 9 - 16 - 23 - 30

Décembre : 7 - 14 - 21

Janvier : 11 - 18 - 25

Février : 1 - 8 - 15 - 22

Heure : 10 h 00 à 11 h 30

Coût : Nous jouons trois (3) parties de quilles.
4,50 \$ pour les trois (3) parties
2,00 \$ pour la location de souliers

Responsables: Anita et Jean-Denis Trudel au 819 374-8270

Note : Si tu ne peux pas venir après avoir réservé, rappelle les responsables pour leur faire savoir.

Ça roule aux quilles. Et ça roule en *Grande Vitesse* ...

Et oui, les parties de *200* et plus sont nombreuses.



Le groupe *performe. Bravo !*

La saison s'annonce donc pleine de rebondissements.

L'équipe joue pour le plaisir... et le plaisir va de pair avec le pointage.

Donc *Bonne Saison* à tous !

Mariette S. Shore

Postes vacants au sein du Comité directeur



À l'approche de l'hiver, une grosse tempête s'annonce et elle gênera la vue du soleil à l'horizon. Cette tempête, c'est l'absence de membres importants au sein du Comité directeur. Le manque de personnes intéressées nous empêchera de combler vos attentes.

Les postes de 1^{er} conseiller et de 2^e conseiller sont vacants ainsi que les postes de responsables des comités : condition des femmes et condition des hommes.

Je sens que ces orphelins trouveront bientôt un « cœur aimant ». Ils sont en manque, ils attendent... Un petit effort s'il vous plaît...

Aline Gadin

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

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 celles et ceux qui sont présents et dont l'anniversaire est :

en novembre, au déjeuner du 10 novembre 2010 ;

en décembre, au déjeuner du 8 décembre 2010;

en janvier, au déjeuner du 12 janvier 2011;

en février, au déjeuner du 9 février 2011.

Les fleurs sont commandées chez le fleuriste 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.

Micheline et Gaétane

NÉCROLOGIE

Les responsables de la publication *les bonnes notes...* se font toujours un devoir de publier les noms des membres qui nous ont quittés. Nous apprécierions qu'une personne de la famille communique avec nous pour signaler le décès d'un membre de notre secteur ou d'un proche parent (conjointe, conjoint, mère, père, enfant, sœur ou frère).

Communiquer avec madame Marielle Francoeur au 819 375-0006.

Merci de votre collaboration !

CHANGEMENT D'ADRESSE

Attention ! Chaque année, plusieurs membres de l'AREQ 04G déménagent. D'autres changent de fournisseur Internet, de logiciel de messagerie ou tout simplement de numéro de téléphone, de sorte que les coordonnées inscrites dans nos dossiers deviennent caduques.

Il n'est pas toujours facile de vous rejoindre...

Nous demandons **votre collaboration** afin que l'AREQ soit capable de mettre à jour ses données. Vous déménagez, vous apportez un changement dans la manière de vous rejoindre, faites **un petit effort** et avertissez votre Association : 1 800 663-2408 ou www.araq.csq.qc.net.

Tout changement à votre adresse devient **votre responsabilité**. Personne ne peut le faire pour vous.

Comité directeur

TRÉSORERIE

Pour faciliter la comptabilité, il est préférable de faire un chèque plutôt que de payer en argent lors de l'inscription aux activités. Le chèque laisse des traces et évite de trop charger notre mémoire, la vôtre et la mienne plus particulièrement.

Les chèques ont aussi l'avantage de ne pas avoir recours à de la monnaie ou à des petites coupures. Ainsi, je ne suis pas obligée de sortir de l'argent liquide avant l'activité pour pouvoir donner le change.

Autre avantage, lors de l'activité, l'attente en file est moins longue. Ainsi vous pouvez profiter de plus de temps pour jaser avec vos collègues et vos amis.

Si vous payez pour **plusieurs activités**, il est important d'**écrire sur le chèque le nom des activités**. Cela me facilite grandement la tâche quand je fais mes dépôts. De même, quand vous payez pour plusieurs personnes, écrivez les noms sur le chèque. Quand j'ai beaucoup de petites notes, il est facile de les perdre et les recherches sont beaucoup plus longues...

Dans le cas où vous payez **en argent**,
il est important d'avoir le plus possible le **montant exact**.

Merci de votre collaboration !

Micheline Thibeault, trésorière

À chacune des téléphonistes

Votre nouvelle liste pour les appels téléphoniques lors des anniversaires de nos membres et pour les courts messages transmis par le Comité directeur vous a été expédiée par la poste au début du mois de novembre 2010 ou vous sera remise lors du déjeuner mensuel du 10 novembre.

Toutes les instructions y sont indiquées.

Le dîner des bénévoles aura lieu le lundi 18 avril 2011. Vous recevrez une invitation personnalisée.

Merci pour votre implication !

Gaétane Boisvert Bellemare (819 375-4117)

Dossier retraite / indexation

Où en sommes-nous?... Deux évènements importants retiennent l'attention.

Premièrement :

La Commission parlementaire de février 2010 recommande un comité consultatif sur la problématique entourant l'indexation des retraités. Dans les mois qui suivent, notre objectif est d'amener le parlement à mettre en place le comité, le pousser à s'engager à verser sa part et à couvrir tous les régimes de retraite (RRE, RRCE et RREGOP). Ce comité, sous la responsabilité administrative des régimes de retraite et d'assurances (CARRA), serait constitué de représentants des associations de retraités, des syndicats et du gestionnaire des régimes.

Deuxièmement :

Le résultat de la négociation nous donne accès à des surplus. Si ceux-ci dépassent 20 %, les surplus seront utilisés pour couvrir les années 1982 à 1999 avec la formule utilisée pour les années 2000 et suivantes. C'est la première fois que les Centrales syndicales obtiennent du gouvernement un déclencheur d'indexation de la rente des personnes retraitées de façon à pallier leur perte de pouvoir d'achat récurrente.

Le premier chèque n'est pas pour bientôt, mais il y a progrès. Nos fonds de retraite peuvent maintenant générer des surplus, ce qui était impossible auparavant.

Micheline Thibeault
Dossier retraite/indexation
AREQ 04G



2010 : Année internationale de la Biodiversité

Sensibiliser et éduquer jeunes et adultes à l'existence et à la conservation des espèces biologiques du Québec ainsi qu'au développement durable de la planète est la mission que s'est donnée le *Centre de la Biodiversité du Québec* depuis son ouverture en 1997.

Voir, toucher, sentir la *BIODIVERSITÉ au Centre-du-Québec*, par une belle journée ensoleillée, voilà ce que les douze personnes présentes ont pu expérimenter le 22 septembre dernier. C'est un centre d'interprétation au concept unique!

Après seulement quinze minutes de route, en covoiturage, toujours plus enrichissant, nous avons été accueillis chaleureusement par notre sympathique guide, Annie.

Elle nous introduit dans la salle *Espace quatre saisons* pour l'atelier d'**horticulture**. En attendant notre animateur, nous admirons les plus belles courtepentes jamais vues. Même si nous nous passionnons pour les fleurs et les jardins, nous apprenons encore du nouveau !...

Puis, nous visionnons un film extraordinaire : « *Les saisons du lac* », résultat de plus d'un an de tournage. Ce sont douze minutes d'images magnifiques du lac Saint-Pierre, ce milieu d'exception souvent méconnu. La musique, les images, super !!!

Et nous changeons de salle : *Espace H2O*. Nous faisons connaissance avec la plus grosse tortue d'eau douce du Québec, la chélyd্রে serpentine, ainsi qu'avec les petits et grands poissons du fleuve Saint-Laurent : anguille, barbotte et autres.

Nous changeons encore de salle: *Espace exploration*. Bassin de manipulation et terrariums sont le rendez-vous des écrevisses, araignées et autres bibittes ! Une exposition sur les cervidés est aussi très intéressante. On peut dire que dans cette pièce, nous relevons plusieurs défis ! Oser prendre une tarentule dans notre main, ouf ! C'est pas tout le monde qui se risque...

Et la dernière salle : *Espace découvertes*. Facile de toucher une tortue terrestre, mais osez-vous toucher un serpent ? Non jamais! Mais nous apprenons davantage sur les reptiles d'ici et d'ailleurs ! Regarder les serpents se faufiler dans les vêtements de notre animatrice. Bon, je me tiens tout près de la porte de sortie, on ne sait jamais!!!

Et nous traversons le *Corridor sensoriel*, où surprise, plaisir et apprentissage sont garantis, grâce aux activités interactives qui nous permettent de voir, d'entendre, de toucher... et même de sentir !

Nous débouchons à l'extérieur : *Écosystèmes du lac*. Dans un cadre naturel, les loutres évoluent devant nos yeux ébahis. Elles sont à l'aise sur terre comme dans l'eau. C'est l'heure de la collation, et nous observons leur habileté et leur perspicacité. Il ne faut pas oublier le raton-laveur, toute une histoire celui-là! Il est très gourmand en passant, mais très sympathique.

C'est l'heure de notre collation. Que demander de mieux qu'une bonne pomme Lobo cueillie directement du verger. Nous grimpons dans les échelles et remplissons notre sac de belles pommes rouges et juteuses. Hum !!! Plus de 200 pommiers : Melba, Lobo, McIntosh et Cortland, auto-cueillette et produits maison sont offerts, de la mi-septembre à la fin octobre.

Nous continuons notre dégustation en observant les petits animaux de la ferme. Il y en a qui sont un peu bizarres.

Et nous terminons cette belle journée d'été par une promenade dans les Sentiers d'observation. Quatre kilomètres de sentiers pédestres traversant huit écosystèmes nous attendent. Nous faisons le sentier le plus court, car nous manquons de temps. Nous jetons un œil aux aménagements, aux panneaux d'interprétation et aux nombreuses mangeoires qui sont installées près de la station d'observation. Les ornithologues qui sommeillent en nous se réveillent et nous donnent le goût de revenir, à une autre saison. Et pourquoi pas en hiver, où des sentiers pédestres et de raquettes sont aménagés à travers le boisé.

Ce 22 septembre 2010, nous avons fait un bien beau voyage environnemental.

Suzanne Bourassa

Pour le Comité environnement

Une autre attaque contre notre système de santé



L'émission *La Facture*, de *Radio-Canada*, a diffusé le 21 septembre dernier un reportage très intéressant sur des cliniques qui exigent maintenant des frais pour avoir accès à un médecin de famille.

Nous vous invitons fortement à visionner ce reportage, si ce n'est déjà fait, en suivant ce lien :

http://www.radio-canada.ca/emissions/la_facture/2010-2011/Reportage.asp?idDoc=119816

Vous pourrez apprécier la participation très substantielle d'un membre de l'AREQ, monsieur Jean-Yves Proulx, responsable de l'action sociopolitique pour la région Cœur et Centre-du-Québec, qui fait un travail colossal dans le dossier de la santé.

Quand on parle de médecine à deux vitesses, ce reportage nous en donne un nouvel exemple frappant. Le pire, c'est que le ministre de la Santé est parfaitement au courant de ces pratiques illégales qui obligent des patientes et des patients à payer pour obtenir les services de médecins qui sont déjà rémunérés par la Régie de l'assurance-maladie et il ne fait rien pour arrêter ces pratiques!

Plusieurs d'entre nous ont connu l'époque, pas si lointaine, où des familles devaient s'endetter pour faire soigner un des leurs. Avec la création de notre régime d'assurance-maladie, nous croyons avoir mis sur pied un système universel et gratuit qui ferait que les gens n'obtiendraient pas des services en fonction de leurs moyens financiers, mais voici que le gouvernement laisse miner nos acquis et laisse le champ libre aux lois du marché.

Source : Site Internet de l'AREQ nationale

Finances publiques

L'État manquerait de sous. On nous répète d'ailleurs que la santé et l'éducation représentent la plus grande part du budget du gouvernement du Québec.

De nombreux « lucides » nous ont appris au cours des dernières années que tout doit avoir un prix, que l'utilisateur d'un service doit aussi en être le payeur. Or, assurer la santé et l'éducation des travailleurs, c'est fournir un service essentiel aux entreprises. Aux États-Unis, l'assurance-maladie que l'employeur paie à ses employés représente une partie importante de ses frais d'exploitation.

Ici, rien de tel. Dans les données publiées lors du dernier budget provincial, on pouvait constater que trois sociétés d'État, principalement *Hydro-Québec*, contribuaient davantage à la caisse de l'État (4,7G \$) que l'ensemble des entreprises privées du Québec (3,2G \$). Pire encore, les économistes Marcel Boyer et Paul Daniel Muller évaluent que le Québec donne annuellement 3,6 milliards \$ par année en subventions aux entreprises. C'est plus que le double de ce que l'Ontario accorde aux siennes, à tout le moins deux fois plus nombreuses... Tout compte fait, au Québec, non seulement l'ensemble des entreprises privées ne contribuent en rien au trésor public, mais pire, il en a même siphonné 400 000 000 \$ l'an dernier.

Comme si ce n'était pas assez, voici ce qu'on peut trouver sur le site Internet *d'Investissement Québec*. « Au Québec, les taux d'imposition sont parmi les plus bas au Canada et même inférieurs à ceux de la plupart des états américains. [...] Au Québec, le taux d'impôt des sociétés s'établit à 29,9 %. Ce taux sera graduellement réduit à 26,9 % en 2012. »

Au cours des 40 dernières années, la contribution des grandes entreprises à l'assiette fiscale de l'État est passée de 61 % à 21 %.

La question ? Puisque l'État fournit aux entreprises un service essentiel, des travailleurs en santé et instruits, la règle de l'utilisateur-payeur ne devrait-elle pas s'appliquer ici aussi ? Ne serait-il pas alors normal que l'entreprise d'ici contribue réellement à financer ce service ?

J'aimerais que cette question se retrouve sur toutes les tribunes et dans tous les forums québécois. Que le plus grand nombre de citoyens possible la posent à nos décideurs publics. Une démocratie n'existe que là où les citoyens s'expriment.

Jean-Yves Proulx
Responsable régional du Comité sociopolitique



Quatre hommes parlent de leur situation... d'hommes, de retraités

Quand : le mercredi 24 novembre 2010

Heure : 13 h 30 à 16 h 00

Où : Salle Le Châtelain

Coût : 2, 00 \$ pour les membres et 5,00 \$ non-membres

Conférence et collation incluses

Ça n'arrive pas tous les jours...

Quatre hommes acceptent de nous parler de leur situation d'hommes... de retraités...

De la condition féminine ? On en entend parler. Et c'est très bien ainsi.

De la condition masculine ? Beaucoup moins, pour ne pas dire pas du tout !

On n'en est pas encore à la marche des hommes...

Habituellement, les hommes parlent peu...

Quatre hommes d'âges différents, de professions différentes ont décidé de parler, d'accrocher leur masque de protection sociale et d'être vrais face à l'autre dans le plus gris comme dans le plus éclatant.

« J'ai quitté le milieu du travail, il y a... quatre ans déjà ! Depuis, ma vie de retraité se déroule comme prévu, enfin presque... Les enfants ont quitté la maison pour faire leur vie; c'est maintenant la vie à deux. Bien sûr, j'ai moins de contraintes, plus de liberté, plus de temps dont je puis disposer; plus de temps pour explorer des domaines d'intérêt longtemps mis en veilleuse, pour réaliser des activités d'agrément, pour alimenter de nouveau des amitiés négligées, pour me rapprocher de mes proches, de mes enfants. Plus de temps, aussi, pour penser, réfléchir à des sujets autres que ceux imposés par le travail; pour porter davantage attention à mes émotions; en somme, plus de temps pour me rapprocher de... moi ! La couleur de mes journées varie : il y a des moments de joie, des moments d'extase, de plénitude, de sérénité; il y a des moments de nostalgie, de regret, d'inquiétudes... Il y a les jours ensoleillés, il y a les jours de deuil, de tristesse; il y a les conflits et les réconciliations... ». *Louis*

Place à la réflexion, à l'émotion, place aussi à l'humour.

Un rendez-vous tant pour les femmes que pour les hommes.

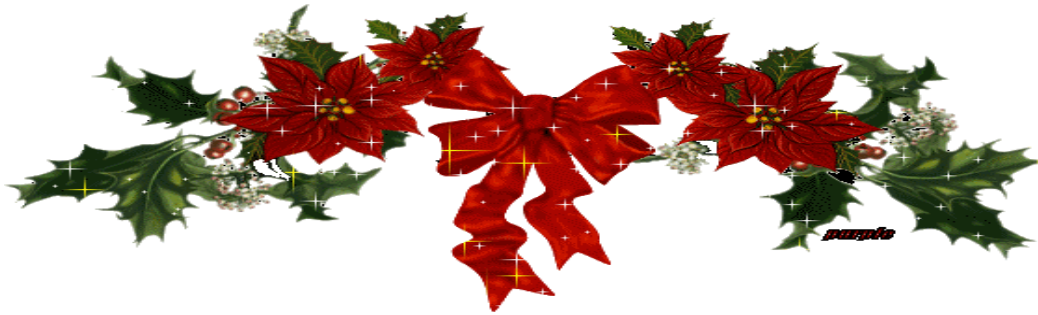
Une rencontre à ne pas manquer !

Inscription avant le 17 novembre 2010

Faites parvenir votre chèque à l'ordre de AREQ 04G

daté du jour de l'envoi à :

Micheline Thibeault
259, rue des Lilas
Saint-Narcisse
G0X 2Y0
Tél.: 418 328-3923



Profitez de la magie spéciale des Fêtes

Fêtons Noël !

- Date :** le vendredi 10 décembre 2010
- Endroit :** Buffet Champion (anciennement Le Domaine)
890, Notre-Dame Est
Trois-Rivières (secteur Sainte-Marthe)
- Heure :** 18 h 00
- Menu :** Buffet chaud et froid
- Coût :** 10,00 \$ pour les membres
20,00 \$ pour les non-membres
- Musique d'ambiance et danse avec Jean-Jacques Boisvert

Cueillette de dons et de denrées alimentaires non périssables pour *Le Far*

Inscription avant le 3 décembre 2010

Faites parvenir votre chèque à l'ordre de AREQ 04G

daté du jour de l'envoi à :

Micheline Thibeault
259, rue des Lilas
Saint-Narcisse
G0X 2Y0
Tél.: 418 328-3923

Boîte à chansons

Endroit : SALLE :Théâtre du Cégep de Trois-Rivières

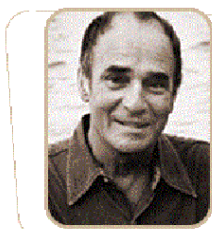
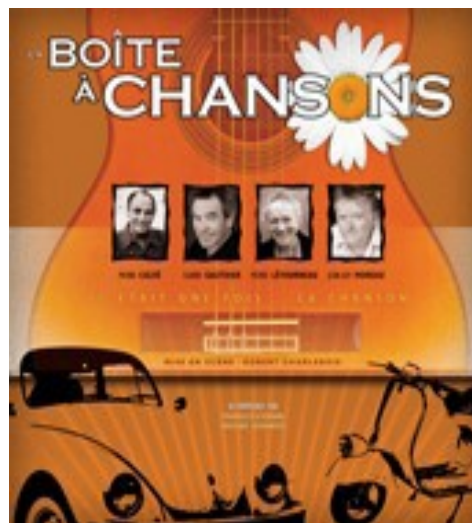
3175, boulevard Laviolette, Trois-Rivières

Durée : 90 minutes

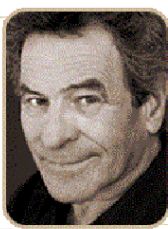
Date : 29 janvier 2011

Heure : 20 h 00

Coût : membres 25 \$, non-membres 30 \$



PIERRE CALVÉ



CLAUDE GAUTHIER



PIERRE LÉTOURNEAU



JEAN-GUY MOREAU

Nous les comptons par centaines dans les années 60. Tribune exceptionnelle, les boîtes à chansons furent plus que le haut lieu de rassemblement des chansonniers. Elles se sont inscrites comme un phénomène culturel majeur et ont littéralement fait époque. Pierre Calvé, Claude Gauthier, Pierre Létourneau et Jean-Guy Moreau entendent raviver ce mouvement avec la présentation du spectacle La Boîte à Chansons. Ce spectacle unique allie chansons, révolution tranquille et humour.

MISE EN SCÈNE: ROBERT CHARLEBOIS

Né du désir de réanimer notre mémoire collective, de revivre notre St Germain des Prés, mais également de proposer à de nouvelles générations la découverte d'oeuvres qui ont traversé le temps, je n'ai pas hésité à me lancer dans cette aventure avec ma "bande de vieux copains".

Dès notre première rencontre, leur talent, leur grande forme et leur enthousiasme mêlés à nos éclats de rire m'ont confirmé qu'il fallait faire revivre ce chapitre occulte dans l'histoire de la chanson québécoise."

Attention ! Réservez tôt, car il n'y a que 30 billets disponibles.

Faites parvenir votre chèque à l'ordre de AREQ 04G
daté du jour de l'envoi à :

Micheline Thibeault
259, rue des Lilas
Saint-Narcisse
G0X 2Y0
Tél.: 418 328-3923



PLAISIRS D'HIVER



Mardi 15 février 2011

11 h 00 à 16 h 00

**Dîner et sports
de plein air**



Tarifs

Billet remontée mécanique	15,00 \$
Billet remontée mécanique +location d'équipement	30,00 \$
Billet glissade sur tube	11,50 \$
Ski de fond	Accès gratuit
Raquette	Accès gratuit
Cours privé de 1 heure (ski ou planche à neige)	35,00 \$
Location de casque	7,00 \$
Patinoire	Accès gratuit
Dîner	Selon le menu choisi (10,00 \$ donné par l'AREQ 04G)

Inscription avant le vendredi 5 février 2011

Selon l'activité choisie et en l'indiquant, faites parvenir votre chèque à l'ordre de AREQ 04G daté du jour de l'envoi à :

Micheline Thibeault
259, rue des Lilas
Saint-Narcisse
G0X 2Y0
Tél.: 418 328-3923

Hommage à une Femme de Pouvoir:

Hypatie : philosophe, astronome, mathématicienne.

De 370 à 415 après Jésus-Christ.

Extrait de "Constellation de la vierge":
Hypatie, si je regarde des lumières pures
Là-bas en haut, demeure la vierge,
Non des mots, des étoiles je déchiffre :
Ton discours c'est des phrases de feu.
Palladas (Anthologie Palatine, IX, 400)
Octavio Paz, l'Arbre parle, 1990.



Au quatrième siècle après Jésus Christ, depuis l'antique cité d'Alexandrie en Égypte où tu vécus, très peu de choses nous sont parvenues de toi, chère Hypatie. Cependant les savants, les philosophes et les poètes, à travers les siècles n'ont jamais cessé de te rendre hommage. On a dit de toi que tu étais Minerve réincarnée.

Plus près de nous, des philosophes comme Descartes, Newton, Leibniz ont contribué à faire connaître tes travaux. Tout récemment, la Nasa donnait ton nom à un jour de son calendrier.

Mais quel mystère étais-tu donc pour que ta présence, malgré les rares traces des écrits que nous ayons de toi (quelques lettres, quelques phrases qui ont pu être préservées de la destruction), nous rejoigne de si loin et nous parle toujours?

À l'approche de ce que fut ta vie, nous le comprenons davantage et nous ne pouvons nous empêcher d'être émus par la puissance du témoignage que tu nous livres.

Tu étais fille d'un mathématicien du nom de Théon, considéré à son époque, comme l'homme le plus cultivé de l'Égypte, il t'apprit tout ce qu'il savait des enseignements de Pythagore, de Platon et de Socrate; tu étudias les théories de Ptolémée, tu étudias l'astrologie, l'astronomie, la philosophie et les différentes religions du monde. Plutarque d'Athènes t'enseigna la théurgie, cette science profonde des mages, qui fait appel à la connaissance spirituelle des pouvoirs de la nature. Tu fus en Égypte à la tête de la plus importante école de philosophie à Alexandrie où tu enseignas la philosophie naturelle, la musique et les sciences.

Les témoignages historiques font mention non seulement de ton intelligence exceptionnelle mais aussi de ta bonté et de ta nature vertueuse, toi dont la beauté émerveillait. Quelques mots simples, empreints d'intériorité et de modestie nous parviennent de toi et traduisent la qualité de ton être : « Soyez bon et gardez votre voix basse. ».

Par la profondeur de tes enseignements et ton éloquence, tu devins une grande pédagogue, cherchant à éveiller chacun à sa propre intelligence et nombreux étaient ceux et celles qui venaient des villes éloignées pour t'entendre commenter Platon et Aristote ainsi que les œuvres des grands mathématiciens. « Réservez votre droit de penser, - écrivais-tu - parce qu'il est préférable de penser incorrectement que de ne pas penser du tout. »

Toute ta vie tu as cherché la vérité afin de la transmettre et de la préserver contre les fanatismes de l'ignorance et du dogmatisme religieux. Tu as cherché, dans une époque trouble, empreinte de fétichisme, à éclairer tous ceux qui venaient chercher la sagesse auprès de toi. Et tu exerças une influence majeure sur les plus grands esprits de ton siècle.

Tu eus un disciple fameux, Sinécios de Cyrène, à qui tu enseignas les lois de l'univers et la voie de la connaissance intérieure. C'est à travers des lettres que vous vous échangez que l'on te rencontre un peu. L'on y apprend que tu réalisais certains outils dont l'astrolabe qui servait à l'étude des mouvements des corps célestes, instrument avec lequel tu enseignais l'astronomie. L'on te connaît plusieurs inventions aussi dont un instrument servant à distiller l'eau et l'hydromètre servant à mesurer la gravité de l'eau.

Nous n'avons plus les traités majeurs d'astronomie et de mathématiques que tu écrivis, ils furent détruits, mais l'on sait que tu écrivis un commentaire sur Diophante, un traité d'astronomie et un commentaire sur les sections coniques d'Apollonius. On te connaît un important traité d'algèbre et de géométrie. Tu développas, en géométrie, le concept de l'hyperbole, de la parabole et de l'ellipse et le rendis plus accessible à la compréhension. Tu eus en occident un impact profond sur le développement des mathématiques et l'on te considère comme la première femme en occident à avoir eu une influence déterminante sur les mathématiques.

Ta quête de la sagesse n'avait d'égale que ton combat pour la liberté de penser et tu dénonças toutes formes de superstitions ou de dogmatismes : « Toutes religions formelles et dogmatiques sont fallacieuses et ne doivent jamais être acceptées comme absolues par quiconque se respecte. » écrivais-tu.

Mais au quatrième siècle après Jésus-Christ, à l'époque où tu vécus, régnaient l'obscurantisme et le chaos. Les pères de l'Église voyaient d'un mauvais œil que grâce à tes cours sur Platon et sur Plotin, tu révélais les mystères religieux inventés par l'Église, ceux-ci te considérèrent comme dangereuse. De plus, grâce à ta connaissance de la théurgie, tu instruisis les masses sur les pouvoirs de la nature et expliquas que ce que l'autorité cléricale nommait miracle divin afin de s'assujettir les foules n'était que l'utilisation des pouvoirs de la nature . « Enseigner des superstitions comme des vérités est la chose la plus terrible » peut-on lire de ta main.

Il n'en fallait pas davantage pour que Cyrille qui représentait l'autorité de l'Église à Alexandrie, jaloux et envieux de ta popularité auprès du peuple et opposé à Orestes, gouverneur civil de l'époque, auquel tu étais liée d'amitié, fomenta un complot. Une meute d'individus brutaux s'insurgèrent contre toi. Sur la place publique, ils lacérèrent tes chairs avec des coquilles d'huîtres avant de brûler ton corps.

« Dernière étoile de la sagesse antique » comme te surnomma Helena Petrovna Blavatsky, tu connus la fin tragique des pionnières qui ébranlent les dogmes et ouvrent de nouveaux chemins, mais ton respect de la vérité, ton amour de l'humain dans sa conquête de lui-même te permirent de préserver les lumières d'un savoir afin qu'il parvienne jusqu'à nous. À travers les siècles, ta ferveur est un phare qui transperce les obscurités et certainement tu tiens la lampe de Minerve la Déesse pour guider ceux qui de tout temps cherchent la source lumineuse de la sagesse.

Source : <http://www.journeedelafemme.org/fra.htm>



Et si on partageait ? ...

L'identité, la guerre, la liberté, l'exil et le pardon sont les thèmes de la conférence *Et si on partageait ?...* proposés par Anica Lazin, musicienne, journaliste, écrivaine et conférencière, née dans une petite ville au nord de l'ex-Yougoslavie. Elle a dû fuir son pays en 1992 sous la menace d'être exécutée pour avoir osé se prononcer publiquement contre la guerre et contre le régime dictatorial du président Slobodan Milosevic. Installée à Saint-Justin en Mauricie, elle a écrit le roman *Tisza*, publié chez les Éditions Trois Pistoles de Victor-Lévy Beaulieu, où, en traçant cette rivière Tisza, elle nous fait entendre des voix qui cherchent leurs places, qui se déploient, se cachent et espèrent trouver une résonance parfaite. Elle partagera avec nous son expérience, son vécu, ses réflexions et son travail personnel qui lui a permis de trouver la paix intérieure.

www.anicalazin.com

**Coût : 5,00 \$ pour les membres dont 2,00 \$ pour FLG
22,00 \$ pour les non-membres**

Inscription avant le 2 mars 2011

Faites parvenir votre chèque à l'ordre de AREQ 04G

daté du jour de l'envoi à :

Micheline Thibeault
259, rue des Lilas
Saint-Narcisse
G0X 2Y0
Tél.: 418 328-3923



In memoriam

Monsieur Joachim Boutet est décédé au pavillon Sainte-Marie du CHRTR, le 11 septembre 2010, à l'âge de 82 ans. Il était l'époux de feu Thérèse Tessier.



Madame Réjane Burquel est décédée à l'unité des soins palliatifs du CHRTR, à l'âge de 69 ans, le 2 octobre 2010. Elle laisse dans le deuil le père de ses enfants : Louis Tousignant.



Madame Nicole Caron est décédée le 20 septembre 2010, à l'Hôpital Sainte-Croix de Drummondville, à l'âge de 65 ans, demeurant en Gaspésie, autrefois à Sainte-Anne-de-la-Pérade. Elle était la conjointe de Jacques Joubert.



Monsieur André Fleury est décédé, le 30 août 2010 au CHRTR, pavillon Sainte-Marie, à l'âge de 67 ans. Il était le conjoint de madame Ghislaine Côté.



Monsieur Armand Mélançon est décédé au CHRTR, le 11 septembre 2010, à l'âge de 80 ans. Il était l'époux de madame Denise Landry.



Nos sincères condoléances



ON A PARLÉ D'ELLES ! ON A PARLÉ D'EUX !

Plusieurs de nos membres s'impliquent bénévolement à différentes activités communautaires. D'autres préfèrent les activités sportives ou culturelles. Certaines ou certains donnent leur opinion dans les journaux locaux. Le Comité directeur est très perspicace... On ne peut rien lui cacher... Grâce au *Nouvelliste*, à l'*Hebdo Journal de la Mauricie*, la *Gazette des femmes* et au *Bulletin des Chenaux*, il a découvert quelques membres...

Nous ne pouvons passer sous silence le décès de monsieur **André Lavoie**, le 13 septembre dernier, à l'unité des soins palliatifs du CSSS Cloutier-du-Rivage de Trois-Rivières (secteur Cap-de-la-Madeleine), à l'âge de 72 ans. Il n'était pas membre de notre association, mais plusieurs l'ont côtoyé à l'Académie Les Estacades. Nos sincères condoléances à sa famille !

René J. Lemire, un ancien joueur étoile de la Rurale chez les Royaux de Saint-Étienne, était présent lors du grand happening de la LBRM à Saint-Étienne-des-Grès. Il a marqué l'histoire du baseball rural en Mauricie !

Pour souligner le 50^e anniversaire de fin d'études à l'Institut familial Val-Marie du secteur Cap-de-la-Madeleine, le groupe d'étudiantes ayant terminé en juin 1960 se sont retrouvées au domaine Tavibois au cours de l'été, afin de fraterniser et de se remémorer de beaux souvenirs vécus durant leur séjour dans l'institution dirigée par les Filles de Jésus. **Nicole Veillette** assistait à cette rencontre et de plus, elle avait participé grandement à la planification de l'activité.

Plusieurs personnes (les anciens de la CIP) ont contribué à la documentation dans le nouveau musée trifluvien, Boréal, dont madame **Inza Rheault**, 93 ans.

Depuis maintenant plus de dix ans, le CAB du Rivage offre aux personnes à faible revenu la possibilité de produire des déclarations de revenus. Pour ce faire, de généreux bénévoles donnent de leur temps à chaque printemps. **Vianney Rhéaume** est l'un de ces valeureux bénévoles. Bravo pour cette aide !

Jean-Yves Proulx a assisté, à Bécancour, à la première assemblée d'information, passablement houleuse, sur le gaz de schiste. Ce dernier soulève de nombreuses inquiétudes chez les citoyens. Jean-Yves a pris la parole : « On fait fausse route si on s'imagine que l'entreprise privée va défendre notre environnement. C'est à nous de talonner le ministère pour l'exiger. »

Un article portant le titre de « Changement de mission acceptable à Gentilly-2 », dans le journal local, a été écrit par un groupe, dont un de nos membres, **Jean-Yves Proulx**. Le dernier paragraphe de cet article se lit comme suit : « Enfin, Madame la ministre (Boulet) devrait savoir que les Québécois sont totalement conscients que l'énergie nucléaire ne rime pas avec énergie verte et peu coûteuse et qu'un changement de mission à Gentilly-2 serait financièrement, socialement et environnementalement acceptable pour nous, nos enfants et les enfants de nos enfants... »

Madame **Rita Morin** a été honorée par le Conseil des aînés à la salle du Conseil législatif de l'Hôtel du Parlement à Québec en compagnie de seize autres personnes. Le prix Hommage est décerné à une personne ayant contribué de manière significative à l'amélioration du bien-être, de la qualité de vie, de la participation et du rôle des aînés dans la société québécoise. Madame Morin offre de son temps à la Table de concertation des aînés depuis plus de dix ans, et en occupe la présidence depuis trois ans. Elle fait également partie des membres fondateurs de la Maison des grands-parents de Trois-Rivières, qu'elle préside également. Félicitations à vous !

Fidèle à son habitude, madame Jacqueline Tremblay a offert au Festival international de la poésie (FIP) une grosse boîte de sucre à la crème. Paraît-il qu'il était tout simplement divin

Dans *Le Nouvelliste*, **Jacques Brodeur**, a répondu au Dr Yves-Laurent Godbout qui se plaignait de la diffusion d'une émission de « La Facture » où l'on entendait des citoyens exprimer des reproches aux soi-disant coopératives de santé. Son texte était intitulé « Ça doit rester gratuit et universel ».

Tennis senior Du Moulin/Sacré-Cœur a fait un succès de son pique-nique annuel aux dires de **Pierre Laflamme-Gosselin**. La table a été mise par le président **Denis Boisclair**, assisté de Micheline Bergeron et **Diane Mailhot**.

Le cocktail-bénéfice annuel des Estacades AAA a connu un succès sur toute la ligne au Centre sportif Alphonse-Desjardins. Les deux conférenciers, Ray Lalonde et Gilles Courteau, ont fait tout un hit !... **Pauline Rochefort** a dit : « Les deux conférenciers ont su capter l'attention de tous avec des sujets passionnants. Monsieur Courteau a su nous relater l'évolution de la LHJMQ et il a mis un accent particulier sur les bourses d'études accordées aux joueurs-étudiants. Quant à monsieur Lalonde, il nous a renseignés sur son parcours plus qu'impressionnant ainsi que ses motivations pour atteindre ses buts, soit le rêve et la passion. »

Si vous rencontrez **Diane Lalancette**, vous lui demanderez comment se porte son nouveau genou de téflon... Un bon rétablissement ma chère !

Plusieurs membres voyagent : **Micheline et Gaétane Boisvert** sont allées en Italie du Sud à la fin d'août. **Sylvaine St-Amand** et **Rachel Grenier Marchand** arrivent de la Louisiane. **Murielle Martel** et des amies ont séjourné deux semaines en Turquie. **Marie-Jeanne Richard** et **Nicole Brière** étaient à Rome lors de la canonisation du Frère André. **Marielle Francœur** revient des Îles Galápagos. **Lise Goulet Pépin** a parcouru l'Europe pendant deux mois. **Nicole et Louise Rochefort** ont visité l'Italie du nord au sud au début d'octobre. Les voyages forment la jeunesse !!!

Des articles à apporter pour *Le Far* au souper de Noël

Vous pouvez remplir vos sacs avec :



des conserves de toutes sortes
des biscuits salés ou sucrés
des friandises pour les enfants
des pâtes alimentaires
des produits de toilette
du papier hygiénique et des mouchoirs de papier
des crayons de plomb, des stylos et des calepins
des jouets et des casse-tête
des crayons et des cahiers à colorier
des tuques, des mitaines, des foulards pour les femmes et les enfants
des aliments non périssables
des produits d'entretien ménager
des surprises...
des dons en argent seront recueillis sur place.



Voyage en Europe

Jour 1 : Départ de P-E. Trudeau à 17 h 30 à bord d'un Boeing **777-300ER** d'*Air-France*. Il y avait 472 passagers à bord de l'avion. On a monté à 36 000 pieds d'altitude à une vitesse de 900 km/h. Il faisait -72° F à l'extérieur. Repas servi avec vin et porto. Petit déjeuner en arrivant à Paris. Escale de quatre heures à Paris puis deux heures d'avion avant d'arriver à Rome à midi.

Italie

Jour 2 : Nous avons été accueillis à Rome par notre guide (Lucio) et notre conducteur (Nicolas). **Visite guidée de la Rome classique** (Basilique Saint-Pierre, le Colisée, le Temple de Saturne, le Monument Victor Emmanuel II, l'Arc de Triomphe). En soirée, dîner de bienvenue afin de faire connaissance, puis dodo (on n'avait pas dormi depuis 32 heures sans calculer le décalage horaire).



Jour 3 : À 9 heures, on s'en va à Tivoli afin d'y faire la **visite guidée de la Villa d'Este et ses superbes jardins**. Puis, retour en début d'après-midi à Rome à la place Saint-Pierre (magasinage et visite de la Piazza Navona, de la Fontaine de Trévi, du Panthéon, de la Place d'Espagne...).

Jour 4 : C'est en traversant la Toscane, région de collines et de montagnes aux courbes douces que nous atteignons Florence. C'est avec un **guide local que nous découvrirons** la cité de Michel-Ange : la cathédrale Santa-Maria-del-Flore, la piazza della Signoria, le Ponte Vecchio, le monument d'Hercule, l'église Santa Croze, la porte du Paradis, la fontaine de Neptune, la Campanile de Giotto...

Jour 5 : Départ vers Pise afin d'y découvrir la Piazza dei Miracoli avec sa célèbre cathédrale, sa tour penchée, le palais Dei Cavalieri, l'église Santo Stefano... Puis, **on a visité une cave de la région (à Montecarlo) suivi d'un lunch spuntino et une dégustation de vin**. On a visité ensuite Lucca : l'église San Michele, la Piazza Anfiteatro, la tour San Martino et les nombreuses ruelles ...

Jour 6 : C'est en traversant la chaîne des Apennins, la région d'Émilie Romagne et la grande plaine du Pô que nous atteignons la Vénétie. Arrêt en route à Padoue, ville de Saint-Antoine et où ont pu s'épanouir les génies de Dante et de Copernic, de Galilée et de Giotto : Basilique Saint-Antoine, la Prato del Valle Arrivée à Venise en fin d'après-midi, le temps de se tremper les pieds dans la mer Méditerranée.

Jour 7 : C'est par vaporetto que nous atteignons Venise, cité des Doges, afin d'y faire une **visite guidée à pied**. On découvre ses petites rues, traverse des ponts qui nous conduisent à la Place Saint-Marc, à la Basilique, le célèbre Pont des Soupirs et le Palais des Doges que nous avons visité, la campanile Loggetta, l'escalier des Géants... sans oublier notre promenade en gondole.

Jour 8 : Départ pour Vérone, immortalisée par les héros de Shakespeare : Roméo et Juliette. Tour de ville : la Piazza Bra, le théâtre philharmonique, la tour Lamberti, la Piazza delle Erbe, le Palais Maffei, la maison de Juliette... puis continuation vers la région du Lac Majeur, la perle des lacs italiens. On a pris le bateau en direction des îles Borromées afin de découvrir plus particulièrement une des cinq îles, l'Isola Bella. **Visite guidée du Palais des Borromées** et de ses magnifiques jardins aux fleurs exotiques.

Suisse

Jour 9 : Aujourd'hui, on quitte l'Italie pour la Suisse en traversant le Col alpin du Simplon. **Arrêt à Montreux**, station la plus animée du lac Léman et bénéficiant d'une réputation internationale. **Visite guidée du château de Chillon** dont les souterrains servirent aussi de prison. Route jusqu'à Lausanne, capitale mondiale du mouvement olympique.

Jour 10 : On débute la journée par la **visite guidée de Lausanne** qui nous fait découvrir, entre autres, la ville ancienne et le superbe quartier chic d'Ouchy au bord du lac. **Après la visite du Musée Olympique**, route jusqu'à Gruyères où on sera convié à un lunch typique : une fondue suisse.

Jour 11 : Ce matin, départ pour le Jura Suisse. Lors de la **visite guidée de Neuchâtel**, on verra, entre autres, le château et l'église collégiale, tous deux du 12^e siècle. Continuation vers la Chaux-De-Fonds, troisième ville de la Suisse francophone et berceau mondial de l'horlogerie. On se rendra ensuite à Genève afin d'y faire la **visite guidée de la ville** : le quai des Alpes et le célèbre jet d'eau, symbole de la ville, ainsi que les sièges sociaux de nombreuses organisations internationales.

Jour 12 : En route pour visiter le vieil Annecy, interdit aux voitures; on apprécie le charme tranquille de ses rues bordées d'arcades. On voit également le lac du même nom, le plus propre d'Europe entouré d'un décor montagnoux découpé par des villages et des vergers. Continuation vers Lyon, au confluent du Rhône et de la Saône, **tour de ville** pendant lequel on voit défiler la Place Bellecour, l'Hôtel de ville, la Place des Terreaux, la cathédrale Saint-Jean-Baptiste, la Basilique de Fourvière.



France

Jour 13 : Départ vers Beaune afin d'y faire la **visite guidée des célèbres Hospices**, merveille d'architecture du 15^e siècle. **On visite également une cave suivi d'une dégustation de vin** et d'un lunch typique. Continuation vers Paris « ville lumière ».

Jour 14 : En matinée, **visite guidée de Paris** : les Champs-Élysées, la Tour Eiffel, l'Arc de Triomphe, Notre-Dame de Paris... En après-midi, excursion au Château de Versailles. Le voyage se terminera en beauté par un dîner d'adieu.



Jour 15 : Départ de Paris à 14 h 30 et arrivée à Montréal à 15 h 30 (21 h 30 heures de Paris).

Gaston Levasseur

Australie, la Terre des Antipodes Février et mars 2009

L'Australie est le plus vieux continent du monde. Les Aborigènes qui le peuplent ne sont plus qu'une minorité. Aussi vaste que les États-Unis, elle offre des paysages contrastés : forêts tropicales et récifs de corail au Nord, terres rouges et désertiques de l'intérieur. Seul continent situé entièrement dans l'hémisphère Sud. C'est un pays, c'est une île. Une population de plus de vingt millions d'habitants, installés pour la plupart sur le littoral. Elle a pour capitale Canberra, mais la ville la plus peuplée est Sydney. La flore australienne est dominée par l'eucalyptus. On y trouve le kangourou et le koala, l'ornithorynque et l'échidné qui sont les seuls animaux de la planète à pondre des œufs, mais à allaiter leurs petits.

Lors de ce 2^e séjour en Australie, nous avons visité : Sydney, Brisbane, Cairns, Port Douglas, Darwin, le parc national de Kakadu et retour à Melbourne. Nous revenons en Australie, car notre fille cadette Marie-Andrée y vit depuis 2006. De plus, elle vit en couple et une petite Charlotte est née en décembre 2009. Donc, raison de plus pour retourner dans ce grand pays.

Melbourne : Été super chaud en 2009. Plusieurs feux de broussailles ou de forêts. On sent la fumée certains jours. Deuxième ville d'Australie et elle se compare à Montréal. Site des Jeux Olympiques en 1956, le parc Albert où se déroule la Formule Un, lieu de la première compétition de la série de tennis avec l'Australien Open où on a assisté à des matches avec Nadal, Murray et Sharapova entre autres. Il y a du cricket, sport lent et quelque peu ennuyeux à regarder.

C'est une ville de musées, de spectacles, de plein air tout en étant au bord de la mer. Il est facile de se déplacer avec les autobus, les trams, les trains et en autocars privés afin de faire des excursions organisées tout autour. Les gens circulent calmement sur les rues, ils sont aimables. La conduite est à gauche. On peut y faire agréablement son marché au Queen Victoria Market. La bibliothèque d'État vaut la visite avec sa salle de lecture octogonale sous un dôme central. Il y a différents quartiers où se balader. L'absence de relief rend la ville agréable à parcourir à pied, en bicyclette.

Sydney : Nous y avons passé quatre jours. Ville intense aux multiples architectures telles que : contemporain, géorgien, colonial, victorien, militaire, art déco... Le Queen Victoria Building qui est une ancienne halle construite en 1890, est maintenant une magnifique galerie marchande qui conserve plusieurs de ses attraits originaux.

On peut faire une visite guidée (coûteux) de 3 heures 30 sur le Harbour Bridge, là où on a une vue exceptionnelle depuis l'arche supérieure du pont. On a mangé au *Fish Market*, monté la Sydney Tower y voir l'ensemble de la ville 305 mètres de hauteur). Le quartier chinois est fort populaire. Un soir, nous sommes allés à l'Opera House y voir Madame Butterfly. Cet édifice est devenu l'attraction touristique la plus populaire de la ville. On y a fait une visite guidée et la plus grande des salles de spectacle contient 2 690 places pour les concerts. Tout autour, une belle promenade offre de magnifiques points de vue. En périphérie, nous avons visité Bondi Beach, Manly, le parc olympique de l'an 2000. Toujours facile de se déplacer avec les transports publics. On a pris une excursion au Blue Mountains National Park. « Blue » signifiant la brume bleutée qui s'y dégage par l'évaporation de l'huile des eucalyptus.

Brisbane : Nous y avons passé quatre jours. Capitale du Queensland, 3^e ville d'Australie et plus de 1,5 millions d'habitants. Coté South Bank, il y a une plage artificielle en pleine ville, tout autour des cafés et des restaurants. On y visite le musée d'Art moderne (gratuit). On y fait une croisière sur la rivière Brisbane pour se rafraîchir. Il faut marcher et visiter : la cathédrale St-Stephen's, le parlement, l'Hôtel de ville, le parc Anzac Square... On a pris le train pour visiter la célèbre Gold Coast et sa réputée plage Surfers Paradise, qui s'aligne sur 75 km. Dont 42 km de plages. C'est une des régions balnéaires des plus populaires d'Australie avec la Sunshine Coast qui a moins succombé à l'attrait des gratte-ciel et des néons.

Cairns : Nous nous déplaçons en avion (bons tarifs) d'une ville à l'autre, car les distances sont très grandes. Cairns est notre point de départ pour aller en bus à port Douglas à 75 km plus loin. Cet endroit a conservé son charme de village de pêcheurs. Nous y avons passé une semaine. De là, on prend une excursion au Parc Daintree où se trouve un territoire de 76 000 habitants et la magnifique région de Cape Tribulation. Une autre excursion d'une heure et demie en bateau pour voir la Grande Barrière de Corail qui est le plus long récif corailien au monde. Il est très plaisant de s'y baigner avec masque et tuba pour admirer une grande variété de coraux. N y voit la faune et la flore marines sur un bateau à fond vitré.

Darwin : Arrivée en avion, notre fille Marie-Andrée nous rejoint. Capitale du Territoire du Nord, ville moderne, plus près de Jakarta, d'Asie que de Sydney ou Melbourne. Nombreux groupes ethniques, un tiers d'aborigènes. Il fait chaud à l'année et de plus, c'est très humide. Cette ville a été détruite à 95 % par les Japonais lors de la 2^e Guerre mondiale. Nous louons une voiture pour se rendre au Parc national Kakadu à 210 km, parc qui est le plus vaste d'Australie avec une superficie de 20 000 km². Certaines routes ou sites sont fermés, car trop d'eau. C'est une ville où tout coûte plus cher qu'ailleurs... Pour bien voir cette immensité, nous avons pris une excursion en *Cesna* de sept passagers. Cela nous a permis de voir les immenses chutes Twinfall, Jim Jim Falls, ainsi que l'hôtel Holyday Inn en forme de crocodile. On survole la mine d'uranium qui est sous haute surveillance. Ces terres appartiennent aux Aborigènes et c'est le gouvernement qui en fait la gestion. On a marché à Nourangie Rock pour admirer les peintures rupestres aborigènes sur les rochers. On continue la route sur Katherine et à 30 km à l'est, on arrive au Katherine Gorge et ses treize gorges taillées en enfilade dans un plateau de grès rouge vieux de millions d'années. On se sent isoler, étrangers parmi tous ces Aborigènes souvent en état d'ébriété. Il y a un grand contrôle de la vente d'alcool, même nous, on a dû présenter une carte d'identité.

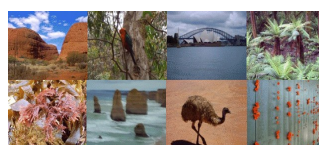
En remontant sur Darwin, on s'arrête au Parc national Litchfield qui renferme de denses forêts pluviales, des cascades, des gorges, les chutes Florence où il y a 160 marches à descendre pour les admirer. On marche jusqu'au bassin profond de Buley Rochole où il est très plaisant de se baigner et se rafraîchir sans risque de crocodiles. On y a vu des termitières géantes (6 m) dites « magnétiques », car elles tournent une pointe vers le nord pour limiter leur exposition au soleil.

Au retour des Parcs nationaux, à Darwin, nous visitons le Parc bicentenaire, le vieil Hôtel de ville et quelques autres attraits touristiques. Un soir, nous sommes allés manger à Stokes Hill Wharf, qui est une longue jetée en bois qui s'enfonce dans le port. Là, on y trouve des boutiques, bars, restaurants, aquariums, musée de perles.

Toujours en avion, nous revenons tous les trois à Melbourne et avançons nos montres de 1 heure 30. Nous terminons notre séjour de deux mois à leur saison automnale (en mars) où la température baisse (20° C). Pour notre dernier vendredi nous assistons aux essais de la Formule Un. Le samedi, nous assistons au match de football australien avec plus de 32 000 spectateurs.

Quel voyage diversifié ! C'est un immense pays à découvrir en plusieurs fois et l'on y rencontre plusieurs Canadiens et Québécois dans les différentes villes.

Lise Goulet-Pépin



Février 2009 ~ AUSTRALIE



Informatique

Voici quelques conseils de base pour éviter la propagation des virus ou des courriels non sollicités.

Nettoyer un courriel avant d'y répondre ou de le retransmettre.

Lorsque vous faites un message, après avoir fait un clic gauche dans la case « transmettre », c'est là que vous devez effacer tous les noms et les adresses de courriel des personnes qui ont déjà reçu le message. Vous les « noircissez » et les supprimez avec la touche « SUPPR » ou si vous préférez, effacez lettre par lettre, en reculant progressivement. Les deux façons sont bonnes. Le plus important et l'essentiel est de faire disparaître les noms et les adresses de toute autre personne que vous.

Seul le texte ou bien le « LIEN » à retransmettre doit figurer sur la page.

Vous pouvez y ajouter votre propre texte bien entendu et votre signature.

Lorsque vous faites un envoi groupé de courriels à plusieurs personnes, ne positionnez pas vos adresses dans la case « A » ou « Cc », prenez plutôt l'habitude d'employer la case « Cci » (Copie carbone invisible). De cette manière, seule la personne à qui vous écrivez, verra son nom et son adresse, mais pas celles des autres. Personne ne pourra relever ces adresses.

Dans la ligne « Sujet », enlevez toutes les abréviations telles que « FW » ou « Ref » ou « Rep » ou autres.

Utilisez toujours le bouton « Transmettre » de la page sur laquelle vous lisez votre message, vous éviterez ainsi à votre correspondant d'avoir à passer en revue toutes les autres pages adressées précédemment.

Avez-vous déjà reçu un courriel sous forme de pétition ? Il y a une liste de noms et l'on vous demande d'y ajouter le vôtre en dernier et de retransmettre ce message à dix ou quinze personnes de votre carnet d'adresses. Ce courriel pourra être retransmis et re-retransmis à l'infini et réunir ainsi des centaines de noms et d'adresses de courriel. Des quantités d'adresses électroniques sont ainsi exposées, car souvent les utilisateurs ne savent pas les mettre en mode invisible (ce qui est une aubaine pour les spammeurs). En fait, cette pétition vaut quelques dollars pour un professionnel des « **spams**, **pourriels** ou **polluriels** » à cause des adresses « véritables » qu'elle contient.

Destruction immédiate sans compromis.

Avant d'envisager de faire suivre un message d'alerte sur un quelconque virus, une recherche de personne ou la propagation d'une histoire à dormir debout vous devez en vérifier la véracité. Le terme donné à ce genre de message appelé « hoax » en anglais, « canular » en français. Le mot « *hoax* » est une simplification du premier mot de l'expression *hocus pocus*, signifiant « tromperie » ou « escroquerie ». Les « canulars » sont souvent bâtis sur les mêmes modèles que les légendes urbaines. On assiste alors à la diffusion massive de coordonnées personnelles de personnes dépassées par les événements qui sont donc obligées de fermer leur adresse électronique, leur numéro de téléphone... pour retrouver la paix. Si vous doutez, il vous est toujours possible de vérifier le courriel reçu en allant sur le site : <http://www.hoaxbuster.com/>

Lors du brunch des Retrouvailles, le 1^{er} septembre 2010, le Comité directeur et la centaine de membres présents ont souligné le généreux travail de Jacques Larivière au cours des sept dernières années.



HOMMAGE À JACQUES LARIVIÈRE

AREQ 04G 2003-2010

Saluons bien haut notre premier conseiller sortant !
Tout au long de ses mandats, il fut pour l'AREQ 04G un fier représentant...

La route de la vie a fait connaître une foule de Jacques des plus célèbres : le Majeur, le Mineur, Jacques 1^{er}, Jacques Villeneuve, Jacques Brel, Jacques Parizeau...
Mais notre Jacques, c'est le plus grand des héros...

Toujours présent aux rencontres du Comité directeur, il savait fort bien demeurer impassible.
Un homme parfaitement flegmatique !
Il savait également interrompre une discussion incohérente de façon automatique...

Lors de son passage parmi nous, il a cumulé mille et unes fonctions : président, conseiller, responsable des assurances et du fameux dossier de l'indexation.
Son travail ne s'arrêtait pas là... Toujours au premier rang, il utilisait habilement sa caméra.
Des centaines de photos se sont entassées sur de précieux CD ou des clés USB pour les futurs besoins de l'AREQ 04G.

Jamais avare de son temps, il a multiplié les heures pour la mise en pages du bulletin *les bonnes notes*... Labeur, précision, minutie et tout le peaufinage. Peut-être même des heures de plaisir pour notre renommé pince-sans-rire...

Un homme populaire avec sa barbe d'un Père blanc d'Afrique ou plutôt sa vraie barbe de Père Noël. Lorsque décembre se pointe, il réjouit des centaines d'enfants grâce à des organismes communautaires. Douceur, câlins et tendresse pour Jérémy, Lou-Félix et Majoly, ses tout-petits.

Hou! Hou! Hou! À l'Halloween, Jacques collabore aussi avec le Club Optimiste de Sainte-Marthe à la réalisation de la Maison hantée au Centre Félix-Leclerc. Il offre quelques frissons et de délicieux bonbons...

Toujours fort occupé, Jacques est un adepte de la piscine à l'UQTR. Il apprécie également les séjours de fins de semaine au grand air. Ses nombreux voyages au Mexique ont assurément perfectionné les plus subtiles expressions espagnoles. N'oublions pas son grand savoir dans la technologie des communications.

De l'Italie, Gaétane te salue et te dit un gros merci pour avoir été à plusieurs occasions son chauffeur de taxi. *Grazie et Arrivederci !*

Ensemble, remercions Jacques pour son bénévolat ! C'est avant tout un acte de gratuité, un acte de dévouement, un acte de générosité. Il a grandement fait la promotion des valeurs qui lui étaient chères. Bravo !

Dans le Bulletin du mois d'août, le Comité directeur remercie Jacques pour son implication lors des sept dernières années. Il s'est plié parfois avec humour, les yeux rieurs, un sourire dans sa barbe blanche, parfois en maugréant aux exigences de sa présidente Aline, mais toujours en lui démontrant un appui indéfectible sans pour autant lui donner raison. Tu nous manqueras.

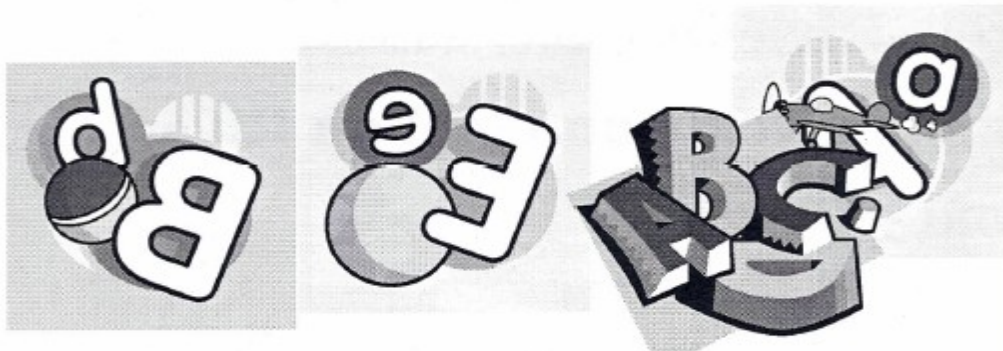
En reconnaissance, cher Jacques, nous ne pouvons t'offrir un bouquet de fleurs de la saison. Un secret bien gardé... Il n'a aucune affinité avec les fleurs. Il a même insisté auprès de la secrétaire afin qu'on ne lui en remette pas. D'où cela origine-t-il ? Sa conjointe Louise travaille en horticulture. À la maison, on en parle de fleurs !!!

Cher Jacques, c'est à ton tour de te laisser parler d'amour ! Accepte ce modeste présent en souvenir des heures passées en notre compagnie et de plus, que toutes tes journées soient imprégnées de bonheur ! N'oublie pas de prendre un grand soin de ta santé ! Nous t'aimons...

Un collectif du Comité directeur par Gaétane Boisvert Bellemare
Septembre 2010

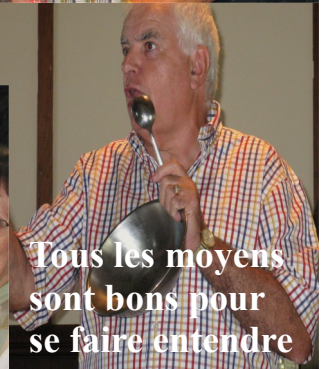
L'ordre des lettres n'a pas d'importance

Selon une étude de l'Université de Cambridge, l'ordre des lettres dans un mot n'a pas d'importance, la seule chose importante est que la première et la dernière soient à la bonne place. Le reste peut être dans un désordre total et vous pouvez toujours lire sans problème. C'est parce que le cerveau humain ne lit pas chaque lettre elle-même, mais le mot comme un tout."



Le plaisir de se retrouver... en ce 1^{er} septembre.
Que de gens heureux !

La présidente régionale était là !



Que de sous à compter !



Va-t-il s'ennuyer de sa présidente ? Qui sait ?

Quel voyage !
Plaisir de partager des découvertes...

Fascination
pour Yvon !



Qu'il est mignon ?



Il y a de ces braves à l'AREQ !



Qu'est-ce qu'il ne faut pas faire pour se régaler ?



Moi aussi, j'ai faim !



Louissette, quel sentier suit-on ?

Adresses importantes

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

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

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

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

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

Régie de l'assurance maladie du Québec
1125, Grande Allée Ouest
Québec, QC, G1S 1E7
1 800 561-9749
www.ramq.gouv.qc.ca

Site Web du secteur 04G
<http://www2.csduroy.qc.ca/AREQ-04G>

Inscription en ligne aux activités
www.pournous.c.la

les bonnes notes... est le bulletin d'information du secteur Cap-de-la-Madeleine de l'AREQ 04. Il est publié trois fois par année à raison de 525 exemplaires et distribué par une armée de factrices et facteurs bénévoles.

La mise en page est assurée par Aline Godin et la correction des épreuves par Gaétane Boisvert

Si non livré, retourner le journal à :
1180, rang Saint-Malo
Trois-Rivières, QC, G8V 1X5

