

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



***Envoutante capucine !
Beauté de la nature, tout comme une oeuvre d'art...
Quel plaisir pour les yeux ! Un coup d'oeil saisissant !
Sous une fraîche ondée ou une rosée matinale, elle s'ouvre dans
toute son élégance vêtue de sa robe jaune éclatant...
Son naturel la rend unique !***



Mot de la présidence sectorielle.....	3
Mot de la présidence régionale.....	4
Conseil sectoriel 2015-2016 et responsables des comités.....	5
Conseil régional.....	5
Agenda 2016.....	6
De ci de là dans la sphère sociopolitique.....	7
Invitations :	
- Assemblée générale annuelle sectorielle - 25 mai.....	9
- Assemblée générale annuelle régionale - 2 juin.....	10
- Dîner de fin d'année - 8 juin.....	11
- Brunch des Retrouvailles - 7 septembre.....	11
Le monde des quilles.....	12
Récit de voyage - Suisse – Allemagne - Autriche.....	13
Nécrologie.....	15
Informations diverses.....	16
Album photos.....	18
Adresses importantes.....	

PIXEL COMMUNICATION GRAPHIQUE

GRAPHISME et IMPRESSION

937, boul. Thibeau, Trois-Rivières, Qc G8T 7B1

www.lcconcept.qc.ca // lucie@lcconcept.qc.ca

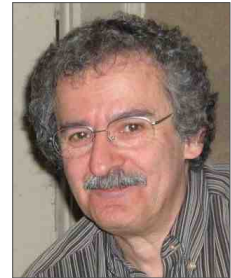
819 840-4660 // 819 377-1971



Un été formidable à toutes et à tous !

C'est l'effet du soleil ! Les jours allongent, les bourgeons éclatent, les gens sont plus souriants, de plus en plus de vélos et de coureurs sur les routes, les centres de jardinage sont bondés. La vie reprend. Enfin !

On se souhaite un excellent été. Quelques voyages peut-être, visites des enfants et petits-enfants... Un peu de lecture. Marche, vélo, tennis, piscine, golf... de quoi se tenir en forme et... mieux dormir le soir venu. Vivre dehors !



En parallèle, il y aura toujours l'actualité à suivre... Heureusement, les politiciens seront aussi en vacances, notre tâche de citoyen devrait donc en être d'autant allégée.

La tentation est toujours forte de détourner la tête et de laisser aux autres le débat citoyen. Il ne faudrait pas croire que tout s'arrangera tout seul. On peut toujours espérer qu'on réussira à capturer les terroristes, mais tant que l'on considérera l'Islam comme cause de tout ce désordre, on ne pourra dormir en paix. « Toutes les cinq secondes un enfant de moins de dix ans meurt de faim. Sur une planète qui regorge pourtant de richesses... », nous rappelle Jean Ziegler, ex-rapporteur spécial auprès de l'ONU.

Jean-Luc Mélançon, dans sa visite éclair au Québec en avril dernier, nous a rappelé une réalité trop souvent occultée : « il aura fallu plus de 200 000 ans pour que les humains atteignent, en 1800, le premier milliard. Cent cinquante ans plus tard, nous étions déjà 2,5 milliards. En 2000, nous atteignons les 6 milliards. Et en 2050, nous devrions dépasser les 10 milliards. »

Nous n'aurons pas le choix, les droits individuels devront peu à peu s'estomper devant les droits collectifs. Les citoyens devront se faire entendre, sinon, la finance s'occupera de tout. Déjà, le 1 % le plus riche possède plus que les 99 autres.

Le simple citoyen est trop petit pour changer le cours des choses, voici ce qu'en dit le Dalaï-Lama : « Essayez donc de dormir avec un moustique et vous verrez lequel des deux empêche l'autre de dormir ».

Qui a-t-il de pire qu'un moustique ? Plusieurs moustiques.

Un bel été à toutes et à tous !

Jean-Yves Proulx
Président, AREQ 04G



Apprendre à vivre le moment présent fait partie de la stratégie de la joie.

Sarah Ban Breatnatch

Le thème des deux dernières années de la semaine des bénévoles : « Le bénévolat, un geste gratuit : un impact collectif » résume bien l'importance de toutes les actions petites ou grandes que vous faites. Comme les gouttes d'eau forment les océans, parfois, il suffit d'un geste, d'une parole, d'un sourire, d'une présence pour faire toute la différence dans la vie d'une personne, pour changer une tristesse en joie... Vous participez aux activités sans implication ciblée et vous ne voyez pas ce que vous apportez aux autres ? Comme je le mentionnais, il s'agit parfois de rencontrer une personne pour changer le cours de notre journée : elle me rappelle un bon souvenir, elle me fait un sourire, elle échange avec moi, **elle me fait oublier mes problèmes, elle me prête une attention particulière...**



Le Québec compte plus de deux millions de bénévoles actifs ! Imaginez toutes les actions, tous les gestes bénévoles mis ensemble, cela représente une rivière, un océan d'impacts sur la société. Si nous comparons les gestes des bénévoles à l'eau, nous verrons l'ampleur d'une action posée fut-elle minime, car une seule goutte d'eau, c'est peu, mais des milliers de gouttes d'eau forment nos cours d'eau. Rappelons-nous les paroles de la chanson *Amène-toi chez nous* de Jacques Michel, « N'oublie pas que ce sont les gouttes d'eau qui alimentent le creux des ruisseaux » pour saisir l'ampleur des gestes individuels ou collectifs posés comme bénévoles.

Merci donc aux bénévoles du secteur, car tous les gestes que vous posez ont un impact sur la collectivité. Oui, l'implication citoyenne à grand déploiement est essentielle, mais toutes nos activités, si simples soient-elles sont importantes : ce sont souvent elles qui « nous gardent en vie et en contact les uns avec les autres tous les jours. »

N'hésitez pas à vous joindre à la cohorte des bénévoles si ce n'est déjà fait, à offrir vos services, vos compétences, à vous impliquer dans l'Association, à offrir à ou un membre qui ne participe jamais aux activités à vous accompagner... « Bénévolat », c'est valorisant, on connaît d'autres personnes ou on les connaît mieux, on étend notre champ de compétences, on exploite nos capacités, on oublie même nos problèmes, du moins pour le temps du bénévolat.

Prenez soin de vous afin de garder la meilleure santé physique et mentale possible : évitez le stress, voyez le côté positif des choses et n'oubliez pas les autres, car nous faisons partie d'une société, d'une grande famille et les autres comptent aussi sur nous.

« Vous devez accepter la vie comme elle se présente, mais vous devriez essayer de faire en sorte qu'elle se présente comme vous aimeriez qu'elle soit ». Ancien proverbe allemand

Au plaisir de vous rencontrer lors des activités régionales ou sectorielles,

Mariette Gélinas,
Présidente AREQ 04 Cœur et Centre-du-Québec



Le conseil sectoriel 2015-2016



Jean-Yves Micheline T. Micheline B. Gaétane Gilbert Francine

Jean-Yves Proulx	Président	819 373-8683	jyproulx@gmail.com
Micheline Thibeault	1 ^{re} vice-présidente	418 328-3923	micheline.thibeault@cgocable.ca
Micheline Boisvert	2 ^e vice-présidente	819 372-1214	
Gilbert Lahaye	Trésorier	819 693-4861	gilbert.lahaye@sympatico.ca
Gaétane B. Bellemare	1 ^{re} conseillère	819 375-4117	
Francine Belle-Isle	2 ^e conseillère	819 373-8683	frbeis@gmail.com

Liste des responsables de comité

Condition des femmes	Gaétane Boisvert Bellemare		819 375-4117
Condition des hommes	Pierre Laflamme-Gosselin	plngo@videotron.ca	819 373-8583
Fondation FLG	Gaétane B. Bellemare, répondante		819 375-4117
	Micheline Boisvert, conseillère		819 372-1214
Environnement	Claude Poudrier	claud.poudrier@sympatico.ca	819 373-1481
Retraite	Micheline Thibeault	micheline.thibeault@cgocable.ca	418 328-3923
Assurances	Guy Marchand	malmar@videotron.ca	819 373-5687
Site web	Gaston Levasseur	levasseg@csduroy.qc.ca	819 693-1611
	Jean-Yves Proulx	jyproulx@gmail.com	819 373-8683
Sociopolitique	Jacques Brodeur	jbroudeuredupax@gmail.com	418 932-1562
Quilles	Gilbert Lahaye	gilbert.lahaye@sympatico.ca	819 693-4861

Le conseil régional 2015-2016

Présidente	Mariette Gélinas	Secteur B	Shawinigan
1 ^{re} vice-présidente	Monique Dionne	Secteur E	Drummondville
2 ^e vice-président	Jean-Luc Huard	Secteur D	Bois-Francs
Trésorière	Jocelyne Martineau	Secteur B	Shawinigan
Secrétaire	Florent Beaulieu	Secteur C	Nicolet
Conseiller	Normand Périgny	Secteur F	La Tuque
Conseiller	Jean-Yves Proulx	Secteur G	Cap-de-la-Madeleine
Conseillère	Colette Trudel	Secteur A	Trois-Rivières
Conseiller	Rémi Beauclair	Secteur H	Louiseville



Mai	25	mercredi	Assemblée générale sectorielle 04G
Juin	2	jeudi	Assemblée générale régionale - Shawinigan
	8	mercredi	Dîner de fin d'année
	16	jeudi	Fondation Laure-Gaudreault - Trois-Rivières
Septembre	7	mercredi	Brunch des Retrouvailles
Octobre	12	mercredi	Déjeuner de secteur ¹
Novembre	9	mercredi	Déjeuner de secteur ¹
	10	jeudi	Messe souvenir
Décembre	14	mercredi	Dîner de Noël
Janvier	11	mercredi	Déjeuner de la présidente ¹
Février	15	mercredi	Dîner de la Saint-Valentin
Mars	8	mercredi	Déjeuner de secteur ¹
Avril	7	vendredi	Cabane à sucre
	12	mercredi	Déjeuner de secteur ¹
	26	mercredi	Dîner des bénévoles
Mai	2	jeudi	Assemblée générale sectorielle 04G
	10	mercredi	Déjeuner de secteur ¹
	16	mardi	Assemblée Générale Régionale - Nicolet
Juin	7	mercredi	Dîner de fin d'année
	13	mardi	Fondation Laure-Gaudreault

¹Nous apprécierions que vous réserviez votre place au moins deux jours à l'avance pour aider à la planification avec le restaurant Maman Fournier. 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.

Bienvenue à toutes et à tous !
Faites-vous accompagner d'une amie ou d'un ami !
Gaétane Boisvert Bellemare



De ci de là dans la sphère sociopolitique

Bonne nouvelle

Cette chronique a été rédigée en France où le Conseil départemental de la Vendée m'a invité à m'adresser aux élèves de sept collèges pour leur proposer l'effroyable *Défi 10 jours sans écrans*. Comme le Bulletin sectoriel du Cap-de-la-Madeleine n'arrête pas sa marche vers l'avenir que nous souhaitons tous radieux, je me mets au clavier.

Bonne nouvelle pour les familles canadiennes. La Fondation québécoise des maladies du cœur et de l'AVC a joint ses forces avec la *Childhood Obesity Foundation* pour lancer la toute nouvelle Coalition Arrêtons la pub destinée aux enfants (CAPE). Alors que le Québec interdit la publicité ciblant les moins de 13 ans depuis 1980, le Réseau pour une alimentation saine proclame qu'il est temps de protéger les enfants et d'aider les parents à faire des choix alimentaires sains pour leur famille.

La CAPE a rédigé les Principes d'Ottawa (lien anglais seulement), qui dressent des recommandations politiques en ce qui a trait à l'interdiction de la publicité commerciale pour des aliments et boissons destinés aux moins de 16 ans. Seraient exemptées, les campagnes d'éducation en santé publique ou de sensibilisation du public.

De toute évidence, quand le Québec prend les devants, le Canada réfléchit longtemps avant d'emboîter le pas. Vaut mieux tard que jamais. On peut écrire à

son député en contactant sur Internet « Arrêtons la publicité qui cible les enfants ».

Sombres nuages à l'horizon

En France, il ne se passe pratiquement pas un jour sans que des médias nous parlent d'une prédiction terriblement inquiétante pour toute la planète: l'élection du milliardaire Donald Trump au poste de Président des États-Unis. Et cela inclut le poste de Général en chef des armées. J'imagine qu'au Québec, nos « radios-poubelles » se réjouissent de la candidature de l'homme le plus photographié au monde depuis bientôt un an. Le candidat au gros égo dit tout haut ce que plusieurs de ses concitoyens pensent tout bas, et il y a de quoi avoir peur. Pour l'investiture républicaine, tous les moyens les plus dégradants sont permis, y compris la menace de dévoiler les incartades sexuelles hors mariage de l'épouse d'un rival gênant.

Les Canadiens, qui ont élu un nouveau Premier ministre fervent de la photographie « selfiste », sont eux aussi inquiets. Voici un leader politique au joli minois qui semble saliver devant le pétrole albertain que des intérêts financiers puissants veulent faire passer par Énergie Est. Le chef libéral comptait déjà dans l'équipe de conseillers qui guidait sa campagne un « bénévole » membre du groupe qui pilotait Énergie Est. Lors de sa participation à la COP21, le tout nouvel élu avait fièrement annoncé le virage du Canada débarrassé de son





De ci de là dans la sphère sociopolitique

suite

prédécesseur, mais de retour à la maison, le Premier ministre canadien qui n'avait jamais exprimé le moindre reproche aux Britanno-colombiens ni aux États-Uniens pour avoir bloqué le passage de l'oléoduc sur leur territoire, semble avoir obtenu l'accord des premiers ministres provinciaux pour le passage vers l'est, y compris chez nous. Et quand la société civile québécoise s'y oppose, évidemment, on a entendu certains de nos honorables concitoyens condamner les nationalistes en leur reprochant leur égoïsme. Allons nous oser imiter la société civile de l'Ouest et du Sud ?

Et les soins de santé universels et gratuits ?

Et pendant que les paradis fiscaux reçoivent les revenus de nos concitoyens les plus fortunés pour leur exempter de faire leur part dans l'assiette fiscale, notre bon gouvernement provincial se voit dans « l'obligation » de couper les fonds en répétant *ad nauseam* le sermon de l'austérité, du sacrifice, qui devrait, dit-on, nous sortir du pétrin. Pas une semaine sans qu'on nous apprenne les dégâts sociaux causés par ces sacrifices qui devraient nous guérir de l'endettement. La supercherie est dégoulinante. Le peuple fait sa part, les privilégiés cachent les revenus produits par le travail du peuple, et bien entendu, on manque de budget pour l'éduquer et soigner les enfants du peuple.

Quand allons-nous ensemble, nous lever et crier que ça suffit ? Bien malin

qui oserait fixer une date. Mais soyons tous certains que cela se produira. Les parasites, eux, le savent très bien et font l'impossible pour repousser l'échéance. La question que nous nous posons tous est simple : ceux qui remplaceront nos gouvernants actuels auront-ils le courage de faire le ménage ? Voilà LA question. Espérons que lorsque ce jour arrivera, le peuple sera uni pour obtenir justice et que les médias ne parviendront pas à embrouiller les enjeux et bloquer une nouvelle phase de NOTRE glorieuse révolution tranquille, dont le parti libéral du Québec avait été le terreau dans les années soixante.

Jacques Brodeur

La Roche-sur-Yon, Vendée, 5 mai 2016





Assemblée générale annuelle sectorielle

Secteur Cap-de-la-Madeleine (04G)

Le mercredi 25 mai 2016

Les membres de l'AREQ 04G sont, par la présente, convoqués à l'Assemblée générale annuelle sectorielle.

Ce sera l'occasion de tracer un bilan de ce qui s'est passé dans notre secteur au cours de la dernière année et de fraterniser avec les membres en prenant connaissance des différents dossiers.

Nous espérons que vous serez des nôtres. Les membres du conseil sectoriel vous y attendent. Le quorum requis est de 4 % des membres réguliers : 20 membres.

Jean-Yves Proulx, président de l'AREQ 04G

Endroit : Salle du *Buffet Champion* - 890, Notre-Dame Est (Cap-de-la-Madeleine)

Horaire : 10 h Inscription et accueil 10 h 30 Mot de bienvenue
10 h 45 Assemblée générale annuelle 12 h 15 Dîner

Coût : Le dîner (buffet) est gratuit pour les membres (**inscription obligatoire**).
20,00 \$ pour les non-membres

Projet d'ordre du jour

1. Ouverture de l'assemblée
2. Vérification du quorum
3. Nomination de la présidence et du secrétariat de l'assemblée
4. Lecture de l'ordre du jour
5. Nomination du comité d'élection
6. Période de mise en candidature
7. Lecture du procès-verbal de l'AGA du 26 mai 2015
8. Rapports de la présidence, des activités et du plan d'actions 2015-2016
9. Rapports des différents comités et de la Fondation Laure-Gaudreault
10. Présentation des états financiers et des prévisions budgétaires
11. Informations diverses
12. Processus électoral
13. Nomination des personnes déléguées et des substituts au Congrès 2017
14. Mot des présidences régionale et sectorielle
15. Clôture de l'assemblée

L'**élection** des personnes à la 1^{re} vice-présidence, à la trésorerie et, le cas échéant, de la 1^{re} conseillère a lieu l'année qui précède le Congrès. Le poste au secrétariat est vacant. Tout membre régulier de l'AREQ 04G est éligible à ces postes. Des bulletins de mise en candidature seront disponibles sur place à la table des inscriptions.

Réservez au plus tôt ! Date limite d'inscription pour le dîner : 20 mai 2016

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

Gilbert Lahaye, 240, Saint-Irénée, Trois-Rivières, Québec, G8T 7C7



819 693-4861 ou areq04g.org





Assemblée générale annuelle Régionale 2016

Avis de convocation

Assemblée régionale Cœur et Centre-du-Québec

Le jeudi 2 juin 2016

Club de Golf Le Mémorial
3005, Rang St-Mathieu Est
Shawinigan, Secteur Shawinigan-Sud
G9P 4E8

Les membres de l'AREQ 04 Cœur-et-Centre-du-Québec, sont par la présente, convoqués à l'Assemblée générale régionale annuelle.

Ce sera l'occasion de tracer un bilan de ce qui s'est passé dans notre région au cours de la dernière année et de fraterniser avec les membres des autres secteurs en prenant connaissance des différents dossiers.

Les membres de la *Fondation Laure-Gaudreault* sont aussi convoqués, par la présente, à leur Assemblée générale qui se tiendra pendant cette journée de 9 h 15 à 9 h 45. Cette fondation est la nôtre!

Nous espérons que vous serez des nôtres. Les membres du conseil régional et les bénévoles du secteur de Shawinigan vous y attendent.

Mariette Gélinas, présidente régionale

8 h 45 Accueil

9 h 15 Assemblée générale de la FLG

9 h 45 Assemblée générale régionale de l'AREQ 04

12 h 30 Repas

Coût : gratuit pour les membres du secteur G
non-membres 30,00 \$

Réservez au plus tôt ! Date limite d'inscription pour le dîner : 18 mai 2016

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

Gilbert Lahaye, 240, Saint-Irénée, Trois-Rivières, Québec, G8T 7C7



819 693-4861 ou areq04g.org





Dîner de fin d'année

Cordiale invitation !

Buffet Champion - 890, Notre-Dame Est, Trois-Rivières, G8T 4J3

Bienvenue à toutes et à tous ! Le mercredi **8 juin** 2016

11 heures : accueil, inscriptions, signature du livre des présences

12 heures : début du repas

Pour celles et ceux qui le désirent,
échange de livres avec Suzanne et Louissette.

Au plaisir de se retrouver !

20 \$ pour les membres, 25 \$ pour les non-membres

Réservez au plus tôt ! Avant le 1^{er} juin

Brunch des Retrouvailles

Cordiale invitation !

Buffet Champion - 890, Notre-Dame Est, Trois-Rivières, G8T 4J3

Bienvenue à toutes et à tous ! Le mercredi **7 septembre** 2016

10 heures : accueil, inscriptions, signature du livre des présences

11 heures : début du repas

Accueil des personnes nouvellement retraitées

Pour celles et ceux qui le désirent,
échange de livres avec Suzanne et Louissette.

Au plaisir de se retrouver !

10 \$ pour les membres, 20 \$ pour les non-membres

Réservez au plus tôt ! Avant le 1^{er} septembre

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

Gilbert Lahaye, 240, Saint-Irénée, Trois-Rivières, Québec, G8T 7C7



819 693-4861 ou areq04g.org





Rapport annuel de l'activité des petites quilles 2015-2016

Comme à chaque année, notre rencontre hebdomadaire à la Salon de quilles De Francheville, sur la rue Vachon, secteur Cap-de-la-Madeleine, s'est déroulée sur deux périodes : du 15 septembre au 22 décembre 2015 et du 19 janvier au 26 avril 2016.

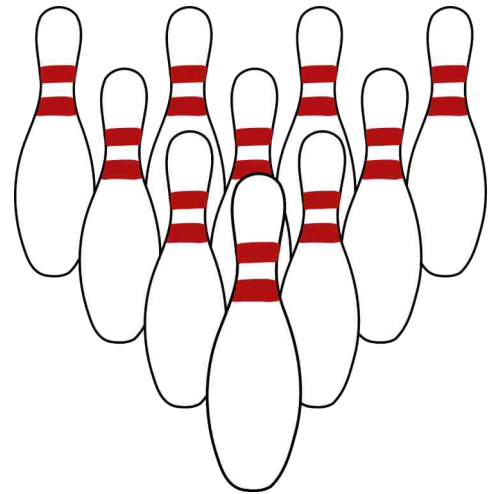
Au début de l'année, une moyenne de vingt joueuses et joueurs se partageaient les quatre allées réservées pour notre association soit environ 280 présences durant le premier semestre.

Pour ce qui est de la deuxième partie de l'année, la participation a diminué pour différentes raisons : voyages, maladies... Nous avons terminé l'année avec une douzaine de membres toujours réparties sur quatre allées.

On comprend alors que notre temps de jeu diminuait... De 10 h à 11 h nous avons joué durant 29 semaines : 14 à l'automne et 15 au printemps. Merci à Pierre Laflamme-Gosselin pour cette précision.

Le dîner de fin d'année a été l'occasion de fraterniser et de se féliciter de nos bons coups. Les meilleurs se sont mérité quelques mentions et des prix de présence furent distribués.

On se donne rendez-vous en septembre prochain, tous les mardis à 10 h au Salon de quilles de Francheville.



Gilbert Lahaye
responsable des quilles

Vos appareils électroniques inutilisés sont recyclables :
écrans, téléphones, cellulaires, radios, chaînes stéréo, imprimantes, caméras,
lecteurs audio/vidéo, micro-ondes, etc.

Apportez vos SERPUARIENS dans les points de dépôts. Consultez les sites de la ville de Trois-Rivières (v3r.net) ou en allant sur recyc-quebec.com, recyclermeselectroniques.ca/qc, electrobac.com...

Merci

Gilbert, le récupérateur



Suisse – Allemagne - Autriche Gaston Levasseur

*Départ de Montréal le 3 septembre 2015 à 16 heures 45
et arrivée à Zurich le 4 septembre à 9 heures*

Après avoir visité **Zurich** (capitale économique du pays, la plus grande ville commerciale et bancaire), nous sommes allés sur le lac de Constance (3^e plus grand d'Europe), plus précisément sur l'île de Mainau (un véritable paradis pour les amateurs de fleurs). C'est un petit jardin botanique avec ses jardins décoratifs, son arboretum et sa volière de papillons.

Une visite guidée à pied de **Constance** et de **Stein Am Rhein** (petite ville aux fresques colorées ornant la place de la Mairie). Promenade en bateau sur le Rhin jusqu'à **Schaffhouse** pour admirer les chutes du Rhin (la plus grosse cascade d'Europe), mais beaucoup plus petite que les chutes Niagara. Visite de **St-Gall** (ville universitaire et métropole de la Suisse orientale. Excellent dîner à la fondue au fromage.

Nous nous rendons à **Appenzell** pour la visite guidée d'une fromagerie suivie d'une dégustation. Visite de la ville avec ses jolies maisons ornées de fresques. Retour à St-Gall, vieille ville piétonnière avec ses maisons bourgeoises aux encorbellements peints, sa superbe cathédrale baroque, son ancienne abbaye bénédictine et sa bibliothèque abbatiale.



On prend la route allemande des Alpes (très beaux paysages) pour se rendre visiter le somptueux château bavarois de Neuschwanstein (roi fou Louis II de Bavière). Un million de visiteurs par année. On visite à pied la charmante ville de **Füssen** (la plus haute ville de Bavière, 808 mètres au-dessus du niveau de la mer).

On visite une autre propriété du roi Louis II, le château Linderhof conçu dans le style 18^e siècle. Nous poursuivons notre route vers un charmant village de la Haute-Bavière, **Oberammergau**, reconnu pour ses maisons anciennes aux façades vivement colorées et ornées de fresques religieuses. Visite de l'église de Wies (classée au patrimoine mondial de l'UNESCO).

Visitions à pied une des plus grandes villes de l'Allemagne, **Munich**. On y voit le Marienplatz et son fameux carillon de la tour de la Mairie, l'église Notre-Dame, le marché aux victuailles ainsi que la plus grande brasserie, Hofbrauhaus, qui existe depuis 1589 et qui peut accueillir jusqu'à 5 000 personnes. Les chopes de bière d'un litre se heurtent les unes sur les autres et je peux affirmer que la bière Hofbräu est excellente. Y faire le salut nazi est une insulte pour les Allemands. C'est une période noire pour eux.



Suisse – Allemagne - Autriche

suite



On se rend à **Innsbruck**, capitale du Tyrol. La visite guidée nous fait voir le palais impérial, la Mariatheresienstrasse, le célèbre petit toit d'or et l'église impériale. On participe à une soirée tyrolienne des plus intéressantes.

Après le passage du col du Brenner, on s'arrête au Franz Josepfs-Höhe, d'où l'on peut admirer un superbe panorama. Le Grossglockner est le point culminant de l'Autriche (3 798 mètres d'altitude). Descente vers **St-Martin-Bet-Lofer**.

Excursion dans le Salzhammergut : visite du pittoresque village de **Hallstat**, son église et son ossuaire. Puis à **St-Wolfgang** (visite de l'église et lunch au célèbre restaurant **Im Weissen Rössl**). Embarquement pour une croisière sur un magnifique lac, le Wolfgangsee jusqu'à **St-Gilgen**. Suivra la visite d'une ferme artisanale avec dégustation.

Arrêt au château Leopoldskron, lieu de tournage du film « La Mélodie du Bonheur ». Puis, une visite guidée à pied de **Salzbourg**, la célèbre rue des enseignes (Getreidegasse), les jardins Mirabell, la cathédrale, le cimetière St-Pierre, le palais du Festival et la maison natale de Mozart.

C'est en traversant les vallons de la Haute-Autriche qu'on atteint la région viticole de la Wachau, (classée au patrimoine mondial de l'UNESCO). Visite guidée de l'abbaye béné-

dictine de Melk. Croisière sur le Danube qui n'est pas bleu... jusqu'à Dürnstein. Visite à pied de ce magnifique village viticole et dégustation de vin.

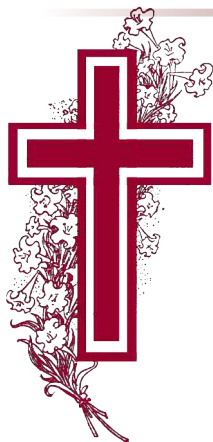
Visite guidée de **Vienne** : la Ringstrasse, l'Opéra, le musée des Beaux-Arts, le palais impérial, le belvédère, le Prater et la cathédrale St-Étienne. Afin de se déplacer dans Vienne, on a un laissez-passer de 48 heures pour les transports publics. Pas évident, surtout que tous les noms sont en allemand ! Notre dîner d'adieu est suivi d'un concert au « Kursalon Wien » avec les plus belles compositions de Strauss et Mozart... Une soirée inoubliable !

Visite guidée du somptueux château de Schönbrunn (Château de Sissi) : les appartements royaux et ses jardins, la fontaine de Neptune et la Gloriette. On avait l'impression d'être au château de Versailles (ce dernier a servi de référence à la construction du château de Sissi).

Nous avons eu un « super » bon guide, Dr Gerhard Deissi (une vraie encyclopédie). Nous avons appris quelques mots allemands dont *dankeschön* (merci beaucoup), *achtung* (attention), *bitte* (s'il vous plaît), *kleine portion* (petite portion)...

Départ de l'aéroport de Vienne le 17 septembre à 7 heures et arrivée à Montréal à 13 heures.





Avec la plus vive sympathie !
Afin de vous aider à oublier ces heures tristes,
Puissent nos pensées vous apporter
réconfort et sérénité.

Le 3 mars 2016, est décédée à l'âge de 98 ans, madame Rita Demers épouse de feu Monsieur Siméon Bonneville.



Le 27 mars 2016, est décédée à l'âge de 94 ans, madame Gracia Cossette, épouse de feu monsieur Roger Boucher, fille de feu monsieur Ernest Cossette et de feu madame Dérima Drouin.



Le 13 avril 2016, est décédé à l'âge de 70 ans, monsieur Serge Montplaisir, époux de madame Sylvie Hasty.



Le 17 avril 2016 est décédé à l'âge de 88 ans, monsieur Armand Brodeur, époux de madame Rose-Aline Pratte. Monsieur Brodeur a été le président fondateur de l'AREQ-04G en 1987 et président régional de l'AREQ 04 de 1985 à 1993.



Le 22 avril 2016, est décédée à l'âge de 76 ans, madame Denise Forget, fille de feu monsieur René Forget et feu madame Émérentienne Giguère.



Le 26 avril 2016, est décédée madame Aline Doyon, épouse de monsieur Robert Sauvageau, membre de notre secteur.

Gaétane Boisvert Bellemare, répondante à la FLG, invite tous les membres du secteur G à se rappeler qu'il est toujours possible de faire un don à la Fondation Laure-Gaudreault, à la mémoire d'un être cher ou à un proche disparu. Des enveloppes préparées à cette fin sont disponibles en communiquant avec Gaétane au 819 375-4117.



L'AREQ 04G dans Internet

Vous pouvez avoir accès en tout temps au bulletin *les bonnes notes...*, aux activités, à la page d'inscription à nos activités, aux chroniques, aux assurances, aux photos des activités...

C'est un site à placer dans vos favoris : areq04g.org

Vous aimeriez être informés des activités par courriel, 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 conseil sectoriel.

Pour faire partie de la liste de distribution ou pour des informations supplémentaires, communiquez à l'adresse suivante : gaston_levasseur@sympatico.ca

Collecte des attaches de pain et des goupilles

Gilbert Lahaye et Gaétane Boisvert Bellemare ramasseront les attaches de pain et les goupilles lors des activités aréquiennes. Placez-les dans des sacs différents.

Apportez-les et nous les remettrons aux associations intéressées.

Merci pour votre générosité !

Avis de recherche

Un poste est toujours vacant au conseil sectoriel pour 2015-2016 : secrétariat.

À l'aide !

Lutte contre le cancer du sein

Tout au long de l'année, notre secteur se joindra au secteur de Trois-Rivières (04A) pour la collecte de soutiens-gorges. À chacune de nos activités aréquiennes vous pourrez apporter ces sous-vêtements féminins. Qu'ils soient neufs, usagés, petits, moyens ou grands, défraîchis, blancs, noirs ou de couleur, en dentelle ou en coton, tout sera accepté.

Ne soyez pas gênées... Quelques dames l'ont déjà fait lors de certaines activités.

Merci de votre encouragement !

À tous les membres : un rappel pour le site Internet de l'AREQ 04G

En tout temps, vous devez contacter un membre du conseil sectoriel, pour obtenir la permission de faire paraître un article, un texte ou des photos sur notre site.

La priorité va aux activités aréquiennes, aux nouvelles des comités, aux photos envoyées par le conseil ou un responsable de comité, aux inscriptions et au bulletin les bonnes notes...

Merci de votre compréhension !



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

Celles et ceux 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, face à l'environnement, vous permettrez au secteur de réduire les coûts de production et de livraison.

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.

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).

Communiquez avec Marielle Francœur au 819 375-0006.

Merci de votre collaboration !

Changement d'adresse ou de numéro de téléphone

Attention ! Chaque année, plusieurs membres de l'AREQ 04G, du secteur Cap-de-la-Madeleine, 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 :

Secrétariat de l'AREQ à Québec : 1 800 663-2408 ou www.araq.csq.qc.net
Pour accroître la rapidité du service, ayez sous la main votre numéro d'assurance sociale.

Veillez les aviser de tout changement à votre adresse.



Buffet Champion
890, rue Notre-Dame Est
Trois-Rivières
G8T 4J3
Vous organisez une rencontre ?
Contactez monsieur Guy Marchand
819 374-6135



Album photos



Déjeuner
mensuel
9 mars



Cabane à
sucre du
1^{er} avril



Déjeuner
mensuel
13 avril





Album photos



*Jour de la
Terre
22 avril*



*Dîner des
bénévoles
27 avril*





Adresses importantes

AREQ (CSQ)

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

CARRA

475 Saint-Amable (5^e étage)
Québec, QC, G1R 5X3
1 800 368-9883
www.carra.gouv.qc.ca

SSQ/ASSUREQ

2525, boul. Laurier,
C.P. 10500, succ. Sainte-Foy
Québec, QC, G1V 4H6
1 888 833-6962
www.ssq.com

ASSURANCES RésAut-CSQ

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

Services Québec : 1 877 644-4545

Services Canada : 1 800 622-6232

les bonnes notes... le bulletin d'information du secteur Cap-de-la-Madeleine, AREQ 04G.

Il est publié à raison de 460 exemplaires.

Il est distribué par des factrices et des facteurs bénévoles ainsi que par Postes Canada.

Il a été réalisé par les membres du conseil sectoriel.

Collaborateurs : Francine Belle-Isle, Gaétane B. Bellemare, Jacques Brodeur, Mariette Gélinas, Gilbert Lahaye, Gaston Levasseur, Jean-Yves Proulx, Micheline Thibeault.

Ni l'AREQ ni le conseil sectoriel 04G ne sont responsables des opinions émises par les auteurs; les signataires des articles assument seuls cette responsabilité.

ADRESSE DE RETOUR :

AREQ 04G
1180, rang Saint-Malo
Trois-Rivières, QC, G8V 1X5

