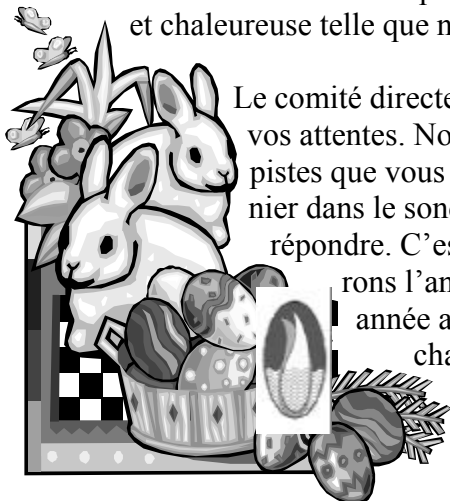


La Présidente

Déjà le printemps est à nos portes. Avec lui, vous arrive la dernière parution de notre bulletin *les bonnes notes* soulignant la fin d'une année fructueuse pour tous les membres du comité directeur. Vous avez été nombreux à répondre à nos diverses activités jusqu'à maintenant. J'ai le goût de vous dire : Ne lâchez pas ! c'est comme ça qu'on vous aime et que l'on se sent utile.

Le projet *Être de son temps* commencé en janvier avec une première causerie donnée par la notaire Nathalie Pépin sur des sujets juridiques comme les testaments, les mandats d'inaptitude et les assurances a été une réussite. Le projet se poursuivra le 23 mars et abordera les thèmes de la nutrition et de l'esthétique. La causerie du 31 mai touchera le mieux-être psychologique et la bonne forme physique. Nous souhaitons un taux grandissant de participants. C'est en pensant à vous que nous l'avons élaboré. Ce projet vise toutes les facettes du mieux-être à la retraite pour continuer une vie active, riche et chaleureuse telle que nous l'appréhendons toutes et tous.



Le comité directeur espère avoir été à la hauteur de vos attentes. Nous avons mis de l'avant certaines pistes que vous nous aviez indiquées en juin dernier dans le sondage auquel vous avez bien voulu répondre. C'est avec ferveur que nous continuerons l'an prochain le travail entrepris cette année afin que l'AREQ-04G vous reflète chaque jour de mieux en mieux.

Suite de la page 1

Je suis fière d'être présidente d'un secteur si vivant, si coopérateur, où les choses bougent et où l'on veut bien s'impliquer d'une façon ou d'une autre en se respectant les uns les autres, dans ce que nous sommes, d'une façon intrinsèque.

Je suis heureuse de faire partie d'une équipe dynamique et je parle tout particulièrement des autres membres du comité directeur, de leur présence chaleureuse, de leur support, de leur disponibilité, des nombreuses heures de travail que chacune et chacun du groupe consacre à l'élaboration de projets, d'activités innovatrices, de leur grande ouverture d'esprit pour le bien-être de chacun des membres du secteur. Je crois que sans leur connivence, leur joie de vivre, je n'aurais pu atteindre les objectifs que je m'étais fixés en avril 2005 lors de mon élection.

Je ne voudrais pas passer sous silence le soutien de nos différents responsables de comités qui donnent de leur temps sans compter et avec joie, qui par leurs compétences répondent aux différentes demandes du comité directeur. Je leur lève mon chapeau en mon nom, au nom du comité directeur et en votre nom personnel.

J'ai passé une superbe première année de présidence et c'est à vous toutes et tous, chers membres, que je le dois. Vos encouragements et votre support m'ont été d'un précieux réconfort. Merci !

Je vous réitère ce qui est indispensable pour moi, votre participation. Je suis ouverte à vos suggestions, à vos remarques constructives pour que vous vous sentiez de plus en plus confortables, heureux et fiers d'appartenir à l'AREQ du secteur 04G.

Je vous souhaite une très heureuse fin d'année, un été extraordinaire à la mesure de vos attentes.

Bonnes vacances et bon été auprès de vos êtres chers !

Aline Godin, présidente

Événements importants

Assemblée générale régionale

16 mai 2006

(Pour inscription, voir feuillet séparé)

Pavillon du Mont Arthabaska

TRAJET :

Route 55 Sud, 161 Est jusqu'à Victoriaville. **Feux de signalisation :** Tout droit sur le boulevard Jutras Ouest. À l'**ARRÊT**, tout droit. **Autres feux de signalisation :** Tout droit et vous prenez l'embranchement à droite sur le boulevard Gamache (**Ne passez pas sous le viaduc**).

Arrêt: Vous tournez à gauche sur Pie X (**SCA**) et vous continuez jusqu'aux prochains feux de circulation. Vous continuez tout droit sur Pie X jusqu'au prochain "**ARRÊT**". Vous tournez à gauche et vous suivez les indications du Mont-Arthabaska.

Golf et circuit touristique de la FLG le 20 juin 2006 par le secteur Shawinigan.
(Pour inscription, voir feuillet séparé)

Rallye régional de la FLG le 29 septembre 2006 organisé par le secteur Nicolet.

Non-Rentrée du Secteur G

Le 30 août 2006 au Métabéroutin, accueil des nouveaux retraités et Karine Cossette en spectacle. Cette jeune chanteuse dans la vingtaine est originaire de St-Roch-de-Mékinac et gagnante du prix du public à la Découverte de la chanson à Magog en 2003.

Théâtre Jean Duceppe

Le 31 janvier dernier avait lieu notre voyage à Montréal. Nous avons eu la chance de rencontrer Jean-Baptiste, un guide extraordinaire, qui a su nous captiver par ses explications très vivantes.

Notre guide nous a d'abord raconté la première vocation du parc Lafontaine et ensuite, nous a fait faire une brève visite du Plateau Mont-Royal pour s'arrêter sur la rue Fabre et aller visiter le patelin de Michel Tremblay. Notre Jean-Baptiste, tavernier du temps, nous a brossé un tableau des plus imagés des personnages du coin qui y vivaient durant ce temps. C'est d'ailleurs ces personnages qui ont inspiré Michel Tremblay à écrire ses Chroniques du Plateau Mont-Royal. La « Grosse Femme d'à côté est enceinte » a eu une très grande importance dans la vie de Michel Tremblay et dans l'écriture de ses Chroniques toujours un peu romancées. Nous avons passé un moment des plus appréciés en compagnie de notre guide Jean-Baptiste qui a su avec éloquence et humour nous raconter l'historique du Plateau Mont-Royal et les fameuses Chroniques de Michel Tremblay.

Après le souper, nous nous sommes rendus au Théâtre Jean Duceppe pour la pièce « Petit déjeuner compris ». Nous avons passé une agréable soirée dans la détente et les rires. Nous sommes revenus satisfaits de cette merveilleuse journée bien remplie.

Merci à l'organisatrice Carmen Charette pour cette sortie culturelle !

Nicole Desbiens, trésorière et participante comblée.

Merci



Merci

Lors du dîner de Noël, il avait été demandé aux personnes d'apporter des denrées non périssables. Il était également possible de verser un montant d'argent. Après l'événement, les responsables de la condition féminine ont remis les 3 caisses de denrées ainsi que l'argent (100 \$) à la maison Le FAR. Sur la photo, la présidente Aline Godin, Odette Groleau et Reine Toupin en compagnie de la représentante de la maison Le FAR.

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 :

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

Bientôt les impôts, vous pouvez les faire en ligne

<http://www.impotexpert.ca/default.asp>

Préparez votre déclaration de revenus en ligne avec ImpôtExpert. ImpôtExpert a fait ses preuves. Il n'y a aucun programme à télécharger, il est facile à utiliser et tout à fait sûr. Gratuit pour les contribuables à faibles revenus.

<http://www.intuit.ca/store/fr/taxwiz/index.jsp>

IMPÔTMATIQUE est conçu pour le débutant. Découvrez la méthode simple et rapide de remplir vos déclarations ! IMPÔTMATIQUE offre les formulaires officiels de l'ARC (Agence du revenu du Canada) et Revenu Québec, la production simultanée des déclarations des conjoints, la vérification automatique des données saisies ainsi que la possibilité d'utiliser le service IMPÔTNET.

<http://www.impot.net/>

Ce site s'adresse principalement aux résidents du Québec. Les calculs sont effectués selon les règles qui y sont **en vigueur au 1^{er} janvier 2006**.

Pour vous consoler ou pour vous réjouir...

<http://vins-france.com/ViteQueBoire/>

En fonction de votre humeur et de l'envie du moment, la recherche express d'un vin s'effectue selon des critères aussi différents que le cépage ou le plat que vous allez préparer. C'est vous qui choisissez, la gamme de vins de France est tellement large qu'il y aura toujours des réponses adaptées.

Environnement



Le 12 janvier 2006, j'ai assisté à une rencontre organisée par la Table de Concertation des Aînés et des Retraités de la Mauricie. La réunion avait lieu au Florès. Le thème de la conférence était « Alerte climatique » donnée par Steven Guilbeault, directeur de Greenpeace. À l'aide d'un diaporama, il nous a montré les modifications que le réchauffement de la planète apportait au Groenland. Il a lui-même participé à cette expédition scientifique à bord du bateau Artic Sunrise de Greenpeace. Il a aussi été question du protocole de Kyoto et de l'importance de la récupération.

Je vous signale que je ramasse toujours les attaches de pain et les goupilles de cassettes. Savez-vous que vos vieilles cartouches d'imprimantes et de photocopieuses peuvent valoir entre 0,50 \$ à 5 \$ selon le modèle. Ils servent à soutenir l'Association québécoise de la Fibrose kystique. Cela aiderait le petit Jérémie Martin qui est atteint de cette maladie. Je me charge de les faire parvenir au presbytère Sainte-Bernadette qui s'occupe de les acheminer à l'association.

Rachel Marchand, responsable
Comité de l'environnement



Les 9 et 10 février dernier, près de 150 responsables EVB se réunissaient à Trois-Rivières, une heureuse entorse à la tradition d'alternance entre la métropole et la capitale. Les responsables EVB sont délégués aux sessions nationales par les syndicats de la CSQ. Ces responsables animent dans leur milieu le réseau des Établissements verts Brundtland. Pour devenir EVB, une école doit réaliser avec son personnel et les élèves des activités d'éducation à l'écologie, à la solidarité, à la démocratie et au pacifisme. La session de février, la deuxième de l'année, a été inaugurée par la présidente du SEVF. Yves Hamelin et Gilles Dumas, deux membres de l'AREQ-04A, aidés de leur vaillante équipe, avaient pris soin de parfumer l'ordre du jour de la session d'activités typiquement trifluviennes. On note particulièrement la contribution des Tireux d'roche. La session revêtait un caractère historique puisqu'on y annonçait l'adhésion d'un millième établissement vert. Bravo aux responsables EVB et à nos camarades Yves et Gilles.

Jacques Brodeur, responsable environnement, AREQ-04G

Pratiques actuelles de la correspondance en matière d'adressage

Désignation du ou de la destinataire

Titres de civilité : **Monsieur** ou **Madame** s'écrivent en toutes lettres sur l'enveloppe et de plus, ces titres conviennent à tout le monde. Ils prennent des majuscules. Mademoiselle ne s'emploie plus.

Prénom, nom et fonction du ou de la destinataire

Les éléments d'un prénom composé sont toujours liés par un trait d'union, même s'ils sont abrégés : Monsieur Jean-Paul Tessier ou Monsieur J.-P. Tessier.

Les deux noms formant un nom de famille composé sont généralement liés par un trait d'union : Madame Claudia Girard-Lajoie. Il faut toutefois respecter la graphie des patronymes existants qui ne comporteraient pas de trait d'union.

On ne fait pas suivre le nom du ou de la destinataire de ses titres honorifiques ni de ses grades universitaires.

La désignation de la fonction officielle, lorsqu'il est nécessaire de l'indiquer, se met sur la ligne qui suit le nom et s'écrit avec une majuscule initiale. Mais elle peut aussi être apposée au nom, auquel cas elle est précédée d'une virgule et commence par une minuscule : Monsieur Jean Duval, président.

Si la lettre est adressée au couple : Madame Line Lafleur et Monsieur Sébastien Roy.

Adresse : numéro et rue

On met obligatoirement une virgule entre le numéro (numéro d'immeuble et non numéro civique) et le nom de la voie de communication, ou odonyme. Les mots rue, boulevard, avenue, place, chemin, rang, route, côte, montée et autres génériques s'écrivent en toutes lettres et gardent une minuscule initiale. Il est permis de les abréger, mais il est incorrect de les supprimer : 789, boulevard des Pins.

Si le nom de la rue est un nombre ordinal, il s'écrit en chiffres et l'élément qui suit prend une majuscule : 1244, 54^e Rue ou 642, 2^e Rang ou 1475, 1^{re} Avenue. Prenez note que **première** s'abrège 1^{re} et non 1^{ère}.

L'appellation *route rurale* ne désigne pas une voie de communication ; c'est un terme qui a trait au service postal et qui n'est d'ailleurs plus en usage au Québec.

L'adjectif **saint** ou **sainte** s'écrit en toutes lettres dans les nom géographiques. La majuscule s'impose ainsi que le trait d'union.

Les points cardinaux **Nord**, **Sud**, **Est** et **Ouest** s'écrivent avec une majuscule et sans trait d'union. De plus, ils s'écrivent en toutes lettres après le nom de la rue. L'abréviation est tolérée si le manque de place l'impose. : 740, boulevard Charest Ouest ou 1575, rue Sherbrooke Est.

(Suite page 8)

(Suite de la page 7)

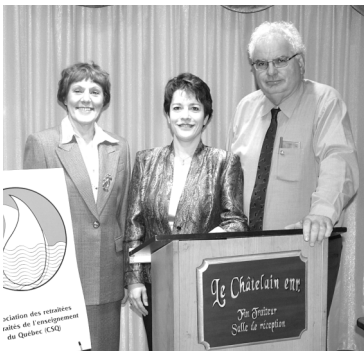
Appartement, bureau, immeuble, étage

On mentionne le numéro précédé d'une virgule. On peut écrire **appartement** ou **app.** (non apt.). Ne jamais utiliser le signe # ni l'abréviation no. Exemple : 1224, rue Lajoie, appartement 3 ou app. 3. Il est préférable d'indiquer l'appartement ou le bureau après le nom de la rue. Faire précéder le numéro de l'immeuble du numéro de l'appartement peut être source de confusion.

Si on doit préciser l'étage, on le mentionne soit après le nom de l'immeuble, soit après le nom de la rue, sur la même ligne que ceux-ci.

- ⇒ Le nom de la ville ne doit jamais être abrégé et il s'écrit en lettres minuscules, sauf l'initiale. Il n'est pas souligné.
- ⇒ On n'indique pas le nom du comté dans une adresse.
- ⇒ On écrit le nom de la province en toutes lettres, entre parenthèses, à côté du nom de la ville. Si l'abréviation est nécessaire, écrire **QC** pour Québec et non **PQ**.
- ⇒ Le code postal figure en dernière place, après la ville et la province, de préférence sur la même ligne.
- ⇒ La mention **CANADA** ne figure que sur une enveloppe à destination de l'étranger. Elle s'écrit en majuscules sur la ligne suivant le code postal.
- ⇒ Les mentions relatives à la nature de l'envoi, comme **PERSONNEL**, **CONFIDENTIEL**, **RECOMMANDÉ**, **URGENT**, sont en majuscules, avec les accents nécessaires, de préférence, soulignées. Elles s'inscrivent à gauche de l'adresse, au-dessus des deux ou trois dernières lignes.
- ⇒ L'expéditeur ou l'expéditrice doit mettre son nom et son adresse complète dans l'angle supérieur gauche de l'enveloppe.
- ⇒ On ne met ni point ni virgule à la fin des lignes de l'adresse sur une enveloppe.

Source : *Le Français au Bureau*, Noëlle Guilloton et Hélène Cajolet-Laganière, Office québécois de la langue française, Les Publications du Québec, Gouvernement du Québec, 2005, 754 pages.



La deuxième causerie portant sur des sujets juridiques comme les testaments, les mandats d'inaptitude et les assurances a été une réussite. Sur la photo, la présidente Aline Godin, la notaire Nathalie Pépin et notre cher 2^e vice-président et organisateur de la causerie, Pierre L. Gosselin.



UN PETIT MOT DE LA FLG

Dans la fable, Le Lion et le Rat, Jean De La Fontaine avance la vérité suivante:

« Patience et longueur de temps
Font plus que force ni que rage »

Je rappelle cet extrait à tous les nouveaux membres à vie FLG et les nombreux autres à venir pour vous remercier de votre grande patience dans l'attente de votre carte officielle de « Membre à Vie FLG » puisque ça peut prendre jusqu'à quatre mois.

En y pensant bien, c'est finalement « pas si pire », car c'est pour la vie ! Une gentille suggestion amicale : faites-la plastifier pour la conserver longtemps en bon état.

Rappel économique

C'est également rien qu'un petit 10 \$ pour devenir membre à vie FLG, alors sans aucune gêne, dérangez-moi durant les activités ou encore contactez-moi par téléphone au 373-8583.

Mille mercis en chiffres

- Entre le 18 mai 2005 et le 19 janvier 2006, treize nouveaux membres à vie FLG et un objectif réaliste d'ici la Non-Rentrée du 30 août 2006 au Métabé-routin: pourquoi pas une douzaine de plus ?

Entre le 29 juin 2005 et le 19 janvier 2006, les contributions volontaires :

. de l'aide aux devoirs des secteurs A et G en collaboration	1 000 \$
. du Rallye régional FLG du 29 septembre 2005	700 \$
. des membres présents, actifs et dynamiques aux activités du secteur	270 \$
. de la Caisse populaire Desjardins du Passage	100 \$
Pour un grand total de	2 070 \$

PLG alias FLG

Pierre Laflamme-Gosselin

Informations diverses

Anniversaires

Une fleur sera offerte aux membres présents dont l'anniversaire est:
en mars, au déjeuner du 15 mars;
en avril, à l'assemblée générale du 19 avril;
en mai, au déjeuner du 10 mai;
en juin et juillet, au brunch musical du 7 juin.

Aline Godin
présidente

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

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

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

(helene.doyon@infoteck.qc.ca)

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

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

Jacques Larivière
conseiller

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



In memoriam!



À l'Hôpital Charles-Lemoyne, le 16 janvier 2006, est décédée subitement à l'âge de 85 ans, Mme Martha Brotherton, épouse de feu Paul-Émile Boudreau, demeurant à Batiscan.



Au pavillon Sainte-Marie du CHRTR, le 28 janvier 2006, est décédée à l'âge de 88 ans et 6 mois, Mlle Lucie Beaumier, fille de feu Alcide Beaumier et de feu Maria Massicotte, autrefois du secteur Cap-de-la-Madeleine.

Nos sincères condoléances !

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

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

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



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

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