

Le trait d'union

Bulletin de l'Areq secteur 04-C

<http://nicolet.areq.lacsq.org>

Hiver 2024

AREQ Le mouvement
des retraités
CSQ

Mot du président



Chers membres,

Nous voilà en face d'une nouvelle année... Je veux vous souhaiter la santé et pour celles et ceux qui ont ce genre de souci, le courage d'y faire face. Il faut prendre soin de nous.

Et pour notre Association, je vous souhaite de la participation et que les nouveaux membres s'intéressent à nos défis de retraités. C'est à nous tous de les intéresser et de les accueillir avec joie.

En 2024, le 8 mai, nous fêterons notre 40^e anniversaire. Le conseil sectoriel est en train de regarder cela de près. Des informations vous parviendront par les téléphonistes, le site de l'AREQ-04c et lors de nos rencontres mensuelles.

Qui dit fête, dit aussi lutte. Il semble que quelque chose bouge pour les indexations avec le Conseil du trésor. Nous avons un rattrapage financier à réaliser. C'est la priorité de l'ensemble de nos 60 000 membres.

Lors du congrès, en juin dernier, les 450 délégués se sont exprimés au sujet des orientations de l'Association et sa vie interne et de nos combats pour une société meilleure : système de santé, soins à domicile, revenus de

retraite pour l'ensemble des aînés du Québec, partenariats avec la Coalition pour la dignité des aînés, progrès significatifs pour le droit des femmes, avancées pour la qualité de l'environnement, mesures urgentes à prendre, etc.¹

D'ici notre assemblée générale d'avril à la microbrasserie La Flûte à Bec, nous vous proposerons quelques actions pour ce triennat. Ce qui nous unit est plus fort que ce qui nous divise...

L'AREQ national avec les quatre autres partenaires de la Coalition pour la dignité des aînés préparent un rappel de l'évènement du 3 mai 2022 ainsi qu'une interpellation pour les gouvernements et l'ensemble de la population du Québec sur la condition des aînés d'ici. Le Manifeste de cet évènement mettait l'accent sur un meilleur accès aux soins à domicile de qualité puisque 92% des aînés du Québec souhaitent vivre le plus longtemps possible dans leur résidence. Avec plus d'un million de retraités, nous avons le devoir de prendre parole et de nous intéresser à notre contribution sociale et économique.²

Le service NOVUM prend de plus en plus d'ampleur au sein de notre Association. C'est un service de consultation gratuit avec des notaires

¹ Revue *Quoi de neuf*, automne 2023, p. 10-11

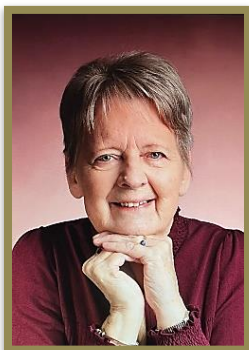
² Revue *Quoi de neuf*, automne 2022

et des avocats pour des causes comme le logement, les testaments, les droits lors d'une séparation, etc. Nous voulons en faire la promotion au printemps ou au plus tard l'automne prochain.

Tout ça commence par un café et un bon repas. En restant isolé, nous vieillirons plus rapidement.

La solidarité entre nous, c'est la santé. D'où nos rencontres mensuelles et nos divers comités (voir les activités régionales). Je vous souhaite de la créativité et la joie de nous retrouver ensemble.

Marc, votre président heureux



Mot de la présidente régionale

Oh! Quand j'entends chanter Noël... je retrouve mon cœur d'enfant et ses trésors.

En espérant que vous avez vécu un beau temps de réjouissances. Mon vœu le plus cher pour l'année 2024 serait de vous savoir en train de vivre le plus beau moment de votre vie, le ICI et MAINTENANT. Ce moment contient tout, y compris nos projets aréquiens. Je vous offre ma disponibilité pour entreprendre une ACTION qui nourrira espoir et vérité chez les bénéficiaires.

L'AREQ continue sa mission principale, soit l'écoute des aîné.es, et ne se fatigue pas d'innover et d'agir pour la défense de leurs droits. À l'AREQ, la qualité de vie est prioritaire. Plusieurs grands projets très intéressants sont actuellement en préparation. Soyons aux aguets et acceptons de participer à leur implantation. Soyons fiers d'être partie prenante de notre Association et que 2024 soit une année extraordinaire pour nous tous.



De la part de l'équipe du bulletin

Que votre hiver soit doux et chaleureux !

Lorraine Quimper, Manon René, Diane Lacroix, Robert Gervais, Lise Héroux



Des nouvelles de nos membres

Bienvenue à vous qui arrivez à la retraite

Claire Blondin

Claire Drouin

Manon Groulx

Rolande Paquette



Bonne et douce retraite !

Des membres nous ont quittés cet automne

Pierre Bibeau

Suzanne Castonguay-Beaudet

Armande Leblanc

Monique Métivier

Hélène Roy

Lucien Roy



*Aux familles et aux amis, nous offrons
nos sincères condoléances.*

Hommage à Lucien Roy

Cet automne, nous avons perdu un grand homme, Lucien Roy, un nouveau membre venu de la Beauce.

Nous tenions à souligner qu'il a laissé sa marque parmi nous. En effet, il a été notre trésorier pendant 6 ans, soit deux mandats. Et toujours, il se rendait disponible pour épauler et soutenir les nouveaux trésoriers. Sa rigueur était légendaire.

Pendant plusieurs années, Lucien s'est aussi dévoué en aidant au Centre d'action bénévole de Nicolet. Que de déclarations de revenus a-t-il remplies et ce, gratuitement, pour plusieurs personnes dans le besoin !

Il a également proposé au Conseil sectoriel de créer un regroupement d'anges. Une façon de souligner le

travail invisible de bénévoles qui vont au-devant des nouveaux membres ou de personnes isolées lors de nos rassemblements mensuels... pour les inviter à leur table. Quelle délicatesse pour faire avancer notre hospitalité au service de tous les membres !

Nos condoléances à Lorraine Quimper, sa douce et tendre compagne. Et ce, de la part non seulement du Conseil sectoriel mais de l'ensemble des membres qui ont connu Lucien.

Quel homme gentil et généreux ! Il était toujours prêt à rendre service. Quel collègue ! Tu nous manques, cher Lucien...

Jean-Yves Thiboutot

Comité de l'environnement

Des lectures qui nous gardent allumés

Je vous présente aujourd'hui deux groupes qui travaillent rigoureusement afin de nous informer et nous outiller à agir en tant que citoyen.ne.s éco-responsables face à l'urgence des changements climatiques.

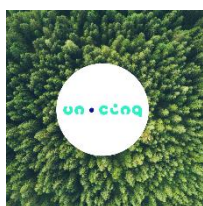
D'abord **Équiterre** qui, depuis près de 30 ans, cumule des expertises et s'engage à développer un monde plus écologique, équitable et solidaire à travers quatre grands axes : alimentation et agriculture, mobilité et transport, climat et énergie, production et consommation. Enfin, **Équiterre** travaille à rendre tangibles, accessibles et inspirantes les transitions vers une société écologique et juste.

Devenir membre d'**Équiterre** nous permet de savoir concrètement ce qui se fait chez nous pour diminuer les effets des changements climatiques et dans un même élan, nous motive à prendre part personnellement à la solution à ce grand défi.

Je vous invite à consulter leur site Web : <https://www.equiterre.org/fr>



Ensuite, je vous présente **Unpointcinq** qui se veut le média de l'action climatique au Québec. Depuis le début de sa diffusion en août 2017, les journalistes d'**Unpointcinq** ont pour mission de « sortir l'action climatique de son carcan d'experts » pour nous présenter des gens de chez nous qui, déjà, ont emboîté le pas pour réduire leur empreinte écologique ou s'adapter aux changements climatiques de différentes façons. Ce groupe est fièrement supporté par un réseau grandissant de collaborateurs pour développer des dossiers captivants autant sur l'habitation, l'alimentation, l'économie, que sur la mobilité et la jeunesse. C'est pourquoi l'équipe d'**Unpointcinq** s'est taillée une place de choix au Québec parmi les vulgarisateurs scientifiques en lien avec les enjeux environnementaux.



Leur site Web regorge d'articles où chaque région du Québec est bien représentée au niveau de ses initiatives climatiques. D'ailleurs, Nicolet y est bien présente avec des mentions de nos initiatives locales dans six articles d'**Unpointcinq**. Alors, que ce soit pour son apprentissage personnel, la découverte d'idées innovantes ou pour des pistes d'action climatique, fouiller sur le site Web d'**Unpointcinq** s'avère une avenue bien prometteuse.

Allez à leur découverte : <https://unpointcinq.ca>

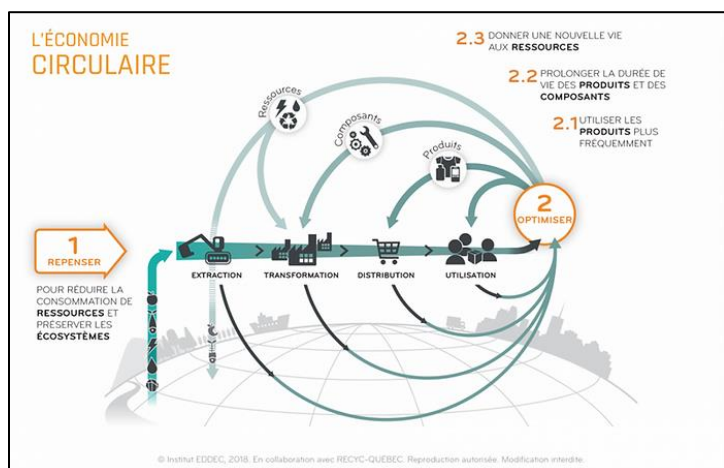
*Josée Roy,
comité de l'environnement*

Activité régionale du Jour de la Terre

Vendredi le 19 avril 2024

Le secteur Bois-Francs et le Comité environnement régional vous invitent à venir souligner le Jour de la Terre à l'occasion de l'activité régionale qui aura lieu à Victoriaville le vendredi 19 avril 2024. L'activité se tiendra au **Club de Golf de Victoriaville** (au 223 rue Perreault, G6P 5E7, 819-752-4907)

En avant-midi, une conférence sur *L'économie circulaire* (personne conférencière à préciser)



La personne-ressource nous présentera la Cité de l'Innovation Circulaire et Durable (CICD), cet organisme en développement à Victoriaville grâce au support du MEIE et du Mouvement Desjardins. On nous entretiendra du contexte de sa création, de même que de son mandat : structurer le mouvement industriel régional et agir comme bougie d'allumage pour favoriser l'économie circulaire. Il s'agit d'une économie qui vise à diminuer l'exploitation de nouvelles ressources comme intrants, à valoriser les extrants (déchets).

Pour plus d'information :

<https://www.lapresse.ca/affaires/portfolio/2023-11-07/innovation/une-cite-unique-circulaire-et-durable.php>

En après-midi, notre projet initial était de se déplacer au Cégep de Victoriaville pour participer à des ateliers de notre choix en environnement, offerts par des élèves finissants.es du Cégep à l'occasion de leur épreuve synthèse de programme. **La tenue de grèves** à répétition risque de retarder la fin de la session d'automne au Cégep, de même que le calendrier entier de la session d'hiver. **En conséquence, le comité se voit obligé de repenser son programme de l'après-midi.** Pour l'instant, au moment d'écrire ces lignes pour parution dans le bulletin de certains secteurs, les activités très intéressantes que nous vous offrirons en après-midi, comme c'est toujours le cas dans le secteur Bois-Francs, ne sont pas encore choisies. Elles le seront dans une communication à venir très bientôt.

Le projet de programme de la journée (à confirmer) :

9 h 30	Accueil au Club de golf	13 h 00	À préciser plus tard
10 h 00	Conférence	15 h 00	Plénière
11 h 15	Questions	15 h 15	Départ
11 h 30	Dîner		

Coûts (à confirmer) : 10 \$ pour les membres du secteur
35 \$ pour les non-membres

Les inscriptions doivent être transmises à Josée Roy ou à marc.dion@sogetel.net Il sera possible de s'inscrire à la rencontre mensuelle du secteur 04c en mars ou en avril.

Le secteur Bois-Francs vous attend nombreux pour cette importante journée préparée conjointement avec le comité régional en environnement.

*Dominique Bédard,
Membre du comité environnement régional
et présidente du secteur Bois-Francs*

Journée internationale des droits des femmes (activité régionale)

À l'occasion de la **Journée internationale des droits des femmes**, le comité régional de la condition des femmes a invité comme conférencières deux agentes de notre région de la **Gendarmerie Royale du Canada** qui nous parlerons de leur vécu au sein de la GRC. Elles nous présenteront de bons conseils pour éviter les **fraudes et les cyberfraudes** que les personnes âgées subissent en grand nombre.

Conférencières : Mmes Isabelle Giroux et Michelle Guay (ex-enseignante)

Date : 1^{er} mars 2024

Lieu : salle Mauricie Pitre, 6455 Notre-Dame-Ouest, Trois-Rivières

Horaire : 9h30 Accueil

10h00 Conférence et vidéo sur les fraudes

11h 00 Questions

11h45 Dîner

13h00 Jeux ludiques

14 h00 Fin des activités

Coût : 10\$ les membres et 30\$ les non-membres (un seul chèque par secteur au nom de l'AREQ 04)

L'inscription se fait avant le 22 février, auprès de Marc Dion,
par courriel: marc.dion@sogetel.net ou par téléphone : 819-293-6519.



Les boîtes à chansons

*Les 5 à 7 au Café du Montfort
Le dernier jeudi de chaque mois
Contribution volontaire*

Programmation :

25 janvier : Lyne Lafrenière (saxophoniste)

29 février : Elise Boucher

28 mars : Chantale Thiboutot

25 avril : Jeannine Dupont et Jocelyne Tremblay (piano et voix)

30 mai : Clermont Boies / Jean-Marcaurette, Else Boucher et Lilianne Langlois

27 juin : Audrey Nadeau



Nos téléphonistes

Francine Baril

Lise Dubuc

Yolande Morissette

Pierrette Béland

Robert Gervais

Colette St-Louis-Rheault

Suzanne Bergeron

Ginette Hamel

Nicole St-Onge Proulx

Lyse Boisvert

Jacqueline Hamel

Jean-Yves Thiboutot

Jocelyne Bouvette

Lise Héroux-Gervais

Ghislaine Trottier

Nicole Croisetière

Louise Lemaire

Jocelyne Turgeon-Savard

Marc Dion

Ginette Lemire

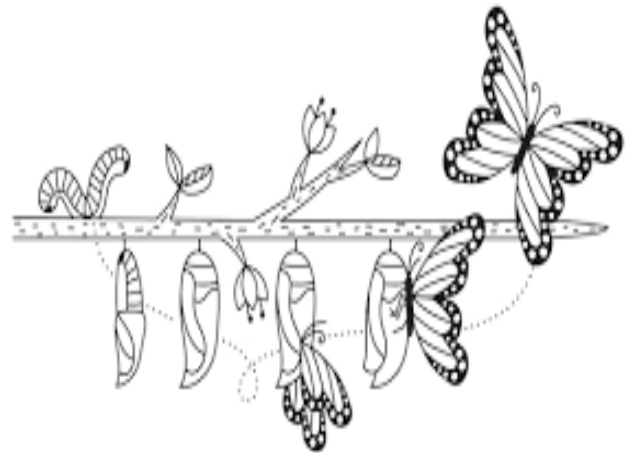
Merçi

Fondation Laure-Gaudreault

« Si nous supportons le labeur de quelques petites chenilles, bientôt émergent de superbes papillons. »

De même, ton don à la FLG alimente des organismes de chez nous d'où naissent de créatifs et fructueux projets d'entraide.

Contribue donc cette année !
Fondation Laure-Gaudreault
par Internet : fondationlg.org
ou 320 rue St-Joseph Est, bur 101
Québec (QC), G1K 9E7



Colore ta vie et la leur...

Miriam Doucet

Derrière les cartes d'anniversaire ...

Il y a Yolande Morissette, qui chaque année, envoie une carte d'anniversaire à chaque membre. Merci à toi pour cette si belle attention.


En 2024, différents artistes de la région créeront l'œuvre qui apparaîtra sur votre carte.

Les membres qui atteindront 75 ou 80 ans, auront un clin d'œil spécial de la part de Yolande.

Regard sur l'année 2024



Activités de notre secteur

- Mercredi, 14 février Animation musicale *Chantons l'amitié et l'amour* avec Anne-Marie Denoncourt et sa gang, Hôtel Montfort, Nicolet (30 \$)
- Mercredi, 13 mars Conférence d'un pharmacien, Centre Richard-Lebeau (aréna), Saint-Léonard-d'Aston (30\$)
- Mercredi, 10 avril Assemblée générale annuelle, Microbrasserie La Flûte à Bec, Nicolet (15\$ pour le repas, bière ou vin inclus) 
- Mercredi, 8 mai Activité du 40^e de l'AREQ-04c, Auberge Godefroy, Saint-Grégoire (40\$ pour le repas, vin inclus + un spécial)
- Mercredi, 13 juin Méchoui de fin d'année et des nouvelles de la FLG, Moulin Michel, Gentilly (30\$)

Activités régionales



- Vendredi, 1^{er} mars Journée des droits des femmes, salle Maurice Pitre, Trois-Rivières, 6455 Notre-Dame-Ouest (10\$)
- Vendredi, 19 avril Journée de la Terre, club de golf de Victoriaville, 223 rue Perreault (10 \$)
- Jeudi 30 mai Assemblée générale régionale, (voir la convocation dans ce bulletin, p. 9) (10\$)

Rappel amical

Si vous ne recevez pas ce bulletin par courriel, c'est que nous n'avons pas votre adresse électronique ou encore que celle que nous avons est erronée. Veuillez nous en informer à letraitdunion04c@gmail.com

Vous avez reçu le bulletin en format papier et vous le voulez seulement version électronique ?

Faites-le savoir à letraitdunion04c@gmail.com

Si vous déménagez, veuillez aviser l'AREQ (info@areq.lacsq.org ou 1 800 663-2408) de votre nouvelle adresse, numéro de téléphone et adresse courriel avec votre nom et numéro de membre. Localement, informez Robert Gervais au 819 293-4184. Merci !

L'équipe du bulletin



Mauricie – Centre-du-Québec

Avis de convocation

Assemblée régionale annuelle Mauricie - Centre-du-Québec (04)

Les membres de l'AREQ de la région Mauricie-Centre-du-Québec (04) sont convoqués à l'**Assemblée générale régionale annuelle** qui se tiendra le **jeudi 30 mai 2024 dans le secteur de Trois-Rivières au Centre communautaire Des Ormeaux, 300 rue Chapleau, Trois-Rivières, G8W 1Z9**

On y présentera le bilan des réalisations de l'année. Ce sera aussi l'occasion de fraterniser avec les membres des autres secteurs.

Les membres de **La Fondation Laure-Gaudreault** sont aussi convoqués à leur Assemblée générale qui se tiendra au début de la journée de **9 h 15 à 9 h 45**. Cette fondation est la nôtre!

Simone Samson, présidente régionale

8 h 45 Accueil

9 h 15 Assemblée générale régionale de la FLG

9 h 45 Assemblée générale régionale de l'AREQ (élections du CR)

12 h 00 Repas

14 h 00 Mot de la fin

Coût : 10 \$ pour les membres ; 35 \$ pour les non-membres

Le secteur de Trois-Rivières sera heureux de vous accueillir.

Pour inscription : marc.dion@sogetel.net

Le régional défraie le coût du kilométrage; le secteur 04c va défrayer le 10\$ afin de favoriser une plus grande participation.