

La Noria

Région : Laval-Laurentides-Lanaudière
Secteur : Lanaudière

Novembre 2017



Bulletin de l'Association des retraités et retraités de l'éducation et des autres services publics du Québec (AREQ) CSQ



« Les Museaux d'Écosse », Saint-Lin-des-Laurentides, lieu visité par l'AREQ

La Noria



NORIA: n.f. Machine hydraulique formée de godets attachés à une chaîne sans fin, plongeant renversés et remontant pleins.

Noria : Machine hydraulique formée de godets attachés à une chaîne sans fin, plongeant renversés et remontant pleins.

Le bulletin de l'AREQ Lanaudière 10A
Région 10 Laval-Laurentides-Lanaudière
Téléphone : 450 222-3859

Rédactrice : Monique Forest
forestmonique@hotmail.com

Merci à toutes les collaboratrices et collaborateurs au bulletin d'informations!

Changement d'adresse - Qui devez-vous aviser ? L'AREQ nationale au 1 800 663-2408

MERCI AUX BÉNÉVOLES!

Photographe : Huguette Bérard
Équipe de révision de La Noria :
Monique Forest, Madeleine Rivest,
Jean-Marc Desroches et Jacques Racine
Photos : Collection AREQ Lanaudière

Impression

Kiwi, le centre d'impression
370, boul. Manseau
Joliette (Qc) J6E 3E1

N.D.L.R. : Les opinions émises dans les textes de ce bulletin ne sont pas nécessairement celles de l'AREQ Lanaudière, mais uniquement celles des signataires.

Sommaire

Mot de la présidente sectorielle.....	3
Mot de la présidente régionale.....	4
Directives médicales anticipées.....	5
Fondation Laure-Gaudreault.....	6, 7
Médaille du lieutenant-gouverneur.....	8, 9
Journée internationale des aînés.....	10
La maladie d'Alzheimer.....	11
Les frais accessoires.....	12, 13
Les nouvelles et nouveaux retraités.....	14
L'action sociopolitique.....	15
Les arts- Les assurances.....	16
Les communications.....	17, 18
Le comité des femmes.....	19, 20
L'environnement et le développement durable... ..	21, 22
Le comité des hommes.....	23
La retraite (indexation).....	24, 25
Trouvez la bonne résidence.....	25
Tableau des activités (à conserver).....	26
Clinique de sang.....	27
Cours d'anglais, de dessin et peinture, de danse.	28
Le mot croisé de Jean-Marc	29
Au sujet des gagnants du mot croisé.....	30
Plan gouvernemental pour contrer la maltraitance... ..	31
Le pouvoir gris- Solution du mot croisé précédent ..	32
In memoriam- Messe des défunts- Infos pratiques-..	33
Quilles.....	33
Dix ans déjà.....	34
Conseil sectoriel et responsables.....	35
Au fil des événements de l'AREQ.....	36

Mot de la présidente sectorielle

Wynanne Watts



Brain food

Le cerveau! Voilà la partie de notre corps que nous aimerions garder intacte et fonctionnelle pour toujours. Notre cerveau reçoit des messages de partout : de l'intérieur comme de l'extérieur de notre corps, de nos membres, de nos organes, de nos cinq sens et de nos collègues et familles. Ensuite, notre cerveau enregistre tous ces messages et ces expériences. C'est la mémoire : toute une banque! De plus, notre cerveau nous permet de récupérer ces informations afin de les réutiliser, de les transposer ou de les réinvestir dans d'autres situations et expériences. Mais ces trois tâches essentielles de notre cerveau ne sont opérationnelles que si nous le nourrissons continuellement, que si nous luttons individuellement et collectivement pour notre santé.

Soins de qualité accessibles à toutes et tous en tout temps

Alimentation saine et locale

Non aux frais accessoires (p.12)

Techniques et stratégies pour améliorer la mémoire (pp.28 et 29)

Exercices physiques quotidiens (p.28 et 33)

À l'AREQ Lanaudière, nous pouvons être fiers de nos membres qui luttent constamment pour notre bien-être médical, en résidence comme à domicile. Ils nous tiennent informés de nos droits et devoirs (p.5, Directives médicales anticipées). De plus, ils participent activement aux sessions d'information (p.11, la maladie d'Alzheimer, p.31, le Plan gouvernemental pour contrer la maltraitance) et aux formations sur la dignité, l'autonomie et la sécurité des aînés.

Et vous? Prenez-vous soin de votre cerveau?



Mot de la présidente régionale

Mireille Ménard



Le nouveau triennat 2017-2020 a débuté avec le Congrès qui s'est tenu à Lévis à la fin de mai. En grande majorité, les quatre-vingt-neuf congressistes ont apprécié le déroulement et leur participation. Notre région a présenté une dizaine de propositions, quelques-unes ont été retenues, par ailleurs d'autres ont été déposées. Nous aurions préféré qu'elles soient référées au conseil national. Ce n'est que partie remise. En plus d'un nouvel exécutif qui a été élu, nous avons aussi un nouveau directeur général, Dominic Provost. Il occupait auparavant le poste des communications à l'AREQ.

De plus, à ce Congrès, quelques membres ont eu beaucoup de chance. En effet, Michel Haguette du secteur des Affluents a gagné 1 000 \$ lors du tirage des billets de la Fondation Laure-Gaudreault. Des commanditaires ont aussi fait des tirages : Marie-Paule Hade du secteur Deux-Rivières-de-Laval a gagné une valise et Céline Desrosiers du secteur des Laurentides, une paire de billets pour un spectacle de Michel Louvain.

À la fin juin, avec les nouveaux membres du conseil régional, nous nous sommes réunis pendant trois jours pour prendre connaissance des différents dossiers et planifier les différentes activités. Le 29 novembre, les membres des conseils sectoriels ainsi que les responsables de comités se rencontreront à Blainville afin de regarder le nouveau plan d'action national des Orientations 2017-2020 adoptées au Congrès. À cette occasion, ils planifieront le plan d'action régional selon le budget alloué. Regroupés dans les différents comités, les membres choisiront la ou le responsable régional de ce comité. Par la suite, chaque responsable régional présentera son plan d'action au conseil régional.



Sur ce, je vous souhaite à toutes et à tous une très belle année 2017-2018 et j'espère avoir le plaisir de vous voir en grand nombre aux activités régionales. Soyons fiers d'appartenir à une association aussi engagée et active que l'AREQ. Une force de 58 000 membres, ce n'est pas rien.

Directives médicales anticipées

Monique Forest, déléguée à la TRCAL



Sous le thème « **Des mots pour le dire** », la Table régionale de concertation des aînés de Lanaudière a organisé une conférence avec Dre Yvette Lajeunesse sur le **Régime des directives médicales anticipées**.



Table régionale
de concertation des aînés
de Lanaudière

La Loi concernant les soins de fin de vie a été adoptée le 5 juin 2014 et sanctionnée cinq jours plus tard. Les dispositions de cette loi qui sont diffusées sont entrées en vigueur le 10 décembre 2015. Seule une personne majeure et apte à consentir à des soins peut exprimer ses directives médicales anticipées. Elle peut les exprimer à l'aide du **Formulaire Directives médicales anticipées en cas d'inaptitude à consentir à des soins ou par acte notarié**.

1. Si vous êtes habile sur Internet, vous trouverez des explications sur le site suivant : www.ramq.gouv.qc.ca Ensuite, cliquez sur **Services en ligne et formulaire. A la 3^e colonne, Volontés, cliquez sur Directives médicales anticipées en cas d'inaptitude à consentir à des soins-Téléchargement du formulaire.**
2. Ou vous téléphonez : **1 877 644-4545** (sans frais). L'on vous enverra le formulaire.
3. Ou vous en parlez à votre **notaire**.

Le formulaire vous présente trois situations de vie :

- Si je souffre d'une condition médicale grave et incurable et que je suis en fin de vie.
- Si je suis dans un état comateux jugé irréversible ou si je suis dans un état végétatif permanent.
- Si je suis atteint de démence grave, sans possibilité d'amélioration (par exemple, démence de type Alzheimer ou autre type de démence à un stade avancé).

À chaque situation, l'on nous présente cinq soins possibles et nous avons à cocher notre volonté : **JE CONSENS** ou **JE REFUSE**. Une fois le formulaire rempli, vous l'envoyez à la RAMQ, il sera enregistré dans un registre que les médecins doivent consulter si nous sommes hospitalisés.

C'est à faire et à partager à nos proches. C'est une mesure rassurante sur nos volontés en fin de vie et **ce n'est pas l'aide médicale à mourir**.



La Fondation Laure-Gaudreault

Monique Forest

De très bonnes nouvelles



L'argent envoyé à la Fondation retourne au secteur. Voilà le grand principe qui règne au sein de l'organisation. En 2016, le conseil sectoriel a donné 1 500 \$ et 50 \$ issus de dons de membres. Grâce à ces dons, trois organismes de Lanaudière ont bénéficié de la FLG.

Chacun de ces organismes a reçu un chèque de 500 \$. Vous imaginez facilement leur joie de recevoir et leur empressement à remercier la Fondation. Plus nous donnerons à la FLG, plus des individus ou des organismes de Lanaudière en bénéficieront. À titre de responsable, j'étais très heureuse de livrer ces chèques. Voici des photos :



Un chèque de 500 \$ remis à Janie Duval, directrice générale à la Société Alzheimer de Lanaudière.



Un chèque de 500 \$ remis à Daniel Blanchet, secrétaire du Centre d'aide pour hommes de Lanaudière. (CAHo)



Un chèque de 500 \$ remis à John Stimpson, président de la Campagne 2017 de la Fondation québécoise du cancer, bureau régional, en présence de Pierre Trudeau, coordonnateur.

La Société Alzheimer de Lanaudière dispose de renseignements et de ressources pour aider les personnes atteintes de la maladie d'Alzheimer, les aidants, les professionnels de la santé, les premiers répondants et les conseillers financiers.

Le Centre d'aide pour hommes de Lanaudière, CAHo, est une ressource d'aide confidentielle pour les hommes, dont 20% sont des aînés, aux prises avec des

comportements violents dans leurs relations conjugales ou familiales dans Lanaudière dont un des centres est situé à Joliette.

La Fondation québécoise du cancer, bureau régional de Lanaudière recueille des fonds pour l'hébergement en hôtellerie à Trois-Rivières pour les malades ayant besoin de radiothérapie dont ceux et celles demeurant dans Lanaudière Nord.

Pour qu'un membre du secteur puisse demander de l'aide individuelle, il doit avoir moins de 30 000 \$ de revenus et en fournir la preuve par son rapport d'impôts. Ne vous gênez pas, demandez si vous êtes dans le besoin.

Faites un don et devenez membre à vie pour seulement 10 \$. Déjà, en 2017, deux membres m'ont envoyé un chèque de 80 \$ et 50 \$ pour la FLG. MERCI mesdames! À l'AGS, seize personnes sont devenues membres à vie de la Fondation. Si vous le désirez, envoyez votre chèque libellé à la **Fondation Laure-Gaudreault** à Monique Forest, 25, rue Liard, Saint-Alexis, (Qc) J0K 1T0. « *Le sage sait que plus il donne aux autres, plus il a pour lui-même.* » Lao Tseu. C'est la loi du retour.

Dons et déduction d'impôt

À compter de février, la FLG enverra un reçu pour fins fiscales à toutes les personnes qui ont cumulé un don de 15 \$ ou plus dans l'année 2017. Les reçus que nous émettons s'ajoutent aux dons versés à d'autres organismes et permettent de réduire l'impôt que nous devons payer. Pour un montant cumulé de moins de 200 \$, la réduction d'impôt pour les deux paliers de gouvernement représente environ 35 % ; pour l'excédent de 200 \$, cela correspond à un retour de 53%. Il faut considérer cet avantage, au moment de faire un don. « Je préfère donner à des organismes que de donner à Revenu Québec. » souligne la responsable de la FLG.



Rappelons-nous qui était Laure Gaudreault : une femme déterminée

« *Institutrice dans Charlevoix, elle a fondé le premier syndicat, la Fédération catholique des institutrices rurales. Par la suite, elle a mis sur pied la C.I.C. (Corporation générale des instituteurs et institutrices catholiques de la province de Québec) qui est devenue la CEQ (Corporation des enseignants du Québec), puis la (Centrale de l'enseignement du Québec) et par la suite, la CSQ (Centrale des syndicats du Québec). La Centrale regroupe aujourd'hui plus de 200 000 membres.*



En 1961, elle recrute 295 personnes retraitées qui formèrent le noyau de l'AREQ. L'Association compte aujourd'hui 58 000 membres.

Hier, Laure Gaudreault nous a fait sortir de l'ombre et trouver notre place. Aujourd'hui, son souvenir nous appelle à pratiquer cette même tendresse envers celles et ceux qui nous regardent avec espoir. » Laure Gaudreault, une femme de tête et de cœur. Une grande dame!

Le 25 mars, Monique Forest, médaillée du lieutenant-gouverneur, monsieur J.-Michel Doyon



Monique a enseigné pendant 38 ans au primaire où, déjà, elle s'est impliquée dans le dossier des moisissures dans les écoles, ce qui causait de graves problèmes de santé aux élèves et au personnel. Elle a pris sa retraite en 2003 et depuis, elle œuvre à l'Association des retraitées et retraités de l'éducation et des autres services publics du Québec. (AREQ)

En 2004, elle fut d'abord responsable du *comité de la condition féminine* et fit valoir des dossiers concernant les femmes retraitées :



l'égalité, la pauvreté, la santé, l'implication citoyenne, l'engagement social. L'équité salariale, l'indexation des rentes de 1982 à 2000, la santé et la maltraitance ont toujours primé pour elle. Elle veut reconnaître aussi le travail des femmes qui défendent des causes sociales, familiales ou politiques.



Table de concertation
des groupes de femmes
de Lanaudière

En 2005, elle devient aussi déléguée à la Table de concertation des groupes de femmes de Lanaudière (TCGFL). Elle a vécu la Charte mondiale des femmes pour l'humanité, jetant les bases d'un projet féministe de liberté, d'égalité, de paix, de justice et de solidarité. Elle a œuvré à faire la promotion d'un monde où « *l'exploitation, l'oppression, l'intolérance et les*

exclusions n'existeraient plus, où l'intégrité, la diversité, les droits et libertés de toutes et de tous seraient respectés. »

Monique possède un véritable talent d'écriture, ce qui l'amène, en 2006, à prendre en charge la publication de la *Noria*, journal des retraités lanaudois de l'éducation. Elle gère toutes les étapes de la production de ce journal de la mise en page à la distribution. L'information est au cœur de toutes les activités. C'est le nerf de la guerre des quelque quinze comités qui se rattachent à notre association. Le journal paraît deux fois par année, donc tout un défi d'informer à temps. Sur les plans régional et national, elle veut faire reconnaître davantage le dossier des communications.



Toujours en lien avec l'information, elle devient webmestre de notre site Internet. Elle s'occupe de la publication des décès, des anniversaires et, surtout, publie des infolettres hebdomadairement. Avec toute une équipe, elle fait en sorte de garder notre site interactif pour qu'il réponde à tous les besoins et soit à jour avec les nouvelles données électroniques et informatiques.

De 2008 à aujourd'hui, elle organise des cours de danse en ligne répondant au désir d'améliorer la santé et le bien-être des femmes et des hommes retraités par un exercice agréable à faire et selon les capacités de chacune et chacun. Qui connaît la danse en ligne sait que la mémoire est hautement interpellée afin de reproduire les pas enseignés.

Monique siègera neuf ans au conseil sectoriel, comme 2^e vice-présidente, puis présidente. Elle a tous les talents pour gérer notre groupe surtout le respect et l'écoute. Elle travaille dans un tel climat de sérénité qui traduit son plaisir de partager et de rencontrer les gens. Elle se démarque aux niveaux régional et national par ses prises de parole



et son implication dans divers dossiers. Elle est toujours sensible à valoriser la justice. Quand elle laisse la présidence en 2014, elle devient mentor auprès du nouveau conseil.

Depuis 2008, elle est déléguée à la Table régionale de concertation des aînés de Lanaudière (TRCAL). Elle sera présidente, ensuite 1^{re} vice-présidente au conseil exécutif. La Table priorise les dossiers régionaux



Table régionale
de concertation des aînés
de Lanaudière

tels que le transport en commun gratuit pour les aînés en dehors des heures de pointe, la pérennité des Centres d'information pour aînés. Avec d'autres grandes associations d'aînés, la Table a contribué à obtenir l'abolition des frais accessoires comme les gouttes ophtalmologiques, les échographies, les radiologies en cliniques. La Table organise des conférences pour informer les personnes âgées sur des grands dossiers de l'heure. Pour Monique, c'est important de faire partie de cet organisme qui regroupe plusieurs associations et organismes lanaudois qui mettent leurs forces en commun afin de faire avancer les dossiers régionaux et nationaux concernant les personnes âgées. La concertation, c'est la force du groupe!



En 2014 et 2015, Monique fait partie du comité sociopolitique à titre de coresponsable. Ce comité s'implique au niveau des divers enjeux politiques et sociaux comme la gestion de l'économie, des finances, des hydrocarbures et de façon générale de toutes les valeurs que nous préconisons au niveau du Québec et du monde. Monique gère les rencontres et l'animation. Elle demeure la personne ressource pour les nouveaux responsables.

En 2016, Monique devient responsable de la Fondation Laure-Gaudreault qui a pour mission, par ses dons, d'aider les personnes retraitées dans le besoin, de supporter des organismes et des œuvres jeunesse. Monique est le trait d'union entre la Fondation et les membres dans le besoin ou les organismes qui reçoivent des dons pour réaliser leur mission.



En 2016, un nouveau comité de réflexion sur l'environnement voit le jour. C'est un forum de sensibilisation et de discussion à partir du film « Demain » qui nous présente différents projets à travers le monde pour lutter contre la pollution : éoliennes, géothermie et agriculture plus saine sans pesticides. L'objectif de plusieurs pays est d'arriver à « Zéro déchets ». Bien, devinez quoi? Monique est encore partie prenante de ce comité organisateur.

Il ne manquait plus qu'elle devienne comédienne! Bien voilà, c'est fait. Le comité de la retraite a produit des capsules vidéo qui nourrissent notre site internet : *C'est à cause d'elles que le système de santé coûte cher, D'où vient leur rente de retraite? Que les personnes âgées représentent une charge pour la société.* Monique fait partie des quatre comédiens (Thérèse, Louise et Michel) qui produisent ces capsules visant à faire connaître la vérité sur ces fausses affirmations.



Voilà Monique. Une personne impliquée presque à temps plein dans divers bénévoles. Elle en tire une grande satisfaction personnelle. Son esprit d'équipe et son engagement social la font vibrer, s'impliquer et mettre ses talents au service des autres. Une citation du poète Khalil Gibran résume son implication : « Vous donnez bien peu lorsque vous donnez vos biens. C'est lorsque vous donnez de vous-mêmes que vous donnez réellement ».

Jean-Pierre Robert, 1^{er} vice-président



C'est sous le thème « **Bien vieillir ensemble** » que fut soulignée la Journée internationale des aînés le 1^{er} octobre. C'est un moment privilégié pour reconnaître la diversité des personnes âgées et favoriser leur participation à la société en tant que partie intégrante de leur communauté.

Bien vieillir ensemble

« Le Québec compte actuellement plus de 1,5 million de personnes âgées de 65 ans et plus et chacune d'entre elles vit son vieillissement à sa façon, influencée par un ensemble de facteurs, de choix, de valeurs et de croyances différentes. Bref, chaque personne âgée est unique et évolue à sa manière et selon ses possibilités.

En tant que société, il est primordial de se donner les moyens de favoriser la participation de chacun et ce, dans différents contextes et milieux. En encourageant les différentes générations à se côtoyer et à apprécier leurs parcours de vie, chacun apporte sa couleur unique. Extrait du signet produit par la Conférence des Tables régionales de concertation des aînés du Québec. » (CTRCAQ)



Pour souligner cette Journée, l'AREQ Lanaudière a innové en envoyant une carte de reconnaissance à sa soixantaine de membres âgés de 85 ans et plus. Parmi ceux-ci, madame Yvonique Archambault, souvent présente aux activités du secteur, a été choisie pour recevoir des fleurs le 1^{er} octobre. Madame Yvonique est très active au niveau de sa communauté : notamment, tous les soirs, elle aide au souper des bénéficiaires du CHSLD, elle s'occupe de la pastorale paroissiale et elle prend soin de son entourage. C'est une perle précieuse pour la communauté de Saint-Jean-de-Matha. En ce 1^{er} octobre, ce sont toutes les femmes et les hommes âgés du secteur qu'a voulu reconnaître l'association. Nos personnes âgées sont une richesse pour la

société, elles sont les archives vivantes de notre histoire. C'est tout au long de l'année que nous avons un devoir de grand respect et de mémoire envers nos personnes âgées.

Sachons apprécier leurs contributions à la société.

La maladie d'Alzheimer



Table régionale
de concertation des aînés
de Lanaudière

Sous le thème « **Des mots pour le dire** », la Table régionale de concertation des aînés de Lanaudière a organisé une conférence sur la maladie d'Alzheimer afin de mieux la comprendre et aussi d'aider nos proches qui pourraient en être atteints. La conférencière, madame Sylvie Charbonneau de la Société Alzheimer de Lanaudière, a su intéresser la centaine de participantes et participants, dont quelques membres de l'AREQ, puisqu'une invitation avait été envoyée par l'intermédiaire d'une infolettre.

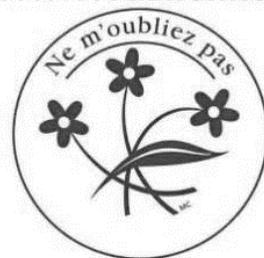
Vous ressentez des symptômes préoccupants? La santé cognitive de quelqu'un vous inquiète? Prenez garde à ces dix signes caractéristiques :

- 1. Pertes de mémoire qui affectent la vie de tous les jours** – oublier souvent des événements ou avoir du mal à retenir de nouvelles informations.
- 2. Difficultés à exécuter les tâches quotidiennes** – ne plus savoir comment faire ce qu'on a fait toute sa vie, comme préparer un repas ou s'habiller.
- 3. Problème de langage** – oublier des mots ou ne pas les utiliser correctement.
- 4. Désorientation dans le temps et l'espace** – ne plus savoir quel jour de la semaine il est, ou se perdre près de chez-soi.
- 5. Jugement amoindri** – ne pas reconnaître un problème de santé grave ou porter des vêtements légers par temps glacial.
- 6. Difficultés face aux notions abstraites** – ne pas comprendre ce que les chiffres signifient sur une calculatrice par exemple, ou comment s'en servir.
- 7. Rangement inapproprié des objets** – mettre des objets aux mauvais endroits, comme le fer à repasser dans le congélateur ou une montre dans le sucrier.
- 8. Changements d'humeur et de comportement** – graves sautes d'humeur, entre la sérénité et la colère, sans raison apparente.
- 9. Changements dans la personnalité** – se comporter de manière inhabituelle, devenir paranoïaque ou se sentir menacé.
- 10. Perte d'initiative** – se détacher de sa famille et de ses amis et perdre l'intérêt pour ses activités préférées.

Extraits du dépliant : « Maladie d'Alzheimer- Dix signes précurseurs »

Vous avez besoin d'aide? Vous voulez devenir bénévole? Téléphonez au **450 759-3057** ou visitez leur site : www.sadl.org

Société Alzheimer



Les frais accessoires

Voici la liste des frais qui ont été interdits par le gouvernement du Québec.



ADMINISTRATION

- Ouverture de dossier dans un cabinet de médecins participants
- Copie de dossier, photocopie, copie de CD, transfert de dossier, télécopie aux fins de la dispensation d'un service assuré
- Prescription d'absence temporaire du travail (sauf pour remplir un formulaire pour les assurances)
- Retrait des points de suture
- Résultats donnés par téléphone
- Changement de pansements

PRÉLÈVEMENTS



- Prélèvements sanguins ou de tissus biologiques réalisés dans un cabinet de médecins participants
 - Test de dépistage du streptocoque
 - Test d'urine (bâtonnet)
 - Test de glycémie
 - Test réalisé en pharmacie pour la mesure de l'INR (anticoagulothérapie)
- Prélèvement sanguin ou autre prélèvement biologique effectué par une infirmière en pharmacie

PROCÉDURES, EXAMENS

- Examen physique réalisé par un médecin payé par la RAMQ
- Vasectomie
- Infiltration articulaire
- Chirurgies assurées par la RAMQ
- Procédures ou chirurgies cutanées avec ou sans anesthésiant (ex. : abcès, tumeur, kyste, plaie)
- Endoscopie
- Médicaments et agents anesthésiques utilisés lors de la dispensation d'un service médical ou chirurgical assuré
- Azote liquide pour cautérisation de diverses lésions de peau (ex. : verrues)
- Immobilisation « taping », plâtre et attelle

- Pose d'un stérilet (le stérilet doit être acheté en pharmacie, sauf dans le cas d'une procédure d'interruption volontaire de grossesse)
 - Allergènes pour test de sensibilité
 - Injection d'allergène en cure de désensibilisation (l'allergène est acheté en pharmacie)
 - Infiltration facettaire intra-articulaire
- Peuvent encore être facturés : plâtres de gamme, chirurgies esthétiques, examen physique réalisé par un médecin pour des fins d'emploi ou d'assurance*

IMAGERIE

- Radiographie simple (thorax, os, colonne, tête) en laboratoire d'imagerie médicale
 - Mammographie
 - Échographie réalisée par un radiologiste
 - Échographie de guidance en cabinet
- Peuvent encore être facturés : échographies réalisées par un médecin, autre qu'un radiologiste, scan, résonance magnétique*

OPTOMÉTRIE ET OPHTALMOLOGIE

- Gouttes oculaires de toute nature (mydriatique, anesthésiques)
- Peuvent encore être facturés : tous les autres services d'optométrie*

VACCINATION



- Clinique de vaccination contre la grippe.
 - Vaccination des enfants
 - Vaccination dans le cadre du Programme québécois d'immunisation
- Peuvent encore être facturés : visite et vaccins du voyageur*

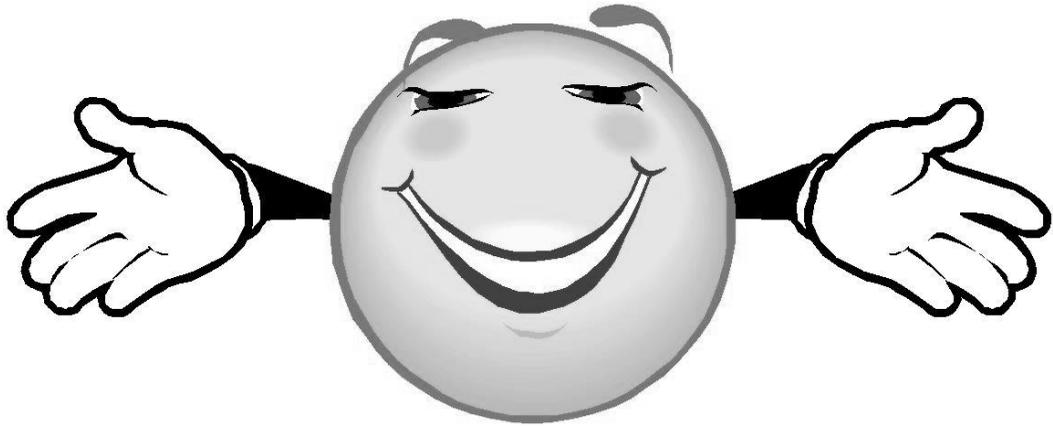
DENTISTERIE

- Anesthésie générale pour enfants avec problèmes majeurs de dentition
- Agents anesthésiants pour la clientèle assurée, notamment les enfants de moins de 10 ans
- Chirurgie maxillo-faciale; morphologie des mandibules pour chirurgie maxillo-faciale



Note : la majorité des soins dentaires reçus par la population ne sont pas des services assurés par le régime public. Dans ce cas, des frais accessoires peuvent être facturés.

Source : Abolition des frais facturés aux personnes assurées, Orientation du ministère de la Santé et des Services sociaux



L'accueil des nouvelles et nouveaux retraités

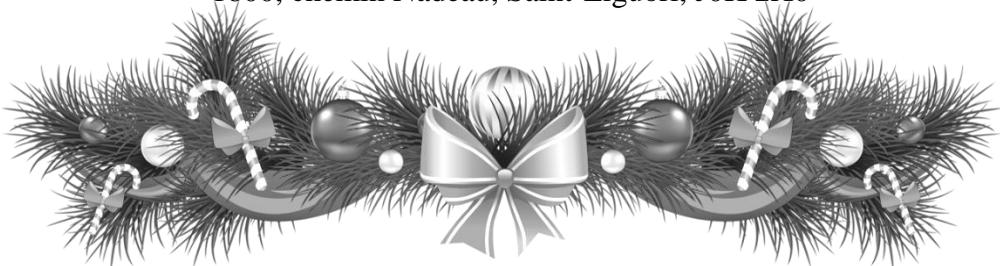
Voici la liste, par ordre alphabétique, des nouvelles et nouveaux retraités.

Allard Line, Arbour Mona, Beaudry Francine, Beaulieu Céline, Bélanger Lise, Bélanger Lorraine, Boisvert Marcelle, Boudreau Roméo, Boutin Lise-Marie, Caissy Michel, Castonguay Carole, Champagne Lynda, Clusiau Robert, Corbeil Diane, Côté Diane, Coulombe Denise, Desjardins Carole, Desrochers Carmen, Dubé Christian, Durand Christianne, Faucher Yolande, Filion Nicole, Gélinas Michèle, Germain Andrée, Germain Diane, Goulet Benoit, Jacques Sylvie, Jeannotte Lysanne, Lafortune Guylaine, Lajoie Yolaine, Laparé Elise, Lasalle Michèle, Lebel Michelle, Lepage Kathleen, Lessard Murielle, Malo Suzanne, Malo Yolande, Maltais Annie, Mireault Henriette, Pelletier Bernard, Poirier Nicole, Poitras Marie-Paule, Poulin Rachel, Reeves Louise, Rodier Hélène, Saulnier Vivianne, Savard Carole, Savoie Louise, St-Georges Jocelyne, St-Georges Raymond, Tellier Jean-Paul, Thellen Louise, Trépanier Lorraine, Veillette Alain, Villeneuve Jean.

Nous les accueillerons lors du souper de Noël le 6 décembre 2017.

Au Club de golf Montcalm

1800, chemin Nadeau, Saint-Liguori, J0K 2X0





L'action sociopolitique

Françoise Pagé

La Charte de la langue française

Lorsque le Parti québécois prend le pouvoir en 1976, René Lévesque, premier ministre du Québec, confie la tâche à Camille Laurin, ministre d'État au Développement culturel, de corriger la loi 22.

C'est un projet de grande ampleur, car cette nouvelle loi touchera à la langue d'enseignement, à la législation, à la justice, à l'administration et aux affaires. Pour certains, c'est beaucoup plus qu'une loi, c'est une politique linguistique.

Mais lorsque Camille Laurin s'attaque à ce dossier, la table est déjà mise. Dans les années 1960, la classe ouvrière (qui est de langue française en majorité) est préoccupée par le français. Les patrons sont unilingues anglais. Tout se passe en anglais même les conventions collectives.

Donc, quand le Parti québécois adopte la loi 101, il est soutenu par tout un peuple. La loi a eu des répercussions dans tous les secteurs de la société québécoise. Par exemple, aujourd'hui, les Québécoises et les Québécois gagnent un meilleur salaire. Certains sont à la tête d'entreprises et d'autres sont chefs de file dans la recherche.



Le 26 août 2017, nous avons fêté le 40e anniversaire de l'adoption de la loi 101 au Québec. Nous pouvons être fiers de cette Charte qui a fait avancer le Québec sur tous les plans. Continuons à nous tenir debout, car transmettre une langue, c'est aussi transmettre une culture.





Les arts

Mireille Provencher Benson

Bonjour à tous!

Avec un si bel automne, je suis de retour parmi vous comme responsable des Arts. Souhaitons la bienvenue à Suzanne Dalpé, notre nouvelle répondante des arts au conseil sectoriel.

Les cours de Normand Turmel ont été annoncés sur le site de l'AREQ LANAUDIÈRE à l'onglet Arts visuels.

Petit changement cette année, le programme est maintenant en trois modules au lieu de quatre:

- Un dessin linéaire et valeurs
- Deux initiations à la peinture
- Trois réalisations de tableaux et recherche d'une signature personnelle

Tous les détails sont sur le site de l'AREQ.

areq-lanaudiere.org

Les ateliers de dessin ont lieu le jeudi (durée de deux heures) et ceux de peinture le lundi (durée de trois heures). Si vous êtes intéressés, et que vous avez manqué le début du cours, n'hésitez pas à communiquer avec Normand Turmel au 450 839-7584.

Il n'y a pas eu d'exposition le printemps dernier pour les élèves de Normand Turmel et aussi pour nos membres, mais cette année, il y en aura une. Vous aurez plus de détails à ce sujet dans une infolettre et dans la prochaine Noria de mars.

Je vous souhaite un automne tout en couleurs....



Les assurances



Le conseil sectoriel est à la recherche d'une ou d'un responsable pour le comité des assurances. En attendant, c'est André Thérien, répondant de ce comité au conseil sectoriel qui nous transmettra les informations pertinentes sur le sujet.

Les communications

Monique Forest



Faisons le point sur une proposition voulant la création d'un comité consultatif des communications

C'était mon 5^e congrès. Même modus operandi depuis 2005. Force est de constater que « Hors du CA et du CN, point de salut ou presque... »

Des propositions sur les statuts, reprises par un secteur ou une région ont été battues, pire, remises aux calendes grecques par des *propositions de dépôt*. Celles-là sont proposées par des ténors de l'association qui ne veulent pas que des propositions venant de la base, non acceptées préalablement par le conseil d'administration et le conseil national, puissent survivre. Inquiétant? Abus de pouvoir?

Le comité régional des communications, créé par Louise Charlebois, il y a une dizaine d'années, voulait être reconnu par le national par la création d'un comité consultatif des communications. Cette reconnaissance aurait dégagé un budget pour permettre deux réunions annuelles défrayées par Québec. J'avais comme mandat de présenter la proposition au Congrès sur la création de ce comité à l'image des autres comités, tels que l'action sociopolitique, le comité des femmes, des hommes, l'environnement et le développement durable et la retraite. Rien de plus, rien de moins!



Pourquoi un tel comité? Parce que nous sommes en 2017 à l'ère des communications; parce que les activités sectorielles et régionales dépendent de la diffusion rapide des informations; parce que notre tâche s'exerce toutes les semaines, tous les mois; parce qu'à notre avis, les responsables des communications sont importants *autant* que les responsables des autres comités.

Ma proposition a été suivie d'une proposition de référence au conseil national pour une étude plus approfondie, ce que nous désirions. Ensuite, un congressiste bien connu et influent a proposé le dépôt de cette proposition. Le Congrès a voté en faveur du dépôt. C'était fini ! Notre proposition était reléguée aux calendes grecques, à la filière 13. Pire! Lors du vote, des délégués de notre région ont voté pour le dépôt. Pour la solidarité régionale, l'on repassera....

Que dire du silence de la délégation sur la proposition qui avait été **adoptée préalablement par les délégations de tous les secteurs de Laval-Laurentides-Lanaudière lors de la 2^e journée préparatoire au Congrès**. Un silence qui fait mal... un silence qui tue la motivation.





J'ai réfléchi durant l'été. Voulais-je continuer après un tel rejet d'une proposition jugée légitime par les responsables? L'on dit que la nuit porte conseil, imaginez tout l'été! « *Apprenez à donner de votre absence à ceux qui n'ont pas compris l'importance de votre présence.* » (Auteur inconnu) Cette phrase que j'ai lue a alimenté ma réflexion et m'a aidé à prendre une décision. La voici : je terminerai mon mandat à l'assemblée générale du

secteur au printemps.

Il y a une nouvelle présidente à l'AREQ, Lise Lapointe, ainsi qu'un nouveau directeur général, Dominic Provost, ex-conseiller en communication. Seront-ils des agents de changement ? Peut-on espérer? Seul l'avenir le dira.

Voici la description des tâches que j'accomplis à titre de responsable des communications pour une ou un futur responsable.

Mon implication

- # Mise en page de *La Noria* deux fois par année et rencontre avec l'équipe de correction.
- # Dépôt du document en PDF chez l'imprimeur, vérification de l'épreuve, réception de dix boîtes et dépôt chez Postes Canada à Joliette.
- # Rédaction mensuelle de *La p'tite Noria*, un résumé des activités à venir, remise aux déjeuners, le premier mercredi de chaque mois.
- # Mise en page du rapport annuel pour l'assemblée générale de secteur (AGS), le dépôt et le suivi chez l'imprimeur.

Mon implication via notre site Web

- # L'envoi d'une centaine d'infolettres par année relatives aux activités régionales et sectorielles, aux informations venant du national, ou tout autre sujet susceptible d'intéresser les membres.
- # Inscrire ces infolettres dans le volet *Publications* du site Web ainsi que sur la page d'accueil.
- # Au début du mois, inscrire les anniversaires de nos membres sur le site Web.
- # Lors du décès d'un membre ou d'un de ses proches, envoyer une infolettre aux membres et il sera inscrit aux volets *In memoriam* et *Décès* sur le site Web.

Ces tâches pourraient être exécutées par plusieurs personnes. Si une ou plusieurs de ces tâches vous intéressent, communiquez avec la présidente, madame Wynanne Watts, au **450 222-3859** ou **watt@sympatico.ca**

Ce sera un plaisir pour moi de vous rencontrer pour vous initier.



Le comité des femmes

Louise Lavergne

«N'être plus écouté, c'est cela qui est terrible lorsqu'on est vieux».
Albert Camus

Le texte ci-dessous est décousu, direz-vous, je vous l'accorde, néanmoins, j'ai une furieuse envie de vous le livrer ainsi: pêle-mêle.

Oyez, oyez, mesdames!

Une invitation à vous joindre à ce comité. Un urgent besoin que l'on vienne nous prêter main-forte. Raisons de santé obligeant...

Pour nous joindre: Louise Lavergne, responsable 450 752-2184

Marie-France Rivest, répondante au Conseil sectoriel 450 756-0433



Parole de femmes, poésie, musique étaient au rendez-vous. Voici quelques témoignages éloquentes de ce dîner fort émouvant du 8 mars 2017.

«Il y avait dans cette rencontre un quelque chose de rassembleur. Une belle réflexion!» «Merci pour ces belles paroles de femme et pour le concert toute tendresse.»

Fière de la réussite de la première édition, nous récidiverons le jeudi, 8 mars 2018. C'est un rendez-vous au restaurant le **Zen Tao** situé au 87, place Bourget Sud, Joliette à 11 h 45. Après le dîner, un court spectacle vous sera présenté. Mesdames, messieurs, vous êtes priés de réserver **avant le 20 février** en appelant Louise ou Marie-France à l'un des numéros précédemment mentionnés.

Si pour une raison ou une autre, vous êtes dans l'impossibilité d'y prendre part, merci de nous avertir. Cela évitera des déceptions.

Un article de Joseph Facal qui incite à la réflexion.

Voici l'un des livres les plus inquiétants de l'automne. **Principal de collègue ou imam de la République ?** de Bernard Ravet. Il fut directeur dans trois des lycées publics marseillais les plus confrontés à la pénétration de l'islamisme radical.

Calmement, il raconte la montée du fanatisme religieux. Il s'explique aussi sur le silence craintif qui facilite la tâche à l'islamisme. « Un jour, raconte Ravet, un étudiant explique en classe pourquoi la lapidation d'une femme adulte est acceptable. Quand l'enseignante lui demande d'où il tient cela, il explique que c'est écrit dans le petit bouquin qui plaide

aussi pour la main coupée aux voleurs et l'infériorité naturelle des femmes que lui a remis le surveillant de l'école. Tout cela est raconté sans déchirer sa chemise. Des faits, que des faits. Un autre «islamophobe», écrit-il!»

Parce que les féministes ont le sens de l'humour



« Quand la journaliste Barbara Walters avait fait un reportage sur les hommes et les femmes au Koweït, avant la guerre du Golfe, elle avait remarqué que les femmes marchaient généralement trois mètres derrière leur mari. En retournant au Koweït pour un autre reportage, elle remarque que les hommes marchent plusieurs mètres derrière leur femme. Elle aborde une femme : « C'est fantastique ! Pourriez-vous

dire au monde libre comment les femmes d'ici ont réussi à inverser les rôles ? » Réponse : « Les mines anti-personnel. »

«Traiter un abruti de con, c'est lui faire trop d'honneur, car il n'en a ni la douceur ni la profondeur.» Sagesse féministe

Non à la violence! Soyons aux aguets, soyons à l'écoute, agissons!



Centième anniversaire du droit de votes des femmes au Canada

«Au total, cinq millions de pièces commémoratives de un dollar soulignant le droit de vote des femmes ont été produites et sont en circulation partout au Canada. Conçu par l'artiste Laurie McGaw, le motif au revers de la pièce représente une femme et un enfant, vers 1916. La femme dépose un bulletin de vote alors que l'enfant la regarde. Les inscriptions « WOMEN'S RIGHT TO VOTE », «DROIT DE VOTE DES FEMMES» et « 1916-2016» figurent dans la partie supérieure de la pièce ». Extrait du site Web de la monnaie royale canadienne. Chaque nouvelle retraitée recevra cette pièce de monnaie souvenir en guise de bienvenue lors du souper de Noël.



L'environnement et le développement durable

Hélène Riberdy

Ensemble pour la protection de notre eau potable ...

Le printemps dernier, je vous parlais du « Piège Énergie-Est » Eh bien finalement, la pression exercée par des groupes de citoyens engagés, la baisse du prix du pétrole et aussi l'ouverture possible de deux autres pipelines (Trans Montain et TransCanada Keystone) ont fait qu'Énergie-Est, pour le moment, a renoncé à faire couler le pétrole dans les cours d'eau et les terres agricoles du Québec. Espérons que nos femmes et nos hommes élus, en fonction et futurs, garderont les valves bien fermées.



Pendant ce temps, ces mêmes élus ont adopté la loi 106 qui permet à ces mêmes compagnies pétrolières de fracturer le sol pour extraire du gaz de schiste près de nos cours d'eau et de nos maisons, sur tout le territoire du Québec et ce, sans avoir à nous demander la permission... Plusieurs municipalités de Lanaudière et du Québec avaient adopté un règlement demandant un minimum de 2 km de distance d'une source d'eau potable, et dernièrement, le gouvernement a diminué les limites de distance à 175 mètres et moins. C'est presque dans votre cuisine ... donc soyons **vigilants**. Présentement, cent trente groupes de citoyens se mobilisent contre le développement des hydrocarbures au Québec.

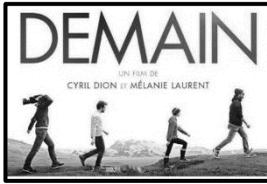
Je vous invite à poser un geste concret :
SIGNER LA PÉTITION « NON AUX FORAGES »
<https://www.nonauxforages.com/regroupement-vigilance-hydrocarbure>

« C'est quand le puits se tarit que nous nous rendons compte de la valeur de l'eau » Benjamin Franklin



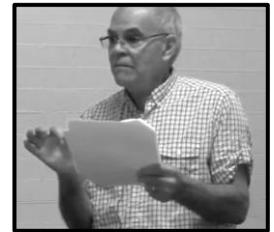
En partenariat avec le comité de l'action sociopolitique

Le 18 octobre, vingt-cinq personnes ont répondu présentes à l'invitation de visionner le 4^e volet du film « Demain », le sujet étant la démocratie.



Si les citoyens reprenaient possession de la démocratie, ils pourraient appliquer les solutions. Dans le film, Olivier De Schutter, rapporteur spécial des Nations unies, dit : « *La démocratie a disparu : les hommes politiques n'écoutent plus les citoyens, ils se contentent de répondre aux vœux des entreprises, qui veulent toujours plus d'une croissance aberrante.* » En sommes-nous là dans nos démocraties municipale, provinciale et nationale?

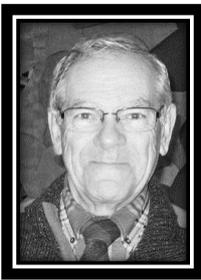
Le visionnement a été suivi d'une période d'échanges, de commentaires et de questions. Ovide Bastien, professeur à la retraite, nous a donné son point de vue sur le sujet. « *Convaincu qu'il fallait d'abord comprendre le monde pour le changer, j'ai ensuite poursuivi mes études sur les questions de développement international, en me concentrant sur ce domaine où je me sentais le plus faible: l'économie. Les étudiants doivent pouvoir avoir une expérience concrète de la réalité pour la comprendre. À cette fin, j'ai créé, avec des collègues du collège Dawson, le profil des Études Nord-Sud, qui comprenait un stage d'un mois au Nicaragua. Fondé en 1993, ce profil existe toujours et, après ma retraite en 2011, je collabore toujours avec ce profil de façon bénévole en gérant de petits projets de développement au Nicaragua* » souligne une courte biographie de monsieur Bastien.



Nous avons retenu qu'il devient urgent de mettre en place une démocratie participative plutôt que représentative, telle qu'elle s'exerce présentement dans notre société et dans nos associations. Néanmoins, l'on constate que des assemblées citoyennes s'organisent de plus en plus dans nos démocraties locales, forçant les élus à entendre et à écouter les priorités du peuple. C'est quand les citoyens prendront le pouvoir que s'exercera la vraie démocratie.

La démocratie participative s'est pointée le nez à Sainte-Marcelline-de-Kildare avec l'équipe de Martin Malo qui s'est présenté à la mairie. LE DEVOIR, 22 octobre 2017

Kofi Annan nous rappelle que : « *Pour vaincre les inégalités et les horreurs qui affligent le monde, la coopération entre gouvernements ne suffit pas, il est également nécessaire que les hommes et les femmes de tous les pays développent leur perception du fait qu'ils sont citoyens du monde.* »



Le comité des hommes

André Thérien

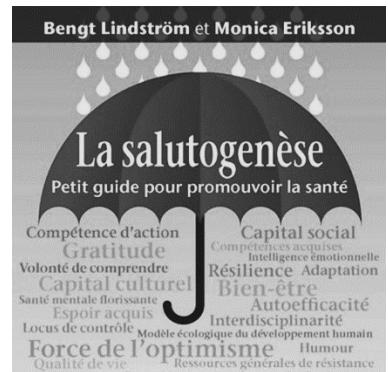


Le comité des hommes de Lanaudière
Voilà la nouvelle appellation donnée à notre comité.

Le mot « condition » a été retiré. La même chose pour la condition des femmes. Il demeure toutefois notre *Forum* de discussion des hommes de Lanaudière!

Le 5 octobre dernier, j'assistais à la « Journée régionale en santé et mieux-être des hommes » (SMEH). Cette rencontre regroupait tous les intervenantes et intervenants et gestionnaires interpellés par la santé et le mieux-être des hommes dans Lanaudière.

En avant-midi, deux conférences : « La salutogenèse » avec la psychologue Janie Houle et « Les perceptions des hommes québécois de leurs besoins psychosociaux et de santé », donné par Gilles Tremblay, un des cosignataires du *Rapport Rondeau*. L'étude à l'origine du programme d'interventions gouvernementales auprès des hommes a pris la forme d'un plan d'action ministériel dévoilé par le ministre Barrette le 22 août dernier et présenté en début d'après-midi.



Ce plan se décline en trois grands axes comportant chacun plusieurs actions ciblées. Il est accompagné d'un financement supplémentaire de 31 M \$ sur cinq ans. Il s'agit du premier plan d'action gouvernemental destiné aux hommes depuis la sortie du « Rapport Rondeau » en 2004. Ce plan d'action était donc très attendu des intervenants œuvrant auprès des hommes!



Donc, trois grands axes :

1. Mieux rejoindre la population masculine par les stratégies de promotion et de prévention;
2. Adapter les services pour en améliorer l'accès et répondre aux besoins des hommes;
3. Améliorer la compréhension des dynamiques

masculines et les pratiques pour répondre aux besoins des hommes.

Voici le lien pour accéder à ce plan d'action :

<http://publications.msss.gouv.qc.ca/msss/fichiers/2017/17-729-01W.pdf>



Le comité de la retraite (indexation)

Thérèse Chaput

À votre question, je réponds: NON
Depuis 2004, je m'implique dans le dossier de l'indexation et je me fais régulièrement poser la question: Est-ce que ça avance? Et ma réponse est toujours la même: NON.

Même quand le gouvernement ouvre une porte, il la referme aussitôt. Je donne en exemple ce qui se passe depuis le printemps 2017. Le président du conseil du trésor, monsieur Coiteux, a invité sept associations de personnes retraitées à faire partie d'une table de discussion qu'il appelle *Tribune de discussions*.

L'objectif, selon ses prétentions, est de discuter des problèmes vécus par les personnes âgées. Cependant, dès la première rencontre, les représentants du gouvernement ont tenu à préciser que ce n'était pas une table de consultation, mais bien de discussions. Ils ont



ajouté et c'est le bout que je préfère, qu'il ne serait nullement question d'indexation. Waou!! C'est de toute beauté! Tu invites les personnes retraitées à venir «discuter» de ce qu'elles vivent et elles ne pourront pas parler de la coupure de l'indexation qui les appauvrit. Cherchez l'erreur. C'est simple, inviter les personnes retraitées à parler, ça paraît bien, surtout à la veille d'une année d'élection. Vouloir régler leurs problèmes, c'est une toute autre affaire. Ce que je souhaite

fortement, c'est que les personnes qui nous représentent, ne suivent pas la règle imposée par le gouvernement et profitent justement de cette *Tribune* pour parler des conséquences graves de la non-indexation de nos rentes sur la vie des personnes retraitées et sur leur situation financière.

Maintenant, si vous vous demandez si ça vaut la peine de continuer, là, je réponds ; OUI. Parce qu'il ne faut jamais baisser les bras, car si nous, on se tait, personne ne va la réclamer à notre place. Quand je regarde les gains que nous avons faits tout au long de notre vie active, je constate qu'ils l'ont été grâce à la persévérance de celles et ceux qui les réclamaient. « **Changeons l'impossible en possible!** » Actuellement, la pleine indexation de nos rentes n'est surtout pas à l'ordre du jour du gouvernement actuel, car depuis son accession au pouvoir, il a plutôt fait, dans



presque tous les services, des coupures qui se chiffrent en milliards. Ayant engrangé un beau bas de laine, il pourra en 2018, année électorale, faire un tas de promesses de distribution d'argent. Plusieurs économistes insistent pour dire que la distribution sera en millions alors que les coupures ont été en milliards, ce qui fait que le contribuable en restera avec moins d'argent dans ses poches. Le gouvernement semble s'acheminer vers une promesse de baisses d'impôt. Alors, expliquons-lui que c'est plutôt une rente de retraite indexée dont nous avons besoin.



Note 1: Il y a eu, jusqu'à maintenant, deux rencontres de la *Tribune de discussions*. Nous aurons d'ici décembre ou janvier un résumé de ces rencontres.

Note 2: L'AREQ développera et publiera sous peu un document d'information et de sensibilisation à l'égard de la perte de pouvoir d'achat des personnes retraitées des secteurs public et parapublic, attribuée notamment à la désindexation de leur rente de retraite du RREGOP.

Trouvez la bonne résidence.
Découvrez les 1848 résidences pour aînés du Québec.

CHERCHEZ



CONSULTEZ



TROUVEZ



Un site Web à consulter selon la région, la ville où vous habitez et la clientèle recherchée :
<https://bonjourresidences>

Tableau des activités (à conserver)



Responsable : Luce Archambault : 450 839-3978

Inscription : téléphonez à Luce ou sur le site du secteur

www.areq-lanaudiere.org (Formulaire de contact)

Activités	Endroit du repas	Date et heure	Précisions
<p>Souper de Noël Accueil des nouvelles et nouveaux retraités</p> 	<p><i>Club de golf Montcalm</i> 1800, chemin Nadeau Saint-Liguori, QC, J0K 2X0</p>	<p>Mercredi 6 décembre 2017 17 h 30</p>	<p>Réservez avant le 28 novembre 2017. Si vous le désirez, donnez votre liste de noms pour votre table. Coût : 36\$/membre et 42\$/non-membre Buffet chaud et froid/ Un litre de vin pour 4 personnes/ Table de desserts inoubliable/ Musique et danse/ Prix de présence Réservez avant le 28 novembre.</p>
<p>Déjeuner</p>	<p><i>Coco Frutti</i> près de Walmart 1505, boulevard Firestone, Joliette, QC, J6E 9E5</p>	<p>Mercredi 7 février 2018 9 h 00</p>	<p>Réservez avant le 31 janvier.</p>
<p>Souper de la Saint-Valentin</p> 	<p><i>Académie Hôtellerie Barthélemy-Joliette</i> 355, rue Sir Mathias-Tellier Sud Joliette, QC, J6E 6E6</p>	<p>Jeu 15 février 2018 17 h 30</p>	<p>Réservez avant le 1^{er} février. Si désiré, faites votre liste d'invités à votre table, inscrivez leurs noms auprès de Luce.</p>
<p>Déjeuner Pas de visite Semaine de relâche</p>	<p>Restaurant <i>Eggsquis</i> 556, rue Saint-Charles-Borromée N Saint-Charles-Borromée, QC, J6E 4S6</p>	<p>Mercredi 7 mars 2018 9 h 00</p>	<p>Réservez avant le 28 février.</p>
<p>Dîner à la cabane à sucre</p>	<p>Cabane à sucre la <i>Rose au Bois</i> 1651, rang des Continuations Saint-Jacques, QC, J0K 2R0 Au coin de la route 158 (Repère : cabane au toit bleu)</p>	<p>Mercredi 4 avril 2018 11 h 30</p>	<p>Réservez avant le 23 mars, Coût : 19 \$.</p>
<p>Déjeuner et visite à la <i>Ferme Vallée verte</i> 180, rg Guillaume-Tell Saint-Jean-de-Matha, QC, J0K 2S0 (Fromagerie)</p>	<p>Restaurant <i>L'Ilo Pirate</i> 931, route Louis-Cyr Saint-Jean-de-Matha, QC J0K 2S0</p>	<p>Mercredi 2 mai 2018 8 h 45</p>	<p>Réservez avant le 23 avril.</p>

Clinique de sang

Lisette Parent



Voici mon dernier article à titre de responsable de la collecte de sang d'Héma-Québec chapeauté par l'AREQ.

Les dates de collectes 2018 sont en mars, encore cette année, soit **le jeudi 22 mars et le vendredi 23 mars**.

► Si personne ne se présente pour prendre ma relève, la collecte 2018 sera la dernière collecte chapeauté par l'AREQ. Je fais du bénévolat pour la collecte de sang depuis le tout début et j'en suis la responsable depuis dix ans.

Je plonge maintenant avec enthousiasme dans une nouvelle activité, soit *J'écris ma vie*. Cette activité est une suite logique à une autre de mes activités, la généalogie qui me passionne depuis plusieurs années. Après avoir réalisé *la liste de mes envies*, j'ai décidé d'y consacrer toutes mes énergies en espérant mener à terme tous les projets qui y sont reliés.

Je vous souhaite une belle année : de la santé, du succès dans vos études... non dans vos projets. Aussi des liens chauds avec les gens que vous aimez.

Mes amitiés!

MERCI Lisette!

Les cours offerts par l'AREQ



1. Cours de CONVERSATION ANGLAISE (session hiver 2018)

Intermédiaires avancés : lundi matin à Joliette

Intermédiaires : jeudi matin à Saint-Jacques

Débutants *plus* : jeudi après-midi à Saint-Jacques



Le coût d'inscription pour dix cours est de 75 \$ pour un membre de l'AREQ, 100 \$ pour la ou le conjoint d'un membre, 125 \$ pour un non-membre. Il reste quelques places. Réservez dès que possible! Wynanne Watts 450 222-3859 (Saint-Jacques), Louise Poirier 450 834-2258 (Joliette).

2. Ateliers de **DESSIN ET PEINTURE- Hiver 2018**

Le dessin, ÇA S'APPREND ! Je propose une démarche structurée qui vous permettra de comprendre et d'assimiler les techniques nécessaires à la réalisation d'une représentation picturale, dans une ambiance amicale et décontractée.



Début : les jeudis de 9 h à 11 h dès septembre 2018

Lieu : école Lajoie, 375, rue Saint Thomas (tout près de l'Hôtel Château Joliette)

Coût : 90 \$ par membre, 120 \$ par conjoint ou conjointe, 150 \$ par non-membre

Durée : 15 semaines; matériel : 25 \$ à 30 \$ pour toute la session

Je vous invite à vous rendre sur le site de l'AREQ (areq-lanaudiere.org). Vous y trouverez une brève description de mon programme ainsi que des exemples de travaux d'élèves. (Onglet cours et ateliers; ateliers de dessin et de peinture) Pour de plus amples informations, n'hésitez pas à contacter Normand Turmel :

Domicile : **450 839-7584**, cellulaire : **450 916-5093** ou n.turmel@hotmail.com

3. DANSE EN LIGNE

Pour la session d'hiver 2018, elle débutera le 12 janvier et se terminera le 6 avril. Prendre note qu'il **n'y aura pas de cours le 2 mars, semaine de relâche et le 30 mars, vendredi saint**. Ils se donneront à la salle communautaire Alain-Pagé au 10, rue De Coubertin, à Saint-Charles- Borromée avec Lison Bellerose.



Coût : **24 \$** par membre et résident de Saint-Charles-Borromée, **48 \$** par non-membre. Une entente est intervenue entre la municipalité de Saint-Charles-Borromée et l'AREQ à l'effet de demander le même coût aux résidentes de SCB qu'à celui de nos membres, compte tenu que la municipalité nous prête la salle. Merci aux membres du conseil municipal de Saint-Charles-Borromée de nous prêter ce local depuis onze ans ! Au premier cours, présentez-vous avec un *chèque* libellé au nom d'AREQ Lanaudière. Responsable : Monique Forest au **450 839-6426** ou



forestmonique@hotmail.com



Le mot croisé de Jean-Marc

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
1												
2								■				
3				■		■						
4											■	
5					■				■			
6						■				■		■
7			■					■				
8	■							■				
9					■						■	
10						■			■			
11		■		■				■				
12									■			■

Horizontalement :

- 1- Qui habitent Berthierville.
- 2- Rejetée à l'extérieur- Va bien avec « mélo »
- 3- Retard, décalage (ang.)- Surfaces décoratives pyramidées.
- 4- Relatif à la mémoire.
- 5- Personnage de contes de fées- Ancienne unité de mesure calorifique- Capucin.
- 6- Ce qui s'oppose à l'être- Prénom masculin.
- 7- Thallium- Pour éviter les répétitions- Pièce de musique numérotée.
- 8- Produit d'animal- Qui en a assez (moins une des jumelles).
- 9- Milieu du nom d'un homme d'état russe- Vase servant à Jésus-Christ pour la Cène.
- 10- Compact- Inattaquable par l'air- Lettre triple.
- 11- Agent secret de Louis XV- Quatre plus un.
- 12- Rapport des naissances- Police nazie.

Verticalement :

- 1- Parc inauguré en 1923- Célèbre verger.
- 2- Poème de Longfellow évoquant l'Acadie.
- 3- Sera très irrité- XX.
- 4- Technétium- Accompagnions.
- 5- Écrit « Notre-Dame-de-Paris »-Moteur turbo diesel de Volkswagen-Anguille (ang.).
- 6- Jumelles- Niobium- Vaste étendue de dunes- Deux voyelles.
- 7- Justifieront.
- 8- Eau (latin)- Argon.
- 9- Pénétré profondément- Cota, évolua.
- 10- Poignardée en jouant au tennis- Partie de la bouche.
- 11- Zénon y est né (moins dernière lettre)- Sulfate double d'aluminium et de potassium- Commencent en janvier.
- 12- Élisabeth de Wittelsbach- Société québécoise de plein air.

Coupon de participation au mot croisé

Nom de la participante ou du participant _____

No de membre _____ (**Inscrit au-dessus de votre nom sur la dernière page de La Noria (ex : 045134) et non 41413015**, ceci étant le no de convention avec Postes Canada.

Adresse _____

_____ Code postal : _____ Tél : _____

Retournez à Jean-Marc Desroches, 245, rue Lasalle, Saint-Paul, Qc, J0K 3E0

N'oubliez pas d'indiquer votre numéro de membre !

Au sujet des gagnants du mot croisé

Le dernier déjeuner de l'année 2016-2017 se déroulait le sept juin dernier, au Club de golf de Montcalm, suivi d'une visite à la *Ferme Guy Rivest* de Rawdon. L'occasion était belle pour procéder au tirage du dernier mot croisé. Les gagnants furent en l'occurrence Louise Bélair, de Saint-Charles-Borromée (75 \$), Normand Ricard, de l'Épiphanie (50 \$) ainsi que Denise Bacon, également de Saint-Charles-Borromée (25 \$).



La photo nous montre, ici, l'heureuse participante exhibant fièrement son chèque de gagnante du premier prix. Retraîtée depuis cinq ans, notre récipiendaire fit ses premiers pas dans l'enseignement en adaptation scolaire. Suivra ensuite l'orthopédagogie à l'école Gareau de Saint-Gérard-Majella et à l'école Sainte-Thérèse de Joliette et en classes d'apprentissage et de comportement aux écoles Saint-Pierre et Dominique-Savio.

L'année 1983-84 marque pour de bon son entrée au secteur régulier (4e année) qu'elle conservera jusqu'à sa retraite en 2012, passant par différentes écoles. Elle aura travaillé en tout trente-quatre années au niveau primaire, inculquant à ses élèves les principes de vie les plus élémentaires.

Quelle belle carrière auprès de cette clientèle avide de connaissances!

Plan d'action gouvernemental pour contrer la maltraitance



Le Plan d'action gouvernemental pour contrer la maltraitance envers les personnes âgées 2017-2022 a été élaboré de concert avec treize ministères et organismes gouvernementaux, sous la coordination du ministère de la Famille.

Consultez ce site :

www.mfa.gouv.qc.ca/fr/publication/Documents/plan-action-maltraitance-2017-2022.pdf

LES ABUS ENVERS LES AÎNÉS,
UNE RÉALITÉ
PARLONS-EN!

Qu'est-ce que la maltraitance ?

• C'est n'importe quelle action ou inaction ayant pour conséquence de menacer la santé ou le bien-être d'une personne âgée ou vulnérable. Un geste de maltraitance est un acte de pouvoir et de domination sur quelqu'un. La

maltraitance **ça existe** et les victimes sont nombreuses et **silencieuses**.

- **Financière** : exploitation, détournement de fonds ou de biens d'une personne âgée ou vulnérable. Par exemple, cela peut impliquer de se faire soutirer de l'argent, voler des biens ou subir des pressions par rapport à un héritage.
- **Psychologique** : souffrance émotive ou de l'anxiété causées à une personne. Par exemple, cela peut signifier se faire humilier, menacer, infantiliser, ignorer ou isoler.
- **Physique** : le fait de causer un tort physique à la personne, comme par exemple se faire frapper ou pousser, être bousculé dans les activités de tous les jours.
- **Sexuelle** : acte de nature sexuelle impliquant une personne âgée ou vulnérable sans son consentement. Par exemple, cela peut impliquer se faire harceler, se faire agresser sexuellement, subir des attouchements ou être victime d'exhibitionnisme.
- **Négligence** : est le fait de ne pas recevoir une attention ou des soins nécessaires à son bien-être. Par exemple, être privé de nourriture adéquate ou en quantité suffisante, rester dans des vêtements souillés ou ne pas être vêtu adéquatement.
- **Violation des droits et âgisme** : le fait de ne pas reconnaître à une personne ses droits fondamentaux; être victime de discrimination en raison de son âge ou de son état; se voir imposer un traitement médical.
- **Systemique ou institutionnelle** : toute situation préjudiciable créée ou tolérée par les procédures des établissements ou des résidences privées, qui compromet l'exercice des droits et des libertés des usagers. Par exemple, abus d'autorité ou manque d'adaptation aux besoins des individus



- Gardons l'œil ouvert et référons au besoin : **911 urgence**.
- **811** choisir l'**option 2**. Accessible sept jours sur sept, 24 heures par jour.

- **Ligne d'écoute AIDE ABUS AÎNÉS : 1 888 489-2287 (ABUS)**.



Le pouvoir gris s'exprime et gagne

Monique Forest



Aidées des partis d'opposition, les associations d'aînés s'unissent pour améliorer les conditions de vie des personnes âgées.

Une première victoire : l'abolition des frais accessoires.

La 2^e victoire : « *Le gouvernement Couillard éteint le feu politique. Il annule la réforme par laquelle le seuil d'admissibilité au « crédit d'impôt en raison de l'âge» devait graduellement passer de 65 à 70 ans.* » Le Soleil, 22 février 2017

La 3^e victoire : « *Le gouvernement Couillard fait volte-face et obligera les prestataires de services en CHSLD à dénoncer les cas de maltraitance envers les personnes âgées dont ils sont témoins* » Le Journal, 6 avril 2017

La 4^e victoire : Un deuxième bain en CHSLD : « *La directive qui va être envoyée au réseau va être très claire : on doit procéder à l'embauche du nombre adéquat de préposés pour avoir la capacité de donner un deuxième bain à 100 % de la clientèle résidente en CHSLD* », a affirmé le ministre Barrette. Le Journal de Québec, le 20 septembre 2017



Solution du mot croisé précédent

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
1	A	N	N	I	V	E	R	S	A	I	R	E
2	L	E	O	N	E		A	L	A	D	I	N
3	P	R	E	S	L	E	Y		R	I	A	
4	H	O	U	E		S	O	M	A		L	C
5	A	L	D	M		A	N	O	U		T	A
6	B	I		I	R		N	T		C	O	R
7	E		E	N	A		E	O	N			M
8	T	A	B	A	C		M	N		D	C	E
9		T	A	I	E		E	E	T	I	O	N
10	D	O	U	T	E		N	I	X	O	N	
11	A	C	B			A	T	G		U	A	P
12	M	A	I	N	M	I	S	E		F	N	L


IN MEMORIAM


Sont décédés **madame Pierrette Lafrenière**, épouse de Pierre Vincent; **monsieur Pierre Samson**, beau-frère de Josette Brunelle; **monsieur Jacques Boulanger**, beau-frère de Ginette Beupré et Thérèse Chaput; **madame Gisèle Pelletier**, belle-sœur de Marie-France Rivest, secrétaire de l'AREQ; **monsieur Réal Morin**, beau-frère de Louise Perreault; **monsieur André Marsolais**, membre; **monsieur Jean-Pierre Beaulieu**, membre; **monsieur Renaud Durand**, frère de Doris; **madame Jacqueline Joly**, membre; **madame Lise Landreville**, belle-sœur de Doris Durand; **madame Bernise Champagne**, sœur d'Yvonnique; **madame Simone Poirier**, membre; **monsieur Gilles Routhier**, frère de Claudette; **monsieur Raymond Lajoie**, conjoint de Suzanne Piuze; **monsieur Henri-Paul Jalette**, membre; **madame Lucienne Henri**, sœur de Monique.

Nos plus sincères condoléances!

Messe pour nos défunts

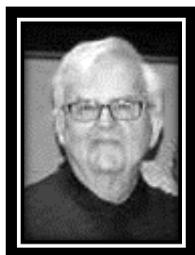
Avec la collaboration de mesdames Madeleine Joly, Denise Rondeau et Diane Vézina, la célébration de la commémoration de nos défunts aura lieu à l'église **Sainte-Thérèse** le **17 novembre à 16 h 00**.



Infos Pratiques

AREQ.....1 800 663-2408
Mutuelle SSQ1 800 463-5525
CARRA1 800 463-5533
Assurances Résaut.....1 800 363-6344
Certificat de naissance.....1 800 567-3900

Assurance-maladie du Qc....1 888 435-7999
Sécurité de la vieillesse.....1 800 277-9915
Protection aux consommateurs...1 888 672-2556
Régie des rentes Qc.....1 800 463-5185



Les quilles Arthur Roberge

Sous la gouverne d'Arthur Roberge, il y a des quilles chaque mardi au Salon de quilles Baby au 53, rue Baby, Joliette, QC J6E 2V4. Vous pouvez vous y inscrire à tout moment de l'année. Tél. : **450 756-6035**





L'année 2006 devient le prélude pour l'AREQ à l'instauration de cours de toutes sortes tels les cours de danse et les cours d'anglais. Sous la présidence d'alors, Lucille Hérard, ces cours ont évolué grandement et se donnent encore aujourd'hui à grande échelle.

Inaugurés à *La Maison de l'Entente* de Saint-Charles-Borromée, les cours d'anglais pouvaient compter sur les connaissances de Michel Bourgault qui en devint le premier professeur. Selon, ensuite, le nombre grandissant d'inscriptions, il a fallu engager d'autres enseignants afin de rencontrer les exigences.

C'est ainsi que notre présidente actuelle, Wynanne Watts, vint prêter main-forte à Michel et continue toujours de dispenser ses connaissances à l'Horeb de Saint-Jacques pendant que Michel, de certaine façon, cédait sa place(!) à Louise Poirier qui œuvre actuellement à l'église Christ-Roi, 330, rue Papineau, Saint-Charles-Borromée.

La vignette, prise en décembre 2007, nous montre Michel Bourgault fraternisant avec quelques membres de l'AREQ inscrits à cette discipline et désireux d'en connaître davantage au sujet de ces bases linguistiques.



Présidente 1^{er} v-président 2^e v-président secrétaire trésorière 1^{er} conseiller 2^e conseiller

Conseil sectoriel de l'AREQ Lanaudière

Présidente : Wynanne Watts.....wwat@sympatico.ca.....450 222-3859
 1^{er} vice-président : Jean-Pierre Robertrobert_carmen@hotmail.com.....450 759-5215
 2^e vice-président : Jean-Pierre Cloutier.... lavalclo@hotmail.com.....450 394-5038
 Secrétaire : Marie-France Rivest..... mfhug@videotron.ca450 756-0433
 Trésorière : Suzanne Dalpé..... dalpe7777@hotmail.com450 756-6544
 1^{er} conseiller : André Thérien.....therienandre@sympatico.ca 450 222-3859
 2^e conseiller : Jacques Racine racine.j@videotron.ca..... 450 753-7893

Comités consultatifs de l'AREQ Lanaudière, plus les arts et les communications

Action sociopolitique : Françoise Pagé.....450 760-9199
 Arts : Mireille Provencher Benson.....450 831-4812
 Assurances : Poste vacant.....
 Communications : Monique Forest.....450 839-6426
 Condition des femmes : Louise Lavergne.....450 752-2184
 Environnement : Hélène Riberdy.....450 759-3503
 Forum des hommes : André Thérien450 222-3859
 Retraite (indexation): Thérèse Chaput450 755-1995

Comité des loisirs

Luce Archambault : 450 839-3978

Comité de la ligue de quilles

Arthur Roberge : 450 756-6035
 Monique Turcotte, Gaétan Valois

Comité de la Fraternité

Cartes de sympathie, si décès d'un membre ou d'un proche, contactez Diane Vézina.....450 754-4564
 Cartes d'anniversaire aux 70 ans et plus: Lise Gervais450 755-8487
Fondation Laure-Gaudreault : Monique Forest.....450 839-6426
Site Web : Michel Bourgault.....450 754-3105

Site Web sectoriel : www.areq-lanaudiere.org

Site Web régional : <http://regionlaurentie.areq.ca>

Site Web national : areq.lacsq.org

Au fil des événements de l'AREQ



Octobre 2016: Déjeuner au restaurant *Kenny* et visite de la *Terre des bisons* à Rawdon.

Novembre 2016: Déjeuner au restaurant *Centre-Ville* et une conférence de *Roxane Bouchard*, écrivaine lanadoise, sur sa

correspondance avec des marins et des militaires.



Décembre 2016: Souper de Noël au *Club de golf de Montcalm* et *Accueil des nouvelles et nouveaux retraités*



Février 2017 : Souper de la Saint-Valentin à *l'Hôtellerie de Barthélemy-Joliette*.



Avril 2017 : Dîner à la *cabane Alcide Parent* à Saint-Ambroise



Septembre 2017 : Déjeuner à *l'Auberge de la Montagne Coupée* à Saint-Jean-de-Matha



Octobre 2017 : Déjeuner aux *Délices de Rosa* et visite aux *Museaux d'Écosse* à Saint-Lin-des Laurentides



Novembre 2017 : Déjeuner au restaurant *l'Eggsquis* à Saint-Charles-Borromée

