

La Noria

Région : Laval-Laurentides-Lanaudière
Secteur : Lanaudière

Mars 2018



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



Le cueilleur, acrylique, Louise Ladouceur
Élève de Normand Turmel au cours de peinture

La Noria



NORIA: s.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 remontants pleins.

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

Rédactrice : Monique Forest
forestmonique@hotmail.com

Merci aux membres du conseil sectoriel et aux responsables des comités pour leur collaboration au journal !

**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 et
Jacques Racine
Photos : Collection AREQ Lanaudière

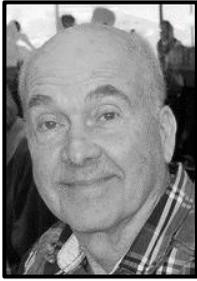
Impression

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 d'un représentant du conseil.....	3
Avis de convocation à l'AGS.....	4
Mot de la présidente régionale.....	5
Avis de convocation à l'AGR.....	6
Fondation Laure-Gaudreault.....	7-8
Conférences régionales le 17 avril.....	9
Un témoignage.....	10
L'action sociopolitique.....	11-12
Les arts.....	13
Les communications.....	14
Le site Web.....	15
Le comité des femmes.....	16-17
L'environnement.....	18-19
Le comité des hommes.....	20
La retraite (indexation).....	21-22-23
La clinique de sang et l'APPUI	24
Le tableau des activités (à conserver).....	25
Les cours offerts par l'AREQ.....	26
Au sujet du mot croisé.....	27
Adresses invalides-Quilles-Infos-Impôt.....	28
La solution mot croisé-In memoriam.....	29
La semaine du bénévolat.....	30
Le pouvoir gris- Le rendement de la CDPQ.....	31
Le conseil sectoriel et les responsables.....	32



Mot d'un représentant du conseil sectoriel

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

De la variété! De la nouveauté! Quoi faire pour susciter la participation d'un plus grand nombre de nos 1 550 membres de l'AREQ à l'éventail d'activités déjà mises sur pied? Cours d'anglais, de dessin, de peinture, de danse, quilles, déjeuners, soupers de la Saint-Valentin ou de Noël. En plus des huit comités!

Beaucoup de travail! En fait, beaucoup d'occasions possibles pour nous rencontrer.

Nous voulons innover avec vos idées! Vous en avez. Joignez l'un ou l'autre des membres du conseil sectoriel.

Les gens sont sollicités de partout; les retraités ont un agenda surchargé! Tant mieux. Continuez à vous rendre utiles et à vous divertir.



Les nombreuses conférences auxquelles nous avons assisté nous ont appris à rester actifs pour favoriser la forme, la mémoire, le goût de vivre et de rester en santé.

Si vous avez la moindre envie de vous rencontrer, allez, nous sommes là pour vous!



Nous avons un budget de 40 000 \$ par année qui provient de vos cotisations à l'AREQ et nous le dépensons pour vous!

Que voulez-vous en faire? Dites-le-nous.

Merci de nous lire! J'espère que vous oserez venir nous rencontrer et participer aux décisions à notre assemblée générale, le 24 mai, **au Club de golf Montcalm.**

24
mai

Assemblée générale



se tiendra le **24 mai** au **Club de golf Montcalm**, 1000, chemin Nadeau, Saint-Liguori, Qc, J0K 2X0 »

AVIS DE CONVOCATION Assemblée générale sectorielle (AGS) Lanaudière

Tel que stipulé dans les statuts et règlements 2017 de l'AREQ, article 21.04 : « *Par la présente, les membres sont officiellement convoqués à l'assemblée générale du secteur de Lanaudière qui*

Accueil : 8 h 30 – Une exposition d'œuvres d'art sera ouverte dès 8 h.

Ouverture de l'assemblée: 9 h / fin : 12 h

Un aperçu de l'ordre du jour

1. 1. Nomination de la présidente ou du président d'assemblée.....Wynanne Watts
2. Mot de bienvenue de la présidente.....Wynanne Watts
2. Lecture et adoption de l'ordre du jour.....Président d'assemblée
3. Mot de la présidente régionale.....Mireille Ménard
4. Mot de la responsable aux arts.....Mireille Provencher
5. Rapport de la présidente sectorielle.....Wynanne Watts

Une pause sera prise au moment jugé opportun

6. Lecture et adoption du procès-verbal de l'AGS 2017.....Marie-France Rivest
7. Réception des états financiers au 30 juin 2017.....Suzanne Dalpé
8. Dépôt des états financiers au 30 avril 2018.....Suzanne Dalpé
9. Rapports des responsables de comité.....Responsables
10. Nomination des responsables des comités consultatifs.....Président d'assemblée
11. Nomination de la ou du responsable de la FLG.....Président d'assemblée
12. Questions diverses, commentaires.....Président d'assemblée
13. 1. Prix aux exposants.....Mireille Provencher
2. Prix de présence..... Wynanne Watts
14. Clôture de l'assemblée.....Président d'assemblée

Wynanne Watts, présidente

N.B. Afin de prévoir le nombre de repas offerts par le secteur, vous devez vous y inscrire **avant le 18 mai 2018** auprès de Suzanne Dalpé au **450 756-6544** ou **dalpe7777@hotmail.com**
L'assemblée débutera à 9 h. Votre présence est importante. Mettez dès aujourd'hui cette date à votre agenda. Faites du covoiturage avec d'autres membres.

Mot de la présidente régionale

Mireille Ménard



Nous entamons un nouveau triennat. Lors du Congrès 2017 tenu à Lévis, les délégués ont adopté les grandes orientations pour le plan d'action 2017-2020. Au conseil national de l'automne, le plan d'action a été adopté. Voici les trois axes :

- les droits et les intérêts de nos membres et personnes âgées au cœur de nos préoccupations;
- la vie associative;
- la participation et l'engagement au mieux-être de la collectivité.

Ces axes s'articulent en sept orientations qui se déclinent en 29 champs d'intervention. Afin de réaliser ce plan d'action, 47 actions ont été retenues. Je vous souligne que six de ces actions ont été proposées par notre région. Nous en sommes très fiers.

Lors de notre rencontre régionale du 29 novembre 2017, les membres des conseils sectoriels et tous les responsables des comités consultatifs se sont regroupés en atelier et ont choisi une personne responsable pour leur comité. Ils ont ensuite préparé leur plan d'action respectif pour l'année 2017-2018 en choisissant des actions spécifiques avec des cibles à atteindre, en établissant un échéancier et en respectant le budget alloué. Les responsables de ces comités sont venus présenter leur plan d'action aux membres du conseil régional le 5 décembre. Ce fût une belle journée de travail dans le plaisir d'échanger ses idées.



Félicitations aux personnes nommées comme responsables des différents comités consultatifs :

- Comité des arts visuels : Collette Bonneville, secteur Rivière-du-Nord
- Comité des communications : Ronald Forbes, secteur Rivière-du-Nord
- Comité des femmes : Jocelyne Mathieu, secteur Laval Nord
- Comité de l'environnement et du développement durable : Hélène Riberdy, secteur Lanaudière
- Comité des hommes : Michel Legault, secteur Chomedey-Laval
- Comité retraite, indexation : Vitor Sabino, secteur Rivière-du-Nord
- Comité de l'action sociopolitique : Yves Grandmaison, secteur Rivière-du-Nord
- Comité des assurances : Ginette Paquin, secteur des Affluents

Un grand MERCI à Jacinthe Joncas, Lucille Gagné, Lucille Francoeur, André Thérien et Thérèse Chaput qui ont chapeauté des comités avec brio pour le triennat précédent. Merci pour leur implication et leur dévouement! Déjà plusieurs rencontres sont planifiées pour travailler sur le plan d'action avec les nouvelles personnes responsables.



J'aimerais aussi vous informer que cinq de nos membres ont été élus comme responsables pour siéger sur des comités nationaux. Il s'agit de Pierrette Boudreau au comité des finances, Pierrette Gratton aux statuts et règlements, Ginette Lavoie au comité des communications pour le *Quoi de neuf*, Jacques Gagnon au comité d'environnement et développement durable et enfin François Tanguay au comité des hommes. Félicitations à toutes ces personnes.

J'espère avoir le plaisir de vous rencontrer aux différentes activités. Inscrivez dans votre agenda le 31 mai 2018, assemblée régionale au Days Inn de Blainville.



AVIS DE CONVOCATION
Assemblée générale régionale (AGR)
Laval-Laurentides-Lanaudière

Tel que stipulé dans les statuts et règlements d'octobre 2017, article 14.04 : *Par la présente, vous êtes cordialement invités à participer à l'assemblée générale régionale :*

DATE : Le jeudi **31 mai 2018** de 8 h 30 à 15 h

ENDROIT : Hôtel Days Inn, 1136, boul. Labelle, Blainville, J7C 3J4
Téléphone : 450 430-8950

8 h 30 : Accueil

9 h 00 : Ouverture de l'assemblée et présentation des différents rapports d'activités

13 h 15 : Le groupe vocal *Les Ans chanteurs*

15 h 15 : Assemblée générale **FLG**

C'est un moment privilégié pour nous rencontrer, prendre connaissance de nos réalisations et en assurer la pérennité. Je compte donc sur votre précieuse collaboration. Au plaisir de vous revoir.

NB : Pour assister à l'activité ou à la conférence en après-midi, vous devez avoir participé à l'AGR en matinée.



Monique Forest



La donation en ligne est une possibilité qu’offre la FLG depuis au moins trois ans. En 2017, la fondation a reçu quarante-trois dons par ce moyen. On vit une lente progression. Il serait intéressant que d’autres personnes l’utilisent et nous fassent part de leur expérience. Il n’est pas nécessaire d’ouvrir un compte PayPal pour faire un don en ligne. On peut payer avec une carte de crédit. C’est avantageux et cela peut se faire facilement à la maison au moment qui nous convient. Vous recevrez rapidement une

confirmation de votre transaction. En 2018, nous travaillerons à améliorer l’accès à cette forme de donation.

Par chèque en utilisant ce formulaire


Fondation Laure-Gaudreault
 www.fondationlg.org

Ensemble depuis 25 ans!
FORMULE D'INSCRIPTION


Nom _____ Prénom _____ Rég./Sect. _____
 Adresse _____ Code Postal _____
 Ville _____ Téléphone _____
 Numéro de membre de l'A.R.E.Q. _____
 Adhésion membre (10 \$) _____ \$ DON _____ \$ Total _____ \$
 Carte sympathie (10 \$) _____ Les Souvenirs de Laure Gaudreault (12 \$) _____ \$ Total _____ \$
 Date _____ Signature _____

L’envoyer à Madame Nathalie Hébert, Fondation Laure-Gaudreault, 320, rue Saint-Joseph Est, bureau 100, Québec (Québec) G1K 9E7

N’oublions pas que tout cet argent provenant du secteur Lanaudière retournera à nos membres, si demande, ou à des organismes lanaudois. C’est une fierté pour l’AREQ Lanaudière d’aider des organismes régionaux, par le biais de la Fondation Laure -Gaudreault, ce sont des actions concrètes.

Pour consulter les bénéficiaires de Lanaudière, lisez les lignes 3, 6 et 13.

Résumé des bénéficiaires 2017 par région			
	<u>Montant</u>	<u>Bénéficiaire</u>	<u>Lieu</u>
Région 10			
1	10D 500 \$	Bonjour Aujourd'hui et Après Inc.	Laval
2	10E 500 \$	Centre d'Action Bénévole Laurentides	Ste-Agathe-des-Monts
3	10A 500 \$	Centre d'Aide pour Hommes de Lanaudière	Joliette
4	10G 293 \$	Fabrique Paroisse Bon Pasteur	Lac-des-Écorces
5	10E 500 \$	Fondation La Traversée	Mont-Tremblant
6	10A 500 \$	Fondation Québécoise du Cancer Inc.	Joliette
7	10B 900 \$	Lumi-Vie	Laval
8	10C 500 \$	Madame	St-Jérôme
9	10C 500 \$	Madame	St-Jérôme
10	10G 900 \$	Monsieur	Rivière-Rouge
11	10E 500 \$	Palliacco	Mont-Tremblant
12	10H 785 \$	Regard en Elle	Repentigny
13	10A 500 \$	Société Alzheimer de Lanaudière	Joliette
	<u>7 378 \$</u>		

Pour 2017, aucun membre a demandé de l'aide. Donc, cet argent sera distribué à trois organismes lanaudois. Pour avoir droit à de l'aide personnelle, il faut prouver par votre rapport d'impôt que vous avez moins de 30 000 \$ de revenus. Des exemples de besoins personnels : une prothèse dentaire à renouveler, des lunettes, un réfrigérateur à changer. Votre nom ne sera jamais cité dans les rapports. Seule la responsable le saura puisque vous devrez remplir un formulaire de demande d'aide. La confidentialité est assurée. Si vous êtes membre de la FLG, si vous assistez à l'assemblée générale régionale le 31 mai, soyez présente ou présent à l'assemblée général de la FLG à 15 h.

L'origine de la médaille Laure-Gaudreault

La médaille Laure-Gaudreault tire son origine d'une initiative de la région de Lanaudière, sous la présidence de Jean Lemieux, qui a développé le projet, en a assuré la création et la production. En 2011, le conseil sectoriel sous la présidence de Monique Forest remettait la médaille au national qui a la responsabilité de gérer la remise de la médaille.



Pour plus de détails sur la fondation, consultez le site Web : <http://www.fondationlg.org> Sur le site Web du secteur, <http://www.areq-lanaudiere.org/> cliquez à gauche sur l'onglet Association, ensuite sur Fondation Laure-Gaudreault, vous y trouverez une vidéo dédiée à Laure Gaudreault.



CONFÉRENCES RÉGIONALES

le 17 avril 2018

Où : Au Days Inn, 1136, boul. Labelle, Blainville, J7C 3J4 tél. : 450 430-8950

En avant-midi : de 9 h à 12 h

Madame **Julie Gravel**, conférencière et coordonnatrice de l'organisme *l'Antr'aidant*, nous entretiendra du rôle des **aidants naturels**, une situation que plusieurs d'entre nous vivent ou auront à vivre. *Aidez-nous à vous aider et qu'est-ce qui nous attend ?*

En après-midi : de 13 h à 15 h

Monsieur **François L'Italien**, professeur associé au Département de sociologie de l'Université Laval et chercheur à l'Institut de recherche en économie contemporaine (IRÉC) qui a mis sur pied l'**Observatoire de la retraite**, s'adressera à toutes celles et à tous ceux qui veulent mieux comprendre le **système de retraite au Québec et notre propre régime comme le** (RREGOP ou RRPE). Pourquoi? Pour **AGIR...**

INSCRIPTION : 10 \$ (Vous serez remboursés à votre arrivée.)

DÎNER: Le dîner à l'Hôtel Days Inn sera offert gratuitement aux membres de l'AREQ Lanaudière, 10A, qui assisteront aux deux conférences (réservation obligatoire).

Note : Pour les non-membres, **inscription 10 \$ et dîner 23 \$**

Pour vous inscrire, veuillez compléter le formulaire ci-dessous avant **le 2 avril 2018** et le poster à : **AREQ Lanaudière, a/s Jean-Pierre Cloutier, 30, av. des Sorbiers, Notre-Dame-des-Prairies, (Qc) J6E 9B5**

Formulaire d'inscription pour la journée régionale du 17 avril 2018

Nom : _____	Prénom : _____
Téléphone : _____	Courriel : _____
J'assisterai à la conférence en AM (L'Antr'aidant) :	Oui <input type="checkbox"/> Non <input type="checkbox"/>
J'assisterai à la conférence en PM (M. François L'Italien):	Oui <input type="checkbox"/> Non <input type="checkbox"/>
Je veux réserver une place pour le dîner à l'hôtel Days Inn :	Oui <input type="checkbox"/> Non <input type="checkbox"/>

Ci-joint un chèque à l'ordre de l'AREQ Lanaudière au montant de
10 \$ par membre ou 33 \$ pour non-membre.



Un témoignage, tout simplement...

Jacques Racine, 2^e vice-président

Bonjour à toutes et tous,

Cela fera bientôt un an qu'on m'a confié le poste de 2^e conseiller de notre conseil sectoriel. Je profite donc de cette édition de *La Noria* pour extérioriser mes impressions à la fin de cette première année de bénévolat au sein de l'AREQ. D'entrée de jeu, l'accueil, quel accueil ! Dès ma première participation (c'était à titre d'observateur), j'ai tout de suite perçu que mon arrivée était « espérée » (ou attendue) ... si j'ose dire. Cela peut sembler excessif comme terme, mais c'est la spontanéité du groupe qui me porte à l'utiliser ; c'est peut-être caricatural, j'en conviens aisément. Passons. Ajoutons une note un peu frivole : j'ai alors constaté, tout en étant l'aîné du groupe, que j'en suis également le benjamin !

J'y ai découvert une petite équipe travaillante et gérant constamment en fonction du bien de l'ensemble. Tout se passe dans l'harmonie et le respect de l'autre. Quand des idées se heurtent (oui, cela arrive, et heureusement !), c'est sans douleur, et, dès lors, la perspicacité des arguments l'emporte. Je n'ai vu personne agir par calcul personnel. Je n'ai vu personne compter ses heures. Je n'ai vu qu'une belle équipe, où chacun de ses membres, à sa façon et selon ses talents personnels, contribue au bien-être de nos commettants. Aussi, n'oublions pas une nécessaire coordination laquelle est assurée par notre Calixtienne toujours dévouée et des plus diplomates.



En terminant, il me faut souligner et remercier sincèrement Monique pour tout cet efficace bénévolat qu'elle a offert, notamment pour notre revue, et sans oublier ses années à la présidence de notre secteur. Tu nous manqueras. Comme l'a si bien dit Pierre Karch, écrivain et critique de Saint-Jérôme : *Il y a des souvenirs qu'on aime se faire rappeler.* Tu seras l'un de ceux-là.

L'action sociopolitique

Françoise Pagé



Aidez-nous à vous aider

En mai dernier, lors du congrès de l'AREQ, les personnes déléguées ont adopté des propositions concernant le respect, la dignité et la sécurité des personnes âgées. Toutes ces nouvelles orientations font partie du plan d'action 2017-2020 de l'AREQ et visent à réaliser sa mission.

En 2036, les plus de 65 ans représenteront près de 26% de la population. Nous devons reconnaître la réalité de ces personnes âgées. Il est très important, pour notre association de veiller à la valorisation d'un milieu de vie de qualité répondant aux besoins de chaque personne. Nous devons nous occuper de la bienveillance et dénoncer toutes formes de violence physique et même psychologique.

Nous devons aussi, continuer à revendiquer l'amélioration de l'indexation des rentes afin que les personnes vivent dans des conditions décentes. Un sujet dont on n'ose pas parler, c'est la **solitude** qui menace la santé de nos personnes âgées. Ces gens en perte d'autonomie, vulnérables, ne voulant pas être un poids pour



les autres souffrent et mènent une vie sans espoir. Ils ont peur de mourir seuls. Ils vivent une profonde détresse. Je pense à l'émission *Les grands reportages* où l'on présentait des personnes qui meurent seules et dont les corps ne sont jamais réclamés. Elles sont inhumées dans une fosse surplombée d'une croix sur laquelle est écrit : MORT X. Il est important d'agir.



Alors, je vous invite le **17 avril à Blainville**, au Day's Inn, afin de rencontrer une conférencière, madame Julie Gravel, qui nous sensibilisera à toutes ces situations et répondra à notre questionnement : Que pouvons-nous faire pour aider les personnes âgées? Que pouvons-nous faire pour aider ceux qui aident?



Nous vous attendons. Inscrivez-vous sur le formulaire à la page 9.

Pour le mot croisé à la page 12, envoyez vos réponses à Françoise Pagé au 195, montée Casino, Saint-Calixte, Qc, J0K 1Z0

Le mot croisé de Françoise et d'André

Lors du premier visionnement du film *Demain*, ils ont confectionné un mot croisé sur le thème de l'agriculture. C'est un mot croisé épisodique, il n'y en aura pas d'autres.

	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. Produits qui fournissent de quoi vivre.
2. Peut être aigu ou grave-Fils d'Anchise-Son président est Marcel Groleau.
3. Outil à lame-Vagabonde-Pr. anglais
4. Poétesse américaine-Rente
5. On la trouve dans une salle d'attente-Âpre
6. Indique un choix- Île française
7. Bile noire
8. Règle du dessinateur- Véhicule
9. Mettre en terre
10. Organisme génétiquement modifié-Aime particulièrement
11. Période du tertiaire- Armée basque
12. Tissu- On en a 206- Révéréfié

Verticalement

1. Coalitions
2. Particulier à son patelin- Pr.personnel- Terre
3. Instruire d'un secret-Effervescence
4. Espace économique européenne- Code génétique-Mère des Titans
5. Voyelles identiques- Pédanterie
6. Direction- Malchance- Drame japonais
7. On la cultive- Usées
8. Fait entrer l'air- Pâtés à base de graines de tournesol, d'oignon et d'ail
9. Prénom- Mettre bout à bout
10. Petit ruisseau- Éminence- Encouragement
11. Protéger un jeune plant- Chef ottoman assassiné en 1922
12. Rempli- Période historique

Les arts

Mireille Provencher Benson



Exposition 2018

À vous tous, artistes créateurs de tableaux, photos ou sculptures, j'espère que la pause de 2017 a favorisé votre création et que nous vous retrouverons, anciens et nouveaux membres, à participer à l'exposition lors de l'assemblée générale sectorielle (AGS) 2018.

En plus d'être nos *Coups de cœur*, vous aurez la possibilité de représenter notre secteur lors de l'assemblée générale régionale (AGR) et d'y remporter une bourse, si vous êtes sélectionnés.

Inscrivez-vous dès que possible en me téléphonant au 450 831-4812 ou par courriel : **provencher_m@videotron.ca**

Date limite pour l'inscription **16 avril 2018**.

Je vous rappelle les critères de participation :

- œuvre récente et originale (aucune reproduction : votre création)
- tableau (huile, acrylique, aquarelle, gouache, techniques mixtes, encre, fusain, estampe)
- sculpture : bois, pierre, métal, savon, etc. (petit et moyen formats)
- photographie : encadrée et aussi possibilité d'imprimer sur toile, sur plaque d'aluminium, papier métallique perlé, papier métallique argent.
- possibilité de présenter deux œuvres par artiste
- thème libre
- être présent à l'assemblée.

Les trois premiers *Coups de cœur* recevront un prix de 50 \$ chacun et trois montants de 20 \$ seront tirés parmi les autres exposants.

Pour l'exposition des élèves de Normand Turmel, il y aura confirmation de la date par une infolettre au plus tard début avril. Pour de plus amples informations ou pour vous y inscrire, n'hésitez pas à contacter Normand Turmel 450 839-7584, cell. 450 916-5093 ou Mireille Provencher Benson 450 831-4812.

Site Internet

N'oubliez pas de consulter, sur le site de l'AREQ Lanaudière 10A, l'onglet Arts visuels. Vous y retrouverez les photos des gagnants *Coups de cœur* et de certaines réalisations des cours de dessin et peinture.

Les communications

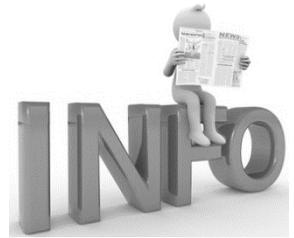
Monique Forest



Les communications, un outil indispensable

Après 14 ans d'implication à l'AREQ, je quitte les communications, je rentre dans mes terres avec la certitude que j'ai donné le meilleur de moi-même à l'association. Le moment est venu de me donner du temps ainsi qu'à ma famille. Néanmoins, je continuerai à représenter l'AREQ à la Table régionale de concertation des aînés de Lanaudière, à promouvoir la Fondation Laure-Gaudreault, à la faire rayonner auprès d'organismes lanaudois et à organiser les cours de danse en ligne. C'est donc une semi-retraite de mon bénévolat pour l'AREQ.

Je crois vous avoir donné de l'information en quantité et en qualité. Mon souci a toujours été de vous transmettre les informations le plus rapidement possible, ces infos venant des comités, du conseil sectoriel, du national, de la Table régionale de concertation des aînés de Lanaudière. En 2018, l'information doit être rapide, immédiate, à jour.



Dans *La Noria* précédente, je décrivais mes tâches qui pourraient être exécutées par plus d'une personne. Lorsque j'ai commencé la mise en page de notre bulletin d'informations, je n'avais aucune expérience dans le domaine, *j'ai appris sur le tas*. Si une tâche vous intéresse, signifiez votre désir à notre présidente, madame Watts, dont les coordonnées apparaissent à la dernière page.



Bien sûr, c'est avec nostalgie que j'écris la dernière *Noria*. J'ai aimé en faire la mise en page, j'ai aimé écrire à titre de responsable de différents comités et de présidente. J'enverrai des infolettres jusqu'à l'assemblée générale du secteur le 24 mai. Après, ce sera à quelqu'un d'autre d'assurer l'information aux membres. Les communications, c'est aussi le site Web. Là aussi, j'y ai mis tout mon cœur en consacrant de nombreuses

heures devant mon ordinateur à publier les infolettres, les anniversaires, les décès, les nombreux communiqués affichés régulièrement sur la page d'accueil. Là aussi, mission accomplie! Mon souhait : que des jeunes femmes et jeunes hommes retraités du secteur prennent notre relève. Michel Bourgault et moi, nous vous passons le flambeau des communications. À vous de prendre le relais. À vous de relever le défi!



Notre site Web, une affaire d'équipe

Michel Bourgault



En avril 2015, un nouveau site Web AREQ-LANAUDIÈRE.ORG remplace le premier site créé et animé par Roger Plouffe pendant de nombreuses années. La nouvelle version du site utilise des outils relativement accessibles et ne demandant aucune connaissance du langage HTML ou autre.

Comme nouveau gestionnaire je me suis engagé pour un mandat de 3 ans. J'ai créé l'architecture du site, publié les informations de base sur le secteur Lanaudière, supervisé la présentation générale et recruté une équipe dynamique de webmestres, dont je suis fier et qui mérite toute notre reconnaissance. Une de mes tâches est d'aider les membres et les responsables de comité à s'approprier les outils du site : agenda, annuaire, billets de blog, formulaires de contact, album de photos.

Monique Forest, déjà responsable du comité des communications et de la Noria, assure la publication régulière de contenus de première qualité largement illustrée. Elle publie et envoie une dizaine d'infolettres par mois à 275 abonnés. Elle y fait un excellent suivi de l'actualité dans tous les domaines intéressant nos collègues retraités. Elle publie les anniversaires et les notices nécrologiques. Elle voit à la mise à jour des pages de la majorité des comités.



Huguette Bérard est la photographe officielle qui non seulement manie la caméra, mais aussi s'initie et réussit de façon magistrale la mise en ligne des photos. Sa contribution est considérable, car un site attire des visiteurs en grande partie par les images. Elle est assistée occasionnellement par Carmen Parent. D'autres membres offrent généreusement

des photos notamment pour l'entête de la page d'accueil : Lise Gervais et Jean-Noël Marion.

Jean-Marc Desroches avec son grand talent de chercheur et de pédagogue crée des quiz sur la région Lanaudière, son histoire, ses personnalités, ses attraits festivaliers, artistiques et agroalimentaires. Il est assisté dans la publication par son épouse Jocelyne et par Carmen Chatelain.

Normand Turmel, professeur d'arts, publie les œuvres de ses étudiants en dessin et peinture. André Mousseau assure la mise à jour du comité du forum des hommes. Il ne faudrait pas oublier Jean-Pierre Robert, cameraman, qui a filmé les capsules vidéo sur la retraite, créées et jouées par l'équipe composée de Thérèse Chaput, Louise Lavergne, Monique Forest et Michel Bourgault.



L'AVENIR

Alors qu'approche le mois d'avril, Michel Bourgault ne s'engage pas pour un deuxième mandat principalement à cause d'obligations familiales. On devra trouver du sang neuf pour gérer le site. Il doit

bien se trouver, parmi nos quelque 1 500 membres, des candidats capables et disposant d'une à deux heures par jour. À coup sûr, celle ou celui qui prendra la relève pourra bénéficier de mon expérience et de mon aide pour prendre le site en main. Une autre donnée qui peut influencer la décision de s'engager est la fréquentation du site, car c'est là qu'on peut voir à quel point il est utilisé par nos membres.



Le comité des femmes

Louise Lavergne

Un seul être nous manque et tout est dépeuplé, Lamartine

C'était le 3 janvier dernier, mon amoureux et moi déjeunions ensemble. J'étais loin de me douter que quelque deux heures plus tard, il mourrait. Certes, il était malade, mais je croyais naïvement que le délai serait plus long. Le ciel m'est tombé sur la tête ce matin-là. Et la chanson du grand Jacques ne m'a jamais paru aussi véridique.

Les vieux ne meurent pas. Ils s'endorment un jour et dorment trop longtemps. Ils se tiennent la main, ils ont peur de se perdre et se perdent pourtant et l'autre reste là. Le meilleur ou le pire, le doux ou le sévère. Cela n'importe pas. Celui des deux qui reste se retrouve en enfer. Jacques Brel



Apprivoiser l'absence n'est pas chose facile.

J'ai beaucoup pleuré. Tout ce dont j'avais envie, c'était de me rouler en boule au milieu de mon lit et de n'en plus bouger. C'est ce que j'ai fait les premiers jours après son décès. Mais avant de sombrer dans la dépression, je me suis dotée d'outils pouvant me permettre de passer au travers de cette épreuve si douloureuse. J'aimerais partager avec vous quelques moyens et informations. D'abord, il faut s'entourer de gens capables de prendre soin de nous, donc de personnes qui nous sont proches et que nous aimons. Ensuite, découvrir des organismes qui offrent une écoute de formation professionnelle. Enfin, il y a les livres qui sont eux aussi d'un précieux secours. *Le temps n'endort pas les grandes douleurs, mais il les assoupit.* George Sand



Il me reste encore beaucoup de chemin à parcourir avant d'apaiser ma peine, et peut-être, retrouver mon insouciance passée. Tant et aussi longtemps que la lumière existe, la vie suit son chemin.

La nuit n'est jamais complète. Il y a toujours, puisque je le dis, puisque je l'affirme, au bout du chagrin, une fenêtre ouverte, une fenêtre éclairée. Il y a toujours un rêve qui veille. Désir à combler. Faim à satisfaire. Un cœur généreux, une main tendue, une main ouverte. Des yeux attentifs. Une vie, la vie à se partager. Paul Éluard

Informations :

La consultation individuelle. Le CLSC et les cliniques médicales offrent ce service et c'est gratuit.

Aux Couleurs de la Vie Lanaudière, un organisme qui offre, entre autres, un suivi de deuil individuel ou en groupe. Groupe fermé d'environ dix personnes. Durée de dix semaines, à raison d'une rencontre de trois heures par semaine. Cet organisme est situé au 44, rue Saint- Joseph, Joliette, QC, J6E 5C4 Téléphone : 450 752-4436

Un autre organisme offre un service similaire : **DEUIL-AMIS-JO**: Les rencontres sont hebdomadaires pour une durée de dix à douze semaines consécutives. *Comme moyen concret, nous partons d'un texte, d'une cassette vidéo, d'un chant entendu, ou encore d'une série de situations reliées au sujet traité au cours de la rencontre qui dure deux heures.* Situé au 169, rue Gauthier Nord, Notre-Dame-des-Prairies, Qc, J6E 1V9 Téléphone: 450 752-4371 et courriel : sragathe@hotmail.com

Les livres

Elisabeth Kübler Ross, une psychiatre helvético-américaine, pionnière de l'approche des soins palliatifs pour les personnes en fin de vie. Voici quelques titres : *Mémoires de vie, mémoires d'éternité* et *Les derniers instants de la vie*.

Jean Monbourquette, spécialiste de la thérapie de couples et du travail sur le deuil et le pardon. Il a été l'un des premiers à vouloir relier l'approche psychologique et l'approche spirituelle : *La mort est une question vitale, Vivre avec la mort et les mourants*.



Le fait de partager ma peine avec vous m'a aidée et j'espère que l'information que je vous ai transmise le sera tout autant s'il y avait lieu.



L'environnement et le développement durable

Hélène Riberdy

Le printemps

Dernièrement, le gouvernement du Québec a annoncé une nouvelle réglementation des pesticides utilisés en agriculture, En voici quelques lignes : *Grâce à cette nouvelle façon de faire, les cinq pesticides les plus à risque pourront désormais être achetés et utilisés seulement si leur application est justifiée et prescrite au préalable par un agronome membre de l'ordre des agronomes du Québec...*

C'est un premier pas dans la bonne direction...espérons que cette annonce aura une suite, peu importe le résultat des prochaines élections...

En attendant, il est toujours possible pour nous consommateurs ...

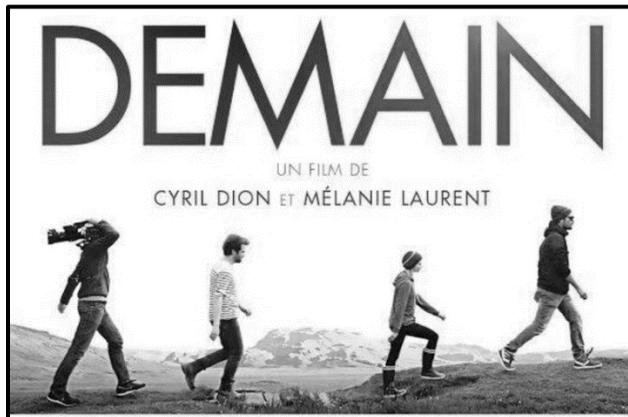
- d'acheter des produits bio et locaux;
- de choisir les *Aliments Québec* ;
- de faire pousser nos légumes avec du compost et sans pesticides; il n'est pas nécessaire d'avoir un grand jardin,



- un bac urbain peut suffire. (Voir le site de Monsieur Jardin sur Internet);
- de s'inscrire à un panier d'agriculture soutenu par la communauté. (equiterre.org)

Pour plus d'informations, je vous conseille le volume *L'ENVERS DE L'ASSIETTE* de Laure Waridel, même s'il a été écrit en 2003, il est toujours d'actualité.

PROJET DEMAIN OU RÉENCHANTER LA VIE



À la suite de la parution du film *DEMAIN* en 2016, nous avons entrepris une démarche de réflexions positives sur les cinq thèmes du film : l'agriculture, l'énergie, l'économie, la démocratie et l'éducation. Ce film met en valeur des initiatives positives réalisées dans différents pays sur chacun des thèmes du film.

Chacune de nos rencontres comportait les éléments suivants :

- Visionnement d'une partie du film
- Réflexion d'un intervenant sur le sujet abordé
- Une période de discussion ou réflexion
- Pistes d'actions que nous pourrions réalisées dans notre quotidien.

Ces rencontres étaient organisées en partenariat avec la responsable du comité de l'action sociopolitique, Françoise Pagé.

Je tiens à dire MERCI à Carmen Chatelain pour l'initiative du projet, Michel Bourgault pour le soutien informatique, Monique Forest pour le support organisationnel des rencontres et la diffusion des communications et Jean-Pierre Robert pour la prise de note rigoureuse... Entre 30 et 40 personnes étaient présentes à chacune des rencontres.

MERCI d'être des acteurs d'espoir pour vos enfants et petits-enfants !





Le comité des hommes

André Thérien

Le comité des hommes,
notre forum d'échanges et de discussion!



Le 13 février dernier, notre comité s'est joint aux hommes de la région des 3 L pour souligner la semaine de la persévérance scolaire qui avait lieu dans la 2^e semaine de février.

On se souviendra que, lors du dernier congrès de l'AREQ, le printemps dernier, notre région avait présenté et fait adopter une proposition concernant la persévérance scolaire. L'objectif étant *d'appuyer des organismes et des initiatives visant à promouvoir la persévérance et à lutter contre le décrochage.* (#47 du plan d'action national)



Or, un tel organisme existe déjà depuis près de 21 ans dans la région de Saint-Jérôme. Il s'agit du groupe Prométhée, un organisme voué à la persévérance scolaire fondé par M. Gilles Trudel, membre de l'AREQ Rivière-du-Nord.



Tout près de 45 bénévoles *mentorisent* des jeunes qui leur sont référés comme étant à risque de décrocher. Leur action consiste à rencontrer ces jeunes sur une base mensuelle ou bimensuelle et d'être à l'écoute de leur réalité. Ces rencontres ont lieu à l'école, à l'intérieur de l'horaire des étudiants. Comme ces personnes ne font pas partie du personnel et n'exercent pas une fonction d'autorité, une relation égalitaire s'installe avec les jeunes.

Il n'y a pas de rapport officiel remis aux autorités. Une liste de sujets étant susceptibles d'être abordés ayant été bâtie préalablement, l'intervenant et l'étudiant ne font que cocher le ou les thèmes qui ont été abordés durant la rencontre, afin qu'il y ait une forme de suivi et de continuité entre les rencontres.

Ce groupe étant incorporé, donc soumis à la loi des corporations, un bilan général annuel est produit à la fin de l'année, portant sur l'ensemble des rencontres auprès de 70 à 80 jeunes qui se sont engagés à entreprendre une démarche pour une durée d'environ un an, un an et demi.

À la suite de cette rencontre du comité des hommes des 3 L, des personnes seraient intéressées éventuellement à joindre ce groupe. D'autres se proposent de sonder le terrain dans leur secteur respectif, afin de voir si une telle initiative pourrait voir le jour auprès des jeunes. C'est à suivre!

Mercredi, 4 avril 2018 : Activité régionale intersectorielle à Blainville
AM: Monsieur Tommy Bureau présente le Plan d'action national du ministre Gaétan Barrette portant sur la santé et le bien être des hommes. PM: Bilan de l'année et prospective pour 2018-2019.

La retraite (indexation)

Thérèse Chaput



Nos gouvernements veulent-ils vraiment notre bien?... J'en doute...

Le gouvernement Trudeau s'apprête à adopter le projet de loi C-27 qui modifierait les régimes de pension faisant porter tous les risques aux travailleuses et travailleurs, mais aussi à celles et ceux qui sont déjà retraités et qui sont sous juridiction fédérale. Si le fédéral parvient à faire passer cette loi, il y a fort à parier que les provinces suivront le pas et ce, au détriment de toutes les personnes retraitées présentes ou futures.



Quelle est la teneur du projet de loi C-27 que notre premier ministre du Canada, M. Justin Trudeau, veut faire adopter? C'est un projet de loi qu'il a lui-même qualifié, lorsque les conservateurs l'avaient présenté et qu'il était dans l'opposition: *De grave erreur et d'inacceptable*. Maintenant, qu'il a été élu, il laisse son ministre des finances faire *le sale boulot* et il ne trouve plus ce projet inacceptable.

Le projet de loi C-27 a pour principal objectif de permettre à des sociétés de la couronne et à des sociétés sous juridiction fédérale, de convertir des régimes à prestations déterminées en régime à prestations cibles. Voici les définitions pour chacun des régimes. Un régime à prestations déterminées (c'est le nôtre) signifie que notre rente est déterminée à l'avance et qu'elle ne change pas. Seules les cotisations changent. Ce régime a pour

objectif de garantir le montant que nous recevons à la retraite. S'il y a des déficits, ce n'est pas la rente qui change mais les cotisations. Ainsi les risques sont partagés par les deux parties, les personnes salariées et les employeurs.

Il y a aussi les régimes à prestations cibles. (Les régimes à prestations cibles ressemblent aux régimes à cotisations déterminées). Dans les régimes à prestations cibles, la nuance est de taille. La cotisation demeure fixe mais la prestation (la rente) peut fluctuer. Elle varie selon les surplus ou les déficits du régime. Les risques sont assumés par les travailleurs et les travailleuses et les personnes retraitées.

Donc, vous savez que vous allez recevoir une rente mais vous ne savez jamais laquelle car elle varie selon le marché. Dans de telles conditions, il est très difficile d'établir un budget. Par exemple, si le régime a un déficit de 10%, les rentes des personnes retraitées baissent de 10%. Même si vous avez pris votre retraite depuis plusieurs années.

Le gouvernement et les employeurs essaient de nous faire croire qu'il n'y a presque pas de différence avec le régime à prestations déterminées, mais comme vous pouvez le constater, c'est totalement faux.



**Loi modifiant
la Loi sur les normes
de prestation
de pension**

Vous allez certainement vous demander pourquoi le gouvernement veut-il à tout prix passer cette loi? C'est simple, pour répondre au lobbying des entreprises. Les employeurs veulent se sortir des régimes à prestations déterminées à cause du risque comptable. Dans les normes comptables, on impute au passif d'une entreprise un déficit théorique lié au régime de retraite qui fait apparaître des déficits gigantesques à long terme, qui ne se matérialiseront presque jamais à court terme, mais ça nuit à leur cote. C'est dû à des règles débiles de comptabilité qui ne veulent pas prévoir les vrais rendements de cette sorte de caisse.



Alors, leur solution est de se décharger de leur responsabilité en faisant vivre tous les risques aux travailleurs et aux retraités. Et notre premier ministre qui se dit proche des travailleurs et des travailleuses montre par ce projet de loi, de quel côté il est vraiment. Pour ce qui est de la CAQ, sachez que ses représentants nous trouvent *gras durs* avec notre régime à prestations déterminées.

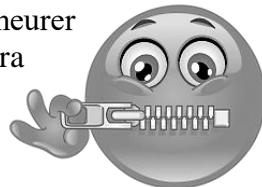
Signer la pétition sur le site suivant : <https://www.retraitesfederaux.ca/fr-CA/Advocacy/Honour-Your-Promise/Tell-Your-MP> pour indiquer que vous êtes

contre le projet de loi C-27 et ensuite surveiller notre gouvernement provincial, car si cette loi passe au niveau fédéral, il ne tardera pas pour en faire autant.

Dans mon dernier article, je vous ai parlé d'une table de discussion avec les associations de personnes retraitées, mise sur pied par monsieur Coiteux. Je vous avais dit que l'objectif, selon ses prétentions, était de discuter des problèmes vécus par les personnes âgées. Je vous avais également dit que selon lui, il ne serait nullement question d'indexation.

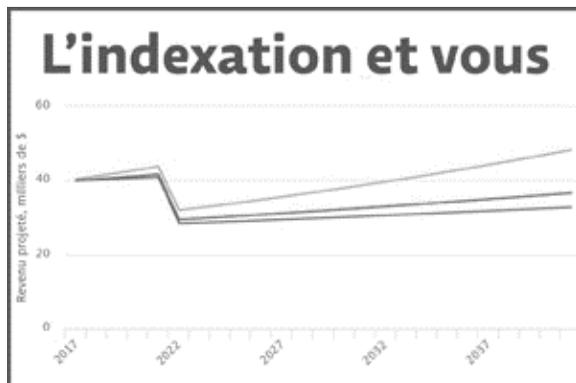
Ce que je souhaitais fortement, alors, c'est que les personnes qui nous représentent, profitent justement de cette *Tribune* pour parler des conséquences graves de la non-indexation de nos rentes sur la vie des personnes retraitées.

À ce jour, il y a eu trois rencontres officielles depuis la création de la *Tribune* à laquelle participent six associations de retraités dont l'AREQ, l'AQDER, l'AAR, le RIIRS et l'ADR. La prochaine aura lieu en mai. Les échanges doivent demeurer confidentiels et les procès-verbaux ne peuvent être publiés. Il y aura un rapport à la fin du mandat qui est prévu au bout de deux ans. C'est bien dommage que le gouvernement ne veuille pas que l'on sache les résultats de ces rencontres avant les élections d'octobre.



Des représentantes de l'AREQ m'ont cependant affirmé que notre présidente au niveau national est très préoccupée par le dossier de l'indexation. Alors, c'est peut-être encourageant de ce côté-là.

Les conférences annoncées à la page 9 sont des initiatives des comités régionaux de l'action sociopolitique et de la retraite. Rappel : Servez-vous du formulaire pour vous y inscrire.



Voulez-vous voir les méfaits de la non-indexation sur votre rente de retraite? Allez sur le site Web : <http://areq.qc.net/>, cliquez sur l'image *L'indexation et vous*. Vous pourrez personnaliser votre recherche et vous obtiendrez votre profil. Vous verrez à long terme l'incroyable, mais vrai ravage que produit cette injustice qui nous a été faite en 1982. Injustice qui n'a pas encore été réparée.



La clinique de sang

Lisette Parent

Bonjour à vous toutes et tous,



Je vous avais dit, en août dernier, que vous lisiez mon dernier article en tant que responsable de la collecte de sang. Eh bien! C'était l'avant-dernier. Il me fait plaisir de vous informer que, pour la collecte de l'an prochain, mesdames Céline Beaulieu et Jocelyne Mailhot seront les responsables de l'organisation de la collecte de sang pour l'AREQ. Je les remercie grandement pour leur générosité. Pour ma part, je continuerai de collaborer avec Héma-Québec, mais seulement les jours de collecte, si on a besoin d'une bénévoles sur le terrain.

La collecte de cette année se tiendra les **jeudi et vendredi**
22 et 23 mars 2018
aux galeries Joliette
dans la cour H et M, porte numéro 5
de 10 h à 20 h.

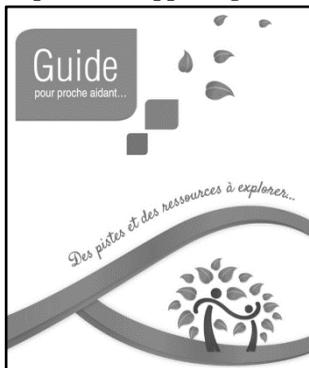
Ce changement est rendu nécessaire à cause de la ferme de Pâques qui occupera l'espace devant le magasin Bouclair. Venez nous rencontrer, venez donner du sang! Rappelez-vous qu'un don de sang peut sauver quatre vies!

L'APPUI Lanaudière

*Vous êtes là pour eux,
nous sommes là pour vous.*

Vous êtes une ou un proche aidant, un guide sur des pistes et des ressources se trouve sur le site Web de *l'Appui Lanaudière* :

https://www.lappui.org/content/download/15695/file/Guide_proches_aidants_Lanaudi%C3%A8re.pdf



Une initiative du *Regroupement bénévole de Montcalm* avec le soutien de *l'Appui Lanaudière*.

Info-aidant est un service téléphonique professionnel, confidentiel et gratuit qui s'adresse aux proches aidants d'aînés, à leur entourage, ainsi qu'aux intervenants et professionnels de la santé.

INFO-AIDANT
1 855 852-7784
ÉCOUTE-INFORMATION-RÉFÉRENCES



Tableau des activités (à conserver)

Luce Archambault : 450 839-3978

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



Activités	Endroit du repas	Date/heure	Précisions
Dîner à la cabane 	Cabane <i>La Rose au bois</i> 1651, rang des Continuations Saint-Jacques, J0K 2R0 Au coin de la route 158 (Repère : cabane au toit bleu)	Mercredi 4 avril 2018 11 h 30	Réservez avant le 23 mars. Coût : 19 \$
Déjeuner et visite à la <i>Ferme Vallée</i> <i>verte</i>	Restaurant <i>L'Ilo Pirate</i> 931, route Louis-Cyr Saint-Jean-de-Matha, J0K 2S0	Mercredi 2 mai 2018 8 h 45	<i>Ferme Vallée verte</i> 180, rang Guillaume-Tell Saint-Jean-de-Matha, QC, J0K 2S0 Réservez avant le 23 avril.
Déjeuner et visite à <i>l'Atelier de poterie</i> <i>de Rawdon</i>	Resto-Bar <i>La lanterne</i> 3630, rue Queen Rawdon, QC, J0K 1S0	Mercredi 6 juin 2018 9 h	<i>L'Atelier de poterie de Rawdon</i> 4070, chemin du Lac Gratten Rawdon, Qc, J0K 1S0 Réservez avant le 26 mai.
Déjeuner Style brunch Coût : 10 \$ Pas de visite	<i>Auberge de la Montagne</i> <i>coupée</i> 1000, ch. de la Montagne C. Saint-Jean-de-Matha, Qc J0K 2S0	Mercredi 5 septembre 2018 9 h	Réservez avant le 29 août. Des informations pourraient vous être données sur place par la présidente, les responsables,...
Déjeuner et deux visites	<i>Café des cours</i> 577, rue Notre-Dame Repentigny J6A 2T6	Mercredi 3 octobre 2018 9 h	1 ^{re} visite : <i>Moulin Grenier</i> 912, rue Notre-Dame, Repentigny J5Y 1C8 Visite guidée 2 ^e visite : <i>Centre d'art Diane-Dufresne</i> 11, allée de la Création, Repentigny J6A 0C2 Visite animée Réservez avant le 30 septembre.
Déjeuner et magasinage à votre guise	Restaurant <i>Nickels</i> 1075, boulevard Firestone Joliette, QC, J6E 6X6	Mercredi 7 novembre 2018 9 h	Réservez avant 30 octobre.
<u>Dîner de Noël</u> NOUVEAU 	Club de golf <i>Montcalm</i> 1800, chemin Nadeau Saint-Liguori, QC J0K 2X0	Mercredi 5 décembre 2018 11 h 30 Punch de l'amitié	Danse, prix de présence- Repas, un litre de vin pour 4 personnes, table des desserts inoubliable, taxes incluses : 30 \$ pour membre – 40 \$ pour non-membre. Postez votre chèque avant le 28 novembre, libellé au nom de AREQ Lanaudière à : Luce Archambault 56, rue Piette, Saint-Jacques, QC, J0K 2R0



Les cours offerts par l'AREQ

1. Les cours de CONVERSATION ANGLAISE Automne 2018

Intermédiaires avancés: lundi matin à Joliette avec Louise Poirier,
450 834-2258

Intermédiaires: jeudi matin à Saint-Jacques et **Débutants plus:**
jeudi après-midi à Saint-Jacques avec Wynanne Watts, **450 222-3859**

Le coût d'inscription pour dix cours de deux heures trente minutes est de **75 \$** par membre de l'AREQ, **100 \$** par conjoint ou conjointe d'un membre et **125 \$** par non-membre.

Il reste quelques places : réservez dès que possible!

2. Les ateliers de DESSIN débutants avec Normand Turmel



Vous aimeriez dessiner, mais vous croyez que vous n'avez pas ce talent ? Pourquoi ne pas tenter l'expérience ? Vous serez probablement très surpris des résultats. Le dessin, c'est avant tout une façon d'observer et d'appliquer des techniques. Tout en étant structurées, ces activités demeurent très ludiques et chacun progresse à son rythme.

À l'aide d'exercices simples, vous découvrirez comment:

- Observer
- Évaluer les dimensions et les mettre en relation
- Décomposer les formes
- Rendre la perspective.

Durée : 15 semaines à raison de deux heures par semaine. Les jeudis, de 9 h à 11 h.

Début : **jeudi le 6 septembre 2018**

Lieu : école Lajoie, 375, rue Saint-Thomas, Joliette, (tout près du Château Joliette)

Coûts : **90 \$** pour les membres, **120 \$** pour conjoint ou conjointe et **150 \$** pour les non-membres.

N'hésitez pas à me contacter si vous désirez plus d'informations. Vous pouvez aussi visiter le site de l'AREQ (areq-lanaudiere.org) et vous trouverez sous l'onglet cours et ateliers une brève description de mon programme ainsi que quelques exemples réalisés par des élèves.

Normand Turmel n.turmel@hotmail.com 450 916-5093

3. La DANSE EN LIGNE avec Lison Bellerose



Pour la session d'automne, les douze cours d'une durée d'une heure trente, de 10 h à 11 h 30, débiteront le 7 septembre 2018 et se termineront le 23 novembre. Ils se donneront à la salle communautaire Alain-Pagé au 10, rue de Coubertin, Saint-Charles-Borromée.



au conseil municipal de Saint-Charles-Borromée d'offrir gratuitement ce local à notre association depuis plusieurs années !

Coût : 24 \$ par membre et résidentes de SCB, 48 \$ par non-membre. Inscrivez-vous avant le 1^{er} septembre auprès de Monique Forest, responsable : 450 839-6426 ou forestmonique@hotmail.com Libellez votre chèque à AREQ Lanaudière et remettez-le lors du premier cours à la responsable. S'il-vous-plaît, aucun argent comptant.



Au sujet des mots croisés

Jean-Marc Desroches

C'est définitivement la fin! Le verbicruciste a décidé de déposer le crayon et de ne plus procéder à la confection des mots croisés. Il en sera ainsi de la chronique *Il y a dix ans déjà*. D'autres devront prendre la relève.

Et sur la même lancée, la correction de l'organe d'information *La Noria* devra être confiée à quelqu'un de plus compétent. Le temps ayant fait son oeuvre (près de dix-huit années), le plaisir d'y travailler s'amenuisait et l'efficacité s'en faisait ressentir. Sachons laisser sa place quand le moment est venu! Gros merci à ceux qui ont osé collaborer à ces activités durant toutes ces années!
Acta est fabula.



JEAN-MARC

NDLR : Je tiens à remercier personnellement Jean-Marc pour sa grande générosité en publiant *Le mot croisé*, *Au sujet des mots croisés*, *Il y a déjà dix ans*. Également sa précieuse collaboration à la correction de *La Noria* avec Madeleine Rivest, des heures de sérieux ponctuées de nombreux rires. Une belle équipe !



L'AREQ recherche les adresses invalides de membres.

1. Richard Richer **ayant eu comme adresse** 216, 23^e Avenue, Saint-Lin-Laurentides
2. Lucile Lafortune, 220-373, rue Saint-Thomas, Joliette
3. Éva Meulenyser, 320-1070, boul. Shevchenko, Lasalle
4. Claude Thibault, 6-490, rue Chome, Repentigny
5. Pierre Mirandette, 1241, rang Nord, Saint-Norbert

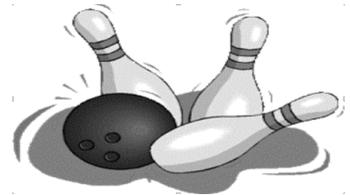
Toutes ces adresses sont invalides. Si vous connaissez ces membres et leur nouvelle adresse, communiquez-la à la présidente à : wwat@sympatico.ca Merci de votre collaboration !

Les quilles

Arthur Roberge



Sous la responsabilité d'Arthur Roberge, il y a des quilles chaque mardi au salon *Baby* de Joliette à 13 h 30. Vous pouvez vous y inscrire à tout moment de l'année.



Informations utiles

AREQ.....1 800 663-2408	Assurance-maladie du Québec.....1 888 435-7999
Mutuelle SSQ1 800 463-5525	Sécurité de la vieillesse.....1 800 277-9915
CARRA1 800 463-5533	Protection des consommateurs.....1 888 672-2556
Assurances Résaut.....1 800 363-6344	Régie des rentes du Québec.....1 800 463-5185
Certificat de naissance...1 800 567-3900	

Une référence pour faire vos rapports d'impôts : **Maison populaire au 712, rue de Lanaudière, Joliette, Qc, J6E 3N1 Téléphone :450 759-7977**

Vous pouvez devenir membre de la *Maison populaire* de Joliette en prenant votre carte de membre au coût de 20 \$ par année. En devenant membre, vous avez le droit, entre autres, de faire remplir votre rapport d'impôt gratuitement si vous êtes une personne à faible revenu et répondez aux critères du programme.



Solution du mot croisé précédent

Jean-Marc Desroches

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



Sont décédés : **madame Lise Desroches**, membre; **monsieur René Gaudet**, frère de Denis; **madame Gertrude Richard**, mère d'Edmond Venne; **madame Denise Archambault**, sœur d'Yvonne Champagne; **madame Danielle Rondeau**, fille de Gilles Rondeau; **monsieur Denis Grégoire**, beau-frère de Madeleine Joly, Micheline Joly, Ginette Joly et Robert Foisy; **monsieur T. Ted Lefebvre**, membre; **madame Yvonne Duprat**, sœur de Lina; **monsieur Daniel Desjardins**, conjoint de Louise Lavergne; **madame Claire Béland**, membre; **madame Jeannette Gagné**, mère de Claudette Sarrasin; **monsieur Jean-Claude Mailhot**, frère de Claudette, Danielle, Marielle, Jocelyne et beau-frère de Normand Turmel; **monsieur Yvon Laurin**, frère de Ginette.

Nos plus sincères condoléances aux familles et aux amis.



Le 24 mai : assemblée générale du secteur au Club de golf Montcalm

Le 31 mai : assemblée générale régionale à Blainville

**Semaine de l'action bénévole
du 15 au 21 avril 2018**



*Je bénévole, tu
bénévoles,
conjuguons
notre bénévolat!*

C'est ensemble, tout citoyen confondu, peu importe l'âge, le sexe, l'origine, la condition physique, sociale ou économique, que nous allons pouvoir orienter la société dans laquelle nous vivons vers l'entraide et la solidarité.

Dans un monde qui change à vive allure, l'action bénévole est, elle

aussi constamment en mouvement. La manière dont les bénévoles s'investissent évolue, change et se transforme. C'est pour cela que nous parlons aujourd'hui de *bénévolat*. À travers ce verbe, nous offrons une toute autre dimension au bénévolat en véhiculant une image contemporaine prenant en considération ces changements.

Les citoyens plus que jamais, doivent faire face à une société qui ne correspond pas toujours à leurs attentes que ce soit à travers l'équité, la solidarité ou encore la justice. **Les bénévoles sont la force collective d'aujourd'hui et de demain, leur implication est vitale pour le bien-être de la communauté.**

Source : Fédération des centres bénévoles du Québec



à toutes et à tous les membres de l'AREQ qui *bénévolent!*

Le pouvoir gris s'exprime

L'AREQ participe à un front commun de plus de 600 000 aînés dans le dossier opposant le gouvernement du Québec et les optométristes.



Face à l'échec des négociations avec le ministère de la Santé et des Services sociaux, 90 % des optométristes du Québec se retireraient du Régime d'assurance-maladie du Québec (RAMQ) à compter du 10 mars. Cela signifie que les examens de la vue ne seraient plus couverts par la RAMQ pour les personnes de 65 ans et plus, les prestataires de la sécurité du revenu et les jeunes de moins de 18 ans.

Considérant la gravité de la situation et l'urgence d'agir, l'AREQ s'est jointe aux trois principales associations de personnes âgées du Québec afin d'exhorter le gouvernement et l'Association des optométristes du Québec (AOQ) à revenir à la table des négociations et trouver un compromis avant qu'il ne soit trop tard. Réunies ensemble, nos quatre associations représentent plus de 600 000 membres sous une même voix forte.

« Plus de la moitié des personnes âgées de 65 ans et plus ont un revenu de moins de 25 000 \$. Considérant que le seuil de faible revenu au Québec est de 22 720 \$, on réalise l'ampleur de la situation. Avec le retrait de la couverture de la RAMQ, il est évident que plusieurs personnes âgées devront se priver de services optométriques essentiels au maintien de leur autonomie et de leur santé. Encore une fois, on fait face à une mesure qui accroît l'appauvrissement des aînés », a affirmé Lise Lapointe, présidente de l'AREQ.

Rendement de 9,3 % pour la Caisse de dépôt en 2017



La Caisse de dépôt et placement du Québec (CDPQ) a publié le 21 février ses résultats financiers pour l'exercice s'étant terminé le 31 décembre 2017. Ainsi, le rendement de la CDPQ a été de 9,3 % l'an dernier tandis que la moyenne sur cinq ans est de 10,2 %. Son actif net s'établit désormais à 298,5 milliards de dollars, soit une hausse de 18,4 milliards par rapport à l'an dernier. Bien qu'elle ait réalisé sa meilleure performance en quatre ans, la Caisse de dépôt et placement du Québec estime que les marchés sont plus fragiles, ce qui ouvre la porte à une correction.



Port payé Postage paid
 Poste Publications
 Publications Mail

41413015



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.ca450 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 Thérien.....450 222-3859
 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 condoléances : Diane Vézina.....450 754-4564
 Cartes d'anniversaire aux 70 ans + :Lise Gervais.....450 755-8487
 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