

# La Noria

Région : Laval-Laurentides-Lanaudière  
Secteur : Lanaudière

Mars 2015

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

## ***Le Comité SocioPolitique en actions***



**Au 1<sup>er</sup> déjeuner-croissant du Comité de l'Action sociopolitique  
à l'Annexe à Roland, le 17 novembre 2014**

# La Noria

NORIA: a.f. Machine hydraulique formée de godets attachés à une chaîne sans fin, plongent 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** 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 :

Madeleine Rivest, Jean-Marc Desroches

Photos : Collection AREQ Lanaudière  
ou photographes identifiés

## **Impression**

Kiwi, le centre d'impression

370, boul. Manseau

Joliette (Qc) J6E 3E1

## Sommaire

Mot de la présidente sectorielle.....	3
Mot de la présidente régionale.....	4
Avis convocation AGR- 21 mai et Pub.....	5
Avis convocation AGS 14 mai 2015.....	6
Bulletin de candidature.....	7
Énoncé des valeurs de l'AREQ (Rappel).....	8
Rapport financier au 30 juin 2014.....	9
Action sociopolitique et Témoignage et pub.....	10
Arts.....	14
Assurances – conférence 7 avril – infos impôts.....	15
La masculinité.....	17
Club de quilles.....	18
Forum des hommes.....	19
Indexation-retraite.....	20
Club de marche et publicité.....	21
Clinique de sang.....	22
In memoriam et publicité.....	23
Cours offerts par l'AREQ.....	24
Tableau des activités (à conserver).....	25
Mot croisé de Jean-Marc.....	26
Au sujet du mot croisé -Solution d'octobre.....	27
Activité régionale en environnement. 18 juin.....	28
Comités orphelins- Besoin de répit- Infos.....	29
Déjà 10 ans.....	30
Actualités de l'AREQ.....	31
Conseil sectoriel et responsables.....	32

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.

## Mot de la présidente sectorielle, Wynanne Watts



*Cher Peter Pan,  
J'ai laissé ma fenêtre ouverte.  
S'il vous plaît, viens me secourir.*

Dans la célèbre histoire d'exploration et d'aventure de Peter Pan, Wendy a griffonné de sa main d'enfant ce simple message d'espoir. Elle ouvrait ainsi sa fenêtre sur le monde de l'inconnu pour elle et ses frères afin de voler pour découvrir, explorer et goûter l'univers de Peter Pan.

À l'AREQ Lanaudière, nous vous invitons à ouvrir vos fenêtres et à venir découvrir la grande variété d'activités que nous avons concoctées pour vous. Si vous êtes attirés par des conférences, vous allez vouloir vous inscrire ce printemps à « La maltraitance », le 7 avril (p.17) et à « La contribution des aînés dans la société », le 14 mai (p. 6).

Si vous désirez ouvrir votre fenêtre vers les artistes et artisans de notre secteur, l'exposition au Château Joliette le 14 mai (p.15), les cours de dessin et de peinture (p.23) sont pour vous.

Si vous souhaitez voyager, mais votre fenêtre « langue » est embrouillée, inscrivez-vous à nos cours de conversation anglaise (p.23).

Si vous voulez rencontrer monsieur Claude Béland, conférencier sur l'importance des aînées et aînés dans la société lors du 3<sup>e</sup> déjeuner-croissant du Comité de l'action sociopolitique, inscrivez-vous, les places étant limitées. (p.13)

Si les nouvelles modifications à nos assurances 2015 vous inquiètent, envoyez votre chèque d'inscription au plus vite pour participer à notre séance d'information du 7 avril (p.16).

Si vous vous dites « Il faut que ça grouille, sinon ça rouille », joignez-vous à la marche (p.21), aux quilles (p.22), ou à la danse en ligne (p.23).

Si la lecture, les discussions et des échanges en profondeur vous interpellent, le Forum des hommes vous accueillera le 25 mars, le 15 avril et le 13 mai (p.18).

Si votre fenêtre ouverte penche vers de bons repas entre amis, affichez la liste des activités du comité des loisirs (p.25) sur votre frigo.

Bon printemps arequien et au plaisir de vous voir dans nos activités!

## Mot de la présidente régionale, Mireille Ménard



Un nouveau triennat commence. J'ai rencontré tous les membres des neuf Conseils sectoriels; c'est un plaisir de travailler avec des personnes aussi dynamiques. Un Conseil national a eu lieu à la fin du mois d'octobre. Ce Conseil regroupe toutes les présidences de secteurs de la province, les présidentes et présidents régionaux et le Conseil exécutif. Les six nouvelles personnes élues de notre Conseil régional ont trouvé cette expérience très enrichissante.

Le nouveau plan d'action pour 2014-2017 a été adopté à ce Conseil national avec les modifications proposées lors du Congrès de juin dernier. Voici les trois axes sur lesquels porteront nos actions :

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

Ce plan d'action s'adresse aux trois paliers, national, régional et sectoriel. Il est évident qu'il est impossible de tout réaliser dans l'année. La rencontre régionale, qui a eu lieu le 5 novembre dernier en présence de 99 participantes et participants, a permis de cibler et de planifier des actions pour la prochaine année. Par la suite, les secteurs devront faire de même.

Lors de cette rencontre, les membres des différents comités se sont regroupés en atelier et ont choisi une personne responsable pour le comité régional. Ils ont ensuite préparé leur plan d'action respectif pour l'année 2014-2015 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 viendront présenter leur plan d'action aux membres du Conseil régional.

Félicitations aux personnes choisies comme responsables des différents comités consultatifs :

Comité des arts : Collette Bonneville, du secteur Rivière-du-Nord / Comité des assurances : Ginette Jetté, secteur Chomedey-Laval/ Comité des communications : Lucille Gagné, secteur Chomedey-Laval/ Comité de la condition des femmes : Lucille Francoeur, secteur Laval Nord/ Comité de l'environnement et développement durable : Claudette Lefebvre, secteur Deux-Rivières de Laval/ Comité du forum des hommes : André Thérien, secteur Lanaudière/ Comité indexation-retraite : Thérèse Chapat, secteur Lanaudière/ Comité sociopolitique : Yvan Brassard, secteur Lanaudière

Je tiens aussi à souligner la nomination au niveau national de trois de nos membres.

Comité des assurances : Michel De Courcy, secteur des Laurentides/ Comité des communications et du Quoi de neuf : Ginette Lavoie, secteur Chomedey-Laval/ Comité des statuts et règlements : Pierrette Gratton, secteur Seigneurie-des-Mille-Îles. BRAVO !

À la rencontre de la Fondation Laure-Gaudreault le 5 novembre dernier, il y a eu deux nominations pour le bureau régional : Michel Haguette, secteur Des Affluents comme président et Michel Legault, secteur Chomedey-Laval, vice-président. Bravo !

J'espère avoir le plaisir de vous rencontrer en grand nombre aux différentes activités.

Citation de Oscar Wilde :

« Les personnes âgées croient tout, les adultes doutent de tout et les jeunes savent tout. »



## AVIS DE CONVOCATION : ASSEMBLÉE GÉNÉRALE RÉGIONALE (AGR)

LAVAL-LAURENTIDES-LANAUDIÈRE

Par la présente, vous êtes cordialement invités à participer à l'Assemblée générale régionale (AGR) le **jeudi 21 mai 2015, de 9 h à 15 h** à l'Hôtel Le Mirage 1136, boul. Labelle Blainville J7C 3J4 Téléphone : 450 430-8950

Il y aura, entre autres, présentation du rapport d'activités 2014-2015. C'est un moment privilégié pour nous rencontrer, prendre connaissance de nos réalisations et assurer la pérennité.

Je compte donc sur votre précieuse collaboration. Au plaisir de vous revoir.

Mireille Ménard, présidente régionale

## L'AREQ encourage le covoiturage (publicité : Yvan Brassard)

« Embarque on ira pas vite... ! »

On recherche un meneur de jeu (responsable)

Offrez vos disponibilités !

On ne recule devant rien...  
Pour vous avoir avec nous !  
(450) 754-2536 ou [bourgo@videotron.ca](mailto:bourgo@videotron.ca)

L'équipe des **covoituriers** pour notre Assemblée générale de secteur (mais NOS déj.-croissants, itou !)

AREQ CSQ Lanaudière secteur 10A

Sociopro 10a

5



## **Avis de convocation** **Assemblée générale sectorielle (AGS)**

Tel que stipulé dans les Statuts et Règlements 2014-2017 de l'AREQ, article 21.04 :  
« *Par la présente, les membres sont officiellement convoqués à l'Assemblée générale du Secteur de Lanaudière qui se tiendra le **jeudi, 14 mai 2015** à l'Hôtel du Château Joliette, 450, rue St-Thomas à Joliette.* »

Accueil : 8 h 30

### **Ouverture de l'assemblée: 9 h 00**

Principaux points à l'ordre du jour :

Nomination de la présidente ou du président d'assemblée

Lecture et adoption de l'ordre du jour

Mot de bienvenue de la présidente, Wynanne Watts

Mot de la présidente régionale, Mireille Ménard

Mot de la présidente d'élection, Thérèse Chaput

Mot de la responsable aux arts, Diane Laporte

Rapport de la présidente sectorielle, Wynanne Watts

**Une pause sera prise au moment jugé opportun**

Réception des états financiers au 30 juin 2014, Wynanne Watts

Présentation des états financiers au 31 mars 2015, Suzanne Dalpé

Prise de parole des responsables de comité avec supports visuels

Élection au poste de la présidence, de la trésorière et d'une conseillère ou d'un conseiller

Questions diverses, commentaires

Un ordre du jour vous sera remis lors de la rencontre. Prix de présence.

*Wynanne Watts*, présidente

N.B. Le dîner sera offert gratuitement par le secteur. Vous devez vous inscrire **avant le 7 mai 2015** auprès de Suzanne Dalpé au **450 756-6544** ou **[dalpe7777@hotmail.com](mailto:dalpe7777@hotmail.com)**

**L'assemblée débutera à 9 h 00. Votre présence est importante.**

**Pour souligner le 30<sup>e</sup> anniversaire du secteur, une invitée de marque, madame Lorraine Pagé, sera la conférencière en après-midi sur le sujet : « La contribution des aînés dans**

la société ». Ne manquez pas ça, mettez cette date à votre agenda dès aujourd'hui.  
**Faites du covoiturage avec d'autres membres.**

### Bulletin de présentation de candidature

CANDIDATE OU  
CANDIDAT :

\_\_\_\_\_ (Nom en majuscules)

\_\_\_\_\_ (N° de membre)

\_\_\_\_\_ (Adresse)

\_\_\_\_\_ (Code postal)

\_\_\_\_\_ (Région)

au poste de :

\_\_\_\_\_ (Poste)

candidature  
présentée par :

\_\_\_\_\_ (Nom en majuscules)

\_\_\_\_\_ (N° de membre)

\_\_\_\_\_ (Signature)

avec l'appui de : 1)

\_\_\_\_\_ (Nom en majuscules)

\_\_\_\_\_ (N° de membre)

\_\_\_\_\_ (Signature)

2)

\_\_\_\_\_ (Nom en majuscules)

\_\_\_\_\_ (N° de membre)

\_\_\_\_\_ (Signature)

J'accepte de poser ma candidature et d'exercer cette fonction si telle est la volonté de l'assemblée.

\_\_\_\_\_ (Date)

\_\_\_\_\_ (Signature)

Expédiez votre candidature à la présidente d'élection, **Thérèse Chapat, au 11, Place Raoul-Rivest, Notre-Dame-des-Prairies (Qc) J6E 0N7**. Elle recevra les candidatures à

partir du 27 avril 2015 jusqu'à la pause lors de l'Assemblée générale. Après ce moment, aucune candidature ne sera recevable.

*Rappel!*

## - Énoncé de valeurs

**Contexte de la naissance de cet énoncé :** Une formation sur l'éthique, donnée au Conseil national, a donné lieu à du travail en ateliers où les présidentes et les présidents ont été confrontés à déterminer ce qu'ils désiraient voir comme attitudes dans toutes les instances de l'AREQ. Les formateurs, après analyse du travail en ateliers, ont défini les valeurs qui en ressortaient et ont produit cet énoncé de valeurs. Adopté en mars 2011 par le Conseil national, et par la suite au Congrès, nous espérons que cet énoncé ne soit pas que de belles paroles, mais qu'il s'actualise aux Conseils sectoriel, régional, national, d'administration et à l'exécutif. C'est un vent de fraîcheur et de changement qui humanisera les relations dans toutes les instances de notre Association. Elles devraient également nous guider dans notre quotidien.



### Égalité et justice

*Nous affirmons que l'égalité et la justice sociale prennent forme dans la défense et la promotion des droits égalitaires et des intérêts de toutes et de tous. Nous accordons une attention particulière à la qualité de vie et au traitement équitable de toutes les personnes aînées.*

### Respect et reconnaissance



*Nous sommes convaincus que le respect et la reconnaissance supposent l'accueil, l'écoute, l'acceptation et la valorisation des différences individuelles, d'opinion et de prises de position. Ces valeurs impliquent également que soit valorisée la contribution des personnes aînées à la société.*



### Engagement et solidarité

*Nous considérons que l'engagement et la solidarité supposent de faire siens les objectifs de l'Association, d'être présentes et présents, de s'impliquer et de faire preuve de persévérance et de cohésion dans nos actions individuelles et collectives. Toutes et tous, nous sommes appelés à mettre nos compétences au service des membres et des idéaux défendus par l'AREQ.*



## Affaires financières

### RAPPORT ANNUEL SECTORIEL POUR L'ASSEMBLÉE GÉNÉRALE

Région Laval-Laurentides-Lanaudière

Secteur 10A Lanaudière

Disponibilités au 1er juillet 2013 .....26 232, 34 \$

#### PLUS: PRODUITS

Sommes reçues du régional.....23 185, 91 \$

Sommes reçues du national .....5 242 ,00 \$

Autres sommes.....17 836, 99 \$

**TOTAL DES PRODUITS .....56 264, 90 \$**

#### MOINS: CHARGES

Repas.....15 982, 64 \$

Transport et hébergement .....4 238, 73 \$

Salles et invités (professeurs de cours).....20 760, 11 \$

Matériel et fournitures .....5 871, 98 \$

Photocopie et affranchissement .....5 605, 85 \$

Télécommunication.....1 666, 85 \$

Reconnaissance et dons.....3 311, 84 \$

Autres charges.....644, 64 \$

**TOTAL DES CHARGES 58 082,64 \$**

Disponibilités à la fin de l'exercice 2014 .....24 414,60 \$

Rapport préparé par

*Wynanne Watts*

Date : 15 juillet 2014



**L'Action sociopolitique par Yvan Brassard,  
responsable sectoriel et régional  
yvanbr@videotron.ca**



## **Le souffle de l'implication**

Avant que ne meure ce souffle....

« De plus en plus conscient et éveillé »

*Flamme vacillante ! Lueur d'espoir ! Grandeur et misères du militantisme !*

Pas facile ! Pas facile! Parfois, le découragement s'empare du plus tenace ! Vrai, les attentes sont probablement fixées **hautes** (jamais trop hautes...me dit toujours ma *tite* voix intérieure ! vous voyez mon problème, sinon mon **TOC** !) mais, quand même pas facile d'intéresser... ni facile d'être intéressant (surtout se sentir possiblement **IN**intéressant parce que les rétroactions ne sont pas coutume !, comme si on ne donnait pas largement nos coordonnées ! Pas facile, quand le cynisme ambiant... quand l'information est douteuse pour ne pas dire biaisée...

Pas facile de se contenter de toucher aux seuls points que le National a réussi à faire accepter par le congrès **quand, tout est social et que tout est politique** ! (même l'environnement pour lequel, ici au **10A**, nous n'avons pas encore notre allumeur d'enthousiasme –lire **RESPONSABLE** !!)  
On ne va pas loin... quand, par précaution (je n'ai rien contre le **VRAI principe de précaution** – qui devrait prévaloir, par exemple, à tout transport du plus sale des pétroles de l'histoire de l'humanité... mais c'est un autre débat !) on érige en principe la **peur** de ne pas réussir une orientation par trop enthousiasmante, mais pas forcément facile à encadrer et j'ai nommé une proposition **battue** en brèche en juin, à Sherbrooke, qui voulait que NOUS (les membres arequiens) fassions l'effort de travailler à développer une grille **d'analyse critique** des médias à l'heure de la désinformation.

De retour du Sociopo national du 10 février à Québec où la **VRAIE** récompense du déplacement fut une phrase! laissée pour compte dans le dédale des réactions, émise par une collègue de Montréal, concernant **tout un dossier** d'explications concernant cette fameuse, sinon *fumeuse*, **bataille de l'Austérité**, qui disait qu'une revue (que j'avais, mais par ailleurs comme de

raison... pas encore lue) décrivait en plein dans le mille comment, nous du peuple ORDINAIRE nous nous étions fait programmer à accepter cette supercherie. Et je vous le confesse, n'ayant que commencé trop tardivement la lecture de la revue **LIBERTÉ**<sup>1</sup> (quel bel espoir !), une vraie **mine d'or** sur laquelle je reviendrai....

Mais finissons-en avec ma déception : Non je sais, pas question de partisanerie, je m'en garde bien, mais d'idéologie...ce n'est pas interdit...on marche sur les œufs dans une société tiraillée, tenaillée par le pessimisme, la défaite, le sentiment d'abandon... **l'action citoyenne**, puisque c'est de cela qu'il s'agit, est vue comme une utopie déphasée sinon à tout le moins «dérangeante» et que dire du monde des valeurs (pas le magasin...!) mais des vrais... « aplatventri » devant le dieu performance\$ !

Notre offre, que vous ne sauriez refuser, notre **Sond'âge** des *reins et des cœurs*, appelé aussi **Grande Séduction** ! Vous vous souvenez (lequel est toujours accessible sous notre volet au site <http://lanaudiere.areq.ca/> ou encore dans votre dernière NORIA....) je l'avions dit qu'il eût fallu investir le timbre mais c'était plus de 1 400\$ ....!) donc, si cela vous tente...on serait toujours preneurs !

Malgré le fait que 42 membres seulement nous aient répondu dont 41 nous ont communiqué leur adresse courriel (*soit 14,8% des 277 adresses*) ...42/1465 membres soit 2,86% de notre membrariat, dont 19 en version *papier* soit 45% des répondants et 23 *courriels* soit 55%...les résultats sont tout de même intéressants et profiteront particulièrement aux loisirs....! Votre Conseil s'y penche déjà avec intérêt.

**En bref** : - nous étions fort peu nombreux dans les autobus nolisés par le **SEL**<sup>2</sup> lors de la **manif** politique et sociale «anti-AUSTÉRITÉ-fermeté-, appelez ça comme vous voulez» du 30 novembre 2014 ! Que faire de plus ?

-on félicite et **remercie** deux nouvelles recrues, dame Carmen Châtelain et Pierre Bruneau, vous enrichissez notre équipe déjà hautement *estimable* et **indispensable** au soussigné...!

- vous avez r.d.v. sous l'onglet **Sociopo** de notre site Web **AREQ 10A QUI NE DEMANDE QU'À ÊTRE ALIMENTÉ** ! –vos suggestions sont toujours étudiées...**Info intéressantes**: nous, la

---

<sup>1</sup> no 306, hiver 2015 **Faire moins avec moins .... Pourquoi nous acceptons l'austérité**

<sup>2</sup> notre syndical **sectoriel** pour nos collègues **ACTIFS** avec qui NOUS VOULONS toujours établir un pont de partenariat (sans blague avec le mot !) vu la proximité de formation & les intérêts partagés ! & c'est sans compter NOTRE dossier Histoire/Patrimoine –voir notre plan d'actionS !

section *Lanaudière* sommes la plus grande des 9 sections des **3L** et notre région L-L-L est la seconde en importance des 10 régions de l'AREQ soit 8 468 membres des 56 872 retraités «**Une force pour la société**» dit notre slogan.

-Sans oublier que nous avons hérité, lors de la 1<sup>ère</sup> rencontre des responsables régionaux du *Sociopo* du 10 février à Québec, d'un **1<sup>er</sup> devoir** & je vous le propose dare-dare : faire la recherche de tous les bons coups de notre système de santé (*lire avant la loi 10, tant décriée*) v.g. : au petit hôpital de Senneterre en Abitibi, le service d'urgence permet les rencontres patients-toubibs **sur r.d.v.** ce qui permet, par exemple, la dispensation des vaccins par le médecin traitant, évitant ainsi une double prise de rendez-vous....date limite : vers le **15mars**...vous nous en informez avec le plus de précisions possible...

-Nous avons déjà 2 déjeuners-Croissants *Sociopo* à notre crédit @ l'Annexe à Roland, le 3<sup>e</sup> en sera un RÉGIONAL parce qu'intersectoriel, avec un éminent personnage, M. Claude Béland...

«de l'importance de l'intervention du pouvoir gris (les aînés) dans les débats contemporains.»

Comité *SocioPo* Areq10

Claude Béland

3<sup>e</sup> déj.-croissant, 1<sup>er</sup> intersectoriel

Mars 17

Mardi le...

@ l'Annexe @ Roland @ Joliette : 380 St-Louis

AREQ *Lanaudière* CSQ secteur 10A

12\$ toutes taxes & pourboire compris !  
Vous partez avec un croissant !

Capacité maximale de 30 personnes, réservez vite !

450.839.6426 ou forestmonique@hotmail.com

Publicité : Yvan Brassard

Inscription

- Nous cherchons toujours un conférencier pour le dossier de nos alliés Amérindiens ...si vous avez des pistons...

Par ailleurs, sommes en pourparlers pour le **Mouvement Démocratie Nouvelle** ainsi qu'avec les Éditions *ÉcoSociété* !

En attendant le prochain rendez-vous, je reprendrais la citation de feu dame Simone Monet-Chartrand : «Si je suis contre quelque chose, je prends une pancarte mais si je crois en quelque chose, je signe une carte !» alors, à nos plumes !



*NDLR : Yvan et son comité, des allumeurs de réverbère offrant un éclairage sur les enjeux de notre société.....*

### Un membre du comité, Michel Bourgault, nous raconte son expérience

J'ai trouvé dans le Comité d'action politique une manière de poursuivre une présence active dans l'AREQ. Tout d'abord, félicitations à Yvan Brassard et à Monique Forest pour avoir donné une parole et des mains à une bonne idée de notre association: le comité SocioPo. Deux raisons, entre autres, motivent mon engagement dans l'AREQ: vieillir en santé et contribuer au vivre ensemble.



Le comité SocioPo accueillait au déjeuner-croissant du 16 décembre dernier deux délégués du RIAQ, le Réseau d'information des aînés et aînées du Québec, venus présenter leurs services à nos membres, dans une spacieuse et lumineuse salle de l'Annexe à Roland. Les invités ont décrit le RIAQ comme une ressource **pour initier et soutenir** les aînées et aînés qui veulent développer leur habileté à se servir des technologies de l'information et des communications. Ça m'a tout de suite intéressé. Bien que familier des techniques de l'internet depuis 20 ans, je sais que le domaine évolue à vitesse grand V - réseaux sociaux, téléphones dits intelligents, achats en ligne -, mais la prudence me conseille de ne pas y avancer tête baissée. Aussi rien de mieux que des guides.

Aussi, dès le lendemain, je paie les droits annuels de 15\$. Une animatrice du RIAQ me contacte par téléphone moins de deux semaines plus tard, me montre la banque d'ateliers disponibles sur le site de l'organisme et m'explique comment on peut y participer, qu'on soit de niveau débutant ou plus avancé. Un logiciel permet à l'animatrice ou l'animateur de donner via l'ordinateur des explications simultanément à un petit groupe de participants, de permettre à ceux-ci de poser des questions et à tous les participants d'entendre les réponses en temps réel. L'expérience, d'une durée de 75 à 120 minutes, est sympathique et profitable. Je n'hésite pas à recommander les

services du RIAQ. Il suffit d'avoir quelques dollars, l'intérêt et la disponibilité. C'est un bon départ pour le comité SocioPo.

Certains membres du comité commencent à utiliser Facebook pour échanger, ce qui permet de se familiariser avec ce réseau social où l'on veut bien créer ou raffermir des liens, mais en respectant le rythme de chacun. On a créé une page Facebook SocioPo AREQ Lanaudière et un *Club privé* pour limiter aux seuls membres l'accès aux discussions. Mais là-dessus, risquant de vous égarer dans des sentiers inconnus, je préfère qu'Yvan Brassard soit votre guide.



## Les arts par Diane Laporte, responsable sectorielle

Bonjour à tous!

Je vous invite à visiter le site de l'AREQ Lanaudière 10A, à l'onglet Arts Visuels. Vous y trouverez des infos sur l'exposition et les cours ainsi que des photos des réalisations des élèves des ateliers de dessin et peinture.

### Exposition lors de l'AGS 2015

Comme vous avez pu le constater sur le site, cette année l'objectif du Plan d'action se tourne vers les artistes explorant les **métiers d'art** dans le but de faire connaître les habiletés de nos membres qui suivent des cours ou expérimentent différentes techniques dans des réalisations qu'ils voudront bien nous présenter. Exemples: bijoux, vitrail, reproduction de peinture, dentelle, broderie, arts textiles, verre soufflé, poterie....etc.

Dépendamment du nombre d'inscriptions, nous accepterons de trois à quatre réalisations par personne. Alors, pensez-y et n'hésitez pas à vous inscrire dès que possible, pour faire connaître vos talents artistiques, en téléphonant à *Diane Laporte* au 450 759-0940. **(date limite d'inscription, 15 avril 2015)**

**Notez que l'exposition des Arts Visuels (tableau, sculpture, photo) se retrouvera en 2016.**

### Atelier de dessin et peinture

Les cours initiés par M. Normand Turmel se poursuivent jusqu'au 23 avril et une exposition des réalisations de ses élèves est prévue pour le 30 avril à l'école Lajoie, 375 rue St-Thomas, Joliette en soirée, de 19 h à 21 h. À noter à votre agenda, c'est à voir!

Des cours pour débutants seront au programme dès le 10 septembre 2015.



Vous aimeriez penser que vous n'avez pas ce talent, vous croyez que vous ne pourrez jamais dessiner? Osez et vous verrez !

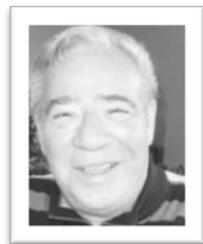
À l'aide d'exercices et de travaux simples, dans une ambiance amicale et décontractée, vous découvrirez : comment observer, comment évaluer les dimensions et les mettre en relation, comment décomposer les formes, comment rendre la perspective.

**Durée** : 15 semaines, à raison de 2 heures/sem. **lieu** : école Lajoie, 375 St-Thomas (tout près du Château Joliette) **coût** : 80 \$ pour les membres et 150 \$ pour les non-membres ; matériel : 10 \$ à 15 \$. Faire un chèque au nom de l'**AREQ Lanaudière** à remettre lors du premier cours.

Pour de plus amples informations ou pour vous inscrire, n'hésitez pas à contacter Normand Turmel au 450 839-7584 cell. ou au 450 916-5093 ou Diane Laporte, responsable des arts au 450 759-0940.

« **Toute habilité dans un art quelconque mérite des éloges** ».

Carlo Goldoni, « Tércence, II, 1 »



**Les assurances par Larry Kelly**

**SSQ** Assurance

**En avant-midi**

Informations sur vos assurances. La rencontre aura lieu à l'**Hôtel Le Mirage à Blainville, le mardi 7 avril 2015 de 9 h à midi**. Inscrivez cette date à votre agenda. Voici un résumé des sujets prévus pour la rencontre :

- 1- L'assurance médicaments de la RAMQ**
- 2- L'assurance complémentaire ASSUREQ**
- 3- L'assurance voyage**
- 3- L'assurance vie**
- 4- Les frais médicaux dans mes déclarations de revenus**



L'inscription coûte 10 \$. Vous devez vous inscrire en envoyant un chèque de 10 \$, libellé à AREQ Lanaudière à la trésorière : **Suzanne Dalpé, 777, Henri Chalin, Joliette (Qc) J6E 8E6**. Le nombre de places est limité. S'il y a une forte demande, nous mettrons sur pied d'autres rencontres.



**Le dîner sur place sera payé entièrement par le secteur.**

# En après-midi

Invitation à une conférence régionale d'information sur la maltraitance envers les personnes âgées donnée par Marie Beaulieu



Quand : le **mardi 7 avril 2015, de 13 h 30 à 15 h 30** OÙ : l'Hôtel Le Mirage  
Inscription : 10 \$ Date limite : 31 mars 2015 Poster un chèque de 10 \$ libellé à  
AREQ Lanaudière a/s de: **Suzanne Dalpé, 777, Henri Chalin, Joliette (Qc) J6E 8E6**



**Si vous êtes déjà inscrite ou inscrit à la rencontre d'information sur les assurances en matinée, vous devez seulement réserver votre place pour la conférence en téléphonant à : Suzanne Dalpé au numéro 450 756-6544 ou [dalpe7777@hotmail.com](mailto:dalpe7777@hotmail.com)**

Cette conférence sera donnée par Marie Beaulieu de l'université de Sherbrooke, professeure titulaire de la Chaire de recherche sur la maltraitance envers les personnes âgées. Gérontologue sociale, ses principaux travaux traitent depuis 25 ans de lutte à la maltraitance, du sentiment de sécurité des aînés, d'éthique et de vieillissement ainsi que de l'intervention en fin de vie.



En prévision de la déclaration de revenus 2014, voici ce que vous devez savoir qui pourrait vous permettre d'obtenir un allègement fiscal sous forme de crédit d'impôt pour frais médicaux. À titre de participante ou participant au régime d'assurance collectif ASSUREQ, vous pouvez inclure à vos dépenses en soins médicaux les **primes** que vous avez payées à l'égard de l'assurance maladie (Santé ou Santé Plus). Pour de plus amples renseignements, veuillez

Consulter au : **Fédéral : Renseignements relatifs aux frais médicaux /Provincial : Les frais médicaux**

Lors de la production de votre déclaration de revenus, il sera utile d'avoir le relevé des primes ainsi que le relevé des prestations d'assurance maladie pour l'année concernée, soit 2014. Voici, comme personne retraitée, de quelle manière vous pouvez vous les procurer:

**Ø Relevé de primes** Les personnes qui paient leurs primes par facturation individuelle ou par retrait bancaire recevront automatiquement un reçu d'impôt applicable à l'année civile concernée par la déclaration de revenus.

Les personnes dont les primes d'assurance sont prélevées à partir de leur rente de retraite versée par la CARRA ne reçoivent pas de reçu d'impôt puisque le montant total des primes légalement admissible à une déduction pour frais médicaux pour l'année civile concernée apparaît sur le document « État des dépôts » émis par la CARRA pour chaque prestataire au début de janvier.

Une photocopie de ce document peut être annexée à la déclaration de revenus, si nécessaire.

Il est aussi possible d'obtenir son relevé de primes de l'une des façons suivantes :  
**gratuitement** : en faisant la demande par l'intermédiaire du site ACCÈS | assurés de SSQ au [www.ssq.ca](http://www.ssq.ca) et en cliquant sur le lien rapide « Reçu d'impôt » disponible dans la page d'accueil. La commande est enregistrée et le document disponible au même endroit sur le site après 24 heures. Il suffit alors d'imprimer le relevé qui est produit en trois copies. Ce service est accessible aux personnes qui sont déjà inscrites aux services automatisés offerts par SSQ.

1. Sur réception d'un appel ou d'une demande écrite, le relevé peut être préparé manuellement par le service à la clientèle de SSQ. Des frais peuvent être exigés.
2. Une personne retraitée qui désire des relevés se rapportant à des années antérieures devra en faire la demande par écrit à SSQ et un reçu peut être émis pour chacune des années d'imposition, **sans frais**. SSQ peut reculer de cinq ans au maximum.

**Ø Relevé de prestations** Il est également possible de se procurer **gratuitement** le « Reçu pour fins d'impôt (frais médicaux) » sur lequel on retrouve le montant total des frais réclamés ainsi que celui des frais remboursés, le tout selon la période demandée. Pour ce faire, la demande doit être faite par l'intermédiaire du site ACCÈS | assurés de SSQ au [www.ssq.ca](http://www.ssq.ca) et en cliquant sur l'onglet « Documents » et choisir « **Relevé pour fins d'impôt** ». Sur la page principale du relevé, vous pouvez sélectionner les noms des personnes à inclure au relevé. Cochez les noms des personnes qui devront faire partie du relevé puis appuyez sur *Soumettre*, pour avoir le relevé, ou sur *Visualiser le relevé détaillé*, pour voir les transactions incluses à celui-ci. Seul les noms des personnes assurées sélectionnées ayant des transactions pour la période concernée apparaîtront sur le relevé fiscal. Ce service est accessible aux personnes qui sont déjà inscrites aux services automatisés offerts par SSQ. Sur réception d'un appel ou d'une demande écrite, le relevé peut être préparé manuellement au service à la clientèle de SSQ. Des frais peuvent être exigés.

Nous espérons que ces renseignements vous seront utiles.

**Johanne Freire**, Conseillère en Sécurité sociale, AREQ, 1 800 663-2408 (sans frais)



## Bien vieillir au masculin par André Ledoux, Forum des hommes La masculinité

La masculinité peut être définie comme l'ensemble des qualités ou des caractéristiques généralement attribuées à l'homme, tels que la force, la virilité, la compétition, la vaillance, la mise en valeur personnelle, le travail, l'autonomie

financière, l'esprit de décision, la réussite sociale, le pouvoir, la domination, l'indépendance, la maîtrise de soi, l'ambition, une certaine agressivité, le dépassement, etc. C'est ce par quoi un homme est un homme. Ces valeurs sont à la base du masculin et contribuent à donner du sens à la vie des hommes.

Il faut admettre, par ailleurs, que le mode de socialisation masculine incite les hommes à développer l'autonomie, le sens de la compétition et un certain individualisme. Ironie du sort, ce sont les chercheurs féministes qui ont démontré notamment que la féminité, la masculinité, les comportements sexuels et le sens maternel ou paternel avaient peu à voir avec l'instinct naturel ; ils sont plutôt le résultat d'une construction sociale. D'où cette assertion fort juste de Simone de Beauvoir, dans *Le deuxième sexe* (1949) : *On ne naît pas femme, on le devient*. Mais il faut apporter des nuances à cet aphorisme. Le sexe, mâle ou femelle, est donné à la naissance ; il relève d'une catégorie anatomique et sa fonction demeure la reproduction. C'est ainsi qu'on naîtrait mâle ou femelle avec des attributs spécifiques.

Le genre, lui, est une configuration sociale et révèle habituellement une apparence, des attitudes, un maintien ou un style de vie. La féminité ou la masculinité se construisent par l'expérience, au fur et à mesure que l'on avance dans la vie. Le psychiatre Serge Hefez explique que le genre « ...passe d'abord par une assignation (à partir du sexe anatomique, on donne un prénom), puis par une prescription : on attribue et on suggère à l'enfant des caractéristiques comportementales, émotionnelles, vestimentaires. Cette prescription précède largement l'identification à proprement parler. Ce sont des messages que l'adulte adresse à l'enfant et que l'enfant interprète et s'approprie. Cette appropriation permet de passer d'un genre assigné à un genre assumé. (...) Il s'agit d'une véritable croyance qui consiste à se dire à soi-même « je suis un garçon » ou « je suis une fille ». Elle se produit avant la découverte par l'enfant de la différence anatomique des sexes : c'est le genre qui va organiser l'identité sexuée<sup>32</sup>.

Pour sa part, dans son ouvrage *Homme et fier de l'être*, le psychologue- sexologue Yvon Dallaire fait de la masculinité une valeur de l'être solidement liée à l'estime de soi, d'où l'homme peut tirer force et confiance pour la gestion de sa vie. Il poursuit en abordant les notions de *masculin faible*, des hommes taraudés par le doute, l'hésitation et la peur de l'échec et de *masculin sain*, des hommes au profond charisme capables de courir des risques calculés et de réclamer leurs droits légitimes. C'est précisément cette masculinité qui a été ébranlée dans le monde... avec l'émancipation légitime de la femme et la montée fulgurante du féminisme particulièrement au Québec. Mais cela, c'est une autre histoire !

### **Club de quilles de l'AREQ**

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





## Le Forum des hommes par André Thérien, responsable sectoriel et régional

**Bonjour les hommes de Lanaudière!**



Le 19 novembre dernier, Journée internationale des hommes, plusieurs membres de notre comité du Forum des Hommes se sont joints à la quarantaine d'hommes de la région des trois L pour participer à une conférence portant sur "L'entretien des facultés mentales chez les hommes de 50 ans et plus", présentée par André Ledoux, membre de notre comité. Un sujet d'actualité qui fut très apprécié tant par son contenu que par le dynamisme d'André.

Parmi les thèmes abordés: le fonctionnement du cerveau, les ennemis de la fonction cérébrale, les parasites de la mémoire, le cerveau quand on vieillit, les démences, la maladie d'Alzheimer, prendre soin de ses facultés mentales pour mieux réfléchir et mieux se souvenir.

Cette rencontre vous a plu, vous auriez aimé y assister? Ne manquez pas la prochaine! Elle aura lieu à l'**Hôtel Le Mirage, à Blainville, le 25 mars prochain**. Le thème: "La place de l'homme dans la société: un rôle essentiel." Une conférence donnée par M. Pierre L'Heureux, du Réseau Homme Québec.

**Le 15 avril 2015**, nous discuterons de consommation et des pièges à éviter. C'est au SEL à 9 h 30. 150, Petite-Noraie, Saint-Charles-Borromée, Joliette.

**Le 13 mai 2015**, nous échangerons nos réflexions suite à la lecture du livre de François Ricard : «Le Moine et le Philosophe». Le livre en format de poche est remboursé par le secteur pour ceux qui participeront à la rencontre. Bonne lecture! Venez partager vos impressions au SEL à 9 h 30.

Notre Forum des Hommes :

- un lieu de réflexion sur des thèmes d'actualité ( Nous avons abordé le dossier « Mourir dans la dignité » en mars 2013).
- Un lieu chaleureux d'échanges et de partage entre hommes, de nos intérêts, de nos préoccupations et de notre place à prendre dans la société. Soyez les bienvenus!

André Thérien, responsable

[therienandre@sympatico.ca](mailto:therienandre@sympatico.ca) ou au 450 222-3859



## L'indexation par Thérèse Chaput responsable sectorielle et régionale

Les personnes retraitées n'ont-elles pas assez donné?  
Bonjour à vous toutes et tous!

Dans le texte paru en octobre, je vous indiquais qu'il fallait rester vigilant car le projet de loi 3, sur les régimes municipaux, pouvait être un premier pas pour attaquer d'autres régimes, **dont le nôtre**. Je croyais vraiment qu'il fallait rester sur nos gardes parce que notre tour viendrait de passer sous le couperet. En ce qui concerne les municipalités, le gouvernement a donc passé sa loi 3 qui permet la suspension temporaire de l'indexation et qui attaque leurs régimes tant ceux qui sont en difficultés que ceux qui se portent bien. (capitalisés à 85% et plus).

Pourquoi des mesures aussi draconiennes? Veut-il ouvrir la porte à d'autres gestes plus tard? C'était mon questionnement en octobre. La réponse est venue en décembre, juste avant les Fêtes, quand le gouvernement a déposé ses offres aux employées et employés des secteurs public et parapublic.

Le gouvernement propose des reculs importants aux personnes retraitées, actuelles et futures qui sont en majorité des femmes. Les propositions consistent notamment à reporter l'âge d'admissibilité à la retraite de 60 à 62 ans, à augmenter de 4% à 7,2 % les pénalités pour prise de retraite anticipée et à modifier la méthode de calcul de la rente (moyenne des huit meilleures années plutôt que cinq). Il donne comme raison qu'il a comme devoir la nécessité de poser des gestes pour assurer la pérennité du RREGOP.

### **Ce sont des MENSONGES.**

Ces propositions ne s'appuient sur aucun argument sérieux, aucune analyse, ni aucun chiffre. Notre régime (le RREGOP) se porte très bien. Il était capitalisé à 96% en 2010 et il sera certainement près du 100% en 2015. Si le gouvernement veut vraiment poser des gestes pour améliorer les choses, qu'il fasse comme ses employés et qu'il mette sa part dans le Fonds d'amortissement des régimes de retraite (FARR), qui contient les montants devant couvrir **les engagements du gouvernement**. Celui-ci n'est capitalisé qu'à 60 %.

Trouvant qu'il n'allait pas assez loin, le gouvernement demande aux centrales d'entreprendre des échanges afin d'introduire dans notre régime la notion ***d'indexation conditionnelle*** de nos rentes. Cette proposition, qui pourrait avoir pour effet de toucher au service passé, semble inspirée du projet de loi 3. Comme vous voyez, le gouvernement est très préoccupé de la classe moyenne. Ou bien il ignore que nos rentes sont déjà indexées de façon partielle depuis 1982 ou il s'en moque.

Ajouter des conditions à l'indexation déjà partielle de nos rentes, c'est diminuer encore plus notre pouvoir d'achat et c'est aussi attaquer notre sécurité financière à la retraite. Le gouvernement nous propose tout simplement, pour atteindre son équilibre budgétaire, de geler nos revenus alors que le coût de la vie augmente sans cesse. Est-ce cela, pour lui, s'occuper des vraies affaires? Pourquoi ne s'attaque-t-il pas aux paradis fiscaux plutôt que s'attaquer aux personnes retraitées?

Si le gouvernement s'engage dans cette voie, il faudra réagir. Il faudra qu'il nous trouve sur son chemin pour lui dire que nous avons déjà suffisamment subi de pertes depuis 30 ans. Il n'est pas question de nous en enlever davantage, ce serait ajouter l'insulte à l'injure. Depuis le début de notre implication dans ce dossier, nous n'avons qu'un seul objectif : celui de convaincre nos élus que nous subissons une injustice qu'ils devaient corriger, car notre pouvoir d'achat s'amenuise d'année en année.

Mais messieurs Couillard et Coiteux ont décidé de nous ajouter un objectif : **lutter pour conserver ce que nous avons**. Comme vous le voyez, nous partons de plus loin avec eux.

À celles et ceux qui pensent que nous sommes «des gras durs et que nous avons tort parce que le gouvernement dit qu'il n'a plus d'argent», il faut leur rappeler que **notre rente est du salaire reporté** et que nous avons amassé les sous que nous recevons à notre retraite. Si le gouvernement persiste dans ses objectifs, j'espère que nous serons ensemble, et nombreuses et nombreux, pour dire NON MERCI au gouvernement et pour revendiquer par la suite notre indexation.

Il se peut que nous préparions une lettre à faire parvenir au président du CT et au premier ministre. Suivez les développements sur le site de l'AREQ Lanaudière.

## À la recherche d'un meneur de marche (Publicité : Yvan Brassard)

Les marches reprendront au printemps. Suivez les dates sur le site du secteur.

Sommes @ la recherche d'un *meneur* de marche...!

pour la suite des choses...2015 !

Avec ou sans sac @ dos...  
Avec ou sans destination précise...  
Avec ou sans souci @ panser .... Hum !  
Avec ou sans ....

Mes mes souliers... ont beaucoup boulingué...!  
Oups !

Santons-nous bien ! Hic !

Contactez : Marie-France Rivest  
[mfhug@videotron.ca](mailto:mfhug@videotron.ca)  
450 756-0433

Sociopo10a



**Collecte de sang Héma Québec**  
**Sous les auspices de l'AREQ de Lanaudière**



Bonjour à vous toutes et tous!

Je vous ai parlé de notre collecte de sang à l'automne. Aujourd'hui, je veux vous rappeler que la collecte se déroulera à nouveau sur deux jours, soit **les mercredi**

**et jeudi 8 et 9 avril 2015.**

Comme à chaque année, nous comptons sur votre collaboration dans la mesure de vos capacités et de vos disponibilités pour que notre collecte soit un succès.

Vous pouvez déjà propager la nouvelle et informer les parents de jeunes enfants que nous aurons, encore cette année un Coin Garderie, encore mieux organisé que l'an dernier, pour occuper ces petites personnes pendant que les parents donnent du sang. Les enfants qui nous ont visités ont apprécié voir « Comment ça marche » une collecte de sang... Ils ont aussi apprécié les collations, le coloriage, etc. ...

Dans la préparation de cette activité, ce que je trouve « le plus difficile » c'est avoir à faire de nombreux téléphones pour trouver des bénévoles même si les personnes que j'appelle sont toujours très gentilles. Si vous êtes intéressés (es) à vous joindre à la grande équipe des bénévoles pour la collecte de sang, vous pouvez m'appeler ou me joindre à l'adresse courriel que vous trouverez à la fin de l'article. Nous avons toujours besoin :

1. De bénévoles pour travailler durant les deux jours de la collecte au Château Joliette;
2. De bénévoles pour circuler dans différents secteurs de la ville pour porter des affiches dans des commerces.

De plus, j'apprécierais qu'une personne intéressée à s'impliquer davantage et à prendre éventuellement ma relève se manifeste afin de participer avec moi à compléter l'organisation de la collecte de cette année. Nous pourrions travailler ainsi à deux pour quelques années.

Madame Johanne Mercier, conseillère en organisation de collectes chez Héma-Québec, prendra sa retraite dans quatre ou cinq ans et, quant à moi, j'aimerais prendre ma « retraite » au plus tard dans quatre ans ou un peu avant si possible. J'en suis actuellement à ma septième année de service à ce poste. Une retraite après la collecte de 2018, après 10 ans de loyaux services, m'apparaîtrait une bonne idée.

Lisette Parent **450 759-1048** ou [parentlisette@hotmail.com](mailto:parentlisette@hotmail.com)



## Nos condoléances aux familles éprouvées!

Sont décédés le **père Roger Breault**, frère de Diane Breault Muloin; **Mme Madeleine Picard**, membre; **Mme Pauline Marsolais**, mère de Monique Forest et belle-mère de Germain Gomez; **M. Yvon Dufresne**, époux de Raymonde Lanoue; **M. Ulric Laurin**, membre; **Mme Ginette Marcil**, sœur de Mireille; **M. André Matton**, membre; **M. Michel Savoie**, membre; **Mmes Thérèse et Claudia Thériault**, sœurs de Dolorès; **M. Gilles Léveillé**, membre; **M. Luc Riberdy**, époux de Marthe Allard; **M. Paul Beaulieu**, membre.

## À la recherche d'un ou d'une webmestre (Publicité : Yvan Brassard)

AREQ Lanauidière 10A

lanauidiere.areq.ca

AREQ Lanauidière CSQ secteur 10A

Accueil Archives Arts Assurances Comités Décès Déjeuners Historique La Noria

Marche Pensions Photos Presse Publicités Quilles SocioPo Liens Nous joindre

WANTED DEAD OR ALIVE

TOI ?

REWARD \$250000

PHOTO NON DISPONIBLE

WEBMESTRE

merci Roger pour ton dévouement!

Vie familiale. D...  
 Les services de notre proche... que plusieurs démarches administratives. Le fait d'être bien informé sur vos responsabilités pe...  
 par... du temps et des soucis en cette période difficile. La page suivante présente des renseignements sur des thé...

## Les cours offerts par l'AREQ

### 1. Les cours de CONVERSATION ANGLAISE reprendront à la mi-septembre 2015.

# SPEAK ENGLISH



Intermédiaires Plus: lundi matin à Saint-Paul

Intermédiaires : jeudi matin à Saint-Jacques

Débutants Plus : jeudi après-midi à Saint-Jacques

Le coût d'inscription pour dix cours de deux heures et demie est de 70 \$ pour les membres de l'AREQ et 120 \$ pour les non-membres.

Il reste quelques places. Réservez dès que possible!

Wynanne Watts 450 222-3859

### 2. Ateliers de dessin et peinture avec Normand Turmel, professeur

**durée** : 15 semaines, à raison de 2 heures/sem.

**lieu** : école Lajoie, 375 St-Thomas (tout près du Château Joliette)

**coût** : 80 \$ pour les membres et 150 \$ pour les non-membres ; matériel : 10 \$ à 15 \$.

Chèque libellé au nom de AREQ Lanaudière à remettre lors du premier cours.



Les élèves à l'œuvre...

Pour de plus amples informations ou vous inscrire, n'hésitez pas à contacter Normand Turmel 450 839-7584 cell. ou 450 916-5093 ou Diane Laporte, responsable des arts au 450 759-0940.

### 3. Danse en ligne avec Lison Bellerose, professeure



Pour la session d'automne 2015 (12 cours) du 4 septembre au 20 novembre, ces cours d'une durée d'une heure trente minutes se donneront au Centre communautaire Alain-Pagé à Saint-Charles-Borromée, 10 De Coubertin. Le coût est de 24 \$ pour les membres et 48 \$ pour les non-membres. Un chèque libellé au nom de AREQ Lanaudière sera remis lors du premier cours à la responsable. Inscrivez-vous auprès de Monique Forest, responsable des cours : 450 839-6426 ou [forestmonique@hotmail.com](mailto:forestmonique@hotmail.com)

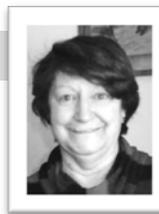


## Tableau des activités (à conserver)

Inscriptions : Mariette Lorrain 450 753-4097

Luce Archambault : 450 839-3978

Site Web : <http://lanaudiere.areq.ca>



Activités	Endroit du repas	Date et heure	Précisions
Déjeuner (Pas de visite)	St-Félix Resto Pizzeria 4260, rue Principale Saint-Félix-de-Valois	6 mai 2015 9 h 15	Réserver avant le 2 mai 2015.
Déjeuner et visite à La chocolaterie « Cacaoyer » 1111 boul. de L'Ange Gardien Nord L'Assomption	Restaurant « Métro 1 <sup>ère</sup> Moisson » 790, Montée St-Sulpice L'Assomption	3 juin 2015 9 h 15	Réserver avant le 30 mai 2015. <b>Important</b> : Lorsque vous réservez soit par le site Web ou par téléphone, veuillez indiquer si vous participez ou non à la visite.
Déjeuner et visite à la Maison Louis Cyr 215, rue Ste-Louise Saint-Jean-de-Matha	Restaurant « Auberge de la Montagne Coupée » Saint-Jean-de-Matha	2 septembre 2015 9 h 15	Réserver avant le 30 août 2015. <b>Important</b> : Lorsque vous réservez soit par le site Web ou par téléphone, veuillez indiquer si vous participez ou non à la visite.
Déjeuner et visite à « La Courgerie » 2321, Rang St-Pierre Sainte-Élisabeth	Restaurant « Étoile 131 » Route 131	7 octobre 2015 9 h 15	Réserver avant le 4 octobre 2015 et indiquez si vous participez à la visite.
Déjeuner (Pas de visite)	Restaurant : « Eggsquis » 556, Visitation Saint-Charles-Borromée	4 novembre 2015 9 h 15	Réserver avant le 30 octobre 2015.
Souper de Noël  	Club de Golf Montcalm 1800, Chemin Nadeau Saint-Liguori	2 décembre 2015 17 h 30	Réserver avant le 25 novembre. Coût 30 \$ pour les membres et 40 \$ pour les non-membres. Taxes, services inclus, ainsi qu'un litre de vin pour 4 personnes. Inscriptions : chèque libellé au nom de AREQ Lanaudière et posté à Luce Archambault 56 rue Piette, Saint-Jacques, J0K 2R0

## 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-Se dégonflera (Se).

2-Imposés par la loi.

3-Poisson d'eau douce-

Milieu de « acéré ».

4-Lutécium- Faillit

mourir noyé- Mère de Constantin VI.

5-Titre d'une chanson des Beatles (1965)- Conjonction.

6-La fin d'une interjection (étonnement)- NaCl- Existes.

7-Opposée au côté du cœur- Écrivain américain.

8-Possèdent des fleurs décoratives- Agréables à voir (moins la première lettre).

9-Article- Allonge.

10-Évangéliste- Tache lumineuse- S'asseoir (ang.).

11-Popularisa la chanson « Diana »- Prophète hébreu- Entre trois et quatre.

12-Édouard et Patrick ne sont pas des frères.

### Verticalement :

1-Brebis clonée en Écosse en '96-'97.- Lieu de l'assassinat de JFK.

2-Chargés d'enlever les ordures ménagères- Nombre.

3-Au McDonald's ou au Harvey's (fam.)- Bien joué= « Good ... »- Phonétiquement

« C cassé ».

4-Du verbe avoir- Monnaies roumaines (inv.)- Fleuve de France.

5-Marque sud-coréenne d'appareils électro-ménagers- Mouches.

6-Déchirées, mises en pièces- Ardeur.

7-Confisque- Décilitre- Dieu des Vents.

8-Sakieh- Donna son nom aux annuaires commerciaux.

9-Conjonction- Whisky canadien- Largeur d'une étoffe- Film de Spielberg.

10-Grand lac- Moment cinétique d'une particule (pl).

11-Ile de l'Atlantique- Lac au Soudan- Son histoire est plutôt complexe.

12-Plantes potagères- Action de lancer.

## Coupon de participation aux mots croisés

Nom du participant/participante \_\_\_\_\_

No de membre \_\_\_\_\_ (Inscrit au-dessus de votre nom sur la dernière page de La Noria. ex : 045134)

Adresse \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_ Code postal : \_\_\_\_\_ Tél : \_\_\_\_\_

**Retournez à Jean-Marc Desroches, 245, Lasalle, Saint-Paul (Qc) J0K 3E0**

### Au sujet du « Mot croisé » par Jean-Marc Desroches

Voilà. La huitième parution des mots croisés se termine. Déjà, au départ, certains disaient que cette activité était beaucoup trop facile à réaliser. Depuis, certains parmi "ces certains" me chuchotent à l'oreille qu'il faudrait peut-être songer à abaisser le niveau de difficulté. Essayons donc de trouver une médiane.

Aussi, beaucoup de membres s'expriment ouvertement. On me répète que l'on fait le mot croisé en question mais qu'on oublie de le poster, le gardant à la maison. Bien bravo! Conçue d'une manière strictement personnelle, cette initiative aura au moins permis d'atteindre son but initial: intéresser, divertir, amuser pour une courte période le lecteur de La Noria. Pas nécessaire de l'expédier. Mais alors, pourquoi ne pas essayer de maximiser cet exercice en l'expédiant à l'adresse indiquée?

Les gagnants de l'édition précédente sont: **Yvan Desrosiers** de Saint-Ambroise 75 \$, **Claudette Normandin** de Joliette 25 \$ ainsi que les prix de participation à **Paulette Guertin** de Saint-Paul et **Daniel Olivier** (pour la troisième fois) de Saint-Charles-Borromée au montant de 25 \$ chacun."

### Solution du mot croisé précédent

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

Depuis quelques années, le comité régional en environnement et développement durable vous a proposé quelques visites et activités qui voulaient vous sensibiliser et vous informer sur les enjeux environnementaux importants pour la santé de la planète et pour la nôtre par conséquent.

Cette année 2014-2015 se veut une prolongation de ces choix rassembleurs. Vous êtes donc conviés à une visite très particulière à **La Route des Gerbes d'Angélica** qui nous accueillera. Il s'agit d'une entreprise agrotouristique à but non-lucratif qui a vu le jour en 2008 à Mirabel. Ses principaux objectifs sont de créer des liens avec la nature, de devenir acteur de son environnement et de réfléchir aux différents impacts de l'homme sur la nature, de laisser une trace émouvante et biodégradable et également de se sensibiliser à la conscience planétaire. Nous encourageons le covoiturage.

Date retenue : jeudi le **18 juin 2015** / Le coût : pour un groupe de personnes âgées **10,85 \$** tx.  
Incluses / personne / Arrivée : **10 h 30** beau temps mauvais temps / Visite guidée: 45 minutes  
Dîner : vers 11 h 30, buffet chaud et froid, coût : **16 \$ taxes incluses** / personne  
Après dîner : visite libre des jardins non-visités  
Sur place, Boutique avec produits des jardins, pain artisanal (four en glaise sur place)...etc.

### Inscription

Date limite d'inscription : **20 mai 2015**

Inscrivez-vous auprès de **Suzanne Dalpé** au **450 756-6544** ou **[dalpe7777@hotmail.com](mailto:dalpe7777@hotmail.com)** et faire parvenir **un chèque de 26,85 \$** / par personne, libellé au nom de AREQ Lanaudière, a/s de: **Suzanne Dalpé, 777, Henri Chalin, Joliette (Qc) J6E 8E6**, ce qui confirmera votre inscription.

Nom.....(nécessaire pour bien vous identifier)

Secteur Lanaudière



Voici un **nouveau portail** destiné aux aînés, il s'agit de la nouvelle version du Guide des programmes et services pour les aînés du gouvernement du Québec: (lien direct vers le portail).  
**<http://www4.gouv.qc.ca/FR/portail/citoyens/evenements/aines/pages/accueil.aspx>**

 **Important** : Pour toute activité, cours ou autre, toujours faire votre paiement par chèque. Merci ! *Le Conseil sectoriel*

# COMITÉS Orphelins



Webmestre



Environnement



Condition féminine

En paraphrasant John F. Kennedy, « *Ne demandez pas ce que votre Association peut faire pour vous, demandez-vous ce que vous pouvez faire pour elle.* » **Contactez-nous.**

**Besoin d'un répit? Mascouche : 450 966-4446/ Repentigny : 450 581-4621/ Joliette : 450 755-4854/ Rawdon : 450 834-1160/Berthierville : 450 404-2219**



**Mon répit,  
ma santé**

TARIF SPÉCIAL  
**5\$/hre\***

Marcher  
**Prendre de l'air**

Me reposer  
**Penser à moi**

\* SELON CRITÈRES D'ÉLIGIBILITÉ

**POUR VOUS OFFRIR  
UN PEU DE RÉPIT**

**VOUS SOUTENEZ  
UN PROCHE  
DE 65 ANS ET +**



**SERVICES OFFERTS :**

- Entretien ménager et repas  
*« Une responsabilité de moins dans mes journées déjà très occupées. Merci. »*
- Activités de stimulation  
*« Atteinte d'Alzheimer, ma mère apprécie cette période d'activités qui lui est consacrée et cette stimulation contribue au maintien de ses acquis. »*
- Présence et surveillance  
*« Je suis rassurée qu'une personne compétente puisse prendre ma relève auprès de mon conjoint. »*

Réalisé grâce à la collaboration financière de

**L'APPU** PAR LES MRC DES LANAUDIÈRES

---

**PARTOUT DANS LANAUDIÈRE**

MASCOUCHE	450 966-4446
MRC LES MOULINS	
REPENTIGNY	450 581-4621
MRC L'ASSOMPTION	
JOLIETTE	450 755-4854
MRC JOLIETTE	
RAWDON	450 834-1160
MRC HATAWINÉ, MONTCALM	
BERTHIERVILLE	450 404-2219
MRC D'AUTRAY	

**Laissez-nous  
VOUS AIDER**





## Informations utiles

AREQ.....1 800 663-2408  
 Mutuelle SSQ .....1 800 463-5525  
 CARRA .....1 800 463-5533  
 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  
 RAMQ.....1 800 561-9749

## Collaboration de Jean-Marc Desroches



Le congrès provincial de l'AREQ était dispensé à Gatineau au printemps de 2005. Sous le thème "Une mission qui nous engage", des membres de l'association locale se présentèrent au Hilton du Casino du lac Leamy afin de respecter les formalités d'usage au bon déroulement des activités, en ce mardi 24 mai. Ils y resteront deux autres journées pour y discuter, de façon approfondie, sur les raisons d'être de l'association.

La délégation comprenait neuf membres sous la supervision de notre présidente, Lucille B. Hérard. On les voit, ici, en train d'échanger avant d'aller souper au terme de la première journée de rassemblement. Nommons-les. Marcel Lapolice, Madeleine Rivest, René Brouillette, Lucille B. Hérard, votre humble serviteur, Monique Geoffrion, Monique Forest et Alain Lambert. Absentes lors de la photo Jacqueline Breault et Françoise Lemay.

On avait aussi prévu des animations afin de meubler les moments creux du congrès, comme une visite à un spectacle musical réunissant plus de trois cents participants à Ferme Rouge. Pendant ce temps, les accompagnateurs se firent un devoir de "découvrir l'histoire de la capitale du Canada" à bord d'un autobus de style londonien à toit ouvert ainsi qu'une visite au théâtre Imax du Musée canadien des Civilisations afin d'y "naviguer" le Nil entier tels des explorateurs qui avaient peine à arriver à bon port.



Source : [www.araq.csq.qc.ca](http://www.araq.csq.qc.ca)

### **Votre numéro est-il inscrit sur la LNNTE?**

Mais qu'est-ce donc que la LNNTE? C'est la Liste nationale de numéros de télécommunication exclus. Mise sur pied par le gouvernement fédéral, cette liste permet de réduire le nombre d'appels non sollicités provenant de télévendeurs, ces fameuses entreprises de télémarketing qui nous offrent (et parfois nous harcèlent!) à propos de leurs produits. Il est possible d'y inscrire des numéros d'appareil cellulaire, de résidence, de télécopieur ou de téléphonie IP. Les lignes commerciales sont exclues.

L'inscription est valide pour une période de sept ans (initialement, c'était cinq ans) et les consommateurs ne sont pas avisés à la fin de la période d'inscription. Il est donc important de vérifier son inscription et de la renouveler au moment opportun. À noter que l'inscription n'élimine pas tous les appels de télémarketing, car il existe certaines exemptions.

Pour en savoir plus, nous vous invitons à visiter le site Internet de la LNNTE. Il est possible de vérifier son inscription, de retirer son numéro de la liste, ou encore de déposer une plainte au sujet d'un appel de télémarketing.

### **Surfacturation touchée par le nouveau Code de déontologie des médecins**



Le Collège des médecins a rendu publique le 5 janvier une version révisée du Code de déontologie des médecins. Celui-ci se veut « adapté à la réalité d'aujourd'hui pour mieux protéger le public ». Une des modifications touche la surfacturation médicale en cliniques médicales. En effet, le nouveau *Code* précise que « les médecins ne pourront pas réclamer aux patients des montants

disproportionnés pour les médicaments administrés ou les appareils installés et qu'ils devront leur remettre une **facture détaillée**. De plus, le *Code* contient maintenant un article précisant que les médecins devront s'assurer que la priorité d'accès à des soins médicaux soit donnée aux patients strictement en fonction de critères médicaux et non financiers. »

### **Un nouveau site Internet sur les droits des patients**



Un site Internet d'information sur les droits des patients, [vosdroitsensante.com](http://vosdroitsensante.com), vient d'être lancé par l'avocat Jean-Pierre Ménard et son cabinet, spécialisé dans la défense des usagers du système de santé depuis 1985.



Présidente



1<sup>er</sup> v-président



2<sup>e</sup> v-président



secrétaire



trésorière



conseillère

### Conseil sectoriel de l'AREQ Lanaudière

Présidente : Wynanne Watts.....	<a href="mailto:wwat@sympatico.ca">wwat@sympatico.ca</a> .....	450 222- 3859
1 <sup>er</sup> vice-président : Jean-Pierre Robert...	<a href="mailto:robert_carmen@hotmail.com">robert_carmen@hotmail.com</a> .....	450 759-5215
2 <sup>e</sup> vice-président : Yvan Brassard...	<a href="mailto:yvanbr@videotron.ca">yvanbr@videotron.ca</a> .....	450 439-6989
Secrétaire : Marie-France Rivest.....	<a href="mailto:mfhug@videotron.ca">mfhug@videotron.ca</a> .....	450 756-0433
Trésorière : Suzanne Dalpé.....	<a href="mailto:dalpe7777@hotmail.com">dalpe7777@hotmail.com</a> .....	450 756-6544
Conseillère : Mireille Provencher-Benson.	<a href="mailto:provencher_m@videotron.ca">provencher_m@videotron.ca</a> .....	450 831-4812

### Comités consultatifs de l'AREQ Lanaudière

Action sociopolitique : Yvan Brassard.....	450 439-6989
Arts : Diane Laporte.....	450 759-0940
Assurances : Larry Kelly.....	450 760-2223
Communication : Monique Forest.....	450 839-6426
Condition des femmes : Poste vacant.....	
Environnement : Poste vacant.....	
Forum des hommes : André Thérien.....	450 222-3859
Indexation : Thérèse Chapat.....	450 755-1995

### Comité des loisirs

Mariette Lorrain : 450 753-4097  
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 + : Mireille Provencher-Benson

**Site Web sectoriel : [http:// lanaudiere.areq.ca](http://lanaudiere.areq.ca)**

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

**Site Web national : [www.areq.csq.qc.net](http://www.areq.csq.qc.net)**