

# La Noria



NORIA: a.f. Machine hydraulique formée de godets attachés à une chaîne sans fin, plongement 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-Archambault

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
In memoriam, Rosaire Morin.....	5
Accueil des nouvelles et nouveaux membres....	6
Bourses de l'AREQ.....	7
Action sociopolitique.....	8
Arts.....	10
Assurances.....	11
Bien vieillir au masculin.....	12
Cours- Adresse de retour du sondage.....	14
La Grande séduction.....	15
Forum des hommes .....	19
Indexation .....	20
Collecte de sang.....	21
Quilles et Club de marche.....	23
Tableau des activités (à conserver).....	24
Mot croisé de Jean-Marc.....	25
Témoignage- Au sujet des mots croisés.....	26
Roger Plouffe, webmestre, nous écrit.....	27
Recherchés - Exemple de relève.....	28
10 ans déjà.....	29
In memoriam- Messe annuelle- Infos.....	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

Lors de l'Assemblée générale de secteur tenue au Château Joliette, le 28 avril dernier, on a dû remplacer la présidente, madame Monique Forest, qui après dix années données à l'AREQ dont six à la présidence, n'était plus éligible.

Le poste n'a malheureusement pas été comblé. Jean-Pierre Robert a été élu 1<sup>er</sup> vice-président en remplacement de M. Rosaire Morin, décédé en cours de mandat. Yvan Brassard fut élu 2<sup>e</sup> vice-président à la place de Jacques Lapalme. On a aussi nommé Marie-France Rivest, secrétaire. Les seules personnes qui restent alors en poste sont Mme Wynanne Watts, trésorière, Mme Suzanne Dalpé, 1<sup>ère</sup> conseillère et Mme Mireille Provencher-Benson, 2<sup>e</sup> conseillère.

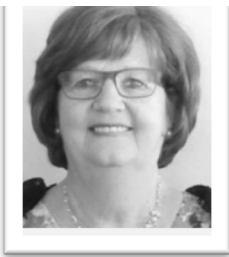


Le nouveau conseil sectoriel devra donc fonctionner à six membres au lieu de sept. On s'est réuni afin de trouver une solution à l'absence de présidence. Moi, Wynanne Watts, j'ai offert ma disponibilité pour remplir le poste vacant jusqu'à la prochaine Assemblée générale 2015 et Suzanne Dalpé est devenue trésorière pour me remplacer.

Puisque l'AREQ Lanaudière est un lieu de stimulation, de formation, d'information, de socialisation et de participation, je compte mettre l'accent sur la VARIÉTÉ dans nos activités. Votre association est soucieuse de tous vos centres d'intérêt : physique, intellectuel, social, culturel. On vous tend la main. À vous de la saisir.

J'en profite pour remercier Monique Forest de sa grande disponibilité pour nous aider à démarrer de façon judicieuse l'année 2014 - 2015 et nous approprier les dossiers du secteur. Monique est en effet d'une grande compétence et nous sert de personne ressource. En effet, une équipe renouvelée à 50% amène du sang neuf, mais aussi son lot de questionnement. Grand merci Monique!

Pour rejoindre l'AREQ  
du secteur : **450 222-3859**



## Mot de la présidente régionale, Mireille Ménard

« *Il faut affronter la réalité avec une pointe d'humour.*

*Autrement, on passe à côté. »*

Laurence Durrel

Plus de quatre-vingts congressistes de notre région ont vécu à Sherbrooke, au début de juin dernier, le 45<sup>e</sup> Congrès de l'AREQ (CSQ). Le cœur du Congrès 2014 comprenait deux principaux sujets : les amendements aux Statuts et Règlements et les Orientations 2014-2017. Les participantes et participants en ont fait une évaluation très positive. Le thème, *D'hier à demain, l'AREQ toujours en action!* est rempli de promesses.

Voici une petite anecdote lors du Congrès : il y a eu un tirage de prix de présence et notre région a eu quatre chanceuses parmi les congressistes : Danièle Hotte du secteur Hautes-Rivières a gagné une mini-tablette d'APPLE offerte par l'exposant SSQ Groupe financier; Claudette Angiolini, du secteur Chomedey-Laval, Lucille Francoeur et Ghislaine St-Pierre Vermette, du secteur Laval Nord, ont gagné chacune un des huit paniers de produits du terroir offerts par les secteurs de l'Estrie, région hôte du Congrès 2014.

À la rencontre régionale (RR) du 5 novembre prochain, sont invités les membres des Conseils sectoriels et les responsables des comités consultatifs régionaux et sectoriels. Chaque comité régional préparera son plan d'action en tenant compte des ORIENTATIONS votées au congrès et dont les trois axes restent les mêmes depuis plusieurs années :

- 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.

Soulignons que le comité régional des assurances organisera le 7 avril 2015 une rencontre d'information pour tous les membres de la région, et ce, autour des questions que vous nous posez. De plus amples informations vous seront fournies dans les prochains mois. Il est important d'inscrire cette date dès maintenant à votre agenda. Entourée de présidentes et de présidents sectoriels dynamiques, nous travaillerons ensemble à relever les défis du prochain triennat.

- De Lanaudière (A), Wynanne Watts, conseillère.
- De Chomedey Laval (B), Georges-André Brûlé, premier vice-président régional.
- De Rivière-du-Nord (C), Pierrette Boudreau, trésorière régionale.
- De Deux-Rivières de Laval (D), Lorraine Trudeau, secrétaire régionale et 2<sup>e</sup> mandat
- De Laurentides (E), Michel De Courcy, premier vice-président; il représente le secteur, le poste à la présidence étant à combler.
- De Seigneurie-des-Mille-Îles (F), Gilles Lavigne, conseiller.
- De Hautes-Rivières (G), Jean-Marc Diotte, conseiller et 2<sup>e</sup> mandat.
- Des Affluents (H), Lise Hébert, deuxième vice-présidente régionale.
- De Laval Nord (J), Jeanne-d'Arc Dubé, conseillère et 2<sup>e</sup> mandat.

Je profite de l'occasion pour remercier notre présidente sortante, Aline Savoie, pour le travail des six dernières années. Merci aussi pour la confiance que m'ont témoignée les membres de l'Assemblée générale régionale (AGR) en m'élisant présidente. Soyez assurés que je mettrai tous les efforts nécessaires pour être à la hauteur de la tâche qui m'est confiée.

### *In memoriam, Rosaire Morin*

Le 1<sup>er</sup> vice-président du secteur est décédé le 18 mars 2014. Une grande perte ! Un grand vide ! Un homme intelligent, bon, humble, doux, pince-sans-rire. Un collègue aimé et apprécié au sein du Conseil sectoriel et des membres. Un homme réservé, mais lorsqu'il prenait la plume, il n'y avait plus de barrière à sa timidité. Il a été rédacteur de La Noria lorsqu'il fut élu au Conseil. Il aimait écrire, renseigner, sans langue de bois, capable de questionner notre Association, toujours dans le but de vouloir l'améliorer.

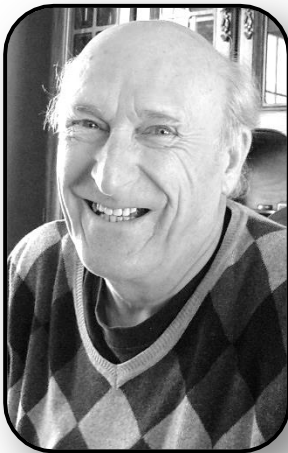
Il a été président des «Retraités en vélo de Lanaudière», multipliant les randonnées et faisant découvrir des coins de pays aux membres.

Tu nous manques Rosaire...

#### *Si fragile*

*On n'choisit jamais de vieillir  
On voudrait rêver un peu plus  
La vie n'est pas faite pour mourir  
On meurt souvent bien entendu  
Car la vie est si fragile...*

Luc De Larochellière



*Adieu, cher ami Rosaire*

# Venez accueillir les nouvelles et nouveaux retraités

## Le mardi 21 octobre 2014

**Au Club de golf Montcalm au 1800 Chemin Nadeau,  
Saint-Liguori, 450 834-6981**



Accueil à 11 h – Cocktail de bienvenue à votre arrivée - Dîner vers midi- Le cocktail, le buffet accompagné de vin seront servis au coût de 22 \$ pour les membres de l'AREQ et 40 \$ (coût réel) pour les non-membres.

Envoyer votre chèque avant le 15 octobre, sans oublier le délai de livraison par la poste, libellé au nom de AREQ Lanaudière à l'adresse suivante : Suzanne Dalpé, 777, Henri Chalin, Joliette (Qc) J6E 8E6 (**Si le délai entre la réception de La Noria et l'Accueil est trop court, téléphonez à madame Dalpé pour vous inscrire et vous apporterez votre chèque à l'Accueil.**) ( 450 756-6544)


### **Gratuit pour les nouvelles et nouveaux membres**

**Voici la liste :** Benoît Josée, Bérard Jean-François, Bernier Jean-Michel, Beyssac Michelle, Blais Jocelyne, Bordeleau Marie, Boucher Luc, Bourassa Francine, Brunelle Ghislaine, Choinière Guy, Daigle-Lépine Diane, Desaulniers Ginette, Farley Lise, Fortin Carolle, Gagnon Johanne, Gareau Colette, Gilbert Raymonde, Girard Hélène, Giroux Louis-Philippe, Giroux Nicole, Guévremont Monique, Hamelin Christiane, Hébert Johanne, Héroux Diane, Labonté Germain, Lachapelle Mario, Lafleur Roger, Lafrance-Riopel Lise, L'Écuyer Claire, Legault René, Lelièvre Guy, Loyer-Morin Louise, Marcotte Denise, Marcotte François, Michaud Jacinthe, Millette Réjean, Nantel Yves, Poirier Louise, Quesnel-Boisvert Diane, Raymond Danielle, Renaud Nicole, Robert Marc, Schick Dallyce, Thibault Serge, Van Bennekum Hans, Venne Maryse.

Note : Si vous n'avez pas reçu d'invitation, c'est probablement que l'AREQ nationale n'a pas encore traité votre dossier et vous n'êtes pas encore dans la liste de membres du secteur. Vous serez invité l'an prochain.



À l'Assemblée générale, Monique Forest, Claudette Lefebvre et Jacques Lapalme ont quitté le Conseil sectoriel, leur mandat étant terminé. Le nouveau Conseil, au nom de tous les membres du secteur, les remercie et ils seront honorés lors de la Fête de reconnaissance au printemps prochain.



## **Bourses de l'AREQ pour le soutien à la formation**

Les Bourses de l'AREQ pour le soutien à la formation ont été créées en juin 2011, dans la foulée du 50<sup>e</sup> anniversaire de l'Association. Elles visent à soutenir des membres de l'AREQ ou encore leurs proches inscrits dans une démarche de formation ou de perfectionnement. Le sujet d'étude peut être lié autant à un champ d'intérêt personnel (arts, communications, etc.) que professionnel (éducation, santé, etc.)

Ce programme a pour buts d'accroître le sentiment d'appartenance des membres de l'AREQ, de créer des liens intergénérationnels, d'encourager la formation dans des domaines d'études variés, de soutenir la persévérance scolaire et la formation continue et d'assurer le rayonnement de l'Association.

### **Personnes admissibles**

**Le programme de bourses s'adresse aux membres réguliers de l'AREQ ainsi qu'à leurs enfants ou petits-enfants (à condition qu'ils soient âgés d'au moins 12 ans). Les personnes élues de l'AREQ (membres du Conseil d'administration et membres des Conseils sectoriels) et les membres de leur famille ne peuvent soumettre leur candidature.**

Les candidates et candidats doivent être inscrits à un programme d'études offert par :

- une institution publique reconnue par le ministère de l'Éducation, du Loisir et du Sport (MELS);
- un organisme d'éducation populaire reconnu par le MELS, par le ministère de la Santé et des Services sociaux (MSSS) ou par le ministère de l'Emploi et de la Solidarité (MESS).

Quatre bourses de 250 \$ seront décernées dans la région de Laval-Laurentides-Lanaudière pour un total de 1 000 \$, soit 2 bourses d'une valeur de 250 \$ pour les membres réguliers et 2 bourses d'une valeur de 250 \$ pour les enfants ou petits-enfants de membres réguliers.

### **FORMULAIRE**

Si vous êtes intéressés à y participer, allez sur le site de l'AREQ nationale ([www.areq.csq.qc.net](http://www.areq.csq.qc.net)) à l'onglet NOS SERVICES, cliquez sur BOURSES DE L'AREQ. Au bas de cette page, vous trouverez le FORMULAIRE DE MISE EN CANDIDATURE. Remplissez-le et retournez-le à la présidente, Wynanne Watts au 195, Montée Casino, Saint-Calixte, (Qc) J0K 1Z0



### De l'importance de ....

J'ai longuement songé au titre @ donner au présent article... pour ne pas dire que j'en ai été obsédé !

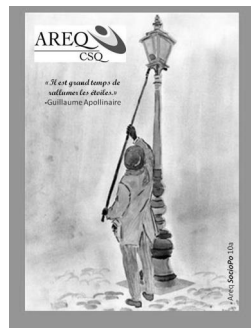
Mais, @ l'étape de notre vie où nous sommes rendus...je cherche encore... ce qui est assez important pour qu'on décide d'adhérer @ NOTRE organisation...mais surtout de s'y impliquer... ne serait-ce qu'à petits pas et que pour de petites actions sinon de présences.

On peut avoir, pour certains, le sentiment (fort légitime) d'avoir «assez donné» ! À ceux-là, j'aurais la tentation de suggérer de s'économiser la lecture de ce qui suit car je suis encore de ceux qui ont le sentiment contraire (assez légitime aussi) d'avoir le DEVOIR (mais en même temps, le *plaisir*) de donner ENCORE.

Donner parce que, malgré les écueils, j'ai quand même acquis le sentiment que je suis privilégié. Privilégié, et à ce titre, de m'impliquer encore et encore. Avoir une relative bonne santé, une aussi relative sécurité financière (quoique nous serons toujours demandeurs à ce titre & encore là à juste titre, voir le **dossier** INDEXATION et nos revendications) et le fait de sentir avoir été UTILES dans la vie !

Mais ce que je dois à la société (& aux générations précédentes –voir : **Dossier** HISTOIRE /patrimoine) @ l'instar de très nombreux ...

**ALLUMEURS de réverbères** ! C'est ainsi que nous comprenons la mission de VOTRE comité d'ActionS **sociopolitiques** (le pluriel étant de mise). J'ai donc, très orgueilleusement, le privilège d'animer (anima = âme, pour un agnostique faut le faire !) avec la collaboration (lire *la complicité*) de mes compères : *votre* Monique Forest, Jean-Pierre Robert, Michel Bourgault (3 éternels mordus, sinon *allumés*) sans oublier les lumières de Gabriel Pigeon (*voyageur*, et ce n'est pas qu'une simple farce !) et de Georges Ricard (clin d'œil @ NOTRE **comité Forum des Hommes**, sagement actifs). Nous nous sommes donnés la mission de **rallumer les étoiles** selon le mot d'Apollinaire...ces étoiles étant NOUS (*ici, lire : donner une autre raison de vivre, si besoin était, @ un certain nombre d'entre nous qui pourrait avoir perdu raison de vivre –voir le haut taux de suicide des aînés...*)



Susciter des réactions (incluant des débats, **on assume**), provoquer des prises de conscience sinon appeler à la MOBILISATION citoyenne, c'est un peu, pas mal, beaucoup notre plan d'action. **Plan d'actionS**, lequel se décline dans le mandat amorcé par la mise en place de deux (valant mieux qu'un seul ! ) **forums** d'éveil des consciences. En effet, nous avons déjà sur un réseau social bien connu (et dont on ne doit pas AVOIR PEUR !) une page «**Sociopo AreqLanaudière**» sur FACEBOOK où tout le grand public peut s'informer de nos «statuts», mais nous avons aussi un **Club PRIVÉ** (sans enveloppes brunes) «**Club privé du sociopo10a**», toujours sur F.Book...! et en prime nous pensons @ un FORUM d'échange qualifié «**hors facebook**» qui, nous l'espérons, sera tout aussi bien alimenté. Cependant, une ou un «meneur» de jeu reste @ être trouvé; intéressés nous faire signe !

**Se brancher** (lire la« nécessité de...»), voilà la thématique que nous allons essayer de *vivre ensemble (encore un bon slogan)* comme PREMIER déjeuner-conférence @ l'Annexe@Roland (autre organisme que nous saluons parce que faisant partie de nos préoccupations sociales étant une entreprise de réinsertion sociale)

**Un premier déjeuner-conférence.** Suivez-nous sur la toile pour avoir les détails, grâce au merveilleux site entretenu depuis 10 ans par notre collègue Roger Plouffe, que nous remercions ici, en primeur <http://lanaudiere.areq.ca/> (tapez : areq10a sur Google). Notre invité sera un formateur (sinon l'un des initiateurs) du RIAQ **Réseau d'information des aînés et aînées du Québec**, lequel nous convaincra que l'on a tout à gagner @ se brancher.

Puis, nous aurons **un autre déjeuner-conférence** qui portera sur le mentorat social, lien privilégié intergénérationnel, PROGRAMME commandité par la FADOQ-Lanaudière....où notre expertise d'aînés est appelé @ être partagée...sera traité aussi «*la possibilité d'un coaching enseignants seniors et jeunes enseignants*»

**Un 3<sup>e</sup> déjeuner-conférence** avec M. Denis Mc Cready... [www.denismccready.com/](http://www.denismccready.com/)  
La thématique, suite @ son merveilleux texte «*Vivre en ville*» découvert via Facebook. pourrait en être : «La nécessaire IMPLICATION/indignation sociopolitique des retraités de l'enseignement!» <http://voir.ca/jepenseque/2011/09/08/lettre-ouverte-aux-autres-humains/>



«Dans nos cartons» (comme disent les cousins français !) nous aurons pour plus tard ...Un **déjeuner-conférence**, tiré de notre dossier **HISTOIRE/PATRIMOINE** (mon b.b. !) + une possible exposition par les Éditions ÉcoSociété, maison d'édition de réflexion fondée par Serge Mongeau et c'est sans oublier notre Dossier amérindien...

Très prochainement, vous aurez le privilège (@ moins que ce ne soit nous qui l'ayons) d'être **SÉDUIT** ! on en dit pas plus !



## Les arts par Diane Laporte

J'espère que votre été fut des plus agréables et que vous vous préparez à noter à votre agenda vos participations aux activités de l'AREQ !



**Félicitons** d'abord les artistes des œuvres "Coup de Cœur" choisies lors de l'AGS du 28 avril 2014.

- Mme **Ginette Beaupré** pour l'aquarelle «Un matin à Saint-Paul de Vence» - Mme **Huguette Bérard** pour la photo «Illusion»- M. **André Mousseau** pour l'huile «L'Envol». **Les deux personnes sélectionnées au Régional:** - en photo, **Mme Huguette Bérard** pour «Illusion» - en sculpture, **Mme France Grenier** pour «Influence marine 1 » Vous trouverez leurs photos sur le site de l'AREQ, onglet Arts.

### Pour 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 trois à quatre réalisations par personne. Alors, pensez déjà à vos réalisations 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.

**Cependant.....je me questionne**, car depuis les annonces lors de l'AGS et celle sur le site, je n'ai eu que **deux** inscriptions !! Alors qu'advient-il de notre exposition?? Vos commentaires sont bienvenus!

## Cours de dessin et peinture par M. Normand Turmel.

D'abord, un BRAVO spécial pour la belle exposition présentée le 7 mai par Normand et ses élèves au local de l'école Lajoie. Que de merveilles!

N'hésitez pas à vous inscrire à ces cours. Normand saura vous guider à l'aide d'exercices et de travaux simples, dans une ambiance amicale et décontractée.

Si vous êtes intéressés, mais avez manqué les débuts en septembre, visionnez le site ou téléphonez à Normand au 450 839-7584 pour connaître les possibilités. **Les cours se continueront pour la saison hiver 2015.**

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

Carlo Goldoni, « Térence, II, 1 ».



### Les assurances par Larry Kelly

**SSQ** Assurance

Après deux ans d'absence, nous remettons sur pied les rencontres d'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.

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.

Afin de mieux profiter de la rencontre, vous apporterez votre brochure SSQ Groupe financier – **VOTRE RÉGIME D'ASSURANCE COLLECTIVE – ASSUREQ – PERSONNES RETRAITÉES**.

Voici un résumé des sujets prévus pour la rencontre :

#### **1- L'assurance médicaments de la RAMQ**

- Quels problèmes puis-je avoir avec la RAMQ et les solutions possibles?
- Pourquoi je paie des excédents sur ma facture d'achat de médicaments?
- Pourquoi la RAMQ refuse-t-elle de payer une partie de mon médicament?

#### **2- L'assurance complémentaire ASSUREQ**

- Pourquoi me refuse-t-on le remboursement de mon ostéopathe alors qu'avant je n'avais pas de problème?
- Quels sont les moyens offerts par SSQ pour réclamer un remboursement partiel de mes dépenses admises?
- Est-ce que je peux changer mon contrat individuel pour un contrat familial ou l'inverse?

#### **3- L'assurance voyage**

- Est-ce que l'annulation d'un voyage au Québec est couverte par mon assurance voyage?

- Si j'annule mon voyage pour une bonne raison, est-ce que mon assurance me rembourse toujours le plein montant du prix que j'ai payé?
- Si je voyage seulement au Canada, est-ce que j'ai besoin d'une assurance voyage?
- Est-ce que mon assureur peut refuser d'assurer un voyage que je veux réaliser?

### 3- L'assurance vie

- Quelles sont les conditions qui peuvent me faire perdre mon assurance vie?
- Quel montant recevrai-je pour mon assurance vie?

### 4- Les frais médicaux dans mes déclarations de revenus

- Est-ce que je peux mettre le montant de la prime payée pour mon assurance complémentaire avec ASSUREQ dans mes déclarations de revenus?
- Quels frais médicaux puis-je mettre dans mes déclarations de revenus?



**Bien vieillir au masculin**  
**par André Ledoux, Forum des hommes**

## Les hommes vieillissent mal !

Il faut observer les hommes, les retraités, par exemple, dans les centres commerciaux, sur les terrains de tennis ou de golf, dans la rue, à la bibliothèque, pour constater qu'ils ont généralement l'air vieux, dans le sens péjoratif de l'expression. Ils vieillissent plus mal que les femmes. Deux facteurs sont souvent à l'origine de ce vieillissement que je qualifierais de prématuré : le grisonnement, la perte des cheveux et un surplus de poids qui les rend bedonnants. De plus, les hommes ne se préoccupent pas tellement de leur apparence et la santé est souvent le moindre de leur souci : digestion pénible, maux de tête fréquents, morosité, humeur noire, douleur articulaire, peu importe, ils se disent que ça va passer ! Ils se moquent trop souvent de la prévention et des examens de dépistage.

Quel contraste entre ces femmes et ces hommes de 50 ans et plus ! Les femmes ont appris à bien vieillir dans la mesure où elles savent prendre les moyens pour retarder les outrages du temps. Elles se maquillent depuis belle lurette, jettent leur dévolu sur des vêtements à la mode et rendent visite à leur esthéticienne; elles prennent un soin jaloux de leur coiffure, n'hésitent pas à changer la couleur de leur chevelure et plus d'une fait appel à la chirurgie plastique. Rien d'étonnant à ce que des femmes de 75 ans en paraissent 60... Bref, elles savent jouer de tous les artifices qui font paraître jeunes, sans oublier les attitudes ou le comportement qui aident à conserver un cœur jeune et un esprit pétillant.

Les hommes ont peu recours à des expédients comme la coloration des cheveux, le maquillage, les soins esthétiques et même la chirurgie. Il est plus facile de se laisser aller

que de faire des efforts... Les hommes vieillissent mal, vous dis-je. Et après ? Ne faut-il pas faire fi des canons de la vie sociale et oublier définitivement l'adage américain : *Image is everything ? Être au lieu de paraître !* Oui, nous sommes toujours aux prises avec des contradictions et de l'ambiguïté !

Mais s'ils s'occupaient davantage de leur santé et de leur allure, s'ils s'adonnaient plus régulièrement à l'activité physique, les hommes resteraient jeunes et vivraient beaucoup mieux les dernières décennies de leur vie. Les besoins en santé de la gent masculine sont plutôt évidents. Selon la travailleuse sociale et agente de recherche, Francine Leduc, les données de surveillance de l'état de santé et du bien-être des hommes nous indiquent que :

- *leur espérance de vie est plus faible par au moins 5 ans;*
- *les taux de mortalité des hommes sont plus élevés à tous les groupes d'âge; ils se suicident de quatre à six fois plus que les femmes, et ce, alors qu'ils sont encore dans la force de l'âge;*
- *ils sont plus souvent victimes d'accidents de toutes sortes;*
- *ils sont plus souvent privés de leurs enfants dans les cas de rupture conjugale;*
- *la pauvreté des hommes est souvent sous-évaluée ou minimisée;*
- *la détresse des hommes n'est pas mesurée de façon adéquate, plusieurs chercheurs s'entendent pour le dire;*
- *ils utilisent beaucoup moins les services de santé;*
- *la souffrance des hommes n'est pas toujours reconnue;*
- *les ressources spécifiquement dédiées aux hommes représentent le plus souvent moins de 10 % du total des ressources spécifiquement dédiées selon le sexe.\**

La santé mentale des hommes est aussi préoccupante. À part le suicide plus fréquent chez les hommes que chez les femmes, de nombreux hommes souffrent de troubles de la personnalité, tels les comportements antisociaux, le désordre obsessionnel-compulsif, l'alcoolisme, etc. La dépression est également répandue chez eux et les pères de famille recomposée ou monoparentale éprouvent souvent un degré plus élevé de détresse psychologique que ceux des familles normales.

Pour améliorer leur sort, les hommes doivent prendre conscience de leur état psychologique et physique, manifester une volonté de rester jeunes et en prendre les moyens, tout en se rappelant que la santé est un bien inestimable fortement liée à un vieillissement heureux.

\* LEDUC, Francine, *Des données et des hommes : un autre profil... des réalités différentes* en ligne à l'adresse [http://www.parolesdhommes.com/2005/A7\\_FrancineLeduc.doc](http://www.parolesdhommes.com/2005/A7_FrancineLeduc.doc) (consulté le 15 juillet 2014).

### 1. Les cours de **CONVERSATION ANGLAISE** reprendront à la mi-janvier.

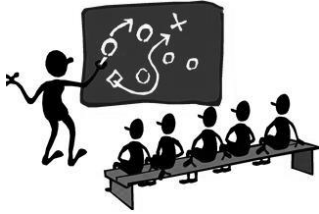
Intermédiaires: jeudi matin à Saint-Jacques  
Débutants Plus: jeudi après-midi à Saint-Jacques

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**

Pour plus d'informations, consultez la page 12 des Arts visuels dans La Noria sous la plume de Diane Laporte, responsable.



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



Pour la session d'hiver (12 cours) du 9 janvier au 3 avril 2015, 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 en est de 24 \$ pour les membres et 48 \$ pour les non-membres. Un chèque libellé au nom de AREQ Lanaudière et remis lors du premier cours. Inscrivez-vous auprès de Monique Forest, responsable des cours : 450 839-6426 ou forestmonique@hotmail.com

### Sondage La Grande séduction, « Cœurs & Reins »

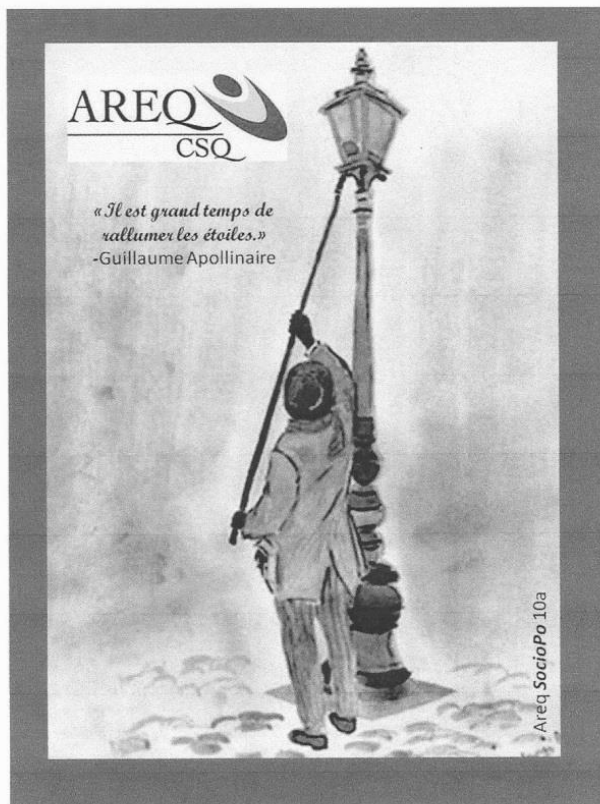
Les pages suivantes 15, 16, 17, 18 sont un sondage initié par le Comité d'action sociopolitique, approuvé par le Conseil sectoriel dans le but de vous assurer des services de qualité répondant à vos besoins et à vos intérêts. Merci de votre collaboration!

Détachez ces quatre pages de La Noria, répondez et postez avant le **15 novembre** à **Yvan Brassard, 608, Côte St-Ambroise, Saint-Lin-Laurentides (Qc) J5M 1H2**

# 2014

Areq Lanaudière (10a)

Initiative de votre Comité SocioPo



## [GRANDE SÉDUCTION]

*Votre AREQ sectorielle veut connaître vos disponibilités, vos motivations, vos craintes, vos soucis, vos freins mais aussi vos aspirations.....pour faciliter l'actualisation de vos désirs....et pour cela « nous allons vous faire des offres que vous ne sauriez refuser ! »*

## Opération : la grande séduction «Cœurs & reins» Areq 10a

<b>Comités existants</b> –voir notre site : <a href="http://lanaudiere.areq.ca/">http://lanaudiere.areq.ca/</a>	Utile	inutile	Intéressé-e @ participer	Intéressé-e @ organiser
1) Actions SocioPolitiques dont : -déjeuners-croissants ou dîners-conférence & thématique sociale ou politique (avec grand «P»)				
2) Arts visuels				
3) Assurances				
4) Communication				
5) Condition féminine (poste vacant)				
6) Environnement (poste vacant)				
7) Forum des hommes				
8) Indexation				
9) Comité des loisirs				
10) Comité de la fraternité				
11) Comité des quilles				
12) Club de marche				

Ce bloc constituerait un ajout, un raffinement de nos services déjà offerts afin d'être encore plus à votre écoute et d'augmenter notre taux de participation @ toutes nos activités.

13) Co-voiturage lors d'activités				
14) Accompagnement pour aîné(e)s				
15) Équipe de rappels téléphoniques				

Le bloc suivant constitue des SUGGESTIONS.

<b>Volet culturel</b>	Favorable	En désaccord	J'y participerais	Je m'impliquerais @ l'organisation
16) Soirée <i>poésie</i>				
17) Match d' <i>impro</i>				
18) Débats <i>oratoires</i>				
19) Club de <i>lecture</i>				
20) Ornithologie				
21) Mycologie				
22) Spectacle « <i>multi-disciplinaire</i> »				
23) Photographie				
24) Suggérez: sujets de <i>conférence</i>				
<b>Volet sport</b>				
25) Badminton				
26) Partie de <i>pêche</i>				
27) Volleyball				
28) Vélo ( <i>renaissance</i> du groupe....)				
29) Tennis				
30) Pétanque				
<b>Jeux de société</b>				

31) Bridge				
32) Échecs				
33) Jeu de dames				
<b>Activités sociales</b>	<i>Favorable</i>	<i>En désaccord</i>	J'y participerais	Je m'impliquerais @ l'organisation
34) Soirée dite « <b>bien cuit</b> » hommage @ quelq'un d'entre nous ....				
35) Quizz « <b>détecteurs de mensonge</b> » (jeu social)				
36) Soirée du « <b>bon vieux temps</b> » à tendance folklorique...				
<b>Votre avis....sur la fréquence ou le nombre de parutions ....?</b>				
Communications: <b>La Noria</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>
-votre <u>avis</u> ?? en se rappelant qu'une parution coûte + de 3000\$				

**Note : Manque d'espace = vous pouvez ajouter une feuille au présent encart !**

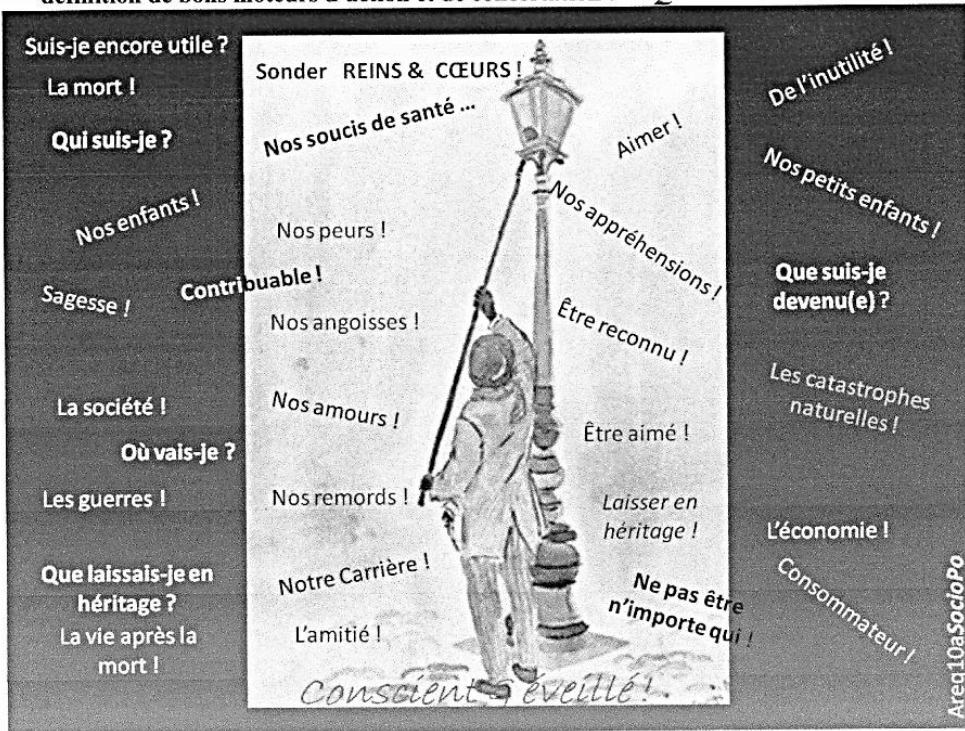
Cerise sur le gâteau : **Notre défi**, mieux vous connaître (*questions ouvertes*)

- 1.- Qu'est-ce qui fait que vous **maintenez** votre adhésion @ notre association l'AREQ ?  
a) les déjeuners    b) les dîners     c) les conférences     d) l'UTA Université du 3<sup>e</sup> âge   
e) seulement les assurances ASSUREQ     f) autres , spécifiez :
  
- 2.- Quels sont les freins qui **vous empêcheraient** de participer assidûment aux rencontres (ex. déjeuners ou sorties) du secteur ?  
a) aucun intérêt     b) agenda trop chargé     c) oubli     d) je n'ai pas «*ma gang*» d'ami-e-s   
e) santé     f) aucun transport     g) autre(s), préciser :
  
- 3.- Que pourrait-on faire de **plus** pour rejoindre le plus grand nombre de membres ?
  
- 4.- Combien de fois par semaine utilisez-vous Internet? :    a) 0 (pas branché)     b) 1 à 3 fois   
c) 4 à 10 fois     d) plus de 10 fois     e) je suis, *sans me vanter*, un expert
  
- 5.- Si branché-e, accepteriez-vous de communiquer votre adresse courriel afin d'être informé-e des actualités **socio-politiques** ou autres du Secteur....?    oui     non
  
- 6.- Sinon, seriez-vous intéressé-e @ apprendre comment être familier avec les ordis ?  
oui     non



P.S. : - Prenez note que votre comité SocioPolitique est présent sur facebook, tapez : Sociopo AreqLanaudière en site ouvert @ tous. De plus vous avez aussi en Club privé du sociopo10a où seuls les membres voient VOS commentaires .... (DEMANDEZ @ y ÊTRE ADMIS) !

En définitive, nous sommes différents d'autres retraités tout en étant tout de même très semblables. La joie de vivre, la simplicité des loisirs, la recherche de reconnaissance sont par définition de bons moteurs d'action et de concertation ! *Quels sont les vôtres ??*



En terminant si vous voulez vous identifier

vosre nom : \_\_\_\_\_ année de prise de retraite : \_\_\_\_\_  
 votre courriel :

( si toutefois vous voulez demeurer anonyme nous respecterons ce choix ! )  
 [Nous sommes + de 1500 membres dont uniquement 266 ont donné leur adresse courriel !]

notre site de base: <http://lanaudiere.areq.ca/> ou tapez sur google : areq 10a

Laissez-nous vous séduire pour ÊTRE de son temps et ne plus tout simplement AVOIR du temps !



## Le Forum des hommes par André Thérien

Le comité Forum des hommes, secteur Lanaudière,  
Calendrier des activités 2014-2015.\*

Bonjour les hommes de l'AREQ Lanaudière!



Voici notre calendrier de rencontres pour cette année.

Comme vous le constatez, notre comité abordera des sujets très d'actualité rejoignant plusieurs préoccupations des hommes.

Notre Forum se veut un lieu d'échanges et de partage entre hommes, empreint de respect et de convivialité!

Ses activités s'adressent à tous les hommes de notre secteur désireux de partager leurs réflexions et points de vue masculins sur divers sujets concernant particulièrement les hommes.

Pour participer à ces activités, il suffit de s'inscrire par téléphone ou par courriel : au 450-222-3859 [therienandre@sympatico.ca](mailto:therienandre@sympatico.ca) auprès d'André Thérien, responsable du comité. Il me fera plaisir de vous fournir davantage de renseignements à propos de ces activités.

Certaines activités s'adressent aux hommes de notre secteur seulement. Deux rencontres sont régionales et s'adressent à tous les hommes de la région des 3 L.

Le livre à l'étude cette année est « Le moine et le philosophe » de François Ricard, moine bouddhiste. Il vous sera remis, sans frais, cet automne.

### \* **1<sup>ère</sup> rencontre : mercredi, 15 octobre 2014:**

Cette rencontre « retrouvailles » nous permettra de partager d'excellents moments vécus cet été : anecdotes savoureuses, photos, récits de voyages, etc.

Au local du SEL : 150 Petite-Noraie, Saint-Charles-Borromée, Joliette.

9h.30 à 12h. Dîner au buffet Jardin d'Aphrodite.

### **2<sup>e</sup> rencontre : mercredi, 19 novembre 2014 : Journée internationale des hommes.**

#### **Une rencontre régionale à l'intention des hommes de Laval-Laurentides-Lanaudière.**

Une conférence d'André Ledoux : « L'entretien des facultés mentales chez les hommes de 50 ans et plus ».

Au local du SERN (Syndicat de l'Enseignement de la Rive-du-Nord).

601, rue Fournier, Saint-Jérôme.

Dîner sur place : Boîte à lunch au montant de 15\$ payé par le secteur. 9h30 à 14h.

**3<sup>e</sup> rencontre : mercredi, 18 février 2015 : En préparation de la rencontre de mars, retour sur la conférence de Pierre L'Heureux, l'année dernière.** Apporter une copie du PowerPoint. Au local du SEL : 150 Petite-Noraie, Saint-Charles-Borromée, Joliette.

9h.30 à 12h. Dîner au buffet Jardin d'Aphrodite.

**4<sup>e</sup> rencontre : mars 2015** : Rencontre régionale des hommes des 3 L.

Date à préciser avec Pierre L'Heureux, conférencier. « L'engagement des hommes », ou « Quand les hommes prennent la place qui leur revient ». Suite de la conférence de mars 2014. 9h à 15h.

**Lieu : Hôtel Le Mirage, 1136, boul. Curé-Labelle, Blainville J7C 3J4**

**5<sup>e</sup> rencontre : mercredi, 15 avril 2015: Les hommes et la société de consommation. Les pièges à éviter**

Au local du SEL : 150 Petite-Noraie, Saint-Charles-Borromée, Joliette.

9h.30 à 12h. Dîner au buffet Jardin d'Aphrodite.

**6<sup>e</sup> rencontre : mercredi, 13 mai 2015: « Le moine et le philosophe » de François Ricard.** Échanges sur le livre.

Au local du SEL : 150 Petite-Noraie, Saint-Charles-Borromée, Joliette.

9h.30 à 14h. Dîner au buffet Jardin d'Aphrodite.

**7<sup>e</sup> rencontre : mercredi, 10 juin 2015 : Retour sur nos activités de l'année et propositions pour 2015-2016.**

Au local du SEL : 150 Petite-Noraie, Saint-Charles-Borromée, Joliette.

9h.30 à 14h. Dîner au buffet Jardin d'Aphrodite.



### L'indexation par Thérèse Chaput

Que se passe-t-il pour les régimes de retraite?

Qu'est-ce qui arrive à l'indexation?

Bonjour à vous toutes et tous

PROJET DE LOI 3  
LES RÉGIMES DE RETRAITE

Au moment où je vous écris, le gouvernement a fait sa commission parlementaire sur le projet de loi 3. Pendant tout l'été, nous n'avons entendu parler que des régimes de retraite des employés municipaux et le gouvernement n'en avait que pour ces groupes.

C'est comme s'il n'y avait aucun problème ailleurs.

Il faut bien se dire que le gouvernement ne doit pas considérer comme un problème, le fait que notre rente ne soit pas indexée pour les années entre 1982 et 1999, puisqu'il propose aux employés et employés municipaux, dans ses solutions, de couper l'indexation pour un certain temps. Nous pourrions nous dire que cette loi, ne nous concerne en rien, mais je crois que si nous ne réagissons pas contre certaines mesures, elle pourrait avoir des incidences sur tous les autres régimes de retraite.

Pourquoi je dis cela? Pour deux raisons.

Tout d'abord, pour éliminer les déficits passés, le gouvernement propose la suspension temporaire de l'indexation. Les syndicats et surtout les retraités s'opposent farouchement à la suspension temporaire de l'indexation et je les comprends très bien.

**Les retraités de l'État, dont nous sommes, savent très bien qu'une mesure « temporaire » peut être là longtemps.**

S'il passe sa loi, avec cette mesure, comment pourrions-nous, par la suite, aller parler avec lui de perte de pouvoir d'achat et d'injustice?

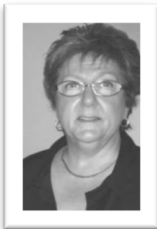
Deuxièmement, le gouvernement aurait pu viser dans son projet de loi seulement les régimes complémentaires de retraite qui ont des difficultés parce qu'ils ne sont pas assez capitalisés. NON, il s'attaque à tous les régimes de retraite municipaux même ceux qui sont capitalisés à 85% et plus.

Pourquoi aller mur à mur? Voudrait-il ouvrir la porte à d'autres gestes plus tard?

Il faut rester vigilant car le projet de loi 3 pourrait être un premier pas pour attaquer d'autres régimes dont le nôtre. Je crois vraiment que tout ce qui se passe est prévu dans un plan gouvernemental et qu'il faut être sur nos gardes.

Depuis son accession au pouvoir en avril dernier, le gouvernement en place a dit qu'il devait « s'occuper des vraies affaires ». L'injustice que nous subissons depuis 25 ans, ne semble pas faire partie des vraies affaires.

Vous ne serez donc pas surpris si je vous dis qu'il n'y a rien de nouveau concernant l'indexation.



Produits sanguins  
Cellules souches  
Tissus humains

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



Responsable : Lisette Parent

**Collecte: 2 jours - mercredi 8 avril 2015**  
**- jeudi 9 avril 2015**

L'été terminé, nos préoccupations habituelles refont surface et, dans mon cas, ces préoccupations comprennent en partie la préparation de la collecte de sang.

**Bonne nouvelle pour nous** : la collecte se déroulera à nouveau sur deux journées à moins d'un avis contraire de dernière minute. Madame Mercier vient de me confirmer à l'instant où j'écris ces mots que le Château Joliette est bel et bien réservé pour les deux jours.

Cette année, Héma-Québec veut mettre encore plus d'emphase sur les interventions dans les écoles et c'est un facteur qui a joué en notre faveur étant donné le travail que nous avons déjà accompli dans ce domaine et que nous entendons poursuivre évidemment.

**Message :**

Mon message s'adresse d'abord à tous les bénévoles qui travaillent habituellement à la préparation et à la tenue de la collecte. Nous aurons encore de la publicité à distribuer et les services de tous nos « marcheurs » seront de nouveau requis. Au Château Joliette, nous aurons besoin des bénévoles qui travaillent le mercredi et nous aurons aussi besoin des bénévoles qui travaillent habituellement le jeudi.

**Témoignage :**

Une personne que je connais bien et qui est âgée de soixante ans a développé des ulcères d'estomac suite à la prise de Coumadin. Il (c'est un monsieur) s'est trouvé gravement anémié au point d'avoir une crise cardiaque. Heureusement, il était déjà à l'hôpital où il a reçu plusieurs transfusions de sang pour stabiliser son taux de fer et d'hémoglobine.

Sa belle-fille, une jeune enseignante, a décidé de faire venir une Trousse pédagogique et d'en faire la promotion dans son école (à l'extérieur des Samares). Elle veut aussi encourager le personnel de son école à aller donner du sang lorsqu'il y aura une collecte près de chez elle.

Comme on peut le constater, cela n'arrive pas qu'aux autres.

Soyons solidaires et pensons à donner aux suivants!

**Le nouvel objectif d'Héma-Québec :**

Comme je l'ai mentionné en introduction, Héma-Québec veut développer encore davantage ses interventions visant à sensibiliser les élèves des écoles primaires et secondaires à l'importance du don de sang. Les responsables des différents secteurs doivent encourager les groupes organisateurs de collectes à établir des contacts avec les écoles situées près des endroits où se tiennent les collectes et à aller chercher leur collaboration.

C'est justement le travail que nous avons déjà entrepris en faisant la promotion des Trousses pédagogiques à travers toute la Commission scolaire des Samares et en encourageant les écoles à participer aux collectes qui se tiennent près de chez elles.

Projet du **Carrefour jeunesse emploi de D'Autray-Joliette** requérant des bénévoles.

Depuis deux ans, ce sera pour une troisième année que des élèves qui fréquentent l'école Thérèse-Martin et qui font partie d'un groupe de persévérance scolaire sont jumelés à nos bénévoles lors de notre collecte. Ils apprécient grandement leur expérience et surtout leurs échanges avec les enseignants bénévoles à la retraite.

Suite à cette collaboration, le **Carrefour jeunesse emploi de D'Autray-Joliette** a conçu un projet requérant des bénévoles : **Apprends à ton rythme.**

Nous vous présentons ici ce projet. Si vous êtes intéressés à y participer, vous contactez les personnes qui sont mentionnées à la fin de la présentation.

Apprends à ton rythme est un partenariat entre le carrefour jeunesse emploi de d'Autray-Joliette et le département de la formation à distance du centre multiservices des Samares. Il permet aux jeunes de s'inscrire à la formation des adultes à distance tout en étant suivi par un intervenant du Carrefour en ce qui concerne la motivation, la persévérance et l'atteinte des objectifs fixés.

Nous cherchons à connaître l'intérêt d'enseignants à la retraite dans le but de les jumeler à certains jeunes ayant besoin de support et d'encouragement dans cette démarche. Le jumelage se ferait sur une base bénévole et le bénévole en question n'aurait pas à agir à titre d'enseignant, mais bien comme personne significative pour le jeune. Certains jeunes n'ayant pas toujours un réseau de support adéquat, il leur est bénéfique d'être encouragé et soutenu dans ce qui constitue pour eux un retour à l'école. Cela contribue fortement à leur persévérance dans cette démarche parfois difficile.

Si vous avez des questions sur l'implication de ce bénévolat ou sur le projet Apprends à ton rythme, n'hésitez pas à contacter **Gabryelle Provost** au Carrefour jeunesse emploi au 450 755-2226 poste 113 ou **Daniel Samson** au Carrefour jeunesse emploi au 450 755-2226 poste 117. Merci!

Anne-Marie Lapointe

Au plaisir de vous rencontrer lors de la collecte de sang!

## Les quilles

Sous la responsabilité d'Arthur Roberge, il y a des quilles chaque mardi au Salon Baby à Joliette à 13 h 30. Voici les dates pour octobre et novembre : 7, 14, 21, 28 octobre et 4, 11, 18, 25 novembre. Vous pouvez vous inscrire à tout moment de l'année.



## Club de marche de l'AREQ

Depuis l'été, l'AREQ a organisé un Club de marche. Sur le site Web du secteur, il y a un onglet MARCHÉ qui donne des précisions. Pour octobre, c'est le 8, 15, 22, 28 ; pour novembre, 12, 19, 26. Venez les rejoindre, la marche, c'est bon pour la santé.

## 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	Restaurant Eggsquis 556, Saint-Charles-Borromée SCB	5 novembre 2014 9 h 15	Réserver avant le 1 <sup>er</sup> novembre 2014
Souper de Noël 	Club de Golf Saint-Liguori 1800, Chemin Nadeau Saint-Liguori	3 décembre 2014 17 h 30	Coût : 30 \$ pour les membres 40 \$ pour les non-membres Taxes, services inclus et un litre de vin pour 4 personnes Inscriptions : chèque libellé au nom de AREQ Lanaudière et poster à Luce Archambault 56, rue Piette, Saint-Jacques, J0K 2R0 <b>Réserver avant le 25 novembre 2014</b>
Déjeuner et <b>Visite au Centre culturel de Joliette</b> Entrée de la salle Rolland Brunelle	Restaurant « La Cafette » Place Bourget Joliette	4 février 2015 9 h 15	Réserver avant le 1 <sup>er</sup> février Responsable : Mariette Lorrain
Souper de la Saint-Valentin 	École Hôtelière Barthélemy-Joliette 1120, Lépine Joliette	Jeudi 12 février 2015 18 h 00	Réserver avant le 10 février 2015 Donner le nombre et les noms des personnes qui seront à votre table. Responsable : Mariette Lorrain 450 753- 4097
Déjeuner et Conférencier invité : Daniel Plante, artiste peintre	Club de golf Saint-Liguori 1800, Chemin Nadeau Saint-Liguori	4 mars 2015 9 h 15	Réserver avant le 28 février 2015 Responsable : Luce Archambault
Dîner à la cabane à sucre	Cabane à sucre « Mycalin » 116, rang Petite Ligne Saint-Alexis	1 <sup>er</sup> avril 2015 11 h 30	Réserver avant le 25 mars Responsable : Luce Archambault

## 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-Relatif au passé.
- 2-Un parti politique y désigne un candidat.
- 3-Où l'on conserve la glace- Nouvelle Lune.
- 4-Équivalence- Dans le nom de la capitale de l'Argentine- Fleuve de France.
- 5-Ligue majeure de curling- Sa chanson fut célèbre.
- 6-Palmipèdes- Vitrail sans plomb.
- 7-Northern Railways-Patrie d'Abraham- Dit qu'une chose n'est pas vraie.
- 8-Grosses grenouilles.
- 9-Serrés- D'une pudeur outrée.
- 10-Fin de "vert" (ang.)- Facteur Rhésus- Peu court.
- 11-Relatif à l'usine- Pas tard.
- 12-Du palais de l'Élysée- C'est-à-dire.

### Verticalement:

- 1-Charlot- L'argent n'en a pas.
- 2-Illustrations d'un manuscrit.
- 3-Chaîne de télévision- Pierres de foudre.
- 4-Admis à un examen- Squelette- Même chose que #3 horizontalement.
- 5-Saule- Jumelles- Dans "Irtych", rivière de Sibérie
- 6-Capables de prendre un texte en dictée.
- 7-Voisine des bruyères- Route rurale- Note de musique.
- 8-Précède l'automne- Prétentiveuse.
- 9-Fin de "vaincus"- Nouveau-Mexique- Dans un des points cardinaux.
- 10-Tour- Elles le font quand le chat n'est pas là.
- 11-Pont de Paris- Avant trois- Personne étrangère au culte juif.
- 12-Joua pour les Canadiens et les Nordiques- Tellure



## 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**

### Témoignage d'une gagnante



" Mme Watts! Bonjour! Il y a une semaine, je recevais le chèque/1er prix au montant de cent (100) dollars, alloué pour la solution des Mots Croisés de Jean-Marc Desroches. Je tiens à vous remercier de me l'avoir fait parvenir et l'Association d'encourager les membres qui "exercent leurs neurones" à travers une si agréable détente.

Bravo à M. Desroches pour son magnifique travail! À vous, Mme Watts, mes meilleures salutations ainsi que mes vœux les meilleurs à tous les membres du Conseil pour une année 2014: saine, heureuse et pacifique. Félicitations et merci pour votre précieux travail! Sincèrement, Lucette Joly-Chrétien 2 fév. 2014 »

### Au sujet du « Mot croisé »

Quel embarras! Les correcteurs de La Noria ne s'étaient pas aperçu que l'adresse du destinataire n'était pas indiquée lors de la parution de la dernière édition. Il a bien fallu user d'un peu de créativité. Certains ont quand même réussi à dénicher le "245 Lasalle », en question. D'autres ont expédié directement chez la présidente alors que le webmestre laissait paraître la destination tant désirée tout ce temps sur le site Internet de l'AREQ. Et ça s'est très bien rendu. Merci à tous pour la bonne compréhension. Continuez donc à vous inscrire et bienvenue aux nouvelles et nouveaux participants.



Les gagnantes et les gagnants sont :

Luce Archambault (Saint-Jacques) 75 \$

Carole Rondeau (Saint-Michel-des-Saints) 25 \$

Marcel Lapolice (Saint-Ignace-de-Loyola) 25 \$

Daniel Olivier (Saint-Charles-Borromée) 25 \$

## Solution du mot croisé précédent

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

### Un message de notre webmestre, Roger Plouffe



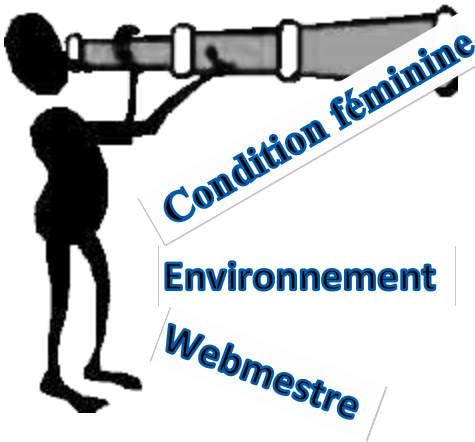
Je vous invite à visiter votre site Internet fait pour vous et pour vous rendre service. Vos suggestions seront toujours bien accueillies. Dans l'accueil, vous trouverez les anniversaires des membres pour le mois courant ainsi que les anniversaires au quotidien.

Même si vous n'êtes pas inscrits au service de messagerie de l'AREQ, vous pouvez prendre connaissance des courriels importants qui sont placés sous la bannière « Service de messagerie VIP » dans la page d'accueil. Vous trouverez les récents et anciens bulletins d'information « Le Focus » et magazines «Quoi de neuf ».

Sous l'onglet « Déjeuners », vous avez les dates des déjeuners de l'AREQ. Vous pouvez vous inscrire à [mariettelorrain@videotron.ca](mailto:mariettelorrain@videotron.ca) et par téléphone aux responsables citées à la page 24. Nouveau sous l'onglet « Publicité ». Chaque membre de l'AREQ peut faire sa propre publicité : Concerts, voyages organisés, chants, expositions de ses œuvres, publication d'un livre, etc... La publicité sera affichée pendant **un mois** et ensuite effacée. Chaque publicité est renouvelable sur demande.

J'attire votre attention sur les « Liens » du site Internet. Vous trouverez tous les salons funéraires de la région. Dans les archives, vous retrouverez les noms et quelques photos des retraités, classées par année depuis 2005.

## Personnes recherchées



Pour le poste de responsable, cela consiste à assister à deux réunions régionales où tous les responsables de secteurs se réunissent pour soit de la formation, de l'information et souvent une troisième rencontre qui sera offerte à tous les membres de la région. Le repas et votre déplacement sont défrayés par le régional. Au secteur, via La Noria, vous donnez des informations pertinentes aux membres du secteur. Vous pouvez aussi organiser une ou des activités au secteur. Ce n'est pas très compliqué et vous apprécierez ce bénévolat au fil du temps.

Quant au poste de webmestre, voici le message de Roger : « *J'occupe le poste de webmestre du site de l'AREQ Lanaudière depuis 2005. Je crois qu'il est temps de passer le flambeau à un autre passionné d'Internet. Depuis quelques mois, je pense à laisser ma place à une autre personne. Je vous laisse jusqu'en **juin 2015** pour me trouver un remplaçant. Si quelqu'un veut commencer avant cela, je serai heureux de lui donner toutes les informations pertinentes pour le site.* »

Nous avons besoin de vous, si vous êtes intéressés, communiquez avec une ou un membre du Conseil sectoriel.

## Un bel exemple de relève

Monique Turcotte a été la photographe des activités de l'AREQ depuis plus de dix ans. Une retraitée, depuis peu, a pris sa relève. C'est maintenant **Huguette Bérard** qui immortalisera des moments importants du secteur, elle sera notre mémoire du temps en photos. Bienvenue Huguette parmi les responsables du secteur !



À toi Monique, un gros merci pour ce bénévolat durant toutes ces années !



70 ans déjà

## Collaboration de Jean-Marc Desroches



L'AREQ Lanaudière sait faire. Et comment! Nous sommes le soir du 28 octobre 2004, au restaurant Steak & Babe de Joliette, lors de la fête de la Reconnaissance des bénévoles de l'organisation locale. Plusieurs membres ont décidé de figurer, comme on le fait au théâtre, en empruntant des rôles de représentation de leur choix afin de célébrer l'Halloween.

C'est ainsi que l'on peut reconnaître sur la photo une partie du comité directeur de l'époque. De gauche à droite, Monique Turcotte, photographe des activités, accompagnée de Françoise Lemay, 2<sup>e</sup> vice-présidente, Wilfrid Lanoix chantant, sans doute, un grand succès de Pierre Destailles des années 50, entre autres, « Tout ça parce qu'au bois de Chaville... », 1<sup>er</sup> vice-président, René Brouillette, trésorier et Lucille Hérard, présidente.

Je vous laisse le soin de deviner quelle est la représentation exacte de chacun des participants.

PS. Le dernier "Il y a 10 ans déjà" laissait supposer que madame Ghislaine Thibault oeuvrait au sein du personnel de l'école Saint-Roch-de-l'Achigan en ce 11 décembre 2004. Quoique l'enseignante ait déjà pratiqué à cet endroit, elle travaillait à "l'avancement de la pédagogie" à la polyvalente Barthélemy-Joliette à ce moment précis. Mille excuses pour l'erreur chronologique.



## Nos sympathies aux familles éprouvées!

Sont décédés **M. Jean-Charles Lévesque**, conjoint de Mme Carole Blais, frère de Marie-Michelle, Janine Lévesque et beau-frère de René Brouillette; **M. Édouard Desroches**, père de Gisèle, Huguette, Murielle et feu Carmen; **M. Pierre Provost**, époux de Denise Rondeau; **M. Napoléon Pagé**, père de Françoise Pagé et beau-père d'André Mousseau; **M. Normand Forest**, membre; **M. Rosaire Morin**, 1<sup>er</sup> vice-président au secteur; **M. Raymond Laurin**, frère de Raymonde et Normande; **Mme Gisèle Beaulieu**, membre; **Mme Jocelyne Jalette**, sœur d'Henri-Paul; **M. André Robert**, frère de Lise Robert Malo; **M. Pierre Morin**, membre; **M. Jean Grenier**, membre; **M. Gaétan Malo**, époux de Lise Robert; **Mme Marie-Paule Duprat**, sœur de Lina; **Mme Solange Champagne**, ex-conseillère au sein du Comité sectoriel; **Mme Sylvie Chassé**, sœur de Marjolaine.

## La messe des défunts



La messe annuelle des défunts organisée par l'AREQ aura lieu à l'église Sainte-Thérèse-de-l'Enfant-Jésus au 740, rue St-Thomas, Joliette. Elle sera célébrée par l'abbé Luc Ricard, natif de Saint-Alexis, avec des chants sous la direction de Madeleine Joly. Une invitation à tous les membres et aux familles des défunts.

Elle aura lieu à **16 h 00**, non à 16 h 30, **le 14 novembre 2014**.

Merci à Diane Vézina, Denise Rondeau et Madeleine Joly pour l'organisation de cette messe.



## 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

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



Du 10 juillet jusqu'au 30 novembre 2014, toutes les Québécoises et tous les Québécois interpellés par les enjeux de l'intimidation et de la cyberintimidation sont invités à faire entendre leur voix. Les opinions recueillies, et ce, de façon anonyme, permettront d'enrichir les réflexions du Forum sur la lutte contre l'intimidation ainsi que le plan d'action concerté qui en découlera. [www.intimidation.gouv.qc.ca](http://www.intimidation.gouv.qc.ca)



La ministre fédérale responsable des Aînés, Alice Wong, a dévoilé le 10 septembre le nouveau rapport **Gouvernement du Canada – Mesures destinées aux aînés**. Ce document présente les programmes et les services fédéraux auxquels peuvent avoir accès les aînés, leur famille et les aidants naturels. De l'information au sujet du vieillissement en santé et qui peut maintenant être consulté sur le site Web [www.aines.gc.ca](http://www.aines.gc.ca) du gouvernement du Canada.



Si vous ou un de vos proches êtes en détresse, appelez sans frais, partout au Québec, le **1 866 APPELLE (277-3553)**.

Nous vous invitons également à consulter le site Internet de l'Association québécoise de prévention du suicide (AQPS) au [www.aqps.info/](http://www.aqps.info/)



« Les preuves sont incontestables : le changement climatique menace la santé de l'être humain », a déclaré la directrice générale de l'OMS, Margaret Chan, dans le cadre d'une conférence de trois jours à laquelle participaient plus de 300 experts, du 27 au 30 août.

À l'inverse, « une action rapide pour lutter contre le changement climatique et ses conséquences pourrait apporter des bénéfices pour la santé dont on était auparavant peu conscient telles les maladies provoquées par les niveaux élevés de pollution de l'air. »