

La Noria



Bulletin de l'Association des retraitées et retraités de l'éducation et des autres services publics du Québec (CSQ) Secteur Lanaudière (10A) Novembre 2020



Sommaire

Informations utiles	2
Mot (prés. régionale)	3
Mot (prés. sectorielle)	4
SSQ Ass. (COVID- 19)	5
Proche-aidante de l'année 2019-2020	6
Ma vie en pandémie	7 à 14
Photos (potagers)	15 - 17
In Memoriam	18
Comité sectoriel	20

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

Impression
EFFICA-POSTE INC.
1845, Dagenais Ouest
Laval, Québec H7L 5A3

MERCI pour leur collaboration au journal :
Aux membres du conseil sectoriel
Aux responsables des comités
Aux correcteurs: Jacques Racine et Jean-Pierre Robert
À la mise en page : Johanne Pratte

INFORMATIONS UTILES

AREQ.....	1 800 663-2408	Régie assurance-maladie du Québec	1 800 561-9749
SSQ Assurances	1 877 651-8080	Protections RésAut (La Personnelle)	1 888 4768737
Retraite Québec.	1 800 463-5533	Protection des consommateurs	1 866 895-7186
Sécurité de la vieillesse. .	1 800 277-9915	Certificat de naissance.	1 877 644-4545



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 régionale

Mireille Ménard

La COVID-19, quelle tragédie nous vivons. Nos grands-parents et nos parents ont vécu la guerre et la grippe espagnole, nous pouvons maintenant mieux comprendre leur souffrance. Jadis le système de santé n'était pas adéquat mais l'est-il plus aujourd'hui malgré l'avancement de la science ? Le VIRUS étant toujours un pas en avance.



C'est bien moi, je me conforme aux réales...

Notre association est toujours en mouvement. Tous les jours, elle s'ajuste aux différentes recommandations sanitaires. Les membres du conseil exécutif et nous, du conseil d'administration, essayons de trouver des moyens pour briser l'isolement. En effet, plusieurs membres ont téléphoné à des collègues pour prendre de leurs nouvelles et savoir s'ils avaient des besoins spécifiques. N'hésitez pas à récidiver, ça fait toujours plaisir de savoir que quelqu'un pense à nous. L'AREQ reprend l'opération « Gardons le contact et le partenariat avec l'association *Les Petits Frères* ».

De mars à juin, les rencontres du CE (conseil exécutif) et du CA (conseil d'administration) ont eu lieu en mode virtuel. La situation allait mieux en septembre, quel plaisir ! Nous nous sommes donc rencontrés en présentiel au Château Laurier avec toutes les conditions sanitaires requises : couvre-visage, désinfection des mains, questionnaire, prise de température, confinement dans une salle pour la journée, à 2 mètres de distance, incluant le petit-déjeuner, la pause et le dîner. OUF ! c'est long, même très très long. Mais nous sommes de retour en virtuel et essayons d'adapter la rencontre du conseil national de la fin octobre de façon agréable et écourtée en y incluant tous les points décisionnels et informatifs.

Cet été, le conseil régional a bouclé l'année dans une réunion en présentiel chez notre trésorière Pierrette Boudreau. Quel plaisir de se revoir après quatre mois de confinement. Chaque région possède maintenant une salle ZOOM. Nos rencontres se font maintenant en ZOOM jusqu'à nouvel ordre. Les membres des comités sont aussi invités à réserver et utiliser la salle. Je termine en nous souhaitant du courage, de la patience et de la SANTÉ en respectant les consignes gouvernementales. UN JOUR ÇA VA ALLER MIEUX!

Mireille Ménard



Mot de la présidente sectorielle

Wynanne Watts

La vie en pandémie se vit d'une façon étonnamment différente pour chacun de nos membres de l'AREQ Lanaudière, pour chaque famille, pour chaque chômeur, pour chaque étudiant, pour chaque aîné, pour chaque pourvoyeur, pour chaque proche-aidant. Cette édition spéciale de La Noria en est une petite preuve. Comme le dit si bien une de nos contributrices, Marie-Paule Vertefeuille-Drouin, **"C'est une excellente idée de permettre ce partage en ces temps troubles. Juste le fait de revenir en arrière, de s'arrêter, de réfléchir m'a fait réaliser que nous avons tous évolué vers un mieux-être"**.

Cependant, l'action, plutôt que la réflexion, est ma façon préférée de passer à travers la pandémie. Il me faut des projets, de la création, des inventions, de l'élaboration, de l'apprentissage, de la production.

La première vague m'a trouvée dans la cuisine en train d'inventer de nouvelles recettes avec le contenu de mes fonds d'armoires et de congélateur en plus de faire notre pain hebdomadaire. Vous voulez sortir le méchant et les frustrations du confinement? Pétrir son pain pendant 20 minutes et le tour est joué! Mon besoin de créer et de regarder vers le futur m'a stimulée à nous entourer de plantes et de fleurs tout en partant mes semences pour notre potager. Dans ce jardin intérieur se trouvait l'inspiration de dépoussiérer mon violon et de partager ma musique avec ma famille, virtuellement, bien sûr, qui, elle, sollicitait de chaque membre un « tube de la semaine! » Que de folies : des pièces de théâtre dans des boîtes de carton et avec des marionnettes tricotées par grand-maman, des spectacles de maquillage et de musique, des productions de pâtisserie et de pizza, de sirop d'érable et de semences, et une petite de 2 ans qui suppliait sa mère Dehors ! Dehors ! en se pendant sur la poignée de porte barrée. Même l'arrière-grand-maman a participé en nous encourageant avec des photos de fleurs printanières de son jardin à Toronto (au moins 2 semaines plus tôt que les nôtres). Quand la demande de masques est arrivée, la participation familiale a relevé le défi : un pour la recherche de concept, un autre pour les élastiques et les attaches en surplus de sa compagnie, un autre pour les fils de cuivre, un autre pour les restes de tissus, un autre pour la couture, un autre pour le montage, et plusieurs pour la livraison : 56 masques! Durant la période entre les deux vagues, nous avons profité de notre potager, du lac et de la présence, à 2 mètres, de nos êtres chers. Nous avons appris à NE PAS souffler les bougies sur un gâteau d'anniversaire et à communiquer par Zoom, FaceTime et Skype. La deuxième vague me trouve maintenant masquée à Toronto, comme proche-aidante, afin de soulager la solitude de ma mère de 91 ans. « Quality time », je lui répète chaque jour. La pandémie nous force à développer de nouvelles façons de partager, de s'entraider, de manifester notre solidarité et notre bienveillance. Espérons que ce soit des apprentissages durables vers un mieux-être.



COVID-19 : MISE À JOUR DE VOTRE COUVERTURE D'ASSURANCE VOYAGE

À compter du 1^{er} octobre 2020, **SSQ Assurance** couvrira désormais tous les frais médicaux d'urgence, incluant ceux reliés à la COVID-19, dans un pays de destination ayant un avis du gouvernement canadien d'éviter tout voyage non essentiel (niveau 3).

Pour être admissibles à leur couverture, les assurés devront présenter un état de santé bon et stable avant le départ, comme le prévoit déjà leur couverture d'assurance.

Assurance annulation et interruption de voyage

Également à compter du 1^{er} octobre 2020, l'assurance annulation et interruption de voyage sera offerte dans les cas suivants :

Avant le départ

Si l'avis de votre pays de destination passe d'un niveau de 1-2 à 3 ou 4* avant votre départ, il sera alors possible d'annuler votre voyage.

Durant le voyage

Si l'avis de votre pays de destination passe d'un niveau 1-2 à 3 durant votre séjour, vous aurez le choix de rester en voyage, tout en conservant votre protection d'assistance voyage, ou d'interrompre celui-ci et revenir au pays dans un délai maximum de 14 jours. Toutefois, si l'avis du gouvernement passe à un niveau 4, vous devrez obligatoirement interrompre votre voyage et revenir au pays dans un délai maximal de 14 jours, à défaut de quoi vous perdrez votre protection d'assistance voyage.

Pour plus d'information, nous vous invitons à [consulter la FAQ de SSQ Assurance](#).

***Avis émis par le gouvernement canadien concernant les destinations voyages**

Niveau 1 - Prendre les précautions sanitaires habituelles en voyage

Niveau 2 - Prendre des précautions sanitaires spéciales

Niveau 3 - Éviter tout voyage non essentiel

Niveau 4 - Éviter tout voyage

La proche-aidante de l'année 2019-2020



Françoise Richard

Dès son adolescence, Françoise était une adepte de sports d'équipe et de l'exercice physique. Elle a mené à la victoire une équipe de filles de Saint-Liguori dans des tournois provinciaux de balle-molle. Bachelière en Éducation physique de l'Université de Sherbrooke, elle a entrepris une longue carrière d'enseignement de 35 ans à Saint-Lin dont 34 ans à l'école Sir-Wilfrid-Laurier.

À la retraite, Françoise s'est consacrée au bénévolat dans sa paroisse. Elle a été marguillière pour la Fabrique de Saint-Liguori. Elle a même fait l'entretien du cimetière avec son tracteur personnel. Il y a environ cinq ans, on lui a confié Le Partage, un comptoir vestimentaire, ainsi que le comptoir alimentaire. Discrètement, elle aidait personnellement les plus démunis.

Fière descendante d'Acadiens déportés au Connecticut en 1755 et arrivés à L'Assomption en 1767, elle s'est impliquée au conseil d'administration du Festival acadien de la Nouvelle-Acadie pendant dix ans.

Toutefois, sa plus belle implication fut de prendre soin de notre mère Fernande durant les six dernières années de sa vie. Chaque jour, elle se rendait au Centre d'hébergement Armand-Marchand de Saint-Liguori pour donner le souper à maman et aider à la mettre au lit.

L'AREQ Lanaudière a pu rendre hommage à Françoise comme proche-aidante de l'année dans une rencontre privée le 14 juin 2020.

Mercredi 17 juin 2020, entourée de ses frères et sœurs, Françoise Richard s'est éteinte chez elle à Saint-Liguori.

Évangéline Richard

Ma vie en pandémie



Pour vous dire la vérité, j'étais heureux que ma vie s'arrête, étant moi-même en arrêt forcé par les tremblements de mon cœur! (Je suis en attente d'une chirurgie cardiaque !)

J'avais hâte à 13 heures pour écouter à Radio-Canada notre bon premier ministre qui, tel un bon père de famille, nous exhortait à être dociles et obéissants et à respecter à la lettre les sages conseils de notre bon docteur Arruda qui nous suppliait de demeurer chez soi afin d'aplatir la fameuse courbe des nouveaux cas !

J'étais heureux que les autres s'arrêtent en même temps que moi et qu'il n'y ait plus d'accolades et de chaleureux câlins, plus de poignées de main.

De toute façon, avec les dames, comment savoir si je peux ou pas oser faire l'accolade à l'une mais pas l'autre, si le geste serait approprié pour l'une mais pas pour l'autre. Comment évaluer le degré de familiarité que nous pouvons nous permettre ? Surtout si nous sommes un certain temps sans se voir, comme c'est le cas présentement ! Et vous ? Qu'en pensez-vous ?

Nous avons le temps d'y penser ! N'est-ce pas ? Nous sommes confinés dans notre bulle familiale ! Où tout est tellement plus simple.

Allez ! Bon confinement ! Et à bientôt !

André Thérien, Saint-Calixte

Ma vie en pandémie



Au début, je n'y ai pas cru.
D'abord, j'ai résisté.
Ensuite, j'ai eu peur.
Après, j'étais seule.
Puis, j'ai compris.
Maintenant, j'apprécie.
Tantôt, je vais marcher.
Demain, je vais prier.
Après demain, tout va recommencer.
Toujours, je vais espérer.

Mon amour
la vie est là
bouleversante
à chaque jour
de toi de moi
s'aimant dedans
infiniment.

Marie-P. Vertefeuille-Drouin, Mandeville

Marianne Binette, Rawdon



Ma vie en période de confinement a été simple. Je me suis discipliné à être plus rigoureux; tout comme mon grand-père maternel a dû le faire lors du crash en 1929. Ce crash, lui avait appris à économiser m'avait-il déjà dit. J'ai fait comme lui : économiser mes sorties, planifier mon épicerie... Être grand-père d'une troisième petite-fille, ma Petite Cocotte d'Amour m'a été salutaire. Elle et moi, avec ses parents, étions allés en Italie et en Belgique en septembre 2019. Elle n'avait que cinq mois. Bonheur incommensurable.

Avant le confinement, son père, mon fils m'avait installé Skype dans mon cellulaire. De la voir manger, de la voir marcher, de la voir rire... Bonheur incommensurable.
Au moment d'écrire ces mots, elle n'a que 17 mois. Bonheur éternel !

Claude-Yvon Saint-Cyr, Sainte-Mélanie

Ma vie en pandémie



EXTRAIT DE MON JOURNAL durant la période COVID-19.

Le 19 mars 2020, je garde quatre de mes petits-enfants ; 18-14 ans et des jumelles de 10 ans. Les parents sont en voyage à Cuba. Je ne suis pas certaine qu'ils pourront prendre leur avion prévu pour le 21 mars. On prépare la maison pour leurs 14 jours en quarantaine. Tess et Zoïa, les jumelles, prévoient faire une chambre d'isolement pour leurs parents. Tess me dit : tu dois enlever tes affaires dans la chambre pour ne pas les contaminer. On va leur donner chacun un verre et des ustensiles. Zoïa constate : je ne pourrai pas aller à l'école si je dois prendre soin de mes parents ! Elle trouve des gants de plastique pour déposer les repas au bas de leur porte de chambre. Tous les enfants sont prêts à collaborer.

20 mars. Nous allons magasiner, tous les commerces sont fermés avec un avis dans la porte. On arrête à la pharmacie pour acheter deux thermomètres et de l'eau de javel. Ils viennent d'en recevoir mais j'ai pris les deux derniers thermomètres. On arrête à l'épicerie Maxi ; il n'y a plus de panier, les personnes sont nombreuses à faire des réserves. En marchant dans le stationnement, je vois traîner par terre des gants bleus en plastique ; je suis scandalisée du manque de civisme. Sur le chemin du retour, le père appelle et essaie de nous faire voir les beautés du paysage de Cuba. Mais personne n'est dans cet état d'esprit. Eux aussi commencent à sentir de la pression, les Cubains les voyant comme des touristes qui peuvent les contaminer. Je pense qu'ils feront ce qu'il faut pour revenir !

21 mars. Une voisine m'offre de garder les jumelles pendant la quarantaine des parents à la condition que les filles ne reviennent pas une seule fois à leur maison. À ma grande surprise, les jumelles sont très contentes d'aller vivre chez leurs amies. Charlotte, 14 ans, je réussis à la convaincre d'aller chez des amis de ses parents. Arthur, 18 ans, va aller vivre chez sa blonde. Mon conjoint viendra d'Entrelacs me chercher et on partira aussitôt. Les parents arrivent dans la nuit. Je suis prête, je pars dans l'heure qui suit, tous les enfants étant en lieu sûr. Qui vois-je à la porte ? Arthur, qui revient avec ses bagages et sa blonde; ses parents l'ayant mis dehors parce qu'il a partagé un joint avec des amis !!! Je ne peux plus rester, je dois partir, mon conjoint arrive.

Épilogue. Les parents n'ont pas manqué l'avion mais de justesse. La semaine suivante, Cuba ferme les frontières, il n'y a plus d'avion de retour. Finalement, les parents ont fait leur quarantaine, ils n'ont pas eu la COVID-19 et ont récupéré leurs enfants.

Danielle Turcot, Entrelacs

Ma vie en pandémie



En mars dernier, j'attends le printemps avec impatience. Voir la nature renaître en cette année où 2020 rime avec vin me rend euphorique.

Depuis quelques temps, j'entends aux nouvelles que la Chine est aux prises avec un méchant virus, la COVID-19. Les gens sont malades et même, il y a beaucoup de morts. Bien triste nouvelle, mais je suis dans ma bulle car voyez-vous, nous sommes en 2020 et le printemps s'en vient.

Coup de théâtre!

Le virus a traversé les continents. Il est à notre porte. Branle-bas de combat au gouvernement! Voilà que le premier ministre annonce des mesures drastiques.

À la résidence sonne le glas du confinement. Catastrophe !!!

Les administrateurs suivent à la lettre les consignes de la santé publique pour protéger tous les résidents. Je reste dans l'appartement sans contact avec l'extérieur. À l'heure du repas, on frappe à la porte pour avertir que je suis servie. Je me sens comme une prisonnière qui reçoit sa pitance par un vasistas. L'acceptation ne se fait pas sans heurts. Je suis brisée. Cela me rappelle le monument érigé en l'honneur des Patriotes de 1837-1838 :

«LA LIBERTÉ AUX AILES BRISÉES.»

Je me fais une vie à l'intérieur de ce cocon. La télévision, la lecture, la musique, l'écriture m'accompagnent tout au long de ce confinement. J'essaie d'être créative !

Par un mémo, j'apprends qu'avec accompagnateur et par groupe de 10 personnes, je peux sortir à l'extérieur avec masque et distanciation sociale.

Alleluia !!! C'est un vrai cri de joie. Le cœur se remet à battre après tant de frustrations.

Je prends conscience que rien ne sera plus comme avant ! La Terre se déchaîne. Elle est tellement malmenée. Donc, prenons le temps de l'aimer et de lui faire attention !

Françoise Pagé, Saint-Charles-Borromée

Ma vie en pandémie



Il est tentant de dire "maudite covid" ! Et, nous aurions raison. Cela cause plusieurs embêtements dont la plupart sont, pour nous retraités, somme toute minimes. Comment ça ? Mais par comparaison. Il y a tant d'autres nations pour lesquelles c'est beaucoup plus difficile que pour nous. Pensez à ceux qui ont moins de chance ne peut que nous aider à supporter. Cette situation nous aura tout de même permis de se familiariser avec des vocables comme distanciation (physique, pas sociale...), écouvillon, anxiogène et quelques autres. Elle nous aura aussi permis de mettre nos dossiers à jour, de tester la solidité d'un couple et que sais-je ! Ah oui, aussi de minorer nos dépenses ; utile vu que nos pensions ne sont pas - ou symboliquement - indexées. L'absence de ceux qu'on aime ne fut pas toujours facile. Même si nos enfants nous ont aidés, Internet ne remplacera jamais les contacts humains. Et nos petits-enfants dont on s'est ennuyé ! Ces temps anormaux nous quitteront bien un jour et pourquoi ne pas tourner nos pensées vers cet inspirant mot d'un auteur québécois: *Espérer c'est déjà moins souffrir...*

Jacques Racine, Joliette

Sur une mer agitée



La pandémie nous inquiète et nous rend plus irritables. Quand pourrions-nous embrasser les personnes aimées ? Alors, mon épouse et moi cultivons la patience et la modération !

Après le jardinage, nous réparons les bâtiments et rénovons des équipements; ainsi l'entreprise restera fonctionnelle pour la relève. Et pour l'heure, nous bénéficions autant que nos clients du service que nous leur rendons, car ça permet de nous décentrer de nous-mêmes et de passer par-dessus nos malaises.

J'ai commencé à élaguer ma bibliothèque, heureux d'avoir trouvé preneurs : une fille enseignante et les séminaristes du diocèse de Montréal. Seuls restent mes derniers compagnons d'étude de la Bible hébraïque. Quelle fortune de pouvoir partager ce chemin avec un confrère enseignant au secondaire !

Michel Bourgault, Saint-Paul

Ma vie en pandémie



Je décide de participer à l'écriture dans ce contexte à la suite des messages reçus lors de mon anniversaire, le 12 septembre.

D'abord, je me suis remis à la lecture. Une œuvre marquante : « Les prophéties des Andes » de James Redfield.

Les sites archéologiques péruviens sont fouillés en secret. On y trouve les vestiges de temples mayas et incas. Neuf prophéties résument leur philosophie. En gros, il faut savoir que lorsqu'on rencontre quelqu'un qui nous donne son énergie, nous devenons plus fort.

C'est un peu ce qui m'a sauté aux yeux devant certains messages à l'occasion de ma fête. Des gens ont visé juste en faisant allusion à mon bénévolat grand-parental ou à mon épisode de maladie. J'ai dû attendre cinq mois et demi avec une sonde avant d'être opéré pour la prostate. Une amie m'avait recommandé la prière qui l'avait grandement aidée avant et après ses nombreuses opérations à passer au travers et à garder le moral. Et pour moi aussi, ce fut une partie de la solution.

Ma démarche est depuis longtemps humaine faite d'entraide qui nous permet de passer plus facilement à travers les méandres de la vie. Vierge, de signe, je crois que nous sommes prédisposés à l'empathie. La pandémie a précisé ma vision. Toute personne qui croise notre route a un message pour nous. Cette Noria permettra sans doute de nous relier et de nous bonifier.

Jean-Pierre Robert, Sainte-Mélanie

Ma vie en pandémie



« On reconnaît le bonheur au bruit qu'il fait quand il s'en va. » Jacques Prévert

Soudainement, ce vendredi soir de mars 2020, j'ai compris que, même en forme, j'étais « vieille ». Mes enfants m'ont avisée l'un après l'autre de l'irréelle réalité : la COVID-19 était là et je faisais partie des gens à risque.

Ma vie aura donc une fin ? J'ai réalisé alors qu'ils tenaient à moi.

J'ai adapté mon rythme à celui de la responsabilité sociale. Et j'ai recommencé à sillonner mon quartier à pied, avec mon mari. Puis, nous avons sorti les vélos : rues tranquilles, gens croisés avec des sourires de connivence. Ce pas franchi, le confinement m'a rapprochée incroyablement de mes petits-enfants : téléphone journalier de Charles-Étienne et réguliers des autres, lettre manuscrite et dessins de Florence, cours de français à raison d'une heure et plus chaque matin à 9 h 30 par Face Time pour Lili (3^e année); prestation de batterie pour moi seule par Gabriel, visite « à distance s.v.p. » de Jérôme et Marjorie pour la fête des Mères.

J'ai aussi lu et découvert ou redécouvert Annick de Souzenelles, François Cheng. Des textes et textos divers m'ont fait approfondir le sens de ma vie. Des vidéos m'ont émerveillée. Avec mon amoureux, nous étions deux à partager, côte à côte. La nature a continué de m'émerveiller de semaine en semaine; je l'ai photographiée en tous sens : crocus, tulipes, lilas, papillons, fougères naissaient et se remplaçaient dans la plate-bande. J'ai réussi à faire un casse-tête de 1000 morceaux; ouf ! Mais çà bougeait au-dedans : jusqu' à quand ce petit virus allait-il tout chambouler dans nos liens, nos habitudes, nos espérances ? Tous les câlins impossibles à recevoir de ceux que j'aime m'ont vraiment manquée. Ce n'était que la première vague.

Après l'été, ne voilà-t-il pas le retour en force de COVID-19. Et, me voilà positive au virus. Était-ce possible ? Souffle court, perte d'appétit, points dans le dos... Tous ceux et celles qui me tiennent à cœur s'informaient, incrédules, offraient leur aide. Mais oui, j'étais terrassée. Et mon compagnon aussi. Démunie, sans énergie, j'ai lâché prise, confinée.

Quel est le sens de ma vie ? Y a-t-il une solidarité capable de faire surgir la joie sous la plainte ?

Survivre au désir/Porter la soif plus loin que l'oasis/ À l'orée de l'ombrage et du bruissement / Céder sans remords/ À l'âpre ivresse de l'immense... (François Cheng)

Suzanne Piuze, Joliette

Ma vie en pandémie

Il n'y a plus de temps à perdre, seulement du temps perdu.



« À la fin mars - début avril 2020, j'ai été testé positif à la COVID-19. J'ai été très bien traité par les médecins: pas d'hospitalisation. Rétabli, j'ai composé ce texte: "Le quatrième quart".

J'ai 74 ans bientôt 75, donc je suis dans la quatrième partie de ma vie : quatrième quart.

Comme au football Nord américain, notre vie se divise en quatre quarts. Le premier de 0 à 25 ans, c'est la croissance, l'énergie débordante. Le deuxième quart correspond une stabilisation à la réalisation : emploi, famille, enfants pour la majorité 25-50 ans. Le troisième quart, de 50 à 75 ans, c'est le parachèvement : le temps de compléter ses œuvres, ses rêves dans le travail, le loisir et/ou la retraite.

Le quatrième quart de la vie se concrétise avec les joueurs encore vivants. Certains devront être spectateurs ou guides. Beaucoup ont levé les pattes ou se sont blessés gravement avant mais ceux qui restent apprécient voir la partie, ce match de la vie.

Demandons à Tom Brady quel quart est le plus motivant, excitant et constitue un « challenge ». Il nous a fait vivre des fins de match excitantes, émouvantes : les meilleurs moments de la partie.

Je suis rendu au dernier quart de ma vie. Heureusement, je suis encore dans l'alignement. Je joue sur la ligne défensive car mes habiletés physiques ne m'ont jamais permis de jouer à l'attaque ou comme quart-arrière. N'étant pas un grand joueur comme Jean-Claude Désilets, je joue à l'intérieur de mes limites, un rôle de plombier ou de soutien, dirait Dubé, l'analyste. Le dernier quart me permet de savourer l'instant présent. Ce matin, 6 graines de tomates se sont montrées, des petites tiges vertes ont traversé le sol. Les merles du Canada qui sont nés dans mon érable sont revenus. J'accompagne mon petit-fils au patin artistique depuis deux ans: c'est toute une fierté de le voir faire des progrès. Mes 2 autres petits-fils se démarquent en musique (Jérémy) et au hockey (Nicolas).

Mon quatrième quart, je le joue de mon mieux. Lorsque je vis un moment particulièrement joyeux, je pense à Gaétan et Fernand (mes amis décédés au 3^e quart) et je le partage mentalement avec eux. Lorsque je réussis un beau jeu défensif, je suis fier d'aider mon équipe et ensemble, défenseurs, nous crions: défense ! défense ! Combien de minutes me reste-t-il à jouer ? Pour le moment, je joue, je vis, j'ai du plaisir. Le 4^e quart de la vie, c'est le meilleur, c'est comme au football.

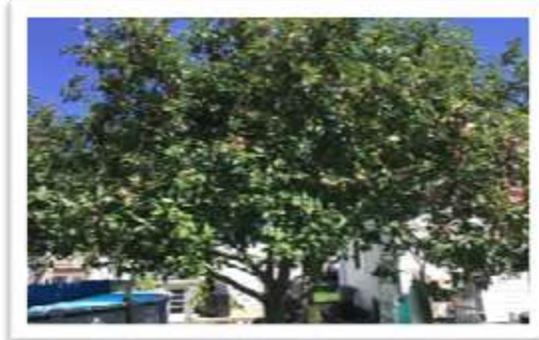
Réal Montambeault, Repentigny

Nos potagers

Huquette Bérard, St-Charles Borromée



Paul Denis, St-Cuthbert



Wilfrid Lanoix, Berthierville



Gilles Marchand, Ste-Élizabeth



Ginette Beaupré, Crabtree



Wynanne Watts et André Thérien, St-Calixte



Jacqueline Bérard, St-Charles Borromée



IN MEMORIAM

Nos plus sincères
condoléances
aux familles et
aux amis

Monsieur Marcel Forget, époux de madame Thérèse Chaput

Madame Henriette Pichette

Madame Thérèse Chevalier

Monsieur Clovis Leblanc, époux de feu madame Lapalme, père de Josée Desrosiers et frère de Lise Leblanc

Monsieur Gaston Mailloux, époux de madame Thérèse Rivest

Madame Georgette Lavallée, mère de Claire Clément et de Murielle Clément

Monsieur Jean-Patrick Caron

Madame Monique Henri, belle-sœur de Céline Marsolais

Monsieur Gilles Leblanc, frère de Lise Leblanc et de feu Clovis Leblanc et oncle de Josée Desrosiers

Monsieur Robert Soulières, beau-frère de Claudette Routhier

Madame Françoise Richard, belle-soeur de Marjolaine Allard

Madame Marielle Vézina, sœur de Diane Vézina

Madame Cécile Lorrain, sœur de Thérèse Lorrain, de Mariette Lorrain et de Danielle Lorrain

Madame Janine Laurin, belle-sœur de Jean-Marc Desroches

Madame Simone Lapalme, mère de Josée Desrosiers

Madame Nicole Brabant épouse de monsieur Louis Bellefeuille

Monsieur Jules Gauvreau, beau-frère de Ginette Laurin

Monsieur Manuel Alcaïdinho, famille Josée Desrosiers

Monsieur Gérald Sylvestre, père de Johanne Sylvestre et oncle de Lisette Parent

Madame Gisèle Paré, sœur de Francine Paré et de France Paré

Madame Aline Vézina, mère de Maryse Venne





1^{er} octobre
Journée internationale des aînés

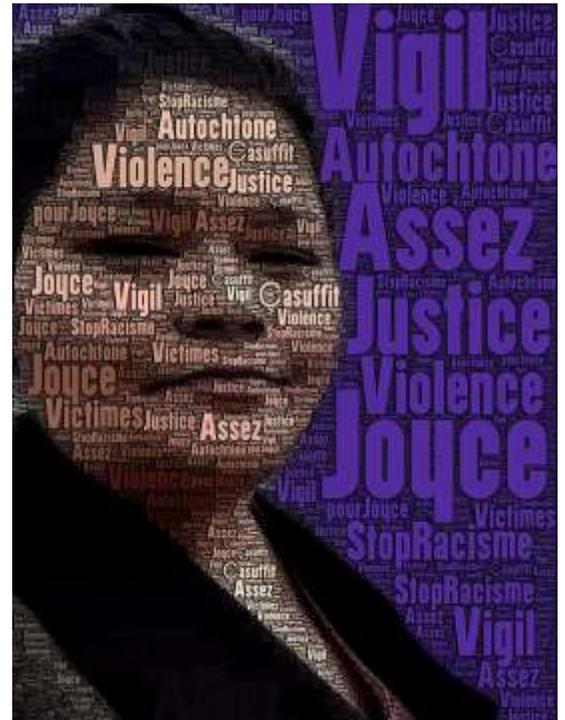
Tout le monde devrait avoir le droit de vieillir dignement, peu importe son statut social, son état de santé ou la grosseur de son portefeuille.

Faisons en sorte que le Québec soit digne de celles et de ceux qui ont contribué toute leur vie à une société plus juste.

Il faut agir maintenant.



L'AREQ tient à exprimer sa sympathie aux proches de Joyce Echaquan, dont la mort dans des circonstances inacceptables a profondément choqué tout le Québec. Nous sommes de tout cœur avec la communauté attikamek et nous tenons à exprimer notre solidarité envers les peuples autochtones.



Conseil sectoriel 2020 - 2021 de l'AREQ Lanaudière

	<p>Présidente Wynanne Watts 450 222-3859 wwat@sympatico.ca</p>		<p>1er vice-président Jean-Pierre Robert 450 759-5215 robert_carmen@hotmail.com</p>
	<p>2e vice-président Jean-Pierre Cloutier 450 394-5038 laualclo@hotmail.com</p>		<p>Secrétaire Marie-France Rivest 450 756-0433 mfhug@videotron.ca</p>
	<p>Trésorière Suzanne Dalpé 450 756-6544 dalpe7777@hotmail.com</p>		<p>1er Conseiller André Thérien 450 602-6828 therienandre@sympatico.ca</p>

Comités de l'AREQ Lanaudière

Comité de l'action socio-politique	Françoise Pagé	francoise8.eleonore@gmail.com	450 760-9199
Comité des arts	Normand Turmel	n.turmel@hotmail.com	450 916-5093
Comité des assurances	Ginette Beaupré	beaubourg@videotron.ca	450 754-2582
Comité des hommes	André Thérien	therienandre@sympatico.ca	450 602-6828
Communications	Johanne Pratte	jpratte47@yahoo.ca	450 750-4751
Site Web	Michel Bourgault	bourgo@videotron.ca	450 754-3105
Comité EED	Hélène Riberdy	h_riberdy@hotmail.com	450 759-3503
Comité retraite/indexation	Thérèse Chaput	therese-marcel@videotron.ca	450 755-1995
Comité retraite/indexation (co-resp)	Louise Lavergne	louisel08@videotron.ca	450 752-2184

Comité des Loisirs

Luce Archambault : lululn78@hotmail.com 450 839-3978

Ligue de quilles

Gaétan Valois : 450 753-5854

Comité de la Fraternité

: Lison Gervais (cartes d'anniversaire) 450 755-8487
 : Denise Rondeau (cartes de sympathies) 450 756-0626