

Ex-Tension

Association des retraitées et retraités de l'éducation et des autres services publics du Québec CSQ



Bonjour à vous toutes et tous!

La présidence, je n'y pensais pas vraiment... en tous les cas, pas tout de suite... mais, me voilà! Je tiens à remercier Rita Lapointe pour l'immense travail accompli au cours des dernières années et je lui suis reconnaissante pour sa confiance en me proposant pour la suite!

Élue lors de l'Assemblée générale sectorielle 2021, je ferai mon possible afin de remplir ce rôle. Les valeurs de l'AREQ ont toujours fait partie de ma vie, en faire la promotion, en prenant les actions nécessaires à leur réalisation, cela me tient vraiment à cœur.

Soutenue par une équipe extraordinaire au Conseil sectoriel, le défi de la présidence sera d'être le plus près possible de vos attentes par des activités qui solliciteront votre implication comme membre.

J'en profite ici, pour remercier tous les membres du Conseil sectoriel et je leur suis reconnaissante pour leur soutien. Les « tites nouvelles » Marlène Fournier et Louise Gagnon apportent un vent de jeunesse avec plein d'idées innovatrices à explorer! Ensemble, nous formons une super équipe! Il reste un poste à combler comme 2^e conseiller (ère). Si vous avez le goût de vous impliquer, il ne manque plus que vous!

Depuis septembre, des activités de la non-rentree ont eu lieu au sein des cellules de La Pocatière, l'Islet-Sud et l'Islet-Nord. Au cœur de chacune de ces rencontres, nous ressentions la joie des retrouvailles. Les membres étaient heureux de se retrouver en présentiel! 😊 Les cellules Montmagny-Nord et Montmagny-Sud vivront cette rencontre en décembre à l'occasion des fêtes de Noël!

L'accueil des nouvelles et nouveaux retraités (es) a eu lieu en octobre lors d'un déjeuner spécialement réservé à leur intention. À cette occasion, nous avons souhaité faire connaître les objectifs de l'AREQ et ses actions. Il y a également eu présentation des responsables de cellule, des responsables de comité et du site internet par son responsable. Cette année encore, des projets sont sur la table et nous souhaitons ardemment pouvoir les vivre pleinement! Toujours en Action et la Fête des bénévoles où nous célébrerons les 20 ans et plus de bénévolat au sein de notre secteur, retiennent particulièrement notre attention.

Je termine en vous souhaitant une belle période des fêtes et une bonne santé pour participer aux actions de votre association! Vous avez des idées, des suggestions, communiquez avec les membres de votre Conseil sectoriel. Nous accueillerons vos idées avec plaisir, car nous sommes là pour vous!

Élise Melanson : melaelis@hotmail.com

« Pour préparer un arbre de Noël, il faut trois choses, outre les ornements et l'arbre, la foi dans les beaux jours à venir. »
(Zahrad, poète arménien)





LE CONSEIL SECTORIEL

Élise Melanson	présidente	418-359-2105 rés. 418-248-6949 cel.
Bernard Blanchet	1 ^{er} v. Prés.	418-246-5325 rés. 418-241-3490 cel.
Marlène Fournier	2 ^e v.-prés.	418-248-2003 rés. 418-241-9541 cel.
Lise Bélanger	secrétaire	581-226-8842
Huguette Nicole	trésorière	418-248-3190
Louise Gagnon	1 ^{ère} conseillère	418-248-9215
.....	2 ^e conseiller

LES RESPONSABLES DES COMITÉS (SECTEUR)

Assurances	Bernard Blanchet
Condition des femmes	Georgette Roy
Condition des hommes
Environnement	Marlène Fournier
Fondation Laure-Gaudreault	Yvonne Morneau
Retraite	Louise Gagnon
Sociopolitique

RESPONSABLES DES CELLULES

La Pocatière	Maxellande Bureau	418-856-4218
	Alberte Michaud	418-856-2985
Montmagny-Nord	Françoise Boulet	418-248-3646
	Pauline Forgues	418-248-1532
L'Islet-Sud	Réjane St-Amant	418-356-3930
Montmagny-Sud	Gertrude Gagné	418-469-2279
L'Islet-Nord	Yvonne Morneau	418-246-2076
Amis Amies AREQ	Réjane St-Amant	418-356-3930



*Vous désirez consulter notre journal (en couleurs),
visitez notre site Internet.*

Internet: <http://pascaltache.areq.lacsq.org>

Merci à Mario Cloutier pour la mise à jour de notre site Internet.

ÉQUIPE DU JOURNAL

Les responsables des nouvelles pour les cellules:	
La Pocatière	Alberte Michaud
L'Islet-Nord	Rose-Hélène Fortin
L'Islet-Sud	<u>Membres en alternance</u>
Montmagny-Nord	Marlène Fournier
Montmagny-Sud	Ghislaine Lord

PROCHAIN JOURNAL

À déterminer

Correction et révision	Lise Bélanger Élise Melanson
Cueillette des informations	Huguette Nicole
Mise sous enveloppe	Françoise Boulet et son équipe
Poste	Nicole Labonté
Mise en page et conception	Huguette Nicole 418-248-3190 Courriel : nicolehu1@telus.net

Photocopie **Maryse Bélanger**

Merci au SECS et à Maryse Bélanger pour leur collaboration à l'impression de notre journal sectoriel.

SOMMAIRE

Mot de la présidente.....1	Vœux de L'Islet Nord6	Nécrologie 11-12
Renseignements2	Numéros à retenir6	Cap sur la dignité.....12
Mot de la présidente régionale3	Mot de Montmagny-Nord7	Lien langue française.....12
Vœux du conseil sectoriel,,,,,,,,,3	Vœux de Françoise et Pauline7	Lien service aide juridique.....12
Mot de Rita Lapointe,,,,,,,,,4	Fondation Laure-Gaudreault8	
Vœux de Georgette Roy.....5	Mot de La Pocatière8	Activités et club de marche.....13-14
Mot de l'environnement.....5	Assurances..... 9-10	Condition des hommes.....14
Vœux de Réjane6	Centre d'action bénévole ,.....10	Adresses de courriel.....14



PRÉSIDENTE RÉGIONALE

Bonjour à vous, membres de l'AREQ de la région 03

L'automne 2021 nous a offert de belles journées, des couleurs et du soleil. De quoi réjouir les cœurs! Cette période m'a permis de visiter plusieurs conseils sectoriels en plein travail. Lors de ces rencontres, j'ai pu apprécier l'énergie que vos personnes élues mettent pour reprendre les activités dans vos secteurs. Cette vitalité est belle à voir et je souhaite que vous répondiez avec enthousiasme à leurs propositions d'activités et d'actions.

Déjà, Noël s'invite, en cette période des fêtes, je vous souhaite de belles rencontres avec votre famille et vos proches.

Cette année, nos retrouvailles vont nous permettre de nous asseoir autour d'une même table pour festoyer et renouer avec nos traditions.

Je vous souhaite de bonnes réjouissances, un heureux temps des fêtes et une nouvelle année de sérénité, de bonheur et surtout de la santé.

Carole Pedneault, présidente régionale



LES MEMBRES DU CONSEIL SECTORIEL



Enfin

Nous sommes en train de traverser ensemble cette fin de pandémie. Pouvoir enfin revoir notre famille et nos amis sans soucis. Que dire de partir de nouveau

en voyage. Ça va venir, ça va venir, découragez-vous pas ...

Quand même! Cette période de la pandémie nous aura permis d'enrichir notre vocabulaire (covid, présentiel, déconfinement, variant, distanciation, bulle...)



Justement, nous vous souhaitons que les fameuses bulles se retrouvent dans votre champagne et pas ailleurs...

Avec modération, comme de raison!... Santé !!!

Joyeux Noël et Bonne Année à tous!

Elise Melanson

Rosine Gagnon

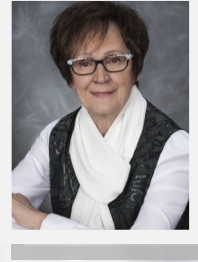
Christine

Lise Bélanger

Marlene Fournier

Niquette Nicole

LA VIE



« C'EST BEAU LA VIE... », cette célèbre phrase d'une chanson de Jean Ferrat prend un sens très important pour moi. Suite aux événements que j'ai vécus, vous comprenez certainement pourquoi.

Je suis très heureuse de pouvoir m'adresser à chacune et à chacun de vous par le truchement du journal. Je sais que plusieurs d'entre vous ont pris de mes nouvelles en communiquant avec les membres du conseil. Je sais aussi que plusieurs personnes ont eu de bonnes pensées pour moi. Mille mercis!

Je sais ce qui est réellement survenu lors de l'accident parce que ma sœur était présente auprès de moi lors des premières heures. J'étais inconsciente donc je n'ai aucun souvenir. Après un coma provoqué, je me suis réveillée quelques jours plus tard.

J'ai pris conscience de la chance inouïe que j'avais, et ce, même si je ne connaissais pas tous les détails de l'événement. Les témoins de mon état lors de mon transfert à l'hôpital me considèrent comme une « miraculée » car à mon arrivée à l'hôpital, les médecins ne me donnaient que quelques heures à vivre. Enfin c'est du passé... que je m'efforce d'oublier.

J'ai hâte de vous revoir toutes et tous. Je sais que plusieurs personnes parmi celles qui me liront ont aussi vécu des heures difficiles lors de la pandémie. Mais il faut garder espoir. Cette situation ne peut pas perdurer. Si toutes les personnes posaient le geste qu'il faut, nous nous en sortirions plus vite. Peut-être pouvons-nous influencer des personnes autour de nous à mieux respecter les consignes...

Je ne veux pas terminer ce message sans des bons mots pour les membres du conseil qui ont assumé un surplus de travail dû à mon absence. Mon départ n'était pas prévu de cette manière. Un merci spécial à Élise qui a relevé le défi avec brio. Vous êtes entre bonnes mains avec ce conseil et je les félicite.

Au plaisir de vous revoir!
Rita Lapointe

VOEUX DES FÊTES

Que la période des fêtes vous favorise en rencontres familiales et amicales.

**Que la santé soit au rendez-vous pour la prochaine année!
Joie! Bonheur! Paix! Amitié!**

Je nous souhaite que la prochaine année soit favorable aux échanges et aux rencontres pour les membres de l'AREQ Pascal-Taché.



COMITÉ CONDITION DES FEMMES
 Georgette Roy, responsable.
 roygeorgette45@gmail.com 418-248-2319

À toutes et à tous les retraités (es)

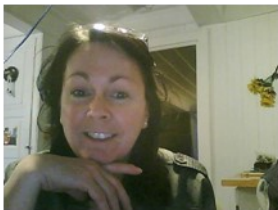
À l'occasion de cette année qui se termine et de la nouvelle qui va débiter sous peu, j'aimerais souhaiter à tous les retraités (es) une année de joie, de bonheur et d'amour avec les gens que nous côtoyons.

Nous venons, avec cette pandémie, de diminuer nos contacts.

Beaucoup de gens ont peur et il faut se protéger mais on peut toujours garder nos amis (es) soit par un petit téléphone ou par internet. Ne les oubliez pas car le besoin est là.

Bonne santé en 2022! J'ai bien hâte de vous voir!

Georgette Roy pour la condition des femmes



COMITÉ DE L'ENVIRONNEMENT
 Marlène Fournier, responsable
fourniermarlene802@gmail.com

Bonjour, il me fait plaisir de prendre la responsabilité du comité de l'environnement. Pour ceux qui ne me connaissent pas, j'ai enseigné au préscolaire-primaire pendant 37 ans. J'ai terminé ma carrière à l'école Mgr Sirois à Cap St-Ignace. Mère de deux grands enfants et Mammy de deux petits-enfants.

Je suis une femme active et enthousiaste. J'adore la nature et je m'en inspire à tous les jours. Depuis 4 ans, j'ai délaissé la ville pour vivre à la campagne et poursuivre mes intérêts écologiques sur ma ferme.

Dans ce nouveau mode de vie, je suis entourée de mes poules, mes chats et mon chien fidèle, Charlie. Etant donné mon côté écolo, je pense que je pourrai bien vous représenter et vous informer afin de vivre sur une planète qui mérite notre respect.

Au plaisir de communiquer avec vous !
 Joyeuses Fêtes à tous!!!

Marlène Fournier



« Celui qui a planté un arbre avant de mourir n'a pas été inutile. »
 (Proverbe indien)

CELLULE L'ISLET-SUD
Réjane Saint-Amant, responsable
rejane.st-amant@telus.net



VŒUX

À vous tous et spécialement à vous de la cellule de L'Islet-Sud.

Que la période des Fêtes permette à chacun, chacune de vivre d'heureux moments avec tous ceux que vous aimez!

SANTÉ! SANTÉ! SANTÉ!

Ainsi tous les rêves seront à votre portée!

CELLULE L'ISLET-NORD
Yvonne Morneau, responsable



Après la pluie, à quand l'arc-en-ciel? Une scélérate catastrophe a mis la patte sur toutes nos coutumes, nos conversations et même nos écrits. Grand Dieu! Ses griffes déchirent tout le monde mais nous avons aussi nos griffes, croyez-moi. Elles sont enfoncées dans notre optimisme farouche en attendant l'arc-en-ciel. Preuve! Certains groupes allégés en décrocheront une de ses belles couleurs d'espoir pour une bouffe de Noël.

Notre cellule de L'Islet-Nord a pris les devants le 20 octobre dernier par un déjeuner au restaurant L'Éveil à L'Islet. La bonne humeur était présente. Merci à Yvonne et à ses collaboratrices!

Nos vœux de Noël et du Nouvel An se résument en un désir commun de vivre le plus tôt possible le jour libérateur pour retrouver nos bonnes habitudes. Bonheur! Santé! Accrochons-en des décorations de Noël...

Rose-Hélène Fortin

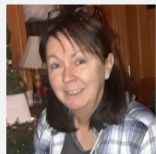
NUMÉROS À RETENIR: ☎

AREQ
CARRA
RAMQ
SSQ
RRQ

1-800-663-2408
1-800-463-5533
1-800-561-9749
1-888-833-6962
1-800-463-5185

info@areq.lacsq.org

www.ssq.ca



CELLULE MONTMAGNY-NORD
 Marlène Fournier, 2e vice-présidente
fourniermarlene802@gmail.com

Petite réflexion sur le moment présent, réflexion qui m'est venue l'été dernier et que j'ai un peu plus adoptée dans ma vie. Pas évident pour une prof à la retraite, habituée par le passé avec de nombreuses planifications ...

Notre présent nous appartient, il peut être fait d'un passe-temps, lecture d'un bon livre, voir un film, prendre un bon repas avec des proches ou des amis, une balade à vélo, en auto, etc... À toi de choisir ce qui te fait vibrer !

Moi, chaque matin, je pars marcher dans la nature avec mon chien Charlie. J'apprécie le chant des oiseaux, le bruissement du vent dans les feuilles, le soleil sur ma peau, l'odeur de la forêt dans le sentier. Je redécouvre mon cœur d'enfant. Une paix intérieure, une sérénité et une joie de vivre m'envahissent. Je savoure donc ce moment présent dans ma vie. Et de plus, cet exercice physique me permet de garder la forme et la santé. Cela déclenche aussi des endorphines qui font partie des hormones du bonheur !

Finalement, je pense que vivre le moment présent n'est pas si difficile à essayer et qu'on en retire beaucoup de bienfaits. Bon moment présent à tous !

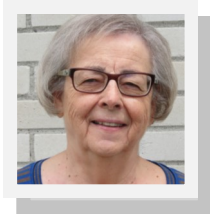
Marlène Fournier

« L'amitié à l'âge adulte, ça devrait être du bonbon pour l'âme. Sans obligation. Sans reproche, sans rancune, sans jugement. Juste du bon temps. Du bon vin. Des remises en question. Des discussions qui parlent des vraies choses. De l'honnêteté. De l'authenticité. Du soutien. Des rires. »
 (L'emmerdeuse, internet)

CELLULE MONTMAGNY-NORD
 Françoise Boulet et Pauline Forgues
 responsables paufor@telus.net

**Meilleurs vœux pour un Joyeux Noël
 et une merveilleuse année 2022
 à tous les membres de la cellule
 ainsi qu'à nos nouveaux retraités (es)
 et un paisible temps des Fêtes.**





FONDATION LAURE-GAUDREULT
Yvonne Morneau, responsable



La Fondation Laure-Gaudreault, notre Fondation

Bonjour à vous Toutes et Tous!

Cette photo a été prise lors de la remise d'un chèque de 500.00\$ à madame **Suzanne Saint-Pierre**, *adjointe administrative* au HAVRE des FEMMES de l'Islet. Ce montant est le produit de la vente des billets pour le tirage national FLG. Vente interrompue par la pandémie.



La fondation a besoin de votre soutien, nous vous encourageons fortement à faire un don en ligne à fondationlg.org et vous pourrez en profiter pour visiter le site de la FLG.

Tout don de 15.00\$ ou plus vous assure un reçu d'impôt pour février prochain.

L'argent recueilli revient dans notre milieu pour aider les organismes de notre région.

Aussi, si vous connaissez des organismes susceptibles d'en bénéficier me téléphoner au 418-246-2076.

Je me permets de vous souhaiter de joyeuses et chaleureuses Fêtes.

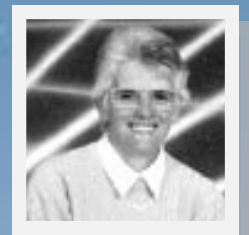
Merci de votre encouragement et de votre GÉNÉROSITÉ,

Cordialement, Yvonne Morneau, responsable FLG.



Sous l'arbre à Noël

CELLULE LA POCATIÈRE
Maxellande Bureau et Alberte Michaud
responsables
maxbureau@hotmail.ca
ulevesque@videotron.ca



Ce que j'aimerais trouver sous mon arbre de Noël cette année :

- Des yeux pour voir la beauté autour de moi,
- Des oreilles pour entendre les appels de la Vie,
- Un cœur pour aimer les personnes, sans distinction,
- Des mains pour aider autour de moi et pour partager,
- Des pieds pour aller vers ceux qui ont besoin,
- Des mots pour consoler, encourager, conseiller,
- Des gâteries pour donner aux enfants,
- Des bonbons à croquer,
- Des vêtements pour réchauffer ceux qui ont froid,
- Des sourires pour consoler les cœurs en peine,
- Des jeux pour occuper et faire rire les jeunes,
- Une doudou pour réchauffer un cœur solitaire,

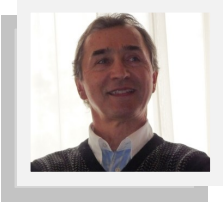
- Une poupée pour confier les secrets,
- Un petit chien pour tromper la solitude,
- Un petit chat pour chatouiller les oreilles,
- Un coffre pour enfermer la COVID et les masques,
- L'énergie de renouer avec la vie active d'avant...

Joyeux Noël et Bonne Année!

Madeleine Bélanger et Maxellande Bureau



COMITÉ DES ASSURANCES
Bernard Blanchet, responsable
418-246-5325



Bonjour,

Les conditions de renouvellement du régime d'assurance collective ASSUREQ au 1^{er} janvier 2022 viennent d'être présentées à l'assemblée générale d'ASSUREQ. Voici un résumé de ces conditions.

Pour la 2^e année de suite, les travaux de renouvellement du régime d'assurance collective ASSUREQ se sont effectués dans un contexte particulier considérant la pandémie de COVID-19 qui était au cœur des discussions.

Bonification du régime d'assurance maladie : vaccins préventifs

La garantie *Vaccins préventifs* a été ajoutée au régime d'assurance maladie pour un remboursement maximal de 200\$ par année par personne assurée. Cette garantie couvre notamment des vaccins en prévention de la maladie du zona.

Considérant la diminution de l'utilisation des garanties en assurance maladie au cours des 2 dernières années et malgré l'ajout d'une garantie importante au régime, les primes du régime d'assurance maladie d'ASSUREQ ont subi une diminution de la tarification de 5%. De plus, le congé de prime de 3\$ par mois par personne adhérente est reconduit.

Régime Assurance maladie			
Prime mensuelle 2022			
Régime d'assurance maladie	Statut de protection		
	Individuel	Monoparental	Familial
Santé	24,26 \$	29,26 \$	46,51 \$
Santé Plus	45,26 \$	54,12 \$	84,67 \$

Régime d'assurance vie

On note une augmentation des décès dans les dernières années. Est-ce le contexte actuel ou une tendance qui s'installe? L'avenir nous le dira mais en attendant, ce constat contribue à la hausse de la tarification de la prime de 10%. Heureusement, le congé de prime de 3\$ par mois par personne adhérente est reconduit.

Régime Assurance vie	
Prime mensuelle 2022	
Choix 1	
Individuel	17,10 \$
Familial	27,39 \$
Choix 2	
Individuel	37,20 \$
Familial	47,49 \$
Choix 3	
Individuel	57,30 \$
Familial	67,59 \$

La taxe de vente de 9% doit être ajoutée à ces montants



COMITÉ DES ASSURANCES
Bernard Blanchet, responsable
418-246-5325

Une toute nouvelle brochure dès 2022

Une refonte de la brochure *Votre régime d'assurance collective ASSUREQ* dont la version la plus récente date de janvier 2015 est en cours de rédaction et sera disponible dès le tout début de l'année 2022.

ASSUREQ accueille des nouveaux membres

À partir de janvier 2022, de nouveaux critères d'admissibilité au régime d'assurance collective ASSUREQ seront en vigueur, permettant l'accueil de nouvelles personnes au sein du groupe.

En effet, dès le 1^{er} janvier 2022, deux catégories de personnes seront nouvellement admissibles à ASSUREQ, soit les personnes retraitées ayant un jour été membre d'un syndicat affilié à la CSQ n'ayant pas adhéré à ASSUREQ dans le délai prescrit ainsi que les membres CSQ qui, au moment de prendre leur retraite, ne participent pas à un régime d'assurance collective en tant qu'employé. Dans les deux cas, certaines conditions s'appliquent.

Ces personnes sont invitées à communiquer avec l'AREQ au [1 800 663-2408](tel:18006632408) pour obtenir de plus amples détails



Action bénévole, secteur d'activités indispensables!

Grâce à son équipe de 11 personnes et à ses nombreux bénévoles (125 bénévoles), le CABML a pour mission principale le soutien à l'action bénévole sur le territoire des 2 MRC. En effet, l'organisme offre le service de recrutement de bénévoles que ce soit pour nos services à l'interne ou pour tous autres organismes externes qui sont à la recherche de bénévoles.

De plus, l'organisme dessert la clientèle aînée notamment, par les services de repérage d'aînés vulnérables, le répit aux proches aidants, l'intervention de proximité, de solidarité cancer, du soutien à domicile (accompagnements bénévoles des transports médicaux, les visites d'amitié, clinique impôt) et le programme Viactive.

Bénévoles recherchés!

Vous aimeriez exercer une activité qui vous apporte une satisfaction personnelle? Vous avez le goût de vous accomplir dans une activité bénévole? Vous avez quelques heures à offrir par mois?

Le CABML est présentement à la recherche de bénévoles pour ses services d'accompagnement aux rendez-vous médicaux et visites d'amitié. Contactez la conseillère à l'action bénévole au 418 248-7242 poste 109.

Malgré la pandémie, naissance de deux nouveaux services!

Service de répit proches aidants Ado-Re

Le service de répit a certaines conditions d'admissibilité tels que le proche aidant aîné et l'aidé doivent demeurer à la même adresse et ce dernier doit être âgé de 65 ans et plus. Sous la supervision de l'intervenante responsable, le service est dispensé par un pro-aidant formé pour accompagner la clientèle aînée de manière sécuritaire et selon leurs besoins. Dans les deux MRC, les proches aidants peuvent recevoir 9 répits de 4 heures par année, au coût de 10 \$ le répit.

Service Veilleur expert en repérage d'aînés vulnérables

Le service Veilleur expert en repérage d'aînés vulnérables permet d'établir un pont entre l'aîné et les services santé ou autres localisés près de son domicile. Le travailleur de milieu attitré à ce service doit repérer les aînés à risque de vulnérabilité dans leurs différentes sphères de vie, les informer des ressources existantes, les soutenir et les accompagner dans leurs démarches.



Nécrologie



Madame Marie-Claire Desrosiers, 81 ans,
Madame Bibiane Pelletier, 84 ans,
Madame Colette Bernier, Boissonneault,

Membre de l'AREQ
Membre de l'AREQ
Membre de l'AREQ

Madame Estelle B. Guilmette, 100 ans,

mère de Pierre Guilmette
belle-mère de Louise Brochu
et de Lucienne Lévesque

Madame Marie-Marthe Bélanger,
Monsieur Réginald Blais, 66 ans,
Monsieur Roger Blanchet, 92 ans,
Monsieur Fernand Bouffard, 90 ans
Madame Jeannot Bureau,
Madame Antonine Caron, 95 ans,
Monsieur Léandre Chabot, 92 ans,

sœur de Madeleine Bélanger, amie de l'AREQ
époux de Suzanne Martineau, amie de l'AREQ
père de Bernard Blanchet
beau-père de Ginette Talbot
demi-sœur de Maxellande Bureau
belle-mère de Claire Caron
frère de Jeanne-Mance et Noëlla Chabot
beau-frère de Roland Dion

Madame Angèle Chouinard, 95 ans,
Monsieur Marcel Chouinard, 81 ans,

belle-mère de Jean-Marc Montminy
frère d'André Chouinard
beau-frère de Gaby Pelletier

Madame Vivianne Clavet, 91 ans,
Madame Marie-Josée Corriveau, 56 ans,
Madame Armande Couillard, 78 ans,
Monsieur Danys Couillard,
Madame Marthe Dupont, 67 ans,
Monsieur Claude Fleury, 68 ans,
Monsieur Charles-Henri Fortier, 91 ans,
Madame Annette Gaudreau, 88 ans,
Monsieur Roger Gaudreau, 70 ans,
Monsieur Jean-Paul Girard,
Monsieur Michel Godbout, 83 ans,
Monsieur Bernard Lachance, 46 ans,
Monsieur Jean-Claude Lacombe, 85 ans,
Docteur Luc Lafrenière,

mère de Fernand Corriveau
sœur de Fernand Corriveau
belle-sœur d'Andrée Lord
frère de Jocelyne Couillard
sœur de Denise Dupont
beau-frère de Florence Guillemette
beau-frère de Jocelyne Gendreau
belle-sœur de Jocelyne Gendreau
frère de Jacques et de Martin Gaudreau
beau-frère de Réjane Saint-Amant
beau-frère de Denise Vézina
fils de Claude Lachance
frère de Rolande Lacombe
frère de Paul-Aimé et de Raymonde Lafrenière
beau-frère de Clément Nicole

Madame Jeannine Leclerc,

mère d'Andrée Noël
belle-mère de Roch Roy



Nécrologie, suite



Monsieur Georges Milliard , 89 ans,	père de Ginette Milliard
Madame Denise Morin , 91 ans,	belle-mère de Suzanne Martineau, amie de l'AREQ
Madame Lilianne Nolet ,	belle-sœur de Madeleine Chabot
Monsieur Jean-Louis Thériault , 79 ans,	beau-frère de Denise Caouette
Monsieur Jean-Guy Thibodeau , 76 ans	beau-frère de Richard Gagnon
Monsieur Gérald Vaillancourt , 66 ans	frère d'Annie Vaillancourt

Aux familles éprouvées, nos sincères condoléances.

« La vie est ton navire et non pas ta demeure. » *Alphonse de Lamartine*

ACTION SOCIOPOLITIQUE

Besoin d'un responsable pour informer nos membres des actions entreprises par l'AREQ au nom et pour le bien de ses membres. Communiquez avec un membre du Conseil et c'est avec plaisir que nous vous informerons de ce que cela peut impliquer comme engagement!



CAP SUR LA DIGNITÉ

Les aînés occupent une place de plus en plus importante dans la société. Vivre, c'est aussi vieillir, nous aspirons à vieillir dans la dignité! La pandémie nous a prouvé que nos revendications sont absolument légitimes!

Depuis 20 ans, de nombreux rapports et mémoires ont été produits sur le sort des aînés.

Plusieurs constats assortis de recommandations ont été faits et concernent principalement :

- Les soins à domicile, en résidence privée pour aînés et en CHSLD
- La maltraitance à l'endroit des aînés
- Les dispositions législatives pour les personnes proches aidantes
- Les soins prodigués lors de la pandémie COVID-19
- Les services généraux aux aînés et leur place dans la société

Pour plus d'informations, consulter le lien suivant : <https://areq.lacsq.org/cap-sur-la-dignite/>

Langue française au Québec, ça vous préoccupe? À lire...

<https://areq.lacsq.org/medias/communiqués/declin-tranquille-de-la-langue-francaise-au-quebec-lareq-veut-des-actions-pour-y-mettre-un-frein/>

Service d'aide juridique aux membres offerts par l'AREQ offert pour une deuxième année :

<https://areq.lacsq.org/services-aux-membres/novum/>

**AREQ - CELLULE DE LA POCATIÈRE
ACTIVITÉS 2021-2022**

2021

Mercredi, 15 décembre Dîner Restaurant Opéra, La Pocatière 11 h 30
de Noël Réservation avant le 8 décembre

2022

Mercredi, 16 février Dîner Restaurant Mikes, La Pocatière 11 h 30
de la Saint-Valentin Réservation avant le 9 février

Mercredi, 15 juin Dîner Club de Golf, Saint-Pacôme 11 h 30
de fin d'année Réservation avant le 8 juin

***N'oubliez pas de toujours réserver auprès de
Maxellande Bureau (Rés. : 418-856-4218)***

Merci de votre précieuse collaboration et au plaisir de vous rencontrer.

AREQ - CELLULE MONTMAGNY NORD-SUD

Activités 2022 (Janvier à juin 2022)

Jeudi, 11h. Dîner de la St-Valentin Endroit
10 février 2022 à 14 h. (chaîne téléphonique) à déterminer

Mardi, 9h.30 Déjeuner Bla, Bla La Coureuse
14 juin 2022 à 11h. (chaîne téléphonique) des Grèves
(St-Jean-Port-Joli)

AREQ - CELLULE L'ISLET-SUD

Activités 2021-2022

Mercredi, 8 décembre 2021 11h. 30 Dîner de Noël Jasmin (Tourville)

Mercredi, 9 février 2022 11h. 30 Dîner St-Valentin Chez Réjean
(chaîne téléphonique) St-Pamphile

Mercredi, 6 avril 2022 9h Déjeuner endroit à déterminer

Mercredi, 15 juin 2022 9h 30 Déjeuner Roche à Veillon
(chaîne téléphonique) St-Jean-Port-Joli

Cet horaire pourrait être à changement. Réjane Saint-Amant

Club de marche : «La belle Allure»



Ce club a été fondé à la fin des années 1960, par deux enseignantes : Françoise Boulet et Jocelyne Gendreau. Il avait pour but de conserver la forme physique, favoriser le social, visiter notre ville et découvrir davantage notre belle région.

Par la suite se sont joints des amis (es). Cette année, nous sommes 37 membres inscrits de Montmagny et des alentours, contrairement aux autres années, à cause de la pandémie, nous marchons uniquement dans notre ville.

Nous verrons après les fêtes...

Nous sommes trois responsables pour la gestion du club :

France Clavet : 418-1353 Odette Sylvestre

et Raymond Durepos : 418-248-7307

CONDITION DES HOMMES :

Merci à Alain Bourgault pour son travail au cours des dernières années! Nous lui cherchons un remplaçant! Pas besoin d'être Superman! Seulement un peu d'intérêt et de disponibilité! ☺ Un homme préoccupé par la place de chacun avec toutes les réalités auxquelles ils doivent composer, dans cette société qui a changé et qui peut être souvent déroutante.



Journée internationale des Hommes

Le comité régional des hommes a tenu une activité le 18 novembre 2021. Le thème était : « Rêver encore ». Une centaine de retraités (es) y ont assisté. Nous avons entendu deux conférences en avant-midi. La première était animée par Madame Suzanne Houle et présentait la proche-aidance au masculin. Elle s'est terminée par le témoignage de deux hommes qui la vivent présentement. Le deuxième intervenant était Monsieur Charles Fournier, comédien et auteur. Il nous a raconté son cheminement difficile de garçon et de jeune adulte. Il s'est intéressé aux problèmes que rencontrent certains hommes dans la société moderne. Il a écrit la pièce Foreman qui est jouée au Péricope. Plusieurs aînés (es) de l'AREQ essaieront d'aller y assister. Une partie récréative suivait en après-midi. Bravo au comité des hommes pour cette activité très intéressante!

Lise Bélanger, représentante de Pascal-Taché.

ADRESSE DE COURRIEL

Nous sommes à mettre à jour nos listes d'adresses de courriel, merci de nous communiquer votre nouvelle adresse. Cette information nous permet de vous rejoindre et de vous informer plus rapidement entre deux parutions du journal Ex-Tension. Vous continuerez de recevoir le journal en format papier pour ceux et celles qui le souhaitent. Merci de communiquer avec moi :

Élise Melanson : melaelis@hotmail.com ou 418-359-2105 rés. 418-248-6949 cel.