

Ex-Tension

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

MOT DE LA PRÉSIDENTE



La présidence de tout organisme ne peut fonctionner sans une équipe solide autour d'elle. Je tiens donc à remercier les responsables de cellule et de comité, notre édimestre, mais aussi les membres du Conseil sectoriel. Nous avons du plaisir à remplir notre rôle et nous agissons au meilleur de nos connaissances pour vous, les membres.

Les membres nous le rendent bien en participant aux activités proposées. Malgré toutes les contraintes vécues ces dernières années, je constate avec plaisir que vous avez une volonté sociale de retrouver la joie d'être en groupe. Votre participation aux différentes activités que l'on a pu organiser et réaliser depuis l'automne le prouve grandement. Je vous invite donc à demeurer sur cette lancée! L'Assemblée générale sectorielle sera une belle occasion pour venir assister en grand nombre. L'AGS... Officielle, formelle instance de notre association; mais... qui a dit que cela devait être terne? Votre conseil sectoriel vous a préparé toute une rencontre! Un bon repas gratuit, des prix de présence plus petits à un très grand! Une conférence sérieuse à saveur humoristique! Et, pour finir, je le souhaite ardemment, de nombreux/ses artistes qui nous présenteront des œuvres variées! De belles découvertes à venir!

D'autres activités, telle la journée « Toujours en Action » qui pourra enfin se vivre cette année! Huguette a travaillé fort pour planifier l'horaire! Montrons-lui que nous apprécions! Prenons l'autobus! L'AGR et plusieurs rencontres prévues au sein des cellules seront aussi plus intéressantes si les membres participent! Ne négligez pas la valeur de votre présence, car c'est ce qui fait le salaire des bénévoles!

Je termine en mentionnant que des postes sont à combler et je vous invite à nous rejoindre! Certaines bénévoles ont plus de 20 ans d'ancienneté! Elles aimeraient bien passer le flambeau! Je vous invite à vous informer, à faire un essai! Le bénévolat nous apporte tellement plus que ce que l'on donne!

Merci à tous de nous faire confiance et merci d'être là, le plus souvent possible!

« Seul on va plus vite, ensemble on va plus loin! »
(Inconnu)



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 | |



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

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 ^{re} conseillère | 418-248-9215 |
| | 2 ^e conseiller | |

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 |

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 | Comité condition des femmes6 | Liste des liens utiles 11 |
| Renseignements2 | Fondation Laure-Gaudreault6 | Convocation AGS 12-13 |
| Cellule de L'Islet-Sud.....3 | Comité de l'environnement7 | Autres liens utiles.....13 |
| Cellule La Pocatière.....3 | Nous avons besoin de vous7 | Convocation AGR.....14 |
| Cellule de L'Islet-Nord4 | Comité de la retraite8 | Convocation AGFLG15 |
| Cellule Montmagny Nord-Sud....4 | Nécrologie9 | Projet Toujours en action 16 |
| Numéros Importants à retenir....5 | Les artistes.....10 | |
| Comité des assurances.....5 | Merci10 | |

NOUVELLES DES RESPONSABLES DE CELLULE

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



Le bonheur des retrouvailles était au rendez-vous au restaurant Chez Réjean de Saint-Pamphile, ce mercredi 16 mars où 46 convives se sont réunis autour d'un copieux diner. L'ambiance qui y régnait démontre que même une pandémie ne peut briser les liens qui unissent les membres de la cellule L'Islet-Sud! Bravo!!!

À chacun, chacune, je tiens à vous dire **MERCI** pour votre enthousiasme et votre fidélité à participer à nos activités.



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

Invitation à découvrir madame Marie-Paule Dessaint

Pour nous qui sommes à la retraite, Madame Dessaint nous donne « les secrets pour une retraite nourrissante ». Vous allez sur son site pour mieux apprécier ses propos vraiment intéressants et pratiques : <https://mariepauledessaint.com/>

De plus, Maxellande, dans son coffre aux trésors, a trouvé un précieux remède pour devenir, être et rester en forme. Bien sûr qu'il faut essayer de penser positivement et investir dans nos richesses intérieures d'abord. Il faut aussi se prescrire la fameuse piqûre de l'optimisme une fois par jour. Elle contient 100 gouttes, soit :



5 gouttes de SOURIRE

10 gouttes de COMPRÉHENSION

5 gouttes de PATIENCE

15 gouttes de DOUCEUR

10 gouttes de COURAGE

15 gouttes d'ÉCOUTE

10 gouttes de DISCIPLINE

20 gouttes d'AMOUR

10 gouttes d'ESPOIR

Bonne santé à chacune et chacun!

CELLULE L'ISLET-NORD
Yvonne Morneau, responsable
418-246-2076



Bonjour à vous, chers(ères) collègues de L'Islet-Nord,

Je vous espère tous et toutes en bonne santé physique et mentale malgré cette pandémie qui n'en finit plus.



Les rencontres sont rares, mais celle du 20 octobre dernier fût très agréable et fructueuse puisque 39 personnes y étaient présentes. Du jamais vu...

Ce serait plaisant de récidiver. Aussi, je vous convie à nouveau à **L'Éveil** le mercredi 27 avril prochain pour un déjeuner à 9 heures.

Vous connaissez peut-être des nouveaux et nouvelles retraités(es). Permettez-vous de les inviter chaleureusement au nom de votre association. Nous avons besoin de les connaître et ils, elles ont besoin de nous connaître pour assurer notre relève.

Vous recevrez un appel de votre téléphoniste, ce sera très important de confirmer votre présence avant le 23 avril. N'oubliez pas de souligner la présence d'un ou d'une nouvelle retraité(e).



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

Les membres de la cellule Montmagny Nord reprennent les activités peu à peu. Le dîner des retrouvailles qui a eu lieu en décembre comptait 70 inscriptions! Une bien belle participation! Les membres étaient vraiment heureux de se retrouver et d'échanger enfin, en « présentiel »!

Une autre rencontre est prévue en avril! Encore une fois, soyons présents! C'est une merveilleuse façon de remercier les bénévoles qui essaient de redonner vie à l'AREQ dans notre secteur. Nous avons été trop longtemps sur pause! Continuons de prendre les mesures nécessaires pour rester en santé mais n'arrêtons pas de bouger, de ressentir, d'avancer!

Nous avons la chance et la possibilité de renouer ensemble après la période covid. Soyons fiers (es) de faire partie de l'AREQ et d'avoir un beau sentiment d'appartenance et d'amitié entre nous.

Marlène Fournier

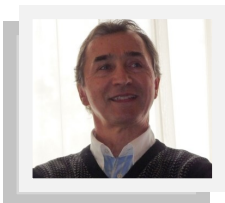
« Il y a suffisamment d'inconvénients à vieillir qu'il faut prendre tout ce qui est bon et en profiter. » (Lise T. Gagnon)

Numéros importants pour tout changement à votre dossier!

⇒ Ayez vos cartes et/ou numéros de dossier lors des appels

| Nom | Téléphone | Courriel |
|-----------------------------------|--|--|
| AREQ Nationale | Tél : 418-525-0611 1-800-663-2408 Fax : 418-525-0769 | info@areq.lacsq.org |
| Retraite Québec (RRQ et CARRA) | Région de Québec : 418-643-5185 1-800-463-5185 Région de Montréal : 514-873-2433 1-800-463-5185 | www.retraitequebec.gouv.qc.ca |
| Sécurité de la vieillesse | 1-800-277-9915 | www.hrdc.drhc.gc.ca |
| RAMQ | 418-646-4636 1-800-561-9749 | www.ramq.gouv.qc.ca |
| SSQ (Assureq) | 418-6516962 1-888-833-6962 | www.ssq.ca |

RAPPORTS DES RESPONSABLES DES COMITÉS



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

SSQ Groupe financier

RAPPORT ASSUREQ

Bonjour à vous!

Pour vous dire qu'il y a encore quelques modifications cette année, et que toutes les informations importantes sont dans le petit fascicule de

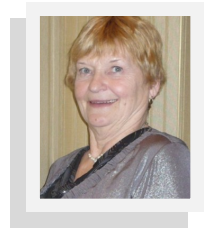
«Votre régime d'assurance collective en un coup d'œil»
dans le Quoi de neuf, hiver 2022.

<https://areq.lacsq.org/wp-content/uploads/SSQ-coup-oeil-fr.pdf>

Que de bonnes nouvelles, une baisse des primes en assurance-maladie au renouvellement du régime d'assurance collective, bonification du régime d'assurance-maladie : vaccins préventifs avec un remboursement maximal de 200\$ par année par personne assurée (vaccin contre zona) J'ai une rencontre prévue au mois d'avril; s'il y a d'autres informations, je vous les fais parvenir par courriel.

En attendant, soyez vigilants et portez-vous bien!

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

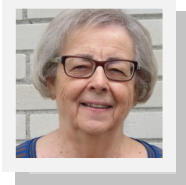


Comme je suis heureuse de faire partie de la condition des femmes, car vous avez répondu à mon appel. La marche s'est déroulée sans mon aide et beaucoup de monde était présent. 523 km parcourus par une quinzaine de personnes sur le territoire!
Merci au club de marche pour votre implication!
Merci à tous ceux et celles qui ont participé!

À la journée des femmes, nous étions 11 à participer aux deux conférences qui étaient organisées par le comité des femmes. L'avant-midi, nous avons eu Mylène Moisan qui nous a parlé de ses interviews avec des gens plus âgés. Elle fait des chroniques dans les journaux.

La conférence de l'après-midi nous a animés davantage, car elle nous a parlé de la retraite. Le temps a passé trop vite, car la période de questions n'a pas été très longue.

Merci à tous les membres qui ont participé et on se dit à l'an prochain.



FONDATION LAURE-GAUDREULT
Yvonne Morneau, responsable
418-246-2076



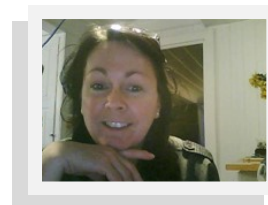
En novembre 2021, nous avons remis un chèque de 500,00\$ au Centre de Femmes de l'Islet. Ce montant résultait de la vente de billet en 2020, vente qui a été interrompue par la pandémie.

Depuis ce temps, grâce à votre générosité, la FLG a réussi à cumuler le montant de plus de 600,00\$. Ce montant fait actuellement le sujet d'une demande par un organisme de la région soit, la Médiathèque **L'Héritage de l'Islet-Sud**. Cet organisme dessert les sept paroisses environnantes et offre un éventail de services intergénérationnels. Les activités proposées aident à briser l'isolement des aînés et permettent aux plus jeunes de développer de nouveaux talents tout en leur permettant de côtoyer et de mieux connaître les générations précédentes. Nous croyons que cet organisme pourra bénéficier de cette somme.

La FLG est là pour répondre aux besoins du secteur et ce secteur est immense.

Nous vous remercions pour votre **GÉNÉROSITÉ** et votre **COLLABORATION**.

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



Document=Choc!

Au niveau du comité Environnement pour l'année 2021-2022, une rencontre est prévue le 7 avril 2022. Il y sera question des prochaines activités en lien avec une planète en santé. Il sera possible pour moi de vous indiquer les grandes lignes de cette rencontre lors de l'AGS.

Mon rôle de responsable du comité environnement m'amène à vous suggérer : des lectures, des émissions et même des actions afin de protéger notre environnement. Chaque petit geste compte!

Je vous invite donc à regarder le document-choc sur le recyclage à l'émission : « Enquête du 3 février 2022 » à Radio Canada avec Isabelle Richer et Marie-Claude Denis, toutes deux journalistes d'enquête. Le sujet traité est le suivant :

« Quand le recyclage des uns devient les déchets des autres! »

<https://ici.radio-canada.ca/recit-numerique/3600/papier-pollution-inde-recyclage>

<https://www.youtube.com/watch?v=xGZoqEAOvys>

L'effort de recycler au Québec et le manque d'industries pour transformer les plastiques et les papiers créent donc l'exportation de nos matières recyclées. Des déchets canadiens sont donc envoyés en Inde. Les ballots de matériaux recyclés sont souvent contaminés.



Des journalistes ont suivi le parcours des ballots jusqu'en Inde pour constater que le plastique et le papier sont démêlés en tas de déchets pour ensuite devenir un combustible pour les usines de là-bas. Ce tri est souvent effectué par des femmes et des enfants. Par la suite, tout ce qui est brûlé est répandu dans l'environnement et le pollue.

Je vous invite donc à regarder ce reportage qui nous démontre que le recyclage au Québec n'est plus ce à quoi on s'attendait! Je vous invite également chaque jour à poser un geste positif pour l'environnement!

**« La planète peut se passer de nous, mais nous ne pouvons pas nous passer d'elle!
(Nicolas Hulot)**

Nous avons besoin de vous! Faites-vous confiance!

- ⇒ Responsable au comité des hommes
- ⇒ Responsable au comité d'action sociopolitique
- ⇒ Responsable Fondation Laure-Gaudreault
- ⇒ Responsables de cellule...
- ⇒ Poste de 2^e conseiller (ère) au Conseil sectoriel

Suggestion : Faire un essai! Commencer par une fois...

Vous êtes capables!

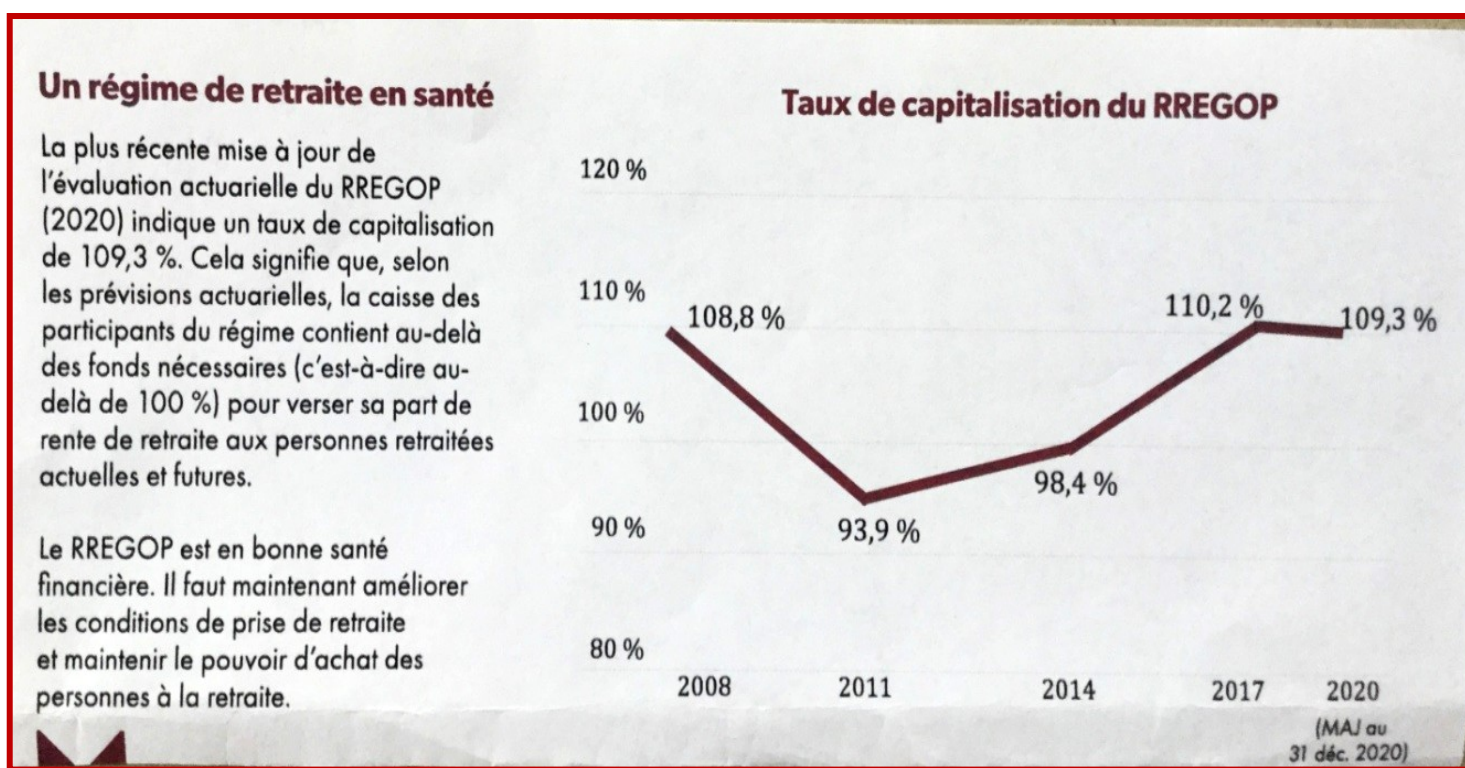
**« Chaque personne peut faire une différence et chaque personne devrait essayer. »
(John. F. Kennedy)**



COMITÉ DE LA RETRAITE
 Louise Gagnon, responsable
 418-248-9215

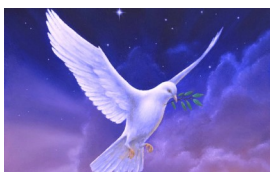
Bonjour à tous,

Dans l'infolettre de l'AREQ du 25 février 2022, il y avait un article qui s'intitulait «Un régime de retraite en santé». J'ai pensé vous insérer le graphique qui illustre bien ce titre. En ces temps incertains, il faut se remonter le moral avec du positif, sauf lors d'un test Covid. Hi ! Hi !



Taux d'indexation du RREGOP

Retraite Québec a annoncé un taux d'indexation de 2,7 % (était 1,0 % en 2021) qui s'est appliqué au montant de la rente du RRQ et du RREGOP (RRE, RCE, RRF, RRPE...) au 1er janvier 2022. Les retraités de l'État ont ainsi constaté une augmentation de leur rente comparativement à l'an dernier. Cependant, encore une fois, aucune indexation ne s'est appliquée sur la portion de la rente des années 1982 à 1999 (2,7 % (TAIR) - 3 % = 0).



Nécrologie



**Monsieur Denis Boulet, 76 ans,
Monsieur Jean Caron,**

Madame Marie-Ange Casault, 92 ans,

Monsieur Jean-Paul Cloutier,

Madame Monique Côté,

Madame Colette Dionne, 87 ans,

Madame Odette Dionne,

Madame Pauline Dumont,

Madame Pierrette Forgues, 90 ans,

Monsieur André Fraser, 79 ans,

Monsieur Raymond Fournier,

Madame Marguerite Gaudreau, 101 ans,

Madame Julienne Hébert, 95 ans,

Monsieur Pierre Henry, 73 ans,

Monsieur Auguste Lamonde, 76 ans,

Monsieur Wellie Mercier, 87 ans,

Madame Anna-Marie Michaud,

Monsieur Donald Ouellet,

Monsieur André Pelletier,

Madame Madeleine Pelletier, 95 ans,

Madame Viviane Poirier, 72 ans,

Monsieur Roger Proulx, 72 ans,

Monsieur Claude Ringuet, 80 ans,

Madame Andrée Robin, 88 ans,

Madame Gisèle Saint-Pierre,

Madame Marie-France Saint-Pierre,

Madame Michelle Thibault, 81 ans,

Membre de l'AREQ

Frère de Paulette Caron
et beau-frère de Noëlla Bélanger

Sœur de Claudette Casault

Frère de Louise Cloutier

Sœur de Jean-Louis Côté

Belle-sœur de Denise Caouette

Sœur de Louise Dionne

Belle-sœur de Martin Bourgault
et Ginette Perreault

Belle-mère de Ginette Talbot

Beau-frère de Laurette Thériault

Frère d'Annette Fournier

Belle-mère de Michelle Desjardins

Sœur d'Irène Hébert

Beau-frère de Ginette Perreault
et Martin Bourgault

Frère d'Anita Lamonde

Beau-frère d'Irène Hébert
et Gilberte Lamonde

Sœur d'Alberte Michaud

Frère de Ghislaine Ouellet

Beau-frère de Louise Pelletier

Belle-sœur de Luce Raymond

Sœur de Francine Poirier

Beau-frère de France Côté

Frère de Michel Ringuet

Belle-sœur de Gilberte Lamonde
et Irène Hébert

Belle-sœur d'Annette Fournier

Fille de Gemma Gamache
et belle-sœur de Jean-Yves Bourgault

Sœur de Réjean et Vianney Thibault

Aux familles éprouvées, nos sincères condoléances.

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

Les artistes!

Nous avons besoin de vous!

Vous étiez présents lors de notre dernière Assemblée générale en « présentiel », c'est loin! C'était en 2019! La pandémie a interrompu le cycle habituel de nos vies!

Pour nos artistes, ce fut peut-être une période prolifique et créatrice! Une occasion pour plusieurs de se lancer dans de nouveaux projets! Vous êtes donc invités à participer en grand nombre et à venir nous les présenter lors de la prochaine Assemblée générale sectorielle le 10 mai prochain.



Pour le **secteur** :

1^{er} prix : 100.00\$

2^e prix : 75.00\$

3^e prix : 50.00\$



Un montant de 25.00\$ sera remis à toutes les personnes qui exposeront une œuvre.

Le choix est déterminé par le vote des membres qui participent à l'AGS.

Pour la **région** :

- Il y aura tirage au sort de 10 prix de participation de 100 \$ parmi tous les exposants lors de l'AGR du 25 mai 2022.
- La présence de l'artiste est obligatoire à l'exposition et à la réception du prix.

Merci de nous faire découvrir vos talents, vos passe-temps! Merci à ceux qui ont déjà participé par les années passées!

On vous attend en grand nombre!

Votre Conseil sectoriel



Félicitations à nos 100 membres qui reçoivent leur journal uniquement par courriel! Un beau geste pour l'environnement! Un document haut en couleurs dont on peut agrandir l'image pour une meilleure lecture sans fatiguer nos yeux! 😊

Adresse courriel

Plusieurs informations importantes nous arrivent entre deux parutions du journal. Les membres nous ayant fait connaître leur adresse-courriel reçoivent ces informations.

Faites partie de ceux qui ne veulent rien manquer! Écrivez ou téléphonez pour nous donner votre adresse de courriel. Cela n'affecte en rien votre choix de continuer à recevoir le journal en format papier.

Votre Conseil sectoriel vous invite à nous communiquer votre adresse-courriel :

Téléphone : 418-359-2105

Courriel : melaelis@hotmail.com

Liste des liens utiles

Nous vous invitons à consulter le **site** de l'AREQ, secteur **Pascal-Taché** pour vous tenir informés :

<https://pascaltache.areq.lacsq.org/>

Viellir chez soi :

https://plus.lapresse.ca/screens/344ecdd3-4fec-441a-a4c2-Odca11356673_7C_0.html

Ligne AIDE ABUS AÎNÉS : Vous connaissez quelqu'un ou vous-même croyez être victime d'abus, contactez cet organisme qui saura vous diriger vers les ressources appropriées.

1-888-489-2287

<https://www.aideabusaines.ca/>

Fraude envers les aînés :

<https://www.lesaffaires.com/dossier/marche-des-aines/contrer-les-tentatives-de-fraude-envers-les-aines/624832>

Bourse de l'AREQ : 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).

<https://areq.lacsq.org/services-aux-membres/bourses-de-lareq/>

Novum: Service de consultations juridiques gratuites et illimitées à ses membres

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

Une personne âgée
À qui on a posé des
questions sur sa
santé...

**C'est une
blague!**



« Pour une meilleure digestion, je bois de la bière. Pour la perte d'appétit, du vin blanc. Pour la basse pression, du vin rouge. Pour la haute pression, du scotch. Et pour le rhume, du Schnapps. »

« Et l'eau, vous en buvez quand ? »

« Oh, je n'ai jamais été assez malade pour ça. »



**Québec-Chaudière-Appalaches
Secteur 03 Pascal-Taché**

L'AREQ a pour mission de promouvoir et de défendre les intérêts et les droits culturels, sociaux, économiques et environnementaux de ses membres et des personnes âgées et de contribuer à la réalisation d'une société égalitaire, démocratique, solidaire et pacifiste. L'AREQ souscrit au principe d'égalité de droit et de fait entre les femmes et les hommes.

A 2122 AGS OJ 01

CONVOCATION

Assemblée générale des membres de l'AREQ

Région 03C Secteur Pascal-Taché

Date : 10 mai 2022

Heure : 9 h 30

Les membres de l'AREQ, secteur Pascal-Taché, Région 03-C, sont convoqués à l'Assemblée Générale sectorielle qui aura lieu le 10 mai 2022, à la salle Léandre-Boutin, 100 Place de l'Église, Cap Saint-Ignace, QC 418-246-3075. **Apportez votre carte de membre.**

PROJET D'ORDRE DU JOUR

1. Mot de bienvenue
2. Nomination de la présidence d'assemblée
3. Nomination à la présidence d'élection et au secrétariat d'élection
4. Nomination de deux scrutateurs et/ou scrutatrices
5. Présentation et adoption de l'ordre du jour de l'Assemblée générale A 2122 AGS OJ 01
6. Présentation et adoption du procès-verbal de l'Assemblée générale du 26 avril 2021
7. Présentation et mot de la présidente régionale
8. Rapport de la présidente
9. Rapport des responsables de comités
10. Bilan du plan d'action
11. Rapport de la trésorerie
 - 11.1 Présentation et réception du rapport financier sectoriel 2020-2021
 - 11.2 Présentation et dépôt de l'état des produits et charges 2020-2022 (30 avril 2022)
12. Présentation des artistes et des artisans
13. Élections au conseil sectoriel : 1^{ère} vice-présidence, 1^{ère} conseillère et trésorerie,
Poste à combler : 2^e conseiller/ère
14. Délégation au Congrès de l'AREQ 2023
15. Résolution pour signatures de chèques et autres effets bancaires
16. Résultat du vote « Coup de cœur » et remise des prix
17. Autres sujets
18. Tirage des prix de présence
19. Levée de l'assemblée
20. Activité

Montmagny, avril 2022

Élise Melanson, présidente au Conseil sectoriel
sectoriel

Lise Bélanger, secrétaire au Conseil

- **Inscription** auprès d'Élise Melanson et/ou lors de la chaîne téléphonique
- **Par courriel** : melaelis@hotmail.com
- **418-359-2105 rés ou 418-248-6949**

Horaire de la rencontre sectorielle

- 9 h 30 Accueil et inscription
- 10 h 00 Assemblée générale sectorielle
- 12 h 00 **Dîner (GRATUIT)**
- 13 h 30 Conférencière : Amélie Bleau « Sexplique » La référence en éducation et en santé sexuelle

Sujet : La sexualité en contexte de vieillissement

<https://sexplique.org/>

Autres liens utiles

L'AREQ offre 8 sessions de yoga virtuel à ses membres pour les 55 ans et plus : Du yoga adapté à notre réalité! Inscrivez-vous!

<https://areq.lacsq.org/lareq-offre-des-sessions-gratuites-de-yoga-a-ses-membres-avec-55-yoga/2022/03/>

Site de l'AREQ : Prenez l'habitude de le consulter!

<https://areq.lacsq.org/>

Infolettre : inscrivez-vous à l'infolettre de l'AREQ afin d'être au fait des dernières nouvelles et/ou activités à venir!

<https://areq.lacsq.org/newsletter-2/>

Enfin! À la demande de l'AREQ, auront lieu le 3 mai prochain, les états généraux sur les conditions de vie des aînés.

<https://areq.lacsq.org/11470-2/2022/03/>

<https://coalitiondigniteaines.quebec/>

J'ai toujours su

**QUE JE
VIEILLIRAI.**

La vitesse à laquelle ça m'est arrivé a été une petite surprise cependant.



Au printemps, les québécois sont tellement tannés de l'hiver, qu'ils essaient de manger les derniers bancs de neige en mettant du sirop d'érable dessus !!

-Boucar Diouf





**Québec-Chaudière-Appalaches
A2122-AGR-OJ-01**

L'AREQ a pour mission de promouvoir et de défendre les intérêts et les droits culturels, sociaux, économiques et environnementaux de ses membres et des personnes âgées et de contribuer à la réalisation d'une société égalitaire, démocratique, solidaire et pacifiste. L'AREQ souscrit au principe d'égalité de droit et de fait entre les femmes et les hommes.

CONVOCATION

32^e Assemblée générale des membres de
l'AREQ Région 03 Québec-Chaudière-Appalaches

Date : le mercredi 25 mai 2022

Heure : 9 h 30

Les membres de l'AREQ Région 03 Québec-Chaudière-Appalaches sont convoqués à l'Assemblée générale régionale de l'Association qui aura lieu le mercredi 25 mai 2022 à l'Hôtel-Québec situé au 3115, avenue des Hôtels, Québec, QC

SVP Apportez votre carte de membre

PROJET D'ORDRE DU JOUR

- 1- Ouverture et mot de bienvenue
- 2- Nomination de la présidence d'assemblée
- 3- Adoption de l'ordre du jour de la 32^e Assemblée générale A2122-AGR-OJ-01
- 4- Adoption du procès-verbal de la 31^e Assemblée générale A2021-AGR-PV-01
- 5- Présentation et mot d'une représentante du Conseil exécutif national
- 6- Rapport de la présidente et des responsables de comités
- 7- Rapport de la trésorière
 - 7.01 Présentation et dépôt du rapport financier régional 2020-2021
 - 7.02 Présentation et adoption de l'état des produits et charges 2021-2022
- 8- Élections (s'il y a lieu)
- 9- Présentation des artistes et tirage de reconnaissance
- 10- Tirage des prix de présence
- 11- Levée de l'assemblée

Michelle Breton, secrétaire

Carole Pedneault, présidente



**Assemblée générale de la Fondation
Laure-Gaudreault
Région Québec-Chaudière-Appalaches
À l'Hôtel Québec
Le 25 mai 2022, heure à déterminer**

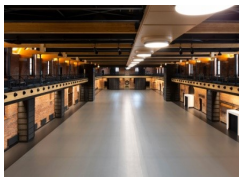
Projet d'ordre du jour

1. Mot de bienvenue de la Présidente
2. Nomination de la présidence d'assemblée et
au secrétariat d'assemblée
3. Nomination de la Présidence d'élection et au secrétariat
d'élection
4. Adoption de l'ordre du jour
5. Adoption du procès-verbal du 24 mai 2021
6. Rapport de la présidence de la Fondation Laure-Gaudreault
7. Bilan financier de 2021.
11. Élections :
 - Conseillère ou conseiller (publiciste)
12. Mot de Robert Gaulin, président national
13. Période de questions
14. Levée de l'assemblée

Pierrette Simoneau, présidente

Toujours en action 2022

Dans le cadre de *Toujours en Action*, malgré certaines contraintes de la pandémie, votre AREQ Pascal-Taché vous propose cette année une visite du **Manège militaire Voltigeurs de Québec** ou le cercle de la Garnison (seul club privé à Québec) selon la disponibilité et de celle du **Morrin Center**. Situés au coeur du Vieux-Québec, ces lieux commémorent notre histoire. (Le port du masque est requis)



ou



Notre journée commencera par la visite du manège qui est le seul bâtiment militaire au Canada à avoir été reconnu lieu historique national ou du cercle de la Garnison si le manège n'est pas disponible.

Pour le dîner, nous nous rendrons à pied au parlement de Québec pour prendre le repas au restaurant **Le Parlementaire**. (5 à 6 minutes de marche environ)

Après le repas, nous nous dirigerons vers le Morrin Center, à pied. (5 à 6 minutes de marche environ)



Le Morrin Center a abrité une prison et fût un lieu de pendaison pendant deux siècles. Il fût également la première institution d'enseignement supérieur de langue anglaise à Québec. L'édifice abrite aujourd'hui l'une des plus belles bibliothèques au monde qui contient une collection de bijoux littéraires remontant jusqu'au 16e siècle.



Voilà des lieux historiques peu connus que nous comptons découvrir...

L'activité aura lieu **le mercredi 8 juin 2022**, peu importe la température.

La priorité sera donnée aux personnes membres de l'AREQ.

Le **coût** demandé est de **75.00\$** pour les membres et de **90.00\$** pour les non-membres et les ami(e)s

NOTE : Le coût pourra être ajusté selon le nombre de personnes permis dans l'autobus...

Bien sûr, ce coût comprend le transport, les visites, les pourboires et le dîner. Rien ne sera demandé en surplus.

Jusqu'au 30 avril 2022, seuls les membres peuvent s'inscrire, préférablement par courriel (nicolehu@globetrotter.net) ou à défaut, par **téléphone**, auprès de Huguette Nicole au numéro 248-3190.

Après cette date, les non-membres et les ami(e)s pourront s'inscrire également.

L'inscription deviendra officielle et sera confirmée sur **réception du chèque**, libellé à **l'AREQ Pascal-Taché**, chez Huguette Nicole, 70 avenue des Érables, Montmagny, QC G5V 2E2.

L'inscription des non-membres (amis ou accompagnateurs), s'il reste des places disponibles, doit se faire du 30 avril au 15 mai.

Les inscriptions seront notées jusqu'à la fin des disponibilités de sièges (**56 selon le nombre de personnes permis dans l'autobus et le port du masque est requis**) et, comme toujours, les premières arrivées seront les premières retenues.

Note : Pour entrer au parlement, on nous demande **la liste des personnes ainsi que leur date de naissance que vous donnerez avec l'inscription**. Merci!

Le voyage pourra être annulé en cas d'une trop faible participation ou de nouvelles directives (nous interdisant les regroupements et les déplacements) concernant la pandémie.

Heures de départ :
 7 h 30 La Pocatière, au Carrefour
 8 h 00 Saint-Jean-Port-Joli, Garage Shell
 8 h 30 Montmagny, Canadien Tire et arrêt à Lévis, à L'Oiselière à 9h