

Secteur 03-C Pascal-Taché

Ex-Tension



À vous, membres du secteur Pascal-Taché, je dis un gros MERCI pour la confiance que vous m'avez témoignée au cours de ces deux mandats à la présidence. Ces années m'ont permis de vivre plusieurs expériences enrichissantes et j'en garderai de précieux souvenirs.

Mon implication au Conseil sectoriel a débuté en 2016, au poste de secrétaire. La présidence est arrivée inopinément et si j'ai pu remplir ce rôle avec enthousiasme, c'est en grande partie avec le soutien des membres du Conseil sectoriel en place. Merci également aux responsables de cellule et leur équipe, elles contribuent grandement à la vie du secteur. Je ne peux passer sous silence le soutien des anciennes présidences, Rita Lapointe et Clermont Morneau. Merci à Lise Bélanger et Bernard Blanchet qui continuent d'œuvrer pour le secteur en qualité de consultants.

Mes deux mandats sont terminés et, au moment présent, personne n'est disponible pour assurer la relève, ce qui m'attriste et m'inquiète énormément. J'ose espérer que l'avenir de notre secteur ne soit pas en danger de fermeture. Le plaisir des membres à se retrouver lors des activités ne doit pas disparaître.

Au début de mon premier mandat, la pandémie nous a fait vivre des situations que nous ne pensions jamais avoir à affronter. Tout est devenu plus cher, plus compliqué, et ce, dans différentes sphères de notre société. Le Conseil sectoriel a œuvré au mieux pour atténuer les conséquences de cette situation. Nous avons dû prendre des mesures, pas toujours faciles, afin de conserver une bonne santé financière. Le Conseil sectoriel et moi-même sommes fiers de nos réalisations. Toujours faire de son mieux, jamais moins!

Je termine en vous invitant à participer en grand nombre à l'Assemblée générale sectorielle du vendredi 17 avril prochain. Au plaisir de vous y rencontrer!

**« Ne demande pas ce que ton pays peut faire pour toi,
demande ce que tu peux faire pour ton pays. »**
(John F. Kennedy)

Nouveauté
INSCRIPTIONS

Voir à la page 23



LES RESPONSABLES DES COMITÉS (SECTEUR)

| | |
|----------------------------|------------------|
| Assurances | Bernard Blanchet |
| Condition des femmes | Georgette Roy |
| Condition des hommes | |
| Environnement | Marlène Fournier |
| Fondation Laure-Gaudreault | |
| Retraite | Bernard Blanchet |
| Sociopolitique | Élise Melanson |



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 | |
| L'Islet-Sud | Membres en alternance |
| Montmagny-Nord | Lise Bélanger |
| Montmagny-Sud | Ghislaine Lord |

| | | |
|-----------------------------|--------------------------------|-------------|
| Correction et révision | Lise Bélanger | Claire Guay |
| | Jeannine Lepage | |
| Cueillette des informations | Élise Melanson | |
| Mise sous enveloppe | Françoise Boulet et son équipe | |
| Poste | Ginette Dubé | |
| Mise en page et conception | Diane Meilleur | |

LE CONSEIL SECTORIEL

| | | |
|----------------------|--------------------|--|
| Élise Melanson | présidente | 418 359-2105 rés. 418 248-6949 cel. |
| Georgette Roy | 1ère v. prés. | 418 248-2319 |
| Marlène Fournier | 2e v. prés. | 418 248-2003 rés. 418 241-9541 cel. |
| France Chouinard | secrétaire | 418 359-3072 |
| Huguette Nicole. | trésorière intérim | 418 248-3190 |
| Marie-Claude Mercier | 1ère conseillère | 514 972-5872 |
| | 2e conseillère | |

LES RESPONSABLES DES CELLULES

| | | |
|----------------|----------------------|--------------|
| La Pocatière | Alberte Michaud | 418 856-2985 |
| | Ghislaine Guignard | 418 856-4518 |
| L'Islet-Sud | Marie-Claude Mercier | 514 972-5872 |
| L'Islet-Nord | | |
| Montmagny-Nord | Françoise Boulet | 418 248-3646 |
| | Pauline Forgues | 418 248-1532 |
| Montmagny-Sud | Lucie Talbot | |
| | Chaîne téléphonique | 418 469-2210 |

PROCHAIN JOURNAL

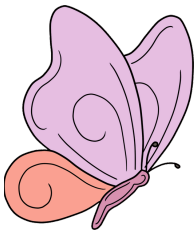
Août 2026

Photocopie **Maryse Bélanger**

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

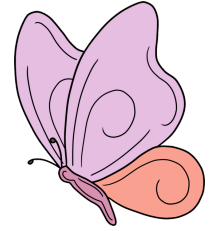
SOMMAIRE

| | | | | | |
|-------------------------------|---|-------------------------------------|----|---------------------------------------|----|
| Mot de la présidente | 1 | Collecte de sang Héma Québec.... | 9 | Sécurité..... | 17 |
| Renseignements | 2 | Salon des loisirs créatifs..... | 10 | Sites à consulter..... | 17 |
| Mot du président régional.... | 3 | Novum..... | 10 | Changement au dossier..... | 18 |
| Cellule La Pocatière | 4 | Bourses de l'AREQ..... | 11 | Décès | 19 |
| Cellule Montmagny N/S | 4 | Assemblée Générale Sectorielle..... | 12 | Photos Noël cellule l'Islet Sud.. | 20 |
| Cellule L'Islet Sud | 4 | Conférence..... | 13 | Photos St-Valentin Cel. l'Islet S. | 21 |
| Condition des femmes | 5 | Invitation exposition AGS..... | 13 | Activités cellule L'Islet-Sud | 22 |
| Assurances et Retraite..... | 5 | Assemblée générale de l'AREQ.... | 14 | Activités cellule La Pocatière ... | 22 |
| Sociopolitique..... | 6 | Fondation Laure-Gaudreault..... | 15 | Activités cell. Montmagny N/S ... | 22 |
| Jour de la terre..... | 7 | FLG Tirage Moitié-Moitié..... | 15 | Inscription aux activités secteur ... | 23 |
| Fête des bénévoles..... | 8 | Journal Ex-Tension en couleurs..... | 16 | Inscription Assemblée Gén. Sec.. | 23 |
| Pause santé..... | 8 | Déménagement, nouvelle adresse...16 | | Présentation de candidature..... | 24 |
| Concours de poésie..... | 9 | | | | |



Président régional

Réjean Lemelin



Après avoir passé du bon temps avec la famille et les amis, les mois qui suivent la période des fêtes peuvent parfois nous sembler un peu calmes. C'est le moment idéal pour participer aux activités de l'AREQ et l'occasion de rencontrer des collègues de travail ou de nouvelles personnes partageant les mêmes valeurs que nous. Ces événements sont l'occasion de s'informer, de se mobiliser, d'élargir notre compréhension des enjeux actuels et de s'engager dans des actions concrètes.

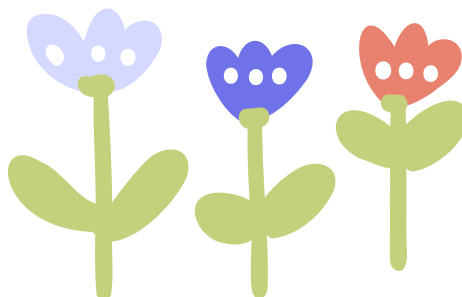
Cela signifie également que, dans moins de six mois, se tiendra le prochain congrès de l'AREQ. À partir de maintenant, nous devons nous concentrer sur les préparatifs de nos membres délégués. Nous discuterons des modifications importantes aux Statuts et Règlements ainsi qu'aux orientations à donner à notre Association pour mieux répondre aux besoins actuels de nos membres.

Pour le triennat 2026-2029, ces orientations devront renforcer notre impact et notre présence dans la société. De plus, la relève aux différents postes de responsabilités sectorielles et régionales devient prioritaire, car plusieurs d'entre-nous serons en fin de mandat. Il est important d'assurer une transition fluide pour la continuité de notre mission. Nous invitons tous les membres intéressés à s'impliquer et à apporter leur énergie et leurs idées nouvelles.

En fait, qu'est-ce qu'on attend vraiment de notre organisation? On parle souvent de changement, mais est-ce qu'on est prêt à l'encaisser? Imaginez un peu la relève qui débarque avec des idées toutes fraîches et des perspectives nouvelles. Ça peut faire peur, mais c'est aussi super excitant, non? Allez, on se lance dans cette aventure? C'est le moment ou jamais de redéfinir ensemble ce que l'on veut vraiment pour notre avenir et celui de l'AREQ.

Bonne réflexion.

Réjean



Québec-Chaudière-Appalaches



CELLULE LA POCATIÈRE

Alberte Michaud et Ghislaine Guignard : responsables

418 856-2985 418 856-4518 ulevesque@videotron.ca



Bonjour à vous tous!

Le printemps est à notre porte. Nous nous joignons à Jacques Brel pour vous offrir nos souhaits :

Je vous souhaite des rêves à n'en plus finir et l'envie furieuse d'en réaliser quelques-uns.

Je vous souhaite d'aimer ce qu'il faut aimer et d'oublier ce qu'il faut oublier.

Je vous souhaite des passions.

Je vous souhaite des silences.

Je vous souhaite des chants d'oiseaux au réveil et des rires d'enfants.

Je vous souhaite de respecter les différences des autres parce que le mérite et la valeur de chacun sont souvent à découvrir.

Je vous souhaite surtout d'être vous, fier de l'être et heureux, car le bonheur est notre destin véritable.



Avec tous ces bons souhaits, vous êtes aussi assurés de passer un bel été.

Au plaisir de se rencontrer prochainement au local de la Fadoq de La Pocatière,

le mercredi 25 mars à 11 h 30, pour déguster un bon dîner « cabane à sucre ».

Membres de la Cellule de La Pocatière, nous vous rejoindrons au moyen de notre chaîne téléphonique.

Cordiale bienvenue à tous!



CELLULE MONTMAGNY-NORD-SUD

Françoise Boulet et Pauline Forgues : responsables

418 248-3646 paufor@telus.net 418 248-1532

Le mardi 2 décembre 2025, 62 convives se sont rencontrés à L'Oiselière pour un excellent repas de circonstance. L'ambiance de Noël nous enveloppait. L'équipe de Françoise et Pauline ont su apporter un cachet festif à cette occasion. Le plaisir de se rassembler et de partager des nouvelles de chacune et chacun contribuait à l'esprit convivial de cette rencontre.

Quelle joie de fêter Noël avec nos amis de l'AREQ!

Nous sommes très reconnaissants à nos responsables de nous faire vivre ces agréables moments.

Lise Bélanger



CELLULE L'ISLET-SUD

Marie-Claude Mercier : responsable

514 972-5872 merciermc63@gmail.com

Nous devons nous rencontrer au restaurant Le Jasmin de Tourville, le mercredi 8 avril prochain.

Le restaurant fermera ses portes le dimanche 29 mars 2026 pour des rénovations, la réouverture étant prévue seulement en juin.

La rencontre prévue le **8 avril 2026** aura donc lieu au :

Club de l'Âge d'Or à Sainte-Perpétue (8, rue des Trembles), à 11 h 30.



Comité des femmes

Il est beaucoup question des difficultés d'accès au logement dans les médias. Les femmes sont-elles plus touchées que les hommes? Le Conseil du statut de la femme s'est penché sur la question.

<https://csf.gouv.qc.ca/portrait-des-quebecoises/03-logement/>

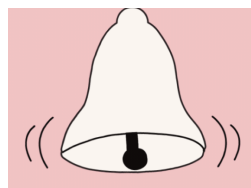
Dans le prochain journal, il y aura un retour sur la **Journée internationale des femmes** qui aura eu lieu le **6 mars 2026** à l'Hôtel Québec.



CAMPAGNE D'ADHÉSION À L'AREQ ET À ASSUREQ

| | |
|--|--|
| <p>À qui s'adresse cette campagne?</p> | <p>Toutes les personnes retraitées ayant déjà été membres d'un syndicat affilié à la CSQ, mais n'ayant pas adhéré à l'AREQ ou à ASSUREQ.</p> |
| <p>Quand cette campagne?</p> | <p>Entre le 1er janvier et le 31 mai 2026</p> |
| <p>Quels avantages?</p> | <p>La possibilité unique d'adhérer à l'AREQ ou à ASSUREQ et au régime Santé ou Santé Plus.</p> |

Voici 5 bonnes raisons d'adhérer à ASSUREQ :



1. Adhésion sans preuve de bonne santé
2. Prime fixe qui n'augmente pas avec l'âge
3. Assurance voyage couvrant jusqu'à 6 mois consécutifs
4. Assurance valide votre vie durant
5. Maintien de l'assurance pour la personne conjointe survivante

Cette offre est d'une durée limitée.

Propagez la bonne nouvelle dans votre entourage!

Pour plus d'informations, communiquez avec l'AREQ nationale :

Téléphone : 418 525-0611 1 800 663-2408 info@areq.lacsq.org

Source : PPT de la formation – Auteure, Johanne Freire, AREQ



Au moment d'écrire ces lignes, tout bouge beaucoup et rapidement dans l'actualité. Difficile de contenir en une page les informations complètes qui nous touchent de près ou de loin. Voici donc quelques suggestions.

Je vous invite à vous inscrire à **l'Infolettre de l'AREQ** afin de rester informés sur les sujets qui vous intéressent. Cela vous permettra de constater les actions entreprises par votre association pour faire avancer les causes qui nous tiennent à cœur, nous, les membres de l'AREQ.

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

Table de Concertation des Aînés Chaudière-Appalaches :

La Table de concertation fournit également une multitude de renseignements, d'adresses utiles et d'invitations à des conférences sur des sujets qui concernent les personnes âgées.

<https://tabledesainesca.com/>

Vieillir chez soi et soutien à domicile :

Le plus grand souhait des personnes âgées est de rester chez soi le plus longtemps possible, de là l'importance du soutien à domicile. Une conférence sur le sujet a eu lieu le 29 janvier dernier avec la ministre Sonia Bélanger pour présenter la politique nationale du soutien à domicile:

https://www.facebook.com/watch/live/?ref=watch_permalink&v=1373775177388676

(Avancer à 20.10 pour le début de la conférence)

Accès aux documents :

<https://publications.msss.gouv.qc.ca/msss/document-003983/>

Novum : Comprendre les RPA dans le cadre du louage résidentiel

<https://www.youtube.com/watch?v=GDeec97LEFo&list=PLMVuKRUIpLbLUS0AMx1ltBZXVpEgNMikm&t=9s>

Course des régions : Visionner les courts métrages par internet.

N'oubliez pas de voter pour vos coups de cœur! Vous aurez besoin de votre numéro d'adhérent à l'AREQ.

<https://areq.lacsq.org/course-des-regions/>

Restez alertes! Utilisez plusieurs sources d'informations!

Journée régionale environnement : Jour de la Terre Le mercredi 22 avril 2026

L'Hôtel Québec, 3115, avenue des Hôtels, Québec, G1W 3Z6 🌿

Nous vous invitons à assister à deux conférences qui sauront vraiment vous intéresser. Vous pourrez entendre des conférencières dynamiques et engagées qui sauront vous donner espoir pour un monde meilleur.

9 h : Ouverture des inscriptions

9 h 45 : Mot de bienvenue

10 h : Conférence par Marie-Claude Roy de Québec'ERE ayant pour sujet *Moi, je ne contamine pas!* avec l'approche d'un contrat d'engagement pour poser un geste concret.



D'où vient l'eau que nous utilisons chaque jour et que devient-elle après son passage dans nos maisons? La conférencière nous convie à réfléchir à notre consommation d'eau et à mieux comprendre les répercussions de l'usage de polluants sur l'environnement. À travers les échanges, nous serons amenés à porter un regard plus conscient sur les produits domestiques que nous utilisons dans nos activités quotidiennes, à la maison comme dans nos loisirs, afin d'adopter des gestes plus responsables pour la préservation de cette ressource essentielle.

10 h 45 : Pause

11 h : Suite de la conférence, échanges et remerciements

12 h : Dîner

13 h : Conférence par Véronick Raymond : *Les enjeux de la mode sur l'environnement*



Véronick Raymond a un parcours atypique qui la rend inclassable. Professionnelle des arts de la scène et des médias, elle fait présentement une maîtrise en bioéthique à l'École de santé publique de l'Université de Montréal. Elle donne également des conférences sur des enjeux sociaux et des formations en communication. Elle dirige bénévolement le *Festival Ciel d'août*, dans les Laurentides, événement qui célèbre le patrimoine naturel et immatériel, dont les pratiques artisanales textiles. Enfin, elle présente chaque semaine une chronique scientifique au magazine radio *Moteur de recherche* sur ICI Radio-Canada Première et tient la chronique Coup d'œil techno au

magazine télé *Ça me regarde* sur AMI-Télé.

Sa conférence touchera les enjeux environnementaux reliés à la mode, notamment l'exploitation humaine dans l'industrie textile, la surproduction vestimentaire, l'utilisation de fibres et de produits toxiques dans la fabrication des vêtements. Elle abordera aussi la disposition des textiles, présentera les mouvements sociaux pour une mode durable et les pistes de solution, dont l'utilisation de fibres d'asclépiade. Enfin, Mme Raymond fera un lien avec nos anciennes pratiques de récupération des textiles qui étaient au cœur des pratiques artisanales.

INSCRIPTION DATE LIMITE: le 10 avril 2026

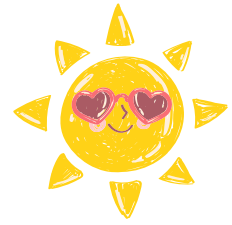
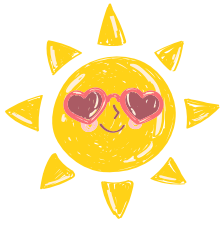
25 \$ pour les membres (**défrayé** par le secteur)—45 \$ pour les non membres

S'inscrire auprès de :

Marlène Fournier, responsable du comité environnement

418 248-2003 r ou 418 241-9541 c

fourniermarlene802@gmail.com



À chaque année, pour les remercier de leur implication, les membres du Conseil sectoriel invitent les bénévoles du secteur à un dîner gratuit. Un cadeau souvenir leur est remis à cette occasion.

20 mai 2026 pour 11 heures à l'Oiselière de Montmagny,
salle La Bernache

Il nous fera plaisir de vous accueillir!

N.B. Chaque bénévole sera rejoint·e par la chaîne téléphonique afin de confirmer votre présence.

Si toi, tu as le goût de t'impliquer! Communique avec un membre du Conseil sectoriel et nous pourrions certainement trouver une forme de bénévolat qui pourrait te convenir!



Mars mois de la nutrition

Plusieurs aspects sont à considérer pour maintenir une bonne santé. L'alimentation est une source importante à ne pas négliger pour préserver notre santé. Une alimentation riche en calcium et en vitamine D, consommer de l'alcool avec modération, limiter la consommation de caféine et surtout, bouger, ce sont tous là des éléments importants dans notre quotidien.

Voici un lien intéressant à consulter sur l'importance du calcium : (copier ce lien dans la barre d'adresse)

<chrome-extension://efaidnbmnnnibpcajpcglclefindmkaj/https://www.ciuss-capitalenationale.gouv.qc.ca/sites/d8/files/docs/SantePublique/VivreSante/Calcium-atout-vieillir-sante.pdf>

Vaccin contre le zona

VACCINATION

Le programme de vaccination contre le **zona** est désormais offert gratuitement aux personnes de 71 ans ou plus. Vous trouverez l'historique du vaccin sur le site de l'AREQ. Voici le lien pour plus d'informations sur ce vaccin et pour prise de rendez-vous :

<https://www.quebec.ca/sante/conseils-et-prevention/vaccination/programme-vaccination-contre-zona>

Concours de poésie

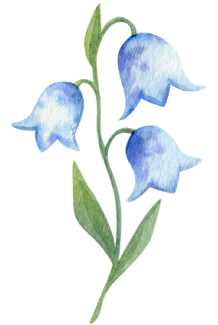
Depuis quelques années, le secteur Des-Deux-Rives organise un concours de poésie parmi ses membres. Ceux-ci apprécient d'y participer, ce qui permet de titiller leur fibre créative. Pour son édition 2026, nous ouvrons cordialement la participation à l'ensemble des membres de la région 03.

Les poètes en herbe ou plus expérimentés sont invités à envoyer leurs œuvres (limite de 2 par personne) au plus tard le **1er octobre 2026**, à la présidente du secteur, madame Huguette Lamontagne, athena1@bell.net.

Un comité se réunira pour analyser les poèmes et déterminer les textes gagnants. Les trois premières positions se mériteront respectivement 100 \$, 75 \$ et 50 \$. Selon le nombre d'œuvres soumises, un ou des prix de participation seront tirés au hasard. Les personnes gagnantes verront leur poème publié dans le numéro de décembre du bulletin de l'AREQ 03D.

Participez en très grand nombre!

Huguette Lamontagne, présidente du secteur Des-Deux-Rives



HémaQuébec

COLLECTE DE SANG

16 AVRIL 2025

Pavillon communautaire Espace citoyen
48 avenue du Bassin Nord, Montmagny

Depuis quelques années déjà, l'AREQ Pascal-Taché se joint à Héma-Québec pour une collecte de sang.

Nous aurons besoin d'une équipe :
de 8 bénévoles en après-midi 13 h à 16 h
et une autre équipe en soirée 16 h à 21 h.

Pour vous inscrire comme bénévole, communiquez avec moi :

Élise Melanson
418 359-2105 r
418 248-6949 c
melaelis@hotmail.com



**Héma
Québec**

SANG et PLASMA
LAIT MATERNEL
CELLULES SOUCHES
TISSUS HUMAINS

FAIRE UN DON SAUVE DES VIES !

Prendre un rendez-vous

Téléphone : 1 800 343-7264

Internet : [Prendre rendez-vous](#) | [Héma-Québec](#)



SALON DES LOISIRS CRÉATIFS 2026

Édifice Gérard-Dumont
344 rue Thomas-Wilson Pintendre

Le 11 avril de 12 h à 17 h

Le 12 avril de 10 h à 16 h

Aquarelle, artisanat, bijoux, broderie, cartes, CD, couture, courtepointes, dentelle, livres, peinture sur toile ou autres supports, photos, pierres polies, produits de l'érable, sculpture, statuettes de tissu, timbres, tricot, vitrail... et autres disciplines artistiques...

Vente de plantes, livres usagés et graines au profit de la Fondation Laure-Gaudreault.

Prix de participation pour les visiteurs
Entrée gratuite

Organisé par :

Secteur 03G Louis-Fréchette



Confirmer votre participation comme exposant avant le 21 mars et joindre :

Chèque de 30 \$ à l'ordre de : **AREQ 03G**

Poste: Christine Fortin

42 Thomas Chapais

Lévis QC G6W 7L4

Tél : 418 833-8159

Courriel : cricrifor@hotmail.com



NOVUM est un service de consultations juridiques gratuit et illimité pour les membres de l'AREQ ainsi qu'un service de représentation pour des litiges en lien avec un bail de logement résidentiel et concernant le vol d'identité ou de fraude.

Pour plus d'information, consulter la page Web : droit familial, droit civique et immigration; application pour les plateformes Android et Apple; coordonnées du service.

Voir les liens sur notre site : <https://pascaltache.areq.lacsq.org/>

Lors du **webinaire Personnes âgées : comprendre les RPA dans le cadre du louage résidentiel** du lundi 2 février dernier, Me Amina Kebli de **NOVUM** a présenté les particularités du droit du logement applicables aux résidences privées pour aînés (RPA) : le bail, les services inclus, le loyer, les règles encadrant les procédures d'expulsion et d'éviction, les situations liées au handicap ou au décès d'une résidente, d'un résident.



Lien pour le webinaire **disponible jusqu'au 3 mai 2026**:

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

Mario Cloutier, responsable du site internet



Les Bourses de l'AREQ pour le soutien à la formation 2023-2026

| | |
|-------------------------------------|---|
| <p>Présentation générale</p> | <p>Les bourses de l'AREQ pour le soutien à la formation ont été créées en juin 2011, dans la foulée du 50e anniversaire de l'Association. Les bourses sont décernées dans les dix régions de l'AREQ, en rotation, sur une base triennale</p> |
| <p>Personnes admissibles</p> | <p>Le programme de bourses s'adresse <u>aux membres réguliers</u> de l'AREQ ainsi qu'à <u>leurs enfants ou petits-enfants</u> (à condition qu'ils soient âgés d'au moins 12 ans). Les candidates et candidats doivent être inscrits à un programme d'études offert par :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Une institution publique reconnue par le ministère de l'Éducation (MEQ) • Un organisme d'éducation populaire reconnu par le MEQ, par le ministère de la Santé et des Services sociaux (MSSS) ou par le ministère de l'Emploi et de la Solidarité (MESS) |
| <p>Bourses décernées</p> | <p>Dans chaque région, la somme de 1 200 \$ est répartie également entre les récipiendaires. Cependant, les bourses sont d'un minimum de 300 \$ et d'un maximum de 500 \$.</p> |

Rappel



DOSSIER DE PARTICIPATION

- Les candidates et candidats doivent remplir un formulaire de mise en candidature.
- Fournir un document officiel de l'établissement scolaire ou de l'organisme d'éducation populaire attestant l'inscription à ladite formation.
- Le formulaire et le document d'attestation doivent être acheminés à l'attention de la personne présidente de secteur de l'AREQ entre le **15 janvier et le 1er avril 2026**.
- Sur le site de l'AREQ, vous trouverez les informations complètes en cliquant sur le lien suivant

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

Faire parvenir votre formulaire : **Élise Melanson, présidente**
 418 359-2105 r
 418 248-6949 c
melaelis@hotmail.com





Québec-Chaudière-Appalaches

Secteur 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.

A2526 AGS OJ 01

Assemblée générale sectorielle

Région 03C Secteur Pascal-Taché

Date : **Vendredi le 17 avril 2026 à 9 heures 30**

Les membres de l'AREQ, secteur Pascal-Taché, Région 03-C, sont convoqués à l'Assemblée Générale sectorielle qui aura lieu le 17 avril 2026, à l'Hôtel l'Oiselière, 105 Chemin des Poirier, Montmagny, QC G5V 3E7

Apportez votre carte de membre.

PROJET D'ORDRE DU JOUR

1. Mot de bienvenue
2. Nomination de la présidence d'assemblée
3. Présentation et adoption de l'ordre du jour de l'Assemblée générale A2526 AGS OJ 01
4. Nomination à la présidence d'élection et nomination au secrétariat d'élection
5. Message du président d'élection
6. Nomination de deux scrutateurs ou scrutatrices
7. Présentation et adoption du procès-verbal de l'Assemblée générale du 6 mai 2025
8. Rapport de la présidence sectorielle
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 2024-2025
 - 11.2 Présentation et dépôt de l'état des états financiers en date du 31 mars 2026
12. Présentation des artistes et des artisans
13. Élections au conseil sectoriel : présidence, trésorerie (poste à combler), 2e vice-présidence, secrétariat, 2e conseiller-ère
14. Délégation au Congrès de l'AREQ 2026
15. Résolution pour signatures de chèques et autres effets bancaires
16. Reconnaissance
17. Mot du président régional
18. Autres sujets
 - 18.1 _____
 - 18.2 _____
19. Résultat du vote « Coup de cœur » et remise des prix
20. Tirage des prix de présence
21. Levée de l'assemblée



Élise Melanson

Élise Melanson, présidente

France Chouinard

France Chouinard, secrétaire

CONFÉRENCE : L'INTELLIGENCE ARTIFICIELLE AU SERVICE DES AÎNÉS



SAMUEL LABRECQUE, Conseiller aux dossiers sociaux

Originaire de l'Estrie, Samuel Labrecque occupe la fonction de conseiller aux dossiers sociaux à l'AREQ, lesquels traitent notamment des enjeux liés à l'avenir du système de santé public, à l'hébergement des personnes âgées, au soutien à domicile et aux politiques gouvernementales touchant les personnes âgées.

De 2012 à 2014, à titre d'attaché politique au cabinet de l'ex-ministre de la Santé et des Services sociaux, Réjean Hébert, il a piloté le projet de politique d'assurance autonomie et contribué à l'élaboration de la politique Vieillir et vivre ensemble.

Samuel a été conseiller en communication à l'AREQ de 2017 à 2022. Durant la pandémie, il a pris une pause de deux mois pour participer au programme **Je Contribue** afin de travailler à temps complet comme préposé aux bénéficiaires au CHSLD Le Faubourg, à Québec.

INVITATION AUX ARTISTES EXPOSITION AGS

Soutien aux arts : Tous les artistes, artisans et artisanes du secteur peuvent présenter une œuvre lors de l'assemblée générale sectorielle. Un montant de 25,00\$ sera offert à chaque artiste membre du secteur, artisans et artisanes qui présenteront une oeuvre.

Les prix du « Coup de cœur » sont les suivants :

1er prix : 100,00 \$

2e prix : 75,00 \$

3e prix : 50,00 \$



Inscription auprès d'Élise Melanson ou lors de la chaîne téléphonique

Par courriel : melaelis@hotmail.com

418 359-2105 rés ou 418 248-6949 cel

Rencontre régionale (AGR)

Ceux qui présentent une œuvre pourront la conserver. La vente est interdite. Bien vouloir apporter votre chevalet, si nécessaire.

Chaque artiste recevra la somme de 100 \$.

Au plaisir d'admirer vos talents!

Une seule œuvre gagnante sera présentée lors de l'Assemblée générale régionale du 12 mai prochain et la présence du ou de la gagnante est obligatoire.



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.

A2526-AGR-OJ-01

CONVOCATION

36e Assemblée générale des membres de
l'AREQ Région Québec–Chaudière-Appalaches

Date : **le mardi 12 mai 2026**

Accueil : 9 h

AGR : 9 h 30

Les membres de l'AREQ Région Québec–Chaudière-Appalaches sont convoqués à l'Assemblée générale régionale de l'Association qui aura lieu à

l'Hôtel Québec, 3115 Avenue des Hôtels Québec G1W 3Z6

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. Présentation de la présidence d'élection (art.18.04)
4. Présentation et adoption de l'ordre du jour de la 36e Assemblée générale A2526-AGR-OJ-01
5. Présentation et adoption du procès-verbal de la 35e Assemblée générale A2425-AGR-PV-01
6. Réception du rapport de la présidence et des rapports des responsables de comités régionaux
7. Rapport de la trésorière
 - 7.1 Présentation et réception du rapport financier régional 2024-2025
 - 7.2 Présentation et réception du rapport régional 2025-2026 (au 30 avril 2026)
8. Nomination des personnes scrutatrices (art.18.04)
9. Élections (art 14.02 a et b)
10. État de réalisation et réception du plan d'action régional (art.14.02c)
11. Présentation et mot de la trésorière de l'AREQ (CSQ) et représentante politique de notre région
12. Présentation des artistes et remise des prix de participation
13. Prix de présence
14. Levée de l'assemblée
15. Repas

Huguette Lamontagne, secrétaire

Réjean Lemelin, président

2025 11 16



Assemblée générale annuelle

Ordre du jour

Région Québec-Chaudière-Appalache

L'Hôtel Québec, 3115, Avenue des Hôtels Québec G1W 3Z6

Le mardi 12 mai 2026 à 13 h

1. Mot de bienvenue de la présidente
2. Nomination de la présidence et au secrétariat d'assemblée
3. Nomination de la présidence et au secrétariat d'élection
4. Adoption de l'ordre du jour
5. Adoption du procès-verbal du 25 mai 2025
6. Rapport de la présidence de la Fondation Laure-Gaudreault
7. Bilan financier de 2025
8. Élections: présidence, trésorerie et secrétariat
9. Mot du président national
10. Période de questions
11. Levée de l'assemblée
12. Tirage-Partage et remise des chèques pour les bénéficiaires et remerciements



Marie Nadeau, présidente

FLG : TIRAGE MOITIÉ MOITIÉ

Notre tirage national est maintenant en ligne!

Vous pouvez maintenant cliquer sur le lien suivant, lequel vous mènera directement au tirage: <https://tirage.moitiemoitie.com/300>

Le règlement du tirage est accessible via ce même lien.

La participation à ce tirage ne donne pas droit à un reçu fiscal, mais la campagne " 35 \$ pour 35 ans " se poursuit sur notre site internet. La campagne générale 2026 y est aussi accessible pour les dons en ligne.

Pierre Lefèvre, président Fondation Laure-Gaudreault

Le journal Ex-Tension en couleurs !

Recevez votre journal plusieurs jours avant les autres! Adhérez à la réception par courriel. Vous aurez la possibilité de le lire plus rapidement! **En couleurs** ! Cette formule permet de grossir les caractères et les photos. On y voit mieux! 😊

Vous pouvez faire un essai en demandant de conserver la version papier et vous pourrez décider par la suite!



Vous avez le choix! Nous respectons ça!

Nous tentons de conserver les listes à jour, mais parfois, il y a des erreurs. Si vous recevez le journal dans un format qui ne vous convient pas, merci de communiquer avec moi et nous corrigerons la situation.

Pour tout changement, voici mes coordonnées!

Élise Melanson 418 359-2105 r, 418 248-6949 c

melaelis@hotmail.com

AJOUTER À

vos favoris

| | |
|---|---|
| Site de l'AREQ : Le site de votre association où vous découvrirez plein d'articles et des informations qui vous concernent. | https://areq.lacsq.org/ |
| Site de l'AREQ Pascal-Taché : Photos des dernières activités! | https://pascaltache.areq.lacsq.org/ |
| Infolettre AREQ : Une infolettre qui te tient au courant de ce que l'AREQ fait pour toi: Inscris-toi! | https://areq.lacsq.org/newsletter-2/ |
| Quoi de neuf? | https://areq.lacsq.org/ |
| Table de concertation des aînés (cliquer sur Bulletins) | https://tabledesainesca.com |

POUR TOUT CHANGEMENT : D'ADRESSE POSTALE, DE TÉLÉPHONE, DE COURRIEL

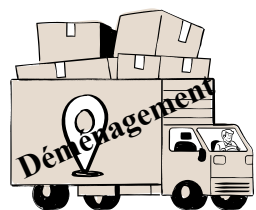
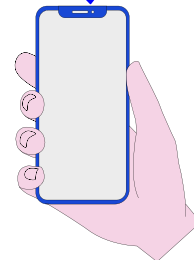


Communiquez directement avec l'AREQ nationale :
418 525-0611 ou 1 800 663-2408

info@areq.lacsq.org

ou vous pouvez vous-même effectuer les changements en cliquant sur le lien suivant :

<https://areq.lacsq.org/mise-a-jour-de-mon-profil/>



Vous pouvez également communiquer avec moi par courriel ou par téléphone :

Élise Melanson, présidente



418 359-2105 r

418 248-6949 c

melaelis@hotmail.com



Sécurité

| Nom | Téléphone | Nom | Téléphone |
|---|---|--|--|
|  <p>Aide Abus Aînés.es</p> | <p>1 888 489-2287 www.aideabusaines.ca</p> <p>Accessible partout au Québec, sans frais, tous les jours de 8h à 21h, 7 jours sur 7</p> |  <p>Canadian Anti-Fraud Centre CAFC Centre antifraude du Canada</p> | <p>Centre Antifraude DU CANADA 1 888 495-8501</p> |
|  <p>Info-Social</p> | <p>811 24 heures/24 7 jours/7</p> |  | <p>Un texto ou courriel qui semble frauduleux, transférez-le à: protection@desjardins.com 1 866 335-0338</p> |
|  <p>CAVAC CENTRE D'AIDE AUX VICTIMES D'ACTES CRIMINELS</p> | <p>Centre d'aide aux victimes d'actes criminels 1 866 532-2822</p> |  | <p>Si vous avez fourni des renseignements personnels et financiers : 1 800 465-7166</p> |
|  <p>SOS VIOLENCE CONJUGALE</p> | <p>1 800 363-9010</p> | <p>Parlons Suicide Partout au Canada et au Québec</p> | <p>https://988.ca/fr 1 833 456-4566 ou 988</p> |
|  <p>SUPRÊME DU QUÉBEC POLICE</p> | <p>Service de police 310 4141 *4141 avec cellulaire</p> |  <p>TransUnion</p> | <p>Si vous avez fourni des renseignements personnels et financiers : 1 877 713-3393</p> |

SITES À CONSULTER RÉGULIÈREMENT

Fraude ciblant les aînés.es, comment les reconnaître et réagir :

<https://publications.msss.gouv.qc.ca/msss/fichiers/2024/24-830-02W.pdf>

Fondation AGES :

<https://geriatricsociale.org/ressources/documents/>

La loi Françoise David, sur le logement :

https://areq.lacsq.org/wp-content/uploads/Comm-loi-Francoise-David_VF.pdf

Confier ses affaires à un proche tout en se protégeant :

<https://areq.lacsq.org/wp-content/uploads/AMF-prevention-maltraitance-2023FFF.pdf>

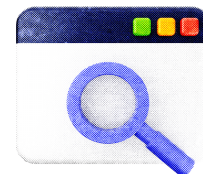
Bienveillance et bientraitance :

<https://www.demeter-sante.fr/2023/10/03/bientraitance-et-bienveillance/>

Santé Mentale Québec : <https://mouvementsmq.ca/>

Table de Concertation des Aînés de Chaudière-Appalaches

<https://tabledesainesca.com/>





Pour tout changement à votre dossier!

Ayez vos cartes et vos numéros de dossiers
lors des appels de même que
votre numéro d'adhérent à l'AREQ

| 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 |
| BÉNÉVA (SSQ) | 418 651-6962 1 888 833-6962 | www.beneva.ca/fr |
| CAN Assistance Assurance-voyage (Canadan-USA) | 1 800 465-2928 1 855 908-5056 | https://canassistance.com/assures |
| Les protections Résaut CSQ/La Personnelle | 1 888 476-8737 Réclamation : 1 866 776-8343 Service à la clientèle : 1 877 870-4973 | www.lapersonnelle.com |
| NOVUM Assistance juridique gratuite | 1 844 745-4714 | https://areq.lacsq.org/services-aux-membres/novum/ |

Décès

MEMBRES



Bouchard, Jeannette



FAMILLE DES MEMBRES

| | |
|----------------------|--|
| Angers, Père Raymond | Frère de Marie-Andrée Angers et beau-frère de Paul Bourgault |
| Bois, Francis | Beau-frère de Noëlla Ouellet |
| Bouchard, Murielle | Sœur de Pierrette Bouchard |
| Boutin, Diane | Belle-sœur d'Odette Sylvestre |
| Caron, Aubert | Époux de Reine-Aimée Normand |
| Chouinard, Hugues | Beau-frère de Jacqueline Pelletier |
| Fortin, Gisèle | Belle-sœur de Camille et Georges Masson |
| Fortin, Sylvie | Belle-sœur de Fernand Corriveau |
| Gaumond, Yves | Beau-frère de Jean-Guy Bolduc |
| Guimont, Mario | Beau-frère de Conrad Nicole |
| Leclerc, Julien | Frère de Laetitia Leclerc et beau-frère de Clermont Morneau et de Suzanne Gill |
| Lévesque, Danielle | Belle-sœur de Ginette Chouinard |
| Nadeau, Jacqueline | Belle-sœur de Monique Bérubé |
| Nadeau, Marius | Époux de Monique Bérubé et beau-frère d'Odette Bérubé |
| Nolet, Claude | Frère de Pauline Nolet et beau-frère de Côme Mathieu |
| Ouellet, Jean-Marc | Époux de Marcelle Arbour |
| Roy, Henriette | Sœur de Jacinthe Roy |
| St-Pierre, André | Beau-frère de Jocelyn Pelletier |
| Vaillancourt, Jeanne | Belle-sœur de Julie Chouinard |



Photos de la fête de Noël Cellule L'Islet-Sud
10 décembre 2025
Restaurant Le Jasmin, Tourville
<https://pascaltache.araq.lacsq.org/diner-de-noel-dans-lislet-sud/>





Photos de la fête de Saint-Valentin Cellule L'Islet-Sud



Activités Cellule l'Islet-Sud Marie-Claude Mercier 2026

merciermc63@gmail.com 514 972-5872

| | | | |
|-----------------------------|-----------------------------|--------------------|------------------------|
| Mercredi 8 avril | 11 h 30 Dîner des sucres | Club de l'Âge d'Or | Sainte-Perpétue |
| Mercredi 3 juin | 9 h 30 Déjeuner | Ô Sommet | Saint-Adalbert |

Advenant que ces dates et endroits ne soient pas disponibles, il peut y avoir des changements. Merci pour votre compréhension! Il y a toujours une chaîne téléphonique.

N.B. : Les conjoints.es sont toujours bienvenus.es

Activités Cellule La Pocatière Alberte et Ghislaine 2026

418 856-2985 418 856-4518

| | | | |
|-----------------------------|---------|---|---|
| Mercredi 25 mars | 11 h 30 | Dîner «Cabane à sucre» | Local de la FADOQ La Pocatière |
| Jeudi 11 juin | 11 h 30 | Dîner de fin d'année (Réserver avant 4 juin) | Club de Golf Saint-Pacôme |

Nous vous contacterons par votre chaîne téléphonique pour chaque dîner.
Réserver auprès d'Alberte Michaud 418 856-2985 ou par Courriel :

ulevesque@videotron.ca

N.B.: Tous les dîners sont le jeudi, sauf celui à déterminer en mars.

Tous nos dîners sont sur le menu du jour.

Activités Cellule Montmagny Nord-Sud Françoise et Pauline 2026

418 248-3646 418 248-1532

| | | | |
|-------------------------|-------------|--------------------------------------|--------------------------|
| Mardi 2 juin | 11 h à 14 h | Dîner Bla Bla Chaîne téléphonique | Bistro Lafontaine |
|-------------------------|-------------|--------------------------------------|--------------------------|

Merci pour votre précieuse collaboration
et au plaisir de vous rencontrer!

Afin de contourner le problème des inscriptions problématiques, le Conseil sectoriel a choisi **les inscriptions à l'avance par chèque ou par virement Interac**. Cette façon de procéder est en vigueur dans presque tous les secteurs de l'AREQ. Ces dispositions permettront de gérer plus efficacement les finances du secteur.

En ce qui concerne les activités pour lesquelles il faudra payer à l'avance, un coupon sera inclus dans le journal avec les modalités d'inscription.

Depuis plusieurs années déjà nous demandons de respecter les délais d'inscription et d'annulation. Ces délais demeureront respectés.

La date limite d'inscription permet de confirmer les réservations auprès des restaurateurs.

Le délai de 48 heures pour aviser de votre absence évite de défrayer des coûts inutiles. Bien entendu, **si ce délai est respecté, vous recevrez un remboursement.**

PAIEMENT INTERAC

Comment procéder pour la 1ère fois:

Vous devrez ajouter le destinataire : **AREQ03C**

L'adresse courriel à inscrire :

tresorerie.areqpascaltache@hotmail.com



- Aucune question de sécurité n'est requise.
- Chaque fois : inscrire votre nom au complet et votre numéro d'adhérent AREQ dans l'espace: « message au destinataire ».
- Si vous payez pour quelqu'un d'autre, ajouter son nom dans le message.

PAIEMENT PAR CHÈQUE

Envoyez le coupon-réponse dûment complété avec votre **chèque** à l'adresse suivante et indiquée sur le coupon :

Chèque à l'ordre de : **AREQ Pascal-Taché**

Poster à l'adresse suivante : Huguette Nicole

70 Avenue des Érables

Montmagny QC G5V 2E2

INSCRIPTION ASSEMBLÉE GÉNÉRALE SECTORIELLE

L'Oiselière, salle La Bernache

Vendredi 17 avril 2026 à 9 h.

Date limite d'inscription : 6 avril 2026

Coût 20,00 \$ pour les membres.

Nom : _____

Numéro d'adhérent : _____

Téléphone : _____

Courriel : _____

Le coût pour une personne accompagnatrice est de 35,00 \$.

PRÉSENTATION DE CANDIDATURE



Postes en élection

Présidence
2e vice-présidence
2e conseiller·ère
Secrétariat
Trésorerie (poste à combler)



- Des feuilles de mise en candidature seront disponibles sur place.

Pour toute information, contactez le président d'élection :

Monsieur Clermont Morneau
418 356-5561 rés
clermont_morneau@telus.net

