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

Drummondville, secteur 04E

Volume 30, numéro 3,
Printemps 2023



« Cet été, je ferai un jardin,
Il sera petit, c'est certain.
J'en prendrai bien soin,
J'en prendrai bien soin... »
comme le chante Clémence.

Mais en attendant, profitons des charmes du printemps!

*« Un crocus a jailli de l'édredon de neige
Où il dormait encore
pour goûter au soleil... »*

*La fleur est la première à fêter le printemps,
Mais un petit oiseau s'ébouriffe en chantant
Tout gonflé de bonheur... »*

Extrait du poème *Le crocus et l'oiseau*,
de Vette de Fonclare, 2017



CONSEIL SECTORIEL

Michelle Samson, présidente	819 474-1312	Angèle Hamel Henri, secrétaire	819 478-8606
André Lapointe, 1 ^{er} vice-président	819 478-7871	Nicole Jacob, trésorière	819 477-9564
Christiane Halikas Marcotte, 2 ^e vice-présidente,	819 397-2207	Marielle Véronneau, 1 ^{re} conseillère	819 477-3834

Sommaire

Page couverture.....	1
Sommaire	2
Ressources utiles	3
Éditorial	4
Mot de la présidente.....	5
Mot de la présidente régionale + AGR.....	6
Avis de convocation AGS.....	7
Indexation et assurances + Club de lecture.....	8-9
Retraite-indexation.....	10
Activités à venir	11 à 14
Décès	15-16
Décès personnes proches = Salon de la création.....	17
Mots croisés.....	18
SSQ Beneva + Infolettre.....	19
Être bénévole + activité passée.....	20
Un café avec une personne + activité passée.....	21
Semaine des sciences humaines + Liratouâge.....	22
Parlons éducation + CAB + Recevoir.....	23
Activités passées.....	24

Pour le prochain bulletin Date de tombée des articles

12 juin 2023

Merci de respecter cette date



Adresse courriel

Pour parution dans le journal « Je m'informe », les documents doivent être envoyés à l'adresse courriel suivante :

Pour les membres :
micheldumont@cgcable.ca

Je m'informe s'agite...

L'équipe du journal

- À la rédaction : Léonide Dionne
 Louiselle Dumont
 Angèle Hamel-Henri
 Michelle Samson
- À la mise en page : Louiselle Dumont
 Francine Leclair
- À la relecture : Aliette Lajoie
- Vérification des Rachel Beauchemin
 étiquettes et Raymonde Tellier
 répartition
- À la mise en Rosanne Gagnon
 enveloppe et Christiane Halikas
 classification
- À la gestion de nos Rachel Beauchemin
 facteurs et factrices:
- À la photographie André Lapointe
 Louiselle Dumont

Pour simplifier la vie aux personnes qui déménagent

Avissez six ministères et organismes de votre changement d'adresse en une seule démarche : faites d'une pierre six coups!

- ✓ Directeur des élections du Québec (DGEQ)
- ✓ Ministère de l'Emploi et de la Solidarité sociale (MESS)
- ✓ Revenu Québec
- ✓ Régie de l'assurance maladie du Québec (RAMQ)
- ✓ Régie des rentes du Québec (RRQ), Société de l'assurance automobile du Québec (SAAQ)

Trois façons de procéder : au comptoir d'un des bureaux de Services Québec, par téléphone au 514 644-4545 ou par internet au www.servicesquebec.gouv.qc.ca (espace Citoyens)

Avissez aussi l'AREQ au 1 800 663-2408 ou areq@csq.qc.net

Pour impôt Canada : par téléphone au 1 800 959-7383

Ressources utiles 2022-2023

REPRÉSENTATIONS

Table locale de concertation des personnes âgées	Nicole Jacob	819 477-9564
Table locale des femmes	Christiane Halikas Marcotte	819 397-2207
Table de concertation sur les réalités masculines		

COMITÉS

Noms	Répondante ou répondant	Responsable	Téléphone
CASPAD (action sociopolitique)	Marielle Véronneau	Édith Dupont	819 478-8666
Comité condition des femmes	Christiane Halikas Marcotte		
Comité des hommes	André Lapointe	Réal Beaupré	819 445-4557
Environnement	André Lapointe		
Relève et participation	Marielle Véronneau		

SERVICES ET ACTIVITÉS OFFERTS AUX MEMBRES

Anniversaire	Angèle Hamel Henri	Rachel Beauchemin	819 850-5642
Assurances	Angèle Hamel Henri		819 478-8606
Bulletin «Je m'informe»	Angèle Hamel Henri	Louiselle L. Dumont	819 472-1631
Chorale «Après l'école»	Nicole Jacob	Lise Leclerc	819 473-1964
Cruciverbistes	André Lapointe	Jean-Louis Organde	819 604-0645
Club de lecture	Michelle Samson		819 474-1312
Déjeuner des Neiges	Nicole Jacob	Jean-Marc Laplante	819 472-1249
Fondation Laure-Gaudreault	Christiane Halikas Marcotte	Michèle Desjardins Trempe	819 472-4938
UTA Sherbrooke	Michelle Samson	Édith Dupont	819 478-8666
UTA Trois-Rivières	Michelle Samson		
Réseau téléphonique	Angèle Hamel Henri	Réal Henri	819 478-8606
Salon de la création	Angèle Hamel Henri	Georgette Poirier	819 472-4637
Soutien à la retraite	Marielle Véronneau	Claude Leblanc	819 472-1268
À CONTACTER POUR LES AVIS DE DÉCÈS		Angèle Hamel Henri	819 478-8606

AUTRES SERVICES

AREQ info@areq.lacsq.org ou 1 800 663-2408	CHANGEMENT D'ADRESSE: info@areq.lacsq.org ou téléphone : 1 800 663-2408
AREQ 04E Drummondville et les environs 819 474-1312 Michelle Samson, présidente	RAMQ www.ramq.gouv.qc.ca 1 800 561-9749 tél. 1 800 361-3939 tél. malentendant
Retraite-Québec : CARRA http://www.carra.gouv.qc.ca/ 1 800 463-5533 téléphone 1 418 644-8659 télécopieur	Retraite-Québec : RRQ http://www.rrq.gouv.qc.ca/fr/ 1 800 463-5185 téléphone 1 800 603-3540 téléphone malentendant
Sécurité de la vieillesse http://dsc.gc.ca/fr/psr/sv/svtabmat.shtml 1 800 277-9915 téléphone en français 1 800 277-9914 téléphone en anglais	SSQ (vie) pour l'AREQ 1 800 380-2588 téléphone CanAssistance : 1. Canada et États-Unis : 1 800 465-2928 téléphone 2. Ailleurs dans le monde: à frais virés : 514 286-8412
ADRESSE de courrier électronique pour le bulletin «Je m'informe» : micheldumont@cgcable.ca	

Éditorial

Fais une place au bonheur



Lors d'un déjeuner des retraités de mon école, un confrère nous a partagé une phrase qu'il avait déjà entendue. Cette phrase a retenu mon attention et a finalement déterminé le contenu de cet éditorial. Voici la phrase en question :
« **Le bonheur, c'est prendre plaisir à ce que la vie t'oblige à vivre.** »

En quoi consiste le bonheur pour toi ? Pour certains, ce sera la réussite financière, pour d'autres, la popularité et la gloire, pour d'autres la grande simplicité et la qualité de vie, pour d'autres encore l'harmonie la plus grande possible avec la nature. Certains pensent que les déceptions sont simplement le résultat des désirs non réalisés et, qu'en supprimant les désirs, ils garderont la sérénité.

Il y a du bon, sans doute, dans chacune de ces démarches. Je cherche à réussir ma vie,

à mieux me réaliser et ainsi m'épanouir. Mais si l'argent gagné devient plus important que le reste, je mets en péril l'équilibre et l'harmonie nécessaires à un véritable épanouissement. Si je me donne des objectifs pour mieux réaliser les valeurs qui animent ma vie, je crée des désirs, je développe des attentes. Mais, ce qui donne vie à ces attentes, c'est le respect des valeurs sous-jacentes qui en garantissent la réalisation harmonieuse.

La vie, c'est bien simple, mais il est tellement facile de la compliquer. Si ce que je vis se fait dans le respect de moi-même d'abord, mais aussi dans le respect de tous les gens que cela touche, j'augmente de beaucoup les chances de bonheur pour moi et pour eux. Il n'y a rien de mal à posséder des biens, mais il ne faut pas que ces biens me possèdent. Je ne dois en être ni l'esclave ni la victime. « Je vais au vent et à l'abri du vent ... je vais de l'avant », disait la chanson.

L'esprit libre, le cœur léger, semons le bonheur. N'oublions pas que la réussite dans la vie ne constitue pas nécessairement une vie réussie.

Merci à Réjean Bourrassa pour cette belle phrase inspirante.

Léonide

Mot de la présidente



Bonjour tout le monde,

Les jours s'allongent et nous commençons à penser qu'après la neige revient le beau temps. Mais, laissez-moi d'abord vous parler de ce que nous avons vécu depuis le début de 2023.

En janvier, nous avons débuté un club de marche. Chaque lundi nous marchons à l'abri des intempéries au Centre sportif Girardin. Puis, le Déjeuner des Neiges nous a rassemblés; on y a même élu un roi et une reine. Fin janvier, le Centre d'Assistance et d'Accompagnement aux Plaintes (CAAP) nous a entretenus de nos droits lorsque nous habitons un RPA. En février, Michel Auger qui a installé plusieurs nichoirs sur la Promenade Rivia, nous a entretenus sur ceux-ci.

Au niveau régional, grand changement : comme vous le savez, notre région s'appelait « Cœur et Centre-du-Québec ». Nous trouvions qu'il ne représentait pas l'ensemble du territoire. Suite aux démarches du Conseil régional, la région 04 de l'AREQ s'appellera dorénavant « **Mauricie-Centre-du-Québec** ».

Parlons maintenant des journées régionales que nous avons vécues. L'une d'entre elles avait comme but de nous informer des dernières retombées au niveau des assurances et de l'indexation. L'autre journée était dans le cadre de la Journée internationale des droits des Femmes. La conférencière, Noëlla Champagne, ancienne députée du Parti Québécois, nous a parlé de son parcours de femme dans le monde politique.

Au niveau national, nous préparons le Congrès de cette année qui aura lieu en juin. On révise le plan d'action et les orientations afin de savoir ce que nous avons fait et ce que nous voulons faire pour le prochain triennat.

Mais, avant ce grand rassemblement, nous vivrons le 4 mai notre **Assemblée générale sectorielle (AGS)**. C'est l'occasion de faire un retour sur l'année qui vient de passer, de discuter de ce que nous désirons. Lors de cette réunion, il y aura des élections à la présidence. Je solliciterai un second mandat à la tête du secteur. Par la suite, nous finaliserons la liste des participants au congrès.

Je ne peux terminer ce mot sans parler de la participation active de plusieurs d'entre vous. Depuis que je suis à la présidence, je constate l'importance du mot BÉNÉVOLAT. Il fait vivre notre organisation, car quelle que soit votre activité, le temps que vous donnez à l'AREQ nous permet d'avancer dans les projets qui nous rassemblent.

Souvenez-vous : **ENSEMBLE, NOUS SOMMES PLUS FORTS...PLUS PERCUTANTS!** Nous vous en remercions.

Au plaisir de vous rencontrer **le jeudi, 4 mai 2023 pour notre Assemblée générale sectorielle (AGS)**

Michelle Samson, pour le conseil sectoriel

Mot de la présidente régionale

Chers membres de l'AREQ,

C'est avec un peu de nostalgie que je vous informe que j'entreprends mon dernier droit comme présidente régionale. En effet, à l'**Assemblée générale régionale** du 12 mai 2023, il y aura changement de garde, ce qui veut dire des élections au niveau de tous les membres du Conseil régional. Auparavant, vous aurez à choisir vos élus dans votre **Assemblée générale sectorielle** respective. C'est le temps de démontrer votre sens de la démocratie en vous présentant nombreux et nombreuses à ces deux assemblées. Le Conseil régional sera celui que vous voulez parce que vous l'aurez élu.

Je reconnais que j'ai fait des erreurs durant mon mandat, mais mon intention a toujours été de servir l'AREQ et non mon bien personnel. J'y ai consacré beaucoup d'énergie et beaucoup de temps. Même s'il y a eu des hauts et des bas et des événements incontrôlables comme la pandémie qui a freiné nos ardeurs et que l'on a dû s'habituer au virtuel, j'ai appris beaucoup.



Je suis contente d'avoir côtoyé des personnes allumées, dévouées et enthousiastes au Conseil régional et au Conseil d'administration de l'AREQ. Je crois que je laisse une région en santé au niveau des comités régionaux. Je salue cordialement la complicité des responsables de comités et les personnes qui ont participé aux diverses activités régionales.

Je suis fière de vous avoir représentés au Conseil administratif de l'AREQ pendant les six années de mon mandat. Je peux dire que j'ai fait de mon mieux pour vous transmettre les informations, les décisions, les projets, mais surtout pour rapporter vos idées, vos besoins ainsi que ramener des réponses à vos questions.

Sincère merci pour votre collaboration tout au cours de ces années.

À l'AREQ, pas de retraite pour la citoyenneté!

Monique Dionne, votre présidente régionale

Avis de convocation AGR

Assemblée générale régionale annuelle Mauricie-Centre-du-Québec le vendredi 12 mai 2023

Les membres de l'AREQ de la région Mauricie-Centre-du-Québec (04) sont convoqués à l'**Assemblée générale régionale annuelle** qui se tiendra le vendredi 12 mai 2023, **secteur de Shawinigan, à la**

Salle paroissiale de Notre-Dame-du-Mont-Carmel, 3991 Mgr Béliveau.

Ce sera l'occasion de tracer un bilan de ce qui s'est passé dans notre région au cours de la dernière année et de fraterniser avec les membres des autres secteurs en prenant connaissance des différents dossiers.

Les membres de la **Fondation Laure-Gaudreault** sont aussi convoqués à leur assemblée générale qui se tiendra au début de la journée, soit de **9 h 15 à 9 h 45**. Cette fondation est la nôtre!

Monique Dionne, présidente régionale

8 h 45 : Accueil

9 h 15 : Assemblée générale régionale de la FLG

9 h 45 : Assemblée générale régionale de l'AREQ (élections du CR)

12 h : Repas

14 h : Mot de la fin

Coût de l'activité : 10 \$ pour les membres et 35 \$ pour les non-membres.

Avis de convocation



Assemblée générale sectorielle 2023

le jeudi 4 mai 2023 à 10 h, au Club Sportif Celanese (15, Carré Celanese)

L'Assemblée générale sectorielle, c'est l'occasion de rencontrer le conseil sectoriel, de prendre connaissance des principaux dossiers en cours et de discuter autour d'un bon repas.

À l'ordre du jour :

- Le rapport du conseil sectoriel;
 - Le bilan financier 2022-2023;
 - Les prévisions budgétaires 2023-2024;
 - Les élections;
 - La nomination des membres de la délégation 04E au congrès 2023 de l'AREQ.
- Nous terminerons l'assemblée par un échange sur vos attentes envers l'AREQ et les activités souhaitées pour 2023-2024. Pensez-y et venez nous faire part de vos idées pour faire de notre association, une organisation qui nous ressemble car... **ensemble, on est plus forts...plus percutants!**

Venez donc en grand nombre participer à la vie associative de votre secteur.

Michelle, présidente AREQ 04 E

Les membres du conseil sectoriel sont élus pour un mandat de 3 ans et entrent en fonction au moment de leur élection respective.

Selon les statuts, les postes en élection l'année du congrès sont :

- La personne à la présidence
- La personne à la 2^e vice-présidence
- La personne au secrétariat
- La personne 2^e conseillère

Nous avons un poste de 1^{re} conseillère de libre. C'est un mandat de 2 ans.

Si l'un de ces postes vous intéresse, vous pouvez vous procurer un bulletin de mise en candidature auprès d'Angèle Hamel Henri, secrétaire, au 819 478-8606.

Les mesures sanitaires en vigueur au moment de la réunion seront respectées. Merci!

On a besoin de vous

Certaines personnes, membres de l'AREQ 04 E de Drummondville, sont peut-être déménagées et n'ont pas fait leur changement d'adresse à l'AREQ nationale. Leur adresse au bottin officiel n'étant pas exacte, il est difficile, voire même impossible, d'entrer en contact avec ces membres. Pourtant, ces personnes continuent de payer leur cotisation et ont peut-être des assurances.

Il est important de connaître leurs coordonnées au cas où nous devrions les rejoindre.

SI VOUS CONNAISSEZ CES PERSONNES, AIDEZ-NOUS À LES RETRACER.

Il s'agit de **Nicole Grondin, Thérèse Rousseau, Carmen Joncas, Gisèle Thibault, Philippe Ouimet**

Si vous savez où sont rendues ces personnes, contactez Michelle Samson, présidente du secteur, au **819 474-1312**

Merci de votre précieuse collaboration!

Rencontre d'informations sur l'indexation et les assurances

Le mardi 21 février 2023, la région 04 était invitée à Trois-Rivières afin d'y recevoir des informations sur les volets indexation et assurances. Mme Lise Lapointe, présidente nationale de l'AREQ et Mme Johanne Freire, personne-ressource dans le dossier des assurances et de la retraite, sont venues faire une mise à jour de ces deux dossiers. En avant-midi, notre présidente nationale nous a entretenus des derniers développements concernant particulièrement la retraite et l'indexation. Le document reçu « InfoRetraite » rappelle le rôle du RREGOP qui est « d'assurer une sécurité financière à la retraite ». Ce régime de retraite a été amélioré au fil des négociations; la CSQ y joue un rôle de premier plan. Il est donc primordial de « prendre soin de notre régime de retraite, et de s'assurer qu'il continue à jouer son rôle adéquatement ».

Mme Lapointe explique que notre rente de retraite du RREGOP sera indexée chaque année mais, qu'elle ne suivra pas l'augmentation du coût de la vie.

Notre présidente rappelle que : « Une rente qui n'est que partiellement indexée touche directement toutes les personnes qui, un jour ou l'autre, seront retraitées. » L'écart entre la croissance de la rente partiellement indexée et le coût de la vie représente la perte du pouvoir d'achat. Ainsi, « **votre rente ne suivra pas l'augmentation du coût de la vie, au contraire, elle s'en éloignera d'année en année et de plus en plus** »

L'indexation partielle de nos rentes de retraite (RREGOP, RRE, RRCE, RRF et RRPE) est une cause directe de la perte de pouvoir d'achat à la retraite. Ce dossier traîne depuis trop longtemps.

Pour la deuxième fois, la Tribune des retraités sollicitera une rencontre avec Sonia Lebel afin de lui proposer des solutions pour régler cette situation.

Afin d'appuyer cette démarche il a été demandé

Les tarifs en date du 1er juillet 2022

Adultes de 18 ans ou plus non admissibles à un régime d'assurance médicaments privés		
Prime annuelle	Franchise	Coassurance
0 \$ à 710 \$	22,25 \$/mois si achat de médicaments	35% du coût des médicaments
Selon votre revenu familial net	Contribution maximale : 96,74 \$/mois	

aux membres de signer la pétition qui était disponible sur le site de l'AREQ et de partager cette demande à l'entourage, la famille, les amis...

Informations tirées du feuillet **InfoRetraite** de l'AREQ

Il est possible d'obtenir plus d'informations concernant le dossier Retraite en parcourant le magazine *Quoi de neuf* ou encore le site areq.lacsq.org

En deuxième partie de cette rencontre du 21 février, Mme Johanne Freire a abordé les sujets suivants :

- * Régime public d'assurance médicaments
- * Renouvellement du régime d'assurance collective ASSUREQ au 1er janvier 2023 et tour d'horizon du régime
- * Assurance voyage
- * Information complémentaire

Elle rappelle qu'au moment de la retraite, on s'inscrit au régime public d'assurance médicaments de la RAMQ pour la couverture des médicaments généraux et qu'on adhère également au régime d'assurance collective ASSUREQ pour une assurance complémentaire (assurance maladie et assurance vie).

La loi sur l'assurance médicaments de la RAMQ oblige chaque citoyen québécois à être assuré pour les médicaments, soit par un régime d'assurance collective, soit par la RAMQ.

La liste des médicaments couverts par la RAMQ est disponible sur le site www.ramq.gouv.qc.ca

Les coûts vs RAMQ :

Votre participation financière est sous deux formes :
PRIME : Ce montant (entre 0 \$ et 710 \$) est fixé annuellement selon le revenu familial net et perçu lors de la déclaration de revenus (rapport d'impôt), payable qu'il y ait achat ou non de médicaments.
CONTRIBUTION : Montant comprenant la franchise mensuelle et la coassurance. (Payable à la pharmacie lors d'achat de médicaments).

ASSUREQ au 1^{er} janvier 2023 :

Régime d'assurance maladie :

*Pas d'augmentation des primes en 2023

*Bonification du régime Santé Plus : augmentation de 750 \$ à 1 000 \$ du remboursement maximal des frais pour le regroupement des professionnels de la santé visés.

Régime d'assurance vie :

* Augmentation des primes de 5,7%

Maintien du congé de prime de 3 \$/mois dans les deux régimes.

Par la suite, Mme Freire fait un tour d'horizon des deux régimes offerts par ASSUREQ : Régime A (assurance maladie : 2 options possibles SANTÉ et SANTÉ PLUS) et Régime B (assurance vie).

Assurance voyage : La durée de la couverture de la garantie d'assurance voyage avec assistance (canAssistance) est de 90 jours (Santé) et 182 jours (Santé Plus). **Petit conseil** : Si vous voyagez avec quelqu'un, il est suggéré de donner

les informations inscrites sur votre carte à cette personne (# de contrat, # de téléphone de canAssistance). Ces numéros sont inscrits au verso de votre carte SSQ et à la page 3 du *Je m'informe*. Il est important de s'assurer avant son départ que son état de santé est bon et stable. Toute maladie ou affection connue doit être sous contrôle avant son départ. La garantie d'assurance annulation de voyage consiste en un remboursement de 100% des frais admissibles, 5 000 \$ / personne assurée/ voyage.

Assurance voyage ASSUREQ : dépliant disponible sur le site WEB de l'AREQ.

Consulter les conseils et avertissements du gouvernement du Canada pour les voyages : **voyage.gc.ca**

Enfin, il y a élargissement de l'admissibilité à ASSUREQ : voir info@areq.lacsq.org

Informations tirées du document « Les assurances à la retraite » par Johanne Freire février 2023

Club de lecture mars 2023

Voici quelques suggestions de lecture pour ces belles journées de printemps.

Miss Islande, le sixième roman d'Audur Ava Ólafsdóttir paru en 2019.

Le titre ne veut rien dire, l'héroïne veut devenir écrivaine. Cette passion, elle la vit au quotidien, famille et volcan en arrière-plan. Au premier plan : amitiés, poésie, délicatesse et même humour. Berthe Tessier

Terminal Grand Nord et la suite **Chaîne de glace** d'Isabelle Lafortune.

Ces romans mettent en vedette la Côte-Nord de notre belle province et la vie des habitants de ce territoire, c'est-à-dire, entre autres, les Innus. Des meurtres sont perpétrés et l'inspecteur Émile Morin cherche à trouver la vérité à travers les méandres de la politique et des intérêts financiers des investisseurs qui veulent exploiter le sous-sol de cette terre riche en minerais, tout en exploitant des Autochtones de la région.

Romans pertinents et d'actualité. Colette Lemire

La collectionneuse de mots oubliés, de Pip Williams.

Les mots ont-ils un autre sens pour les hommes et pour les femmes? Et le cas échéant, est-il possible que nous ayons perdu quelque chose au cours de leur processus de définition? L'auteur essaie de répondre à ces questions en reconstituant l'histoire de la rédaction de l'Oxford English Dictionary par le biais d'Esme, fille de Da, lexicographe, travaillant pour le Dr Murry, rédacteur de ce dictionnaire. Bien écrit, lecture facile. On y voit le personnage principal s'éveiller aux inégalités qui existent entre hommes et femmes. Quant à elle, l'histoire nous racontera comment la situation a évolué. Michelle Samson

Bonne lecture!

Indexation

Un petit dégel de l'indexation

Au moment d'écrire ce texte, Retraite Québec nous faisait part que nous allions avoir une indexation substantielle de nos retraites de 6,5%. Mais attention, ce taux ne s'applique qu'au RRQ. Plus tard dans l'année, le gouvernement canadien nous annoncera une indexation semblable pour la pension de la Sécurité de la vieillesse.

Concernant notre principale source de revenu, soit le REGGOP ou le RRE, rien ne change. Nous subissons toujours une indexation amputée comme le démontre le tableau suivant :



Années cotisées avant le 1^{er} juillet 1982 : Portion de la rente indexée à 100 % du TAIR	6,5 % (soit le TAIR)
Années cotisées entre le 1^{er} juillet 1982 et 31 décembre 1999 : Portion de la rente indexée selon le TAIR – 3 %	3,5 % (soit le TAIR-3 %)
Années cotisées depuis le 1^{er} janvier 2000 : Portion de la rente indexée selon la plus avantageuse des 2 formules : 50 % du TAIR ou TAIR – 3 %	3,5 % (soit TAIR-3 %, la plus avantageuse des 2 formules)

- TAIR : Taux d'augmentation de l'indice des rentes

Attention! Si nos rentes augmentent (environ + ou – de 3%), ce n'est pas parce que le gouvernement nous fait un cadeau comme le 600 \$ de décembre 2022, mais c'est parce que l'inflation est tellement haute que la formule négociée en 1982 et 2000 s'applique simplement.

Par contre, nous assistons présentement à un petit dégel dans notre négociation avec la CSQ et le gouvernement québécois au sujet de l'indexation partielle de nos retraites de 1982 à 2000 et de 2000 à aujourd'hui.

La CSQ a accepté de remettre en question la cible de 120% de la capitalisation du REGGOP. Elle admet que celle-ci est presque inatteignable. La capitalisation de 120% est divisée en deux. Le 100 du capital est la partie qui sert à payer les rentes et le 20 est la partie qui est en surplus.

Présentement, notre régime est capitalisé à 115,1% et continue d'augmenter. Il peut répondre amplement à ses promesses. La CSQ a accepté de défendre l'idée de descendre le pourcentage de capitalisation à 115%.

La CSQ et l'AREQ se sont entendus en octobre dernier pour que ces surplus dégagés soient séparés entre les retraités(es) et les actifs. Il reste à la CSQ de négocier cette entente avec les autres syndicats et le gouvernement. C'est quand même la première fois en 40 ans que nous avons un peu l'espoir que la situation s'améliore.

Avons-nous les moyens d'indexer les retraites payées par le REGGOP?

Le calcul est simple à faire. Le montant, estimé par le gouvernement lui-même, pour le versement d'une pleine indexation est d'environ 3,5 milliards de dollars. Donc, les parts de l'État et du RREGOP seraient donc de 1,7 milliard de dollars chacun. L'État met depuis 1993, un montant d'argent dans le FARR (fonds d'amortissement des régimes de retraites) afin d'assurer sa participation au régime. Ce fonds était évalué en 2021 à 94,1 milliards de dollars. Par contre, le bas de laine du RREGOP est estimé quant à lui à 83 milliards de dollars. La réponse à la question, est un gros OUI.

N'oublions pas que le gouvernement s'est laissé trainer les pieds en profitant monétairement de cette désindexation. C'est le fruit d'une gérance malhonnête, mais payante de la part de l'État québécois, peu importe les partis politiques au pouvoir.

Libre à nous de constater qu'il a profité mesquinement de la faiblesse de revendication des personnes âgées, et c'est là l'injustice sociale que nous avons subie et que nous subissons encore.

40 ans d'injustice, c'est assez !

Claude Leblanc, responsable dossier indexation.

Activités à venir

Activités sans réservation

Pour les activités qui suivent, vous n'avez qu'à vous présenter à l'heure indiquée.

« 5 à 7 » : le 2^e jeudi du mois

Dates : 13 avril, 11 mai, 8 juin

Endroit : Aubier-Microbrasserie, 150 rue Girouard, Drummondville

Club de marche : Chaque lundi du mois

Dates : du 20 mars au 26 juin 2023 (sauf le 10 avril)

Heure : 10 h à 11 h

Coût : Gratuit

Endroit : Centre sportif Girardin, 805, rue Marchand, Drummondville

La piste d'athlétisme se trouve au 3^e étage



Chorale : Tous les mardis à 9 h 30, pratique de l'Ensemble vocal *Après l'école*.

Endroit : Église de Jésus-Christ des Saints des derniers jours, rue Raphaël Nolet.

Communiquer avec Lise Leclerc au 819 473-1964

Les déjeuners-rencontres: le 3^e vendredi du mois à **9 h 30**

Dates: (**exceptionnellement le 28 avril, 4^e vendredi du mois**), 19 mai, 16 juin

Endroit: Restaurant Le Blanchet, 225 Boul. St-Joseph Ouest, Drummondville

Chaque personne paie son déjeuner. Bienvenue à toutes et à tous!

Activités avec réservation obligatoire

Les modalités de réservation suivent la description de chaque activité.

Remarque importante concernant les réservations

Nous devons toujours confirmer le nombre de personnes qui participeront environ une semaine avant la tenue de l'activité, d'où l'importance de réserver tôt et d'aviser **Anne Théberge** au **819 478-0761** si vous devez vous absenter. Sinon, vous devrez malheureusement payer votre repas.

Après la date de réservation indiquée, vous ne pourrez participer que si une place se libère (liste d'attente).

À chacune de nos activités, les amis sont les bienvenus.

Activités physiques variées:

À la retraite, plusieurs membres souhaitent demeurer actives et actifs. Voici une belle occasion de le faire en vous inscrivant à des activités physiques adaptées et variées, supervisées par une kinésiologue reconnue, Mme Isabelle Pettigrew.

Le mardi de chaque semaine à partir du 4 avril 2023 au 6 juin 2023

Heure : de 14 h à 15 h

Endroit : Centre sportif Girardin, 805 rue Marchand, Drummondville

Coût : 30 \$ pour les membres pour les 10 semaines

Maximum : 20 personnes (premier arrivé, premier servi!)



Réserver auprès de **Nicole Jacob** au plus tard le **24 mars 2023** au **819 477-9564** ou à l'adresse courriel **tresorie04e@gmail.com** en précisant, en plus de votre nom, votre numéro de téléphone.

Activités à venir

1. Le mercredi 5 avril 2023 : Cabane à sucre

Rappel : Comme annoncé au bulletin de décembre 2022, l'activité de la cabane à sucre revient avec l'arrivée du printemps.

Endroit : Érablière Au Bec Sucré, 5677, Chemin de l'Aéroport, Canton de Valcourt, QC J0E2L0

Départ : 9 h 45 au Marché public, près de l'entrée sur le Boulevard St-Joseph

Dîner : 11 h 30 Repas traditionnel et tire sur la neige à volonté.

Retour : 15 h 30 au Marché public

Transport par autobus gratuit

Coût : 25 \$ pour les membres, 30 \$ pour les non-membres (taxes incluses)



Réserver auprès de Anne Théberge au plus tard le 28 mars 2023 au 819 478-0761 en précisant, en plus de **votre nom**, votre **numéro de téléphone**.

2. Le mardi 25 avril 2023 : Brunch « Reconnaissance aux bénévoles » de l'AREQ 04E

L'invitation s'adresse aux **facteurs et factrices, téléphonistes à l'occasion des anniversaires, responsables de dossiers ou d'activités, membres des comités.**

Endroit : Club Sportif Celanese, 15 Carré Celanese à Drummondville

Accueil : à compter de 8 h 45. Nous vous attendons avec grand plaisir.

Le brunch sera servi à partir de 9 h

C'est sous le thème « **Ensemble on est plus forts...plus percutants** » que les membres du conseil sectoriel désirent souligner votre engagement, votre disponibilité et votre générosité. C'est en grande partie grâce aux personnes précieuses que vous êtes que notre association reste vivante et accueillante. Votre participation permet le bon fonctionnement de notre secteur. Mille mercis à vous!

Confirmer votre présence, au plus tard le 17 avril 2023 auprès de **Anne Théberge** au **819 478-0761** en précisant, en plus de **votre nom**, votre **numéro de téléphone**.

3. Le jeudi 4 mai 2023 : Assemblée générale sectorielle

Accueil : 9 h 30 **AGS :** 10 h

Endroit : Club Sportif Celanese, 15 Carré Celanese à Drummondville

Coût du repas : 5 \$ pour les membres présents et 35 \$ pour les non-membres.



Confirmer votre présence, au plus tard le lundi 24 avril 2023 auprès de **Anne Théberge** au **819 478-0761** en précisant, en plus de **votre nom**, votre **numéro de téléphone**.

Avis de convocation à la page 7.

4. Le mardi 9 mai 2023 : Déjeuner des cruciverbistes

M. Jean-Louis Organde invite tous les cruciverbistes à ce petit-déjeuner annuel. Bienvenue!

Endroit : Restaurant Coco Royal, 524, Boulevard St-Joseph, Drummondville.

Heure : Jean-Louis vous attend à **9 h**

Chacun paie son déjeuner.

Activités à venir

5. Fête du printemps

Le jeudi 18 mai 2023

Venez célébrer la féerie du printemps

Le comité de la Fondation Laure-Gaudreault a hâte de vous accueillir au nouveau local des élèves en cuisine professionnelle : le RESTO-ÉCOLE « COTÉ-JARDIN ». Avec l'arrivée du printemps et des beaux jours de mai, venez vous amuser en bonne compagnie autour d'un souper *d'inspiration italienne* et d'une soirée plaisante et divertissante.

On vous propose un cocktail en apéro suivi d'un repas au menu 4 services avec potage, les *primi*: plat de pâtes et de riz, les *secondi*: les plats principaux et les desserts, thé, café, tisane.

Tous les bénéficiaires iront à la Fondation Laure-Gaudreault (5 \$ par personne)

Date : Le jeudi le 18 mai 2023

Accueil à 17 h 30, repas à 18 h, fermeture 21 h 30.

Endroit : Resto-École « Côté- Jardin » 417 rue des Écoles, Drummondville.

Coût : 50 \$ pour tous, membres ou non-membres.

Les boissons sont payables sur place selon votre choix sur la carte des vins.

Réservation obligatoire avant le **1^{er} mai**, seulement **45 places** disponibles.

Michelle Desjardins Trempe

287, rue Saint-Damase Drummondville, QC J2B 7N3 Tél. : 819 472-4938

Faites votre chèque à : AREQ 04 E

Note: Pour des fins administratives, aucun argent ne pourra être remis; s'il advenait que vous ne puissiez venir, le montant sera remis à la Fondation Laure-Gaudreault.



6. Mettre à votre agenda le mercredi 6 septembre 2023: Activité de la Non-Rentrée

Activités régionales

1. Le vendredi 21 avril 2023 : Activité régionale du Jour de la Terre

Le secteur de Drummondville vous invite à venir souligner le Jour de la Terre, **le vendredi 21 avril 2023**, lors d'une activité régionale organisée par le comité environnement. L'activité sera tenue au **Club Sportif Celanese, situé au 15 Carré Celanese à Drummondville, J2B 1V8.**

Le programme de la journée :

9 h 30	Accueil	13 h 30	Montée dans les autobus
10 h	Mot de bienvenue	14 h	Visites
10 h 15	Conférence	15 h 30	Retour au Club de curling
11 h 45	Dîner (buffet chaud à 2 menus)	16 h	Départ (Suite à la page 14)

Activités à venir

1. Le vendredi 21 avril 2023 : Activité régionale du Jour de la Terre

(Suite de la page 13)

La conférence présentée en avant-midi: *Les milieux humides*



par Karine Labelle, coordonnatrice de Nature-Avenir, un organisme du Centre-du-Québec, qui s'occupe de la conservation des milieux naturels et de restaurer les milieux humides. Pour plus d'infos:

<https://www.lanouvelle.net/actualite/nature-avenir-fait-lacquisition-dun-vaste-milieu-humide-a-saint-rosaire/>

et <https://www.facebook.com/NatureAvenirQc/>

Visites en après-midi: chaque personne participante pourra réaliser une visite parmi l'un des 3 sites proposés.

- A. RécupérAction – Écocentre de Drummondville
- B. Autobus Girardin, secteur électrique
- C. Usine d'épuration des eaux usées

Il faudra indiquer son 1^{er} et son 2^e choix au moment de l'inscription.

Coût du repas : 10 \$ pour les membres du secteur
30 \$ pour les non-membres

INSCRIPTIONS : Pour le jeudi 30 mars 2023

**S.V.P. : Postez votre chèque libellé au nom de AREQ 04 E
à Nicole Jacob, 2485, rue Auguste, Drummondville, J2C 5K4**

Le secteur de Drummondville vous attend nombreux pour souligner cette importante journée.

Michelle Samson, présidente du secteur Drummondville

2. Le vendredi 12 mai 2023 : Assemblée générale régionale

Accueil : 8 h 45 Assemblée FLG : 9 h 15 AGR : 9 h 45 Repas : 12 h

Mot de la fin : 14 h

Endroit : Salle Paroissiale de Notre-Dame-du-Mont-Carmel
3991, Mgr Béliveau, Shawinigan

Coût du repas : membres : 10 \$ Le reste du coût de votre inscription est subventionné par le secteur.
Non-membres : 35 \$

**Pour confirmer votre présence, réserver auprès de Nicole Jacob au plus tard le 28 avril 2023
au 819 477-9564 ou tresorie04e@gmail.com en précisant votre nom et votre numéro de téléphone**

**S.V.P. Postez votre chèque libellé au nom de AREQ 04 E à
Nicole Jacob, 2485, rue Auguste, Drummondville, J2C 5K4**

Du covoiturage sera organisé

Avis de convocation à la page 6.

Nos membres décédés



MARIE-PAULE
LAMPRON BOISCLAIR
97 ans
Décès : 02/11/22



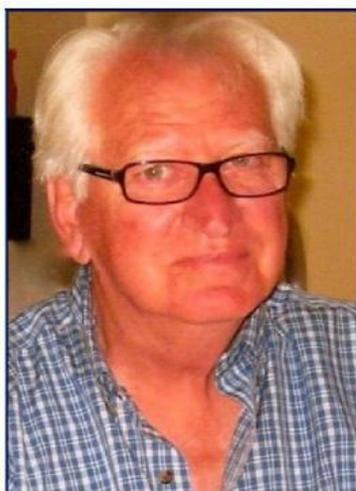
YVES CHARBONNEAU
74 ans
Décès : 17/11/ 22
époux de Suzanne Juneau



GEORGETTE LAUZIÈRE
BERGERON
Décès : 02/12/22
84 ans



HENRI MALENFANT
90 ans
Décès : 10/12/22
frère de Jean-Marie Malenfant
beau-frère de Clément Blanchette



SYLVIO ALLY
80 ans
Décès : 19/12/22
conjoint de Marie-France André
frère de Monique et Olivette Ally



MADELEINE CHAGNON
76 ans
Décès : 22/12/22



Nos membres décédés



RITA GENDRON CARON
95 ans
Décès : 22/12/22



PAULINE LEMONDE
73 ans
Décès : 30/12/22
sœur de Denise Lemonde



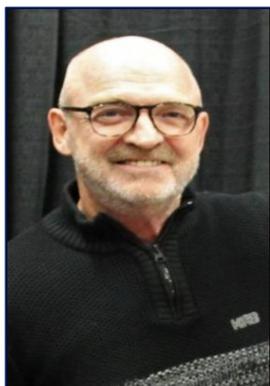
MICHELINE MATTEAU PINARD
77 ans
Décès : 30/12/22
épouse de Maurice Pinard
sœur de Francine Matteau Bourgeois
belle-sœur de Nicole Pinard Talbot



LISE LEFEBVRE BOURGEOIS
72 ans
Décès : 16/01/23
Sœur de Micheline Lefevre



BIBIANE CÔTÉ
88 ans
Décès : 27/01/23



MAURICE LAGUEUX
73 ans
Décès : 01/02/23



LOUISE BRUNET DAVID
77 ans
Décès : 09/02/23

Avis de décès de personnes proches de nos membres

- 24 juin 2022 M. Lucien Tessier, 90 ans, époux de Mme Andrée Lalime
- 22 juillet 2022 M. André Morissette, 70 ans, membre associé, veuf de Mme Lise Pétrin
- 31 octobre 2022 M. Bernard Charpentier, 90 ans, époux de Mme Réjeanne Côté Charpentier
- 9 novembre 2022 M. Denis Houle, 74 ans, frère de Mme Monique Houle et beau-frère de M. Justin Roberge
- 16 novembre 2022 M. Léo Poirier, 87 ans, frère de Mme Georgette Poirier
- 23 novembre 2022 Mme Eva Chapdelaine, 96 ans, sœur de Mme Gisèle Chapdelaine
- 23 novembre 2022 M. Charles Hébert, 91 ans, membre associé
- 25 novembre 2022 M. Alfred Blanchette, 75 ans, frère de Mesdames Pierrette et Denise Blanchette
- 23 décembre 2022 M. André Lemire, 84 ans, frère de Mme Marie-Claire Lemire
- 2 février 2023 M. Raymond Blanchet, 100 ans, père de M. Jocelyn Blanche (Nancy Waltz) et de Mme Madeleine Lise Blanchet
- 13 février 2023 M. Jacques Lamoureux, 80 ans, époux de Mme Pierrette St-Martin
- 14 février 2023 Mme Françoise Boucher, 75 ans, épouse de M. Jean Thibault



Salon de la création de l'AREQ

Samedi 4 novembre 2023, de 10 h à 16 h, se tiendra votre 15^e Salon de la création. Il aura lieu à l'Espace Famille Lemaire (auparavant église St-Pierre), un endroit rénové, moderne, spacieux, très éclairé, situé au 553, rue St-Alfred Drummondville J2C 4B1.

Ce Salon suscite un grand intérêt pour la variété des œuvres présentées.

Alors, vous toutes et tous qui peignez, tricotez, tissez, sculptez, bricolez, écrivez, etc., réservez votre place dès maintenant. **C'est gratuit pour les membres!**

Un rappel :

L'objectif premier de ce Salon de la création est de démontrer comment certaines personnes retraitées occupent leur temps.

Il vous est offert, d'abord, à vous membres de l'AREQ; ensuite à vos conjoints ou conjointes; enfin, s'il reste de la place, aux personnes amies des membres.

Si vous connaissez des membres d'un autre secteur de l'AREQ, qui ont cette passion de créer des œuvres et qui accepteraient de participer à notre Salon, n'hésitez pas à leur partager cette invitation.

Nous avons très hâte de vous y accueillir.

Pour réservation : Hélène Deschênes 819 474-6422

Georgette Poirier 819 472-4637

NOTE : Toutes les mesures sanitaires du moment, recommandées par le département de la santé publique, seront respectées.

Georgette Poirier, responsable du Salon de la création.

Mots croisés

Nom : _____ Tél : _____ Retournez la grille **avant le 01/06/2023**

à J.-L. Organde, 64 St- Cyr, app. 204,
Victoriaville, G6T 2T2 Tél : 819 604 0645

Adresse : _____ C. P. : _____

Prêt pour un défi plus grand? Il est toujours temps de faire la demande des grilles « experts » en communiquant avec J.L.Organde

CORRIGÉ GRILLE No: 52

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

GRILLE No: 53

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	
1													1
2													2
3													3
4													4
5													5
6													6
7													7
8													8
9													9
10													10
11													11
12													12
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	

HORIZONTAL

- 1- Passereau chanteur au plumage coloré
- 2- Grand nombre – Qui est extraordinaire
- 3- Entaille superficielle – Formation politique française, créée en 1958 pour soutenir de Gaulle
- 4- Mammifère carnivore (orth. autorisée) – Arbre à feuilles composées à fleurs blanches ou jaunes en grappes
- 5- Qui a bu ne boira plus – Il blesse les cœurs à coups de flèches
- 6- Érable ornemental à feuilles panachées de blanc – Carrosserie sur quatre roues
- 7- Décider d'une manière catégorique – Pronom
- 8- Matière colorante obtenue en traitant la fluorescéine par le brome en présence d'alcool
- 9- Interjection – Démonstratif – Interjection
- 10- Qui ne sont pas fondés – Manger gloutonnement
- 11- Fourreau – Affluent du Rhône qui donne son nom à un département français – Période de temps
- 12- Qui regarde en arrière, dans le temps, qui est dirigé vers le passé

VERTICAL

- 1- Arbre fruitier hybride de la famille des aurantiacées
- 2- Déesse grecque – Infinitif – Pilastre carré d'encoignure
- 3- Produit gélifiant extrait d'algues marines – Eut à payer
- 4- Fossé tectonique correspondant à une zone de fracture de l'écorce terrestre – Pronom indéfini – Peau épaisse de certains animaux
- 5- Plainte pour réclamer au sujet d'un grief ou pour déplorer des malheurs personnels (Vx au sing.)
- 6- Siège dans la Grosse Pomme – Destiné expressément à cet usage – Rameur d'élite, chef de nage placé près du barreur pour donner la cadence
- 7- Dieu égyptien – Téléthon québécois venant en aide aux enfants malades et leur famille – Signal sonore
- 8- Fille du frère – Rit de façon stupide et méprisante
- 9- Adverbe de lieu – Beau parleur coloré – Dans une église ou même une cathédrale
- 10- Tiens des propos tendres et langoureux – Rongeur
- 11- Membre d'une congrégation religieuse consacrée à l'enseignement et à la prédication – Refus de la réalité
- 12- Déchargea vers – Haute récompense annuelle

Bravo aux gagnantes de 15 \$ de la grille 52 : **Louise Parenteau - Colette Vigneault**



Photo : @beneva.ca/twitter

SSQ Assurance est devenu Beneva le 1er janvier 2023

Le 1er janvier 2023, SSQ Assurance devient officiellement Beneva inc. En effet, la fusion de La Capitale et de SSQ Assurance amorcée il y a quelques années a fait un pas de plus vers l'avant dès la première journée de l'année 2023.

Bien que vous soyez assurés avec SSQ en assurance collective, **aucune démarche ne sera requise de votre part**. Vous pourrez toujours communiquer avec SSQ Assurance (devenue Beneva) aux numéros de téléphone habituels et profiter de vos protections actuelles aux mêmes conditions que celles convenues. **L'espace client SSQ demeurera en fonction et vos réclamations pourront se faire comme auparavant.**

Le nom Beneva remplacera toutefois celui de SSQ Assurances dans les diverses communications aux membres. Et, c'est désormais Beneva qui fera le paiement de vos réclamations, qui vous versera vos prestations ou qui effectuera vos remboursements dans votre compte bancaire. La documentation et les plateformes numériques de SSQ Assurance passeront de façon progressive au nom et aux couleurs de Beneva au cours de 2023. Vous serez informés à chacune des étapes de la transition.

Tiré du texte publié par Annie Roy, directrice des services administratifs et juridiques

Espace Client

Vous n'êtes pas encore inscrit? Connectez-vous : espace-client.ssq.ca

Gagnez du temps en profitant de nos services en ligne.

Assurance collective :

- Faire une réclamation;
- Consulter les frais couverts par votre assurance collective;
- Vous inscrire au dépôt direct et au relevé électronique;
- Accéder à l'application SSQ Assurance;
- Imprimer la liste complète de vos réclamations pour l'impôt;
- Imprimer votre carte SSQ Assurance.

Informations tirées du site de l'AREQ info@areq.lacsq.org

Rester informer...

Pour te tenir régulièrement au courant de ce qui se passe à l'AREQ nationale, inscris-toi à l'infolettre AREQ qui informe chaque semaine des différentes actions ou activités de l'association. C'est très intéressant, rapide à lire et gratuit. **Voici le lien : areq.lacsq.org (onglet « Infolettre »)**

Être bénévole à L'AREQ

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 en plus de contribuer à la réalisation d'une société égalitaire, démocratique, solidaire et pacifiste. De plus, elle souscrit au principe d'égalité de droit et de fait entre les femmes et les hommes. L'AREQ est la plus importante association québécoise de personnes retraitées issues des services publics. Elle compte 60 000 membres venant de l'ensemble des régions du Québec.

Même si l'AREQ a du personnel à son bureau de Québec pour l'aider à réaliser certaines tâches, toutes les personnes qui s'impliquent dans l'association sont des bénévoles. Il existe de multiples formes de bénévolat au sein de l'association. À la base de l'AREQ, il y a 83 secteurs qui se fondent en 10 régions. C'est au niveau des secteurs que se situe le principal lieu de l'engagement bénévole.

Les secteurs et leurs activités

À l'AREQ, on peut choisir ce à quoi on veut contribuer. Il peut s'agir de simples tâches ou de tâches plus complexes. Il y a tout d'abord ce qui a trait aux activités : être responsable d'une activité ou participer simplement à son organisation et à sa réalisation en collaborant à certaines tâches. Parmi les différentes activités, mentionnons les activités de retrouvailles ou de reconnaissance, les rencontres autour

d'un repas, les activités saisonnières (fête des moissons, Saint-Valentin, etc.), les conférences, les activités sociales et les divers clubs de marche, de vélo, de randonnée, de quilles, de lecture ou de cinéma. Tout membre peut suggérer des activités à son secteur et participer à sa réalisation.

Comme l'information et les communications sont essentielles à toute association, de nombreux membres sont sollicités pour communiquer avec des membres, produire le bulletin ou le journal sectoriel (incluant la rédaction, la cueillette et la relecture des articles, le montage, la transmission, l'étiquetage, l'envoi postal), s'occuper du site Web ou de la page Facebook.

Les comités

Les secteurs ont aussi mis en place divers comités qui s'occupent des principaux dossiers : femmes, hommes, environnement, sociopolitique, assurances, arts, retraite, reconnaissance, entraide humanitaire, etc. On peut être responsable du comité ou du dossier, être membre du comité ou tout simplement prendre part aux activités et aux actions du comité. Chaque comité établit son plan d'action annuel qui peut comporter des conférences, des activités d'information et des actions dans le milieu. Une aide financière est accordée par le secteur pour la réalisation des activités et du plan d'action.

Tiré du document « Guide à l'intention des bénévoles » produit par AREQ-CSQ

Activité passée



Photo : Angèle Hamel Henri

Le 25 janvier 2023

Dans le cadre de Projet Toujours En Action, Janik Ouimet a donné une conférence portant sur les droits et obligations lorsqu'on habite une Résidence pour Personnes Âgées (RPA).

En guise de remerciements, Michelle Samson, présidente du secteur, a remis à Janik un panier de produits du terroir. Une conférence appréciée des participants et des participantes.



Photo : Nicole Jacob

Un café avec une personne inspirante...

Mme Denise Champagne, par Louiselle L.-Dumont

Je suis chez Denise, une femme dynamique de 90 ans, pour déguster café et carrés aux dattes. Non, elle ne cache pas son âge, je crois même qu'elle en est fière.

Femme déterminée, bachelière en arts plastiques et spécialisée en sérigraphie à l'UQTR, elle remporte, dès ses débuts un concours dans le cadre d'une exposition itinérante de Loto-Québec. Ses oeuvres sont inspirées de la nature et se veulent une exploration continue de la couleur dans une gestuelle impulsive. Denise se dit incapable de reproduire une scène ou un objet d'après une photo. Sa créativité la pousse à explorer les limites de son imagination dans la spontanéité, à laisser le pinceau glisser sur la toile pour décider du résultat final.

Femme très active, Denise s'investit totalement dans l'œuvre qu'elle crée. Inspirée par l'eau, par ses croisières passées et la plage, ses œuvres les plus récentes montrent le mouvement des vagues qui frappent une falaise près d'une plage de sable qu'elle a saupoudré sur l'acrylique.

Mais sa vie n'est pas remplie que d'une longue suite d'expositions auxquelles elle a participé au Québec et même en Europe.

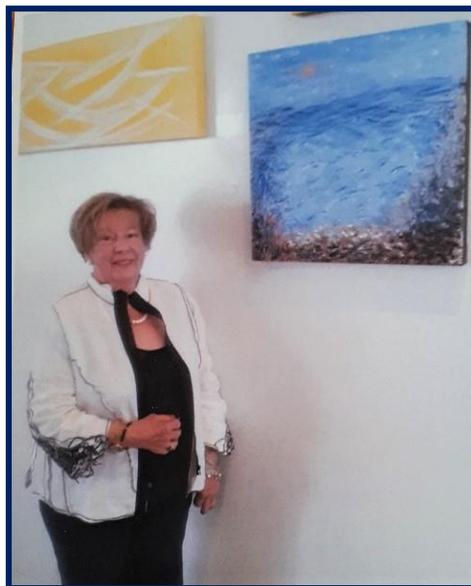


Photo :
Jocelyne
Proulx

Denise se définit aussi comme une femme entourée d'enfants aimants et d'amis qu'elle aime inviter à sa table pour souligner un anniversaire ou pour toute autre occasion. Pour elle, recevoir est un plaisir, un moment pour échanger dans une maison chaleureuse et accueillante.

Le temps passe vite en sa compagnie. Selon elle, il faut vivre le moment présent, s'émerveiller, se ressourcer dans la nature, avoir un hobby dans lequel on peut s'évader.

« Tu vieillis quand tu n'as plus de rêves et que tu remplaces tes rêves par des regrets. »

Merci pour ces sages paroles et ton accueil.

Activité passée

Déjeuner des Neiges 2023

L'activité Déjeuner des Neiges est la première rencontre de l'année des membres et amis de l'AREQ. C'est l'occasion idéale pour se réunir, partager des nouvelles et échanger des vœux de bonheur, de paix et surtout, de bonne santé.

Jean-Marc et Jeannette étaient mandatés pour organiser une rencontre agréable et éducative. Le thème de « **la royauté** » a été développé au cours de la rencontre. Un mot croisé conçu par l'unique Jean-Louis Organde testait les connaissances des participants. Un questionnaire à main levée a permis de constater que dans certains pays, un souverain règne, que ce soit un roi, une reine, un prince ou un empereur, comme au Japon.

Bien évidemment, il fallait couronner **le roi et la reine de la journée** avec les pouvoirs associés à ce rôle. Des cadeaux pour les performances du mot croisé et les traditionnels *billets de loteries* de Jean-Marc pour le jeu questionnaire ont plu aux gagnants.

Sur la photo prise par Marielle Véronneau, Michelle Samson et Daniel Allard sont coiffés de leur couronne royale.

À l'an prochain et merci de votre participation.



Semaine des Sciences humaines – 17 au 21 avril 2023

Chaque année, le département des sciences humaines du **Cégep de Drummondville** organise une semaine de conférences, d'ateliers et de kiosques au confluent des nombreuses disciplines qui composent le programme des sciences humaines.

Du 17 au 21 avril 2023, des présentations toucheront à des sujets variés tels que le racisme sexuel, la participation sociale de populations vulnérables, la qualité des services en santé mentale offerts aux minorités sexuelles, la psychoéducation et le développement des enfants, de même que l'archéologie judiciaire.

Unis par les sciences humaines

Cette année, l'événement a la chance de faire participer plusieurs programmes du cégep de même que d'autres acteurs de la communauté drummondvilloise. En effet, des conférences seront présentées en collaboration avec les programmes de Techniques d'éducation à l'enfance, Techniques d'intervention en délinquance, de Sciences de la nature, Techniques administratives, etc. Le programme d'Arts visuels collaborera également en présentant des œuvres, de même que la Société d'histoire de Drummond, le Centre collégial d'expertise en gérontologie (CCEG) et plusieurs organismes de la région qui viendront faire des conférences et tenir kiosques pour informer davantage la communauté collégiale de leurs actions et des services offerts.

Peu importe la perspective, l'humain est au centre des préoccupations.

Plus forts ensemble pour comprendre et trouver des solutions aux enjeux individuels et sociaux contemporains.

Voici quelques thèmes de conférences et autres activités :

- Déjouer l'obsolescence avec Environnement Jeunesse;
- Un séminaire France-Québec en collaboration avec le Centre collégial d'expertise en gérontologie sur la participation sociale de populations vulnérables;
- Le développement des enfants et la psychoéducation avec Sarah Hamel, autrice de *Le ti-pou d'Amérique*, mieux le comprendre pour mieux intervenir;
- Un panel sur l'immigration;
- Visionnement du documentaire sur Raif Badawi;
- Et d'autres thèmes tels que le racisme sexuel, le choc post-traumatique, les services en santé mentale et les minorités sexuelles et l'archéologie judiciaire.

Pour la programmation complète :

WWW.cegepdrummond.ca/SSH

Comité d'action sociopolitique



Liratoutâge

Être bénévole pour Liratoutâge, c'est apporter plaisir et réconfort à des personnes qui aiment la lecture, mais qui ne peuvent plus s'y adonner pour diverses raisons. En effectuant des séances de lecture à voix haute dans un milieu d'hébergement auquel vous aurez été jumelé, vous permettrez à ces personnes de rester en contact avec le monde qui les entoure.

Rêver, apprendre, échanger et rire, quoi de mieux pour créer un moment agréable et stimulant tant pour les personnes qui reçoivent le service que pour nos bénévoles!

Tiré du « Guide à l'intention des bénévoles » AREQ-CSQ

Cette mission vous interpelle? Nous vous invitons à communiquer avec

Michelle Samson au 819 474-1312

Parlons éducation

C'est connu et documenté, il y a d'énormes problèmes dans notre système scolaire et seule une intervention de la société civile aussi large que structurée peut établir un consensus fort autour des priorités auxquelles s'attaquer et des pistes de solutions les plus prometteuses.

Parlons éducation est une initiative citoyenne indépendante du gouvernement, des parties politiques, des corporations et des associations, qui repose sur le travail bénévole d'une centaine de personnes.

À l'origine 4 organismes se sont regroupés : **Debout pour l'école!**, **École ensemble**, **Je protège mon école publique (JPMÉP)**, et le **Mouvement pour une école moderne et ouverte (MÉMO)** afin de créer le Forum « **Parlons éducation** ». De mars à juin 2023, 19 forums citoyens se tiendront dans 18 villes du Québec.

Chaque forum se déroulera sur une journée et demie et abordera cinq (5) thèmes :

1. Repenser la mission de l'école d'aujourd'hui et de demain;



Photo :
Internet

2. Construire un système d'éducation équitable pour tous les élèves;
3. Encourager l'inclusion sociale et culturelle de toutes les populations scolaires;
4. Respecter et valoriser les compétences professionnelles de tous les personnels scolaires;
5. Démocratiser le système scolaire québécois dans toutes ses composantes.

Tous les citoyens sont invités à s'inscrire pour participer. Un document de participation est disponible en PDF.

À Drummondville, nous vous attendons le vendredi 28 avril à 18 h 30 au café Clovis du Cégep et le samedi 29 avril à 8 h 30.

À Trois-Rivières, nous vous attendons le vendredi 26 mai à 18 h 30 et le samedi 27 mai à 8 h 30.

Pour inscription, aller sur le site :
www.parlonseducation.ca/forums

GUIDE « CHOIX DE MILIEU DE VIE »



Ce document se veut un outil vous permettant de faire une réflexion sur votre situation afin de faire les meilleurs choix possibles pour votre milieu de vie.

Si vous avez besoin d'aide concernant l'utilisation de ce guide ou si vous avez des questions sur les services disponibles dans la communauté, n'hésitez pas à communiquer avec la travailleuse de milieu pour personnes âgées au Centre d'action bénévole Drummond.

Centre d'action bénévole Drummond.

436, rue St-Pierre, Drummondville, J2C 3W1

819 472-6101

cabdrummond@cgocable.ca

cabdrummond.ca

Recevoir votre *Je m'informe* par internet, pourquoi pas?

Pour faire partie d'un groupe, communiquez avec Angèle Hamel Henri au 819 478-8606 ou à angelehenri@hotmail.com

Important : ajoutez votre numéro de téléphone à votre courriel.

Activité passée : Dîner de Noël



Photo : André Lapointe

Lors du dîner de Noël, le 15 décembre 2022, l'Ensemble vocal Après l'école, sous la direction de Mme Suzanne Germain a donné une prestation qui a ravi tous les convives. Un moment magique, d'entendre toutes ces voix en harmonie dans un répertoire varié et dynamique.

Activité qui se poursuit : Activités physiques variées



Photo : André Lapointe



Ces activités physiques supervisées par Isabelle Pettigrew, kinésiologue, sont diversifiées et se déroulent dans la bonne humeur, en respectant les limites des personnes qui expérimentent différentes façons de bouger pour garder la forme.

Imprimé par

MPRIMERIE
MS
Clicopies
IMPRESSION NUMÉRIQUE

