



NOUVEAU! NOUVEAU!

Le réseau téléphonique est de retour
pour les futures communications AREQ 04E.

Maintenant sur votre afficheur,

AREQ 04E 819 470-2826

lors d'un appel de M. Réal Henri
pour annoncer certaines activités de l'AREQ.

Conseil sectoriel

Sylvie Blanchette, présidente	819 474-4470	Lorraine Lacroix, secrétaire	450 994-1149
André Lapointe, 1 ^{er} vice-président	819 478-7871	Nicole Jacob, trésorière	819 477-9564
Angèle Hamel Henri, 2 ^e vice-présidente	819 478-8606	Richard Lépine, 1 ^{er} conseiller	819 478-4012
		Mariette Pelletier, 2 ^e conseillère	819 857-4211

Sommaire

Page couverture.....	1
Sommaire	2
Ressources utiles	3
Éditorial	4
Mot de la présidente.....	5
Mot de la présidente régionale.....	6
Convocation AGS + annulation de voyage.....	7
Convocation AGR + infolettre.....	8
Directives médicales + Besoin d'aide	9
Club de lecture + Conférence d'Alain Deneault.....	10
Activités à venir	11 à 15
Chorale.....	16
Avis de décès.....	17-18
Mots croisés.....	19
Nouvelles de la FLG.....	20
Suite FLG+ site web + sondage.....	21
Liratoutâge +Joujouthèque.....	22
Hommage aux Beatles.....	23
Salon de la création.....	24

Pour le prochain bulletin Date de tombée des articles

12 juin 2025

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 :
angelehenri31@gmail.com

Je m'informe s'agite...

L'équipe du journal

- À la rédaction : Léonide Dionne
 Louiselle Dumont
 Angèle Hamel-Henri
 Sylvie Blanchette
- 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 2024-2025

REPRÉSENTATION

Table locale de concertation des personnes âgées	Mariette Pelletier	819 477-4211
--	--------------------	--------------

COMITÉS

Noms	Répondante ou répondant	Responsable	Téléphone
CASPAD et CASP	Richard Lépine	Marielle Véronneau	819 477-3834
Comité condition des femmes	Angèle Hamel Henri	Monique Dionne	819 478-2423
Comité des hommes	André Lapointe	Réal Beaupré	819 445-4557
Environnement	André Lapointe	François Bernard	819 477-9560
Relève et participation	Richard Lépine	Nicole Jacob	819 477-9564

SERVICES ET ACTIVITÉS OFFERTS AUX MEMBRES

Assurances	Angèle Hamel Henri		
Bulletin « Je m'informe »	Angèle Hamel Henri	Louiselle Dumont	819 472-1631
Chorale « Après l'école »	Nicole Jacob	Hélène Janelle	819 857-1226
Club de lecture	Sylvie Blanchette	Berthe Tessier	819 477-3498
Cruciverbistes	Nicole Jacob	Jean-Louis Organde	819 604-0645
Déjeuner des Neiges	André Lapointe	Jeannette Bégin Oudet	819 478-7381
Fondation Laure-Gaudreault	Nicole Jacob	Michèle Desjardins Trempe	819 472-4938
Réseau téléphonique	Angèle Hamel Henri	Réal Henri	819 478-8606
Salon de la création	André Lapointe	Georgette Poirier	819 472-4637
Soutien à la retraite	Mariette Pelletier	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 1 800 663-2408
AREQ 04E Drummondville et les environs 819 474-4470 Sylvie Blanchette, 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	BENEVA (vie) pour l'AREQ 1 800 380-2588 tél. 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 » : angelehenri31@gmail.com	

Éditorial

Cheminer dans la vie, cheminer avec la mort



Pour moi, la mort n'a rien d'exceptionnel. Elle est normale, elle est naturelle, elle est présente partout. La vie est pleine de morts plus ou moins importantes qui me secouent et me mettent à l'épreuve, mais chaque mort est remplie d'une vie nouvelle qui me grandit et m'épanouit. C'est un peu comme le fer qui est chauffé. Il devient feu, puis liquide et finalement, un objet noble, digne et source d'admiration.

C'est beau la vie ! Que de cris de joie, que d'élan de bonheur (dans les conditions normales de la vie dans le couple) quand est confirmée la grossesse désirée. Une vie nouvelle qui va normalement renforcer les liens du couple et le faire grandir.

La vie se poursuit, mais elle chemine constamment avec la mort qui devient une compagne de vie sous de multiples formes. Bien sûr, la vie est parsemée de bien des renoncements. Je fais un choix et, en le faisant, je renonce à de nombreux

autres choix. Dans ce choix, je vis déjà certaines autres morts, car il me coupe d'autres choix possibles. Mais ces morts sont toujours la source d'une vie nouvelle pleine de richesses.

Puis, tour à tour, des gens disparaissent autour de moi, certains par maladie, d'autres à la suite d'un accident et d'autres encore par vieillesse. Plusieurs de ces gens, je les connaissais, gens que j'aimais et qui donnaient un sens à ma vie.

Les années passent et je vieillis. Ma santé connaît des ratés et, parfois, cela diminue ma qualité de vie pour un certain temps ou de façon définitive. Mes forces m'abandonnent, la faiblesse de plus en plus grande m'oblige à délaisser des activités qui me plaisaient et agrémentaient ma vie. Autant de petites morts qui cheminent à mes côtés.

À mesure que le temps avance, j'ai l'impression que c'est la vie qui me quitte progressivement. L'esprit chemine, la souffrance souvent fait son œuvre et, de plus en plus, j'ai l'impression que je me déracine progressivement de la vie et que la mort devient un terme normal de cette vie et même une saine libération de ce dernier fil ténu qui me relie à la vie. Toutes les morts sont pleines de vie. Pourquoi pas la dernière!

Mot de la présidente



Bon printemps à toutes et tous,

L'hiver s'achève, le beau temps nous revient bientôt. Avec le printemps qui est à nos portes se terminera mon premier tour de roue comme présidente de notre secteur. J'ai, à tout moment, été fière de représenter les personnes retraitées de l'AREQ 04E. Notre secteur compte plus que son lot de bénévoles dynamiques et engagés. J'ai pu tout au cours de cette première année compter sur votre support et souvent votre indulgence. Je vous en remercie.

Tout en maintenant les rencontres auxquelles vous êtes fidèles, votre conseil sectoriel a tenté d'innover en vous présentant de nouvelles activités. J'en veux pour exemple notre après-midi ludique de février dernier au son des Beatles.

Nous poursuivons en mars avec une initiation à la recherche généalogique et en avril, on apprend les incontournables du cérémonial du « four o'clock tea ». Dans un registre plus sérieux, une conférence très utile pour plusieurs sur les 10 mythes entourant les baux dans les RPA vous sera offerte.

Nous devons terminer le menu avec une escapade de 3 jours à Boston que le contexte politique nous a amenés à annuler. Ce n'est que partie remise, il y a de beaux coins à visiter hors du fief du président Trump. Votre participation nous dira si nous avons été bien inspirés.

Forte de ses 60 000 membres, l'AREQ, il ne faut pas l'oublier, est une organisation démocratique de représentation et de revendication des droits sociaux, particulièrement ceux des aînés. Son pouvoir d'influence repose sur l'implication de ses membres.

Nous comptons sur votre présence à l'**Assemblée générale du 8 mai**. Venez nombreux participer à la vie démocratique de votre organisation.

En votre qualité de membre vous avez la responsabilité:

- d'évaluer le bilan de l'année qui s'achève;
- d'élire les membres de votre conseil sectoriel;
- de choisir la délégation au congrès de l'AREQ;
- d'exprimer vos attentes pour la prochaine année.

Profitez bien du doux printemps pour terminer l'année en force
et du chaud été pour nous revenir en forme.

Sylvie Blanchette
Présidente 04E

Mot de la présidente régionale (printemps 2025)



Les jours rallongent, nous faisant penser que le printemps arrivera bientôt et que le temps plus clément nous permettra de reprendre nos activités estivales.

Vous avez sûrement constaté qu'avec les années, notre nombre de membres était stagnant. Le Comité exécutif a donc élaboré un plan de développement qui a été approuvé par le Conseil national. L'un de nos objectifs est de répondre aux besoins des nouveaux membres et, pour ce faire, il y a eu création d'un comité. Suite à une mise en candidature, les noms de Claudia Cousin (04A) et Jean-D. Lavigne (04D) ont été retenus pour faire partie de celui-ci. Nous voulons vous remercier de cette implication qui permettra à l'organisation de trouver des pistes de solution.

Les activités régionales ont continué de nous faire vivre de belles expériences. À la fin février, le comité des droits des femmes, vous a concocté une belle rencontre avec mesdames Myriam Magny et Jessica Beauregard qui nous ont aidés à faire le point sur l'aide qui peut être apportée aux femmes et enfants victimes de violence conjugale.

Laure Waridel, lors du Jour de la Terre, nous invitera à passer de la parole aux actes, afin de bien choisir aujourd'hui ce que sera demain. Dans l'après-midi, nous aurons la possibilité de choisir une activité. Certains visiteront les sentiers de la rivière Milette et apprendront la riche histoire de celle-ci; d'autres entendront parler de certains tenants et aboutissants du développement éolien.

En terminant, je veux vous inviter à notre dernière activité régionale, c'est-à-dire notre **Assemblée générale régionale** qui se déroulera à l'**Auberge Godefroy de Nicolet, salle Louisbourg, le mardi 27 mai 2025 à 9 h 15**. Nous avons hâte de vous présenter l'ensemble de nos dossiers.

En après-midi, nous vous proposons une conférence sur le maintien à domicile, suite à la recherche de l'organisme IRIS. Pour de plus amples informations, vous pouvez consulter l'**avis de convocation pour l'AGR** publié dans ce journal.

Espérant vous rencontrer en grand nombre lors de notre prochain AGR.

Michelle Samson
Présidente région 04

AVIS DE CONVOCATION
Assemblée générale sectorielle
Le jeudi 8 mai 2025

Centre communautaire de loisirs Claude-Nault
1080, rue Clair, Drummondville

Accueil : 9 h 30 Début de l'assemblée : 10 h

À l'ordre du jour

- Rapport du conseil sectoriel
- Rapport des comités
- Bilan financier
- Désignation de la délégation au congrès de l'AREQ
- Élections au conseil sectoriel
 - première vice-présidence
 - trésorerie
 - première personne conseillère

Vous pouvez vous procurer les bulletins de mise en candidature auprès de Sylvie Blanchette au 819 474-4470 ou à l'adresse courriel presidence04e@outlook.com

L'assemblée générale sera suivie d'un repas gratuit pour les membres présents lors de la réunion et au coût de 30 \$ pour les non-membres.

Réserver auprès de **Céline Arel** **au plus tard le vendredi 2 mai 2025** au 819 477-4649 en précisant, **en plus de votre nom, votre numéro de téléphone.**

Sylvie Blanchette, présidente AREQ 04E

Pour le conseil sectoriel

« ANNULATION VOYAGE »

Compte tenu du nombre restreint de personnes ayant manifesté leur intérêt et de la situation politique et économique entre le Canada et les États-Unis, nous croyons plus pertinent d'annuler le voyage à Boston qui était proposé lors de la dernière parution du *Je m'informe*.



Avis de convocation

Assemblée générale régionale (AGR) AREQ Mauricie - Centre-du-Québec (04)

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 mardi 27 mai 2025 dans le secteur de Nicolet**, à la **salle Louisbourg de l'Auberge Godefroy** située au 17 575, boul. Bécancour à Bécancour, QC G9H 1A5.

C'est l'occasion de faire le bilan de notre année et de discuter de nos objectifs pour la dernière année du triennat.

Les membres de **La Fondation Laure-Gaudreault** sont aussi convoqués à leur Assemblée générale qui se tiendra en fin d'avant-midi, soit de **11 h 15 à 11 h 45** le même jour. Cette fondation est la nôtre!

Par la suite, nous pourrons fraterniser ensemble autour d'un bon repas. Nous vous attendons en grand nombre.

Michelle Samson, présidente régionale

- 8 h 45** Accueil
- 9 h 15** Assemblée générale régionale de l'AREQ
- 11 h 15** Assemblée générale régionale de la FLG
- 12 h** Repas
- 13 h 30** Présentation sur le maintien à domicile.

Coût : gratuit pour les membres, 40 \$ pour les non-membres.

Confirmer votre inscription, **au plus tard le vendredi 16 mai 2025** auprès de **Nicole Jacob** au **819 477-9564** ou à l'adresse courriel **nicolejcb@gmail.com** en **précisant en plus** de votre nom, votre numéro de téléphone.

Du covoiturage sera organisé.

Le secteur de Nicolet sera heureux de vous accueillir.

Pour rester informé.e ...

Tu veux te tenir régulièrement au courant de ce qui se passe à l'AREQ nationale? Inscris-toi à l'**infolettre AREQ** qui rend compte 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 »)

Directives médicales anticipées

À quoi servent-elles?

Les directives médicales anticipées permettent d'indiquer à l'avance par écrit les soins de santé que nous acceptons ou que nous refusons si nous devenons **inaptes à consentir aux soins** en fin de vie ou en cas d'atteinte sévère et irréversible de nos fonctions cognitives. Ces directives ont un pouvoir contraignant.



L'aide médicale à mourir est exclue des directives médicales anticipées.

Comment procéder?

Il faut demander le formulaire à la Régie de l'assurance maladie du Québec (RAMQ)

Par téléphone : 1 877 735-7726 (Le formulaire sera envoyé par la poste.)

En ligne : www.ramq.gouv.qc.ca

Dans les deux cas, les numéros d'assurance sociale et d'assurance maladie seront demandés.

Il faut signer le formulaire en présence de deux témoins âgés de 18 ans et plus, le photocopier, en remettre une copie à un proche et l'envoyer à la RAMQ.

Les professionnels de la santé ont l'obligation de respecter nos directives si notre état de santé nous rend inaptes à consentir à des soins.

Huguette Manseau, membre du comité sociopolitique (Caspad)

BESOIN D'AIDE?

Voici des ressources, des lignes d'écoute et des sites à suggérer et à partager

PERSONNES AÎNÉES

Ligne Aide Abus Aînés 1 888 489-2287 ou www.aideabusaines.ca

Info-aidant 1 855 852-7784 ou www.lappui.org

Vous êtes là pour eux, nous sommes là pour vous!

POUR TOUTES ET TOUS

Info-Social 811 (option 2) Un professionnel en intervention psychosociale sera à votre écoute
24 heures sur 24, 7 jours sur 7

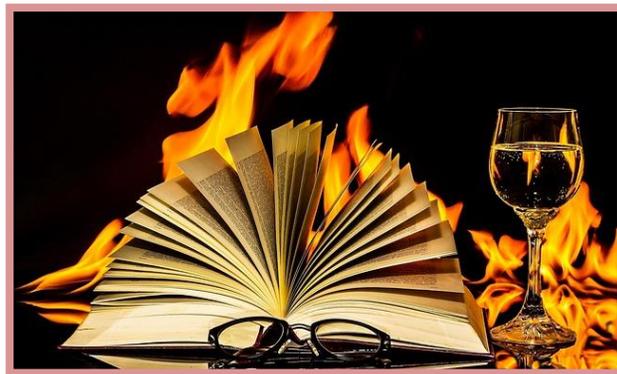
www.ciussmcq.ca/nous-joindre/info-sante-info-social-811

Info-Santé 811 (option 1) Pour joindre rapidement une infirmière en cas de problème non urgent
24 heures sur 24, 7 jours sur 7

www.ciussmcq.ca/nous-joindre/info-sante-info-social-811

Le club de lecture AREQ 04E

Voici 3 suggestions de lecture proposées
par Mme Suzanne Rousseau :



1. * **La femme au dragon rouge** *, *Dos Santos J.R.*

Nous suivons la vie d'une jeune femme ouïgoure, de cette région où la Chine poursuit son génocide. Biographie historique et terrible où la dictature rencontre le courage et la détermination de notre héroïne.

2. * **Douce, douce vengeance** *, *Jonasson Jonas*

Création d'une société d'affaires qui offre la planification de vengeance sur demande! Les demandes viennent de partout, milieu des arts, d'Afrique...cela tourne à la folie! Comédie déjantée et folle; humour tout au long. Jonasson est fidèle à ses 4 autres livres aussi distrayants, comme *Le vieux qui ne voulait pas mourir*.

3. * **Irma s'en va-t-en guerre** *, *Karine Gagnon*

Roman historique de la biographie d'Irma Levasseur. Elle fut la première femme médecin du Québec après une formation aux États-Unis et en Europe en pédiatrie. Elle coopère à la fondation de l'Hôpital Ste-Justine, va soigner 4 ans en Serbie (1915-1918) durant la guerre puis revient pratiquer dans la ville de Québec. Femme de volonté et de cœur.

Nota : L'auteur, Karine Gagnon, fut élève dans nos écoles drummondvilloises et est une journaliste reconnue.

Les livres proposés sont tous disponibles à notre bibliothèque municipale.

Bonne lecture!



M. Alain Deneault

Samedi 29 mars 2025 à 13 h 30

Conférence :

« Comment parler d'écologie sans perdre la tête »
par M. Alain Deneault

Endroit : Bibliothèque municipale de Drummondville
425, rue Des Forges, Dr'ville

Inscription obligatoire : vous présenter en personne ou téléphoner au **819 478-6573**.

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 » : Généralement le 4^e jeudi du mois

Dates : exceptionnellement le 1^{er} mai, le 22 mai et le 26 juin

Endroit : Aubier-Microbrasserie, 150, rue Girouard, Drummondville

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 Hélène Janelle au 819 857-1226

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

Dates: 18 avril, 16 mai, 20 juin

Endroit: Restaurant Coco Royal, 24, boul. St-Joseph, 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 **Céline Arel au 819 477-4649**

si vous devez vous absenter. Sinon, vous devrez malheureusement payer votre repas.

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

À chacune de nos activités, les ami.e.s sont les bienvenu.e.s.

1. Le mercredi 2 avril 2025 : Cabane à sucre



RAPPEL

Endroit : Érablière Au Bec Sucré, Chemin de l'aéroport,
Canton de Valcourt, QC, JOE 2L0

Transport par autobus gratuit

Départ : 9 h 45 au Marché public, près de l'entrée du boul. St-Joseph
(Premier arrivé, premier servi)

Accueil : 11 h **Retour** : 15 h 30 au Marché public

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

Réserver auprès de Céline Arel au plus tard le jeudi 27 mars au 819 477-4649 en précisant, en plus de votre nom, votre numéro de téléphone.

Activités à venir

2. Projet toujours en action : le jeudi 10 avril 2025

Rappel- rappel- rappel

Conférence sur les 10 mythes entourant le bail en résidence privée pour aîné.e.s.

par l'avocat Me Antoine Morneau-Sénéchal de **13 h 30 à 15 h 30, au coût de 10 \$ seulement.**

Endroit : 575, Alfred, Centre communautaire St-Pierre (salle Beauchemin-Breton)

Réservation auprès de Céline Arel au plus tard le jeudi 3 avril 2025 au 819 477-4649

en précisant, en plus de **votre nom, votre numéro de téléphone.**

Si besoin de plus d'informations, revoir la page 8 du dernier Je m'informe

3. Le mercredi 16 avril 2025 : Prendre le thé à l'anglaise

« Cette activité se veut une découverte de saveurs et de traditions anglaises. »

Pendant le long règne de la reine Victoria, le dîner (souper) était servi entre 20 h 30 et 21 h.

L'AFTERNOON TEA était tout indiqué pour combler le petit creux de fin d'après-midi.

Au XVIII^e siècle, la tradition est arrivée au Québec par les immigrants royalistes et britanniques. Les dames anglaises ont initié des rencontres sociales avec les femmes françaises dans les Cantons de l'Est pour perpétuer la tradition.

Pour l'occasion nous vous demandons d'**apporter une tasse en porcelaine et une théière** si vous en avez et **les ustensiles suivants: couteau à beurre, petite cuillère et fourchette à dessert.**



POUR RESTER DANS LA TRADITION, le port du chapeau est suggéré.

Il est aussi suggéré de prendre un dîner léger.

Endroit : Centre Communautaire Sintra Saint-Charles, 565, rue Victorin, Drummondville,

Pavillon Jean Coutu, au rez-de-chaussée. Utiliser la porte de côté.

Accueil : 13 h 30 activité de 14 h à 16 h

Coût : 10 \$

Maximum 30 personnes

Réserver auprès de Mariette Pelletier au plus tard le mardi 1er avril au 819 857-4211 ou cellulaire 819 817-4275 en précisant, en plus de votre nom, votre numéro de téléphone.

4. Le jeudi 24 avril 2025 : Activité régionale de la Journée de la Terre

Il est maintenant temps de vous inscrire à l'activité régionale du Jour de la Terre qui se tiendra au 3450, rue St-Jude à Trois-Rivières. Il s'agit d'une salle de danse, il faudra donc apporter des souliers d'intérieur pour protéger le plancher de bois franc des rigueurs de l'extérieur.

Le programme de la journée :

- 9 h 30 : Accueil
- 10 h : Conférence de Pierre Letarte, enseignant, géographe et historien, qui fera une brève présentation de la ville de Trois-Rivières
- 10 h 30 : Pause
- 10 h 45 : Conférence de Laure Waridel : **La transition, c'est maintenant**
« Alors que les écosystèmes se dégradent à un rythme sans précédent, on réalise que les humains confondent moyens et fins, argent et richesse, croissance économique et bien-être. Comment mettre l'économie au service du bien commun afin qu'elle opère à l'intérieur des limites de la planète ? Par où commencer pour transformer un système qui a institutionnalisé la cupidité ? Cette conférence trace les chemins d'une transition vers une économie écologique et sociale. Elle nous permet de réaliser que les solutions sont déjà là. (...) Laure Waridel nous invite à passer de la parole aux actes afin de bien choisir aujourd'hui ce que sera demain. Pour protéger ensemble l'avenir de nos enfants. L'avenir du monde. »
- 12 h : Dîner
- 13 h 30 : Activités de l'après-midi
- 14 h 45 : Évaluation et tirages
- 15 h : Retour à la maison



En après-midi, vous participerez à l'une des deux activités suivantes :

- A. Visite des sentiers de la rivière Milette avec Pierre Letarte. Il présentera ce cours d'eau qui gagne à être connu, notamment pour son histoire. Les déplacements seront dirigés par les membres du secteur-hôte. Prévoir les vêtements et chaussures appropriés. Maximum : 30 à 40 personnes.
- B. Présentation, par Charles-David Duchesne, conseiller du comité environnement de l'AREQ, de certains tenants et aboutissants du développement éolien qui se réalise au Québec, notamment dans plusieurs secteurs de notre région.

Coût de l'inscription : pour les membres 10 \$ Le reste du coût de l'inscription est subventionné par le secteur, pour les non-membres 40 \$.

Il n'y aura pas de transport en autobus; nous favorisons donc le covoiturage. Une fois à Trois-Rivières, les déplacements en PM seront courts et guidés par les membres du secteur.

Inscription au plus tard le 8 avril 2025 auprès de Nicole Jacob au 819 477-9564 ou à nicolejcb@gmail.com en précisant, en plus de votre nom, votre numéro de téléphone

Nom : _____ Membre : ____ Non-Membre : ____

Allergie alimentaire : _____

Choix de l'activité en PM : A ____ ou B ____

Lorraine Pelletier,
pour le secteur de TR et le comité régional en environnement

Activités à venir

5. Le mardi 6 mai 2025 : Déjeuner des cruciverbistes

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

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

Heure : 9 h

Chacun paie son déjeuner.

RAPPEL

6. Le jeudi 8 mai 2025 : Assemblée générale sectorielle

Avis de convocation à la page 7.

RAPPEL

7. Le mardi 27 mai 2025 : Assemblée générale régionale

Avis de convocation à la page 8.

8. Le mardi 17 juin 2025 : Activité reconnaissance aux bénévoles de notre secteur

Cette activité est offerte à tous les bénévoles du secteur quel que soit le type de bénévolat effectué.

Visite du patrimoine : Moulin à laine d'Ulverton

210, chemin Porter
Ulverton, QC

Le Moulin à laine d'Ulverton est un musée industriel situé au cœur de l'Estrie.



« Venez découvrir l'histoire industrielle du Québec dans un cadre magnifique. Datant de **1840**, le moulin est classé **immeuble patrimonial** par le gouvernement du Québec et recèle des particularités architecturales propres aux constructions de bois et de pierres de cette époque. Pour vous, le Moulin reprend vie et reconstitue l'atmosphère d'une « shop », d'un atelier de travail où l'huile côtoie la sueur. Le travail de restauration du Moulin Blanchette a permis de remettre en fonction plusieurs de nos machines impressionnantes (cardeuse, fileuse, déchiqueteuse, etc.) »

(Suite à la page 15)

Activités à venir (Suite de la page 14)

8. Le mardi 17 juin 2025 : Activité reconnaissance aux bénévoles de notre secteur (suite)

Visite guidée : vers 10 h 30

Une immersion dans l'histoire et le fonctionnement de notre moulin à laine

Un dîner chaud sera servi.

Départ de l'autobus : 9 h 30 du stationnement du Walmart

L'autobus nous laissera devant l'entrée du Moulin Blanchette.

Retour à Drummondville : 15 h

Coût : gratuit pour nos bénévoles

Réserver auprès de Céline Arel, au 819 477-4649 au plus tard le mardi 3 juin 2025 en précisant, en plus de votre nom, votre numéro de téléphone et le bénévolat effectué à l'AREQ.



La Semaine des Sciences humaines au Cégep de Drummondville

960, rue St-Georges, Dr'ville

Tél. : 819 478-4671

Du 7 au 11 avril 2025

Les conférences et activités proposées sont accessibles au grand public.

La programmation complète de même que le lien pour les inscriptions seront bientôt disponibles sur le site du cégep au www.cegepdrummond.ca

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



Joignez-vous aux membres de l'AREQ 04E qui reçoivent déjà

le *Je m'informe* par internet.

Avantages: qualité des photos, couleur dans chaque page et économies

substantielles pour le secteur considérant

le nombre de bulletins à expédier par la poste.

Pour recevoir votre *Je m'informe* par internet, communiquer avec

Angèle Hamel Henri au **819 478-8606** ou par courriel angelehenri@hotmail.com

Bien vouloir aviser Angèle lors du changement de votre adresse courriel.

L'Ensemble vocal « Après l'école »



L'Ensemble vocal a repris ses activités le 3 septembre dernier pour l'année 2024-2025. L'année dernière, nous avons offert seize concerts, en décembre et en mai, dans différents centres d'hébergement et dans des résidences pour personnes âgées de la région. En décembre dernier, neuf concerts étaient au programme, entre le 4 et le 20 décembre. Nous ferons une autre tournée en mai prochain.

Ces moments musicaux offerts par l'Ensemble vocal sont remplis de belles émotions. L'accueil des résidents et du personnel est toujours extraordinaire. Le répertoire est varié, il y en a pour tous les goûts.

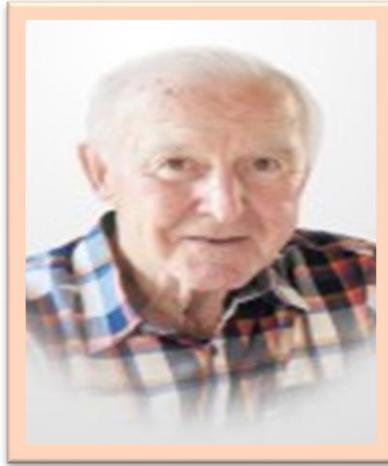
Nous éprouvons beaucoup de bonheur à donner et on réalise, une fois de plus, à quel point la musique est importante dans la vie de chacun. L'ensemble vocal, c'est une très belle équipe sous l'habile direction de Madame Suzanne Germain et il fait rayonner l'AREQ de notre région.



Nos membres décédés



Mme Hélène Lemire
80 ans
Décès : 12 octobre 2024



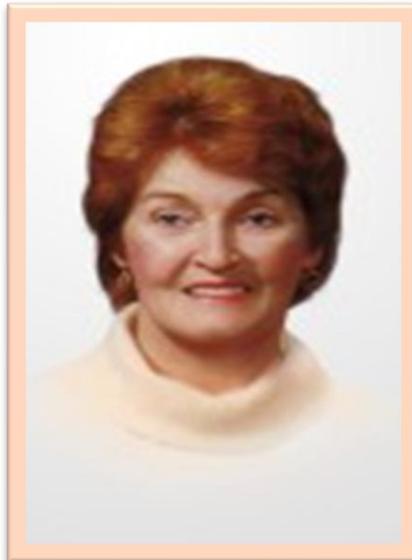
M. Louis Denis Tessier
85 ans
Décès : 25 décembre 2024



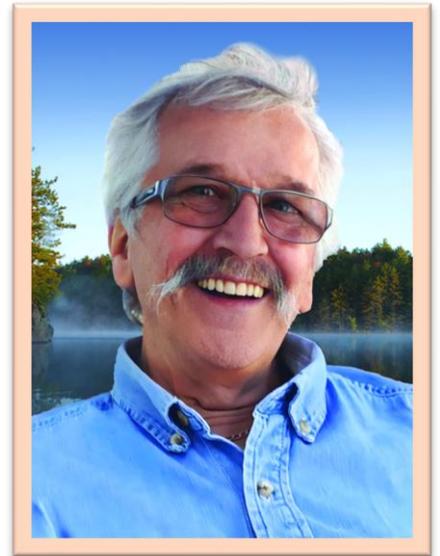
Mme Françoise Martel
81 ans
Décès : 31 décembre 2024



Mme Jeannine Cusson Mathieu
87 ans
Décès : 31 décembre 2024



Mme Monique Mathieu
90 ans
Décès : 4 janvier 2025



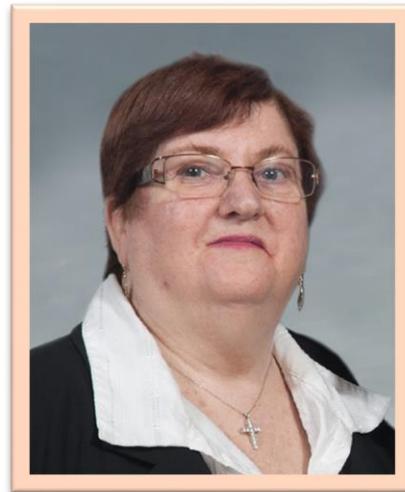
M. Daniel St-Louis
70 ans
Décès : 28 janvier 2025



Nos membres décédés



Mme Louise Barré
79 ans
Décès : 30 janvier 2025



Mme Nicole Vigneault
75 ans
Décès : 9 février 2025

Avis de décès de personnes proches de nos membres

- | | |
|------------------|--|
| 6 décembre 2024 | M. Camille Saucier, 75 ans, époux de Mme Micheline Germain |
| 7 décembre 2024 | M. Rosaire Bégin, 80 ans, frère de M. Paul-André Bégin et de Mme Jeannette Bégin Oudet |
| 18 décembre 2024 | M. André Lamothe, 80 ans, conjoint de Mme Huguette Laplante |
| 26 décembre 2024 | Mme Estelle Leclair Descôteaux, 69 ans, sœur de Mme Francine Leclair |
| 21 janvier 2025 | M. Rolland Dionne, 88 ans, frère de M. Claude Dionne et de M. Léonide Dionne |



« Si tu aimes une fleur
qui se trouve dans une
étoile,
c'est doux, la nuit, de
regarder le ciel. »
*Antoine de
Saint-Exupéry*

Mots croisés

Nom : _____ Tél : _____ Retournez la grille **avant le 01/06/ 2025**

à J.-L. Organde, 211, Gendron, app. 203,
Victoriaville, G6T 2Y9 Tél : 819 604-0645

Adresse : _____ C.P : _____

Changement important pour les prix:

Peu importe leur nombre de fautes, tous les participants qui auront envoyé leur grille complétée seront admis au tirage.

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: 58

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

GRILLE No: 59

	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- Canaillerie
- 2- Beaucoup d'eau – Pronom – Personne avare
- 3- Support magnétique d'informations inséré dans un lecteur associé à un ordinateur – Pronom personnel
- 4- Pour éviter une répétition – Anges du second chœur du second ordre, ou seconde hiérarchie
- 5- Conforme à la vérité – Paresseux – Infinitif
- 6- Indiqué par le GPS
- 7- Champignon – Un enseignant doit les avoir solides
- 8- Plante potagère
- 9- Dans la pensée chinoise ancienne, principe d'ordre et d'unité du cosmos – Établit une taxe complémentaire
- 10- Pied de deux syllabes, la première brève, la seconde longue – Qui s'abstient de prendre partie
- 11- Maladie infectieuse, épidémique et contagieuse d'origine virale, caractérisée par une inflammation des glandes parotides
- 12- Arrivés – Note – Armée féodale

VERTICAL

- 1- Changement
- 2- Celle du citron, par exemple – Rivière de Suisse, affluent rive gauche du Rhin
- 3- Article – Obtenus à l'université
- 4- Petit cheval ou jument qui va l'amble, que montait autrefois les dames – Élément atomique du même groupe que le phosphore, l'arsenic et l'antimoine
- 5- Siège dans la Grosse Pomme – Largeur d'étoffe – Précipitation désastreuse pour les cultures
- 6- (Se) donne beaucoup de peine
- 7- Si – Chaton
- 8- Préparation méthodique, apprentissage par l'habitude
- 9- Allongé – Liquide qui se forme dans un abcès
- 10- Erbium – Production cornée derrière la patte de quelques animaux
- 11- Petit récipient – Pneumopathie virale, pouvant évoluer vers une insuffisance respiratoire sévère
- 12- On l'espère bel – Volée de coups

Gagnantes de 15 \$ en carte cadeau de la grille 58 : **Rachel Beauchemin et Lucie Lavoie**

Nouvelles de la Fondation Laure-Gaudreault



Déjeuner des Neiges

Le Déjeuner des Neiges portait bien son nom cette année. Une belle neige blanche et scintillante transformait la grisaille des deux dernières années.

Nous étions une quarantaine de joyeux retraités heureux de se souhaiter une bonne année 2025, joie, santé et succès dans nos projets réalistes et réalisables.

Nous sommes au quart du 21^e siècle. Il me semble que c'était hier le bogue de l'an 2000.

Que s'est-il passé dans nos vies, autour de nous, quel est notre avenir et surtout celui de nos enfants et petits-enfants? Soyons optimistes et renseignés.

Parler, échanger, raconter les exploits des petits composent la partie chaleureuse de l'activité.

Jean-Marc est passé à un point de vente pour acheter une variété de gratteux.

Une des animations était de répondre par des chansons d'époque à une interview chantante.

On connaissait la réponse, on recevait un gratteux en cadeau.

Festival de la Poutine :



En 2024, l'organisation du Festival de la Poutine par les trois Accords a remis à la Fondation Laure-Gaudreault un montant de 1500 \$ pour ses bénéficiaires.

La première année, la FLG a reçu 700 \$ et par la suite le montant a augmenté. Depuis, la FLG a profité d'environ 12 000 \$.

Réal Henri :

En prenant une photo avec Réal à la remise du chèque de 1500 \$, nous voulions souligner l'apport important de Réal au rayonnement de la FLG. Tout a commencé lorsque Christiane Halikas a demandé à son garçon Jean-Pierre Marcotte, responsable de l'organisation du festival, de proposer les services de bénévoles pour accompagner Réal.

À la fin du festival cette année, en écho, Réal entendait des remerciements venant des Trois Accords sur la grande scène pour ses 16 années de bénévolat. Dommage, qu'en écho, le retour était perdu par la circulation de la rue.

(Suite à la page 21)

Nouvelles de la Fondation Laure-Gaudreault (Suite de la page 20)

Merci à Réal, un coordonnateur efficace, très dévoué, dynamique et sérieux. Réal est authentique. Par sa bonté, sa capacité à parler avec tout le monde, à s'intéresser à chacun avec empathie.

Il est un rassembleur!

Tu joues un rôle essentiel dans l'organisation et la formation des bénévoles qui t'ont suivi avec joie et plaisir. Les membres de la Fondation Laure-Gaudreault remercient sincèrement Réal et les nombreux bénévoles qui ont répondu présents chaque année fin août.

Par Michelle Desjardins Trempe,
responsable de la FLG 04E

Site web AREQ 04E

Bonjour aux membres,

Un groupe de bénévoles de l'AREQ 04E travaille à la conception d'un site web pour Drummondville. Nous espérons son entrée en fonction le plus tôt possible au printemps pour vous permettre de prendre connaissance des activités sectorielles à venir à mesure qu'elles seront offertes.

D'ici là, continuez à vérifier votre dernier *Je m'informe*.

Richard Aubry, édimestre

Retour sur le sondage au dîner de Noël

Voici le résultat du sondage fait lors du repas des Fêtes du 11 décembre 2024 concernant les ustensiles et couvert à apporter lors des prochaines activités avec repas.

Sur 72 feuilles distribuées:

33 personnes ont répondu « oui » pour apporter leurs ustensiles.

27 personnes ont répondu « non »

4 personnes ont répondu « oui » pour apporter couvert et ustensiles

8 feuilles sans réponse.



Merci d'avoir pris le temps de répondre au sondage lors de ce repas.

Si nous avons besoin de votre participation « pour apporter vos ustensiles », on vous le fera savoir.

Devenir bénévole



En devenant bénévole, vous contribuerez à faire une différence dans la vie de nombreuses personnes qui partagent votre intérêt pour la lecture, mais qui ne peuvent malheureusement plus s'y adonner pour diverses raisons.

Responsabilité des bénévoles

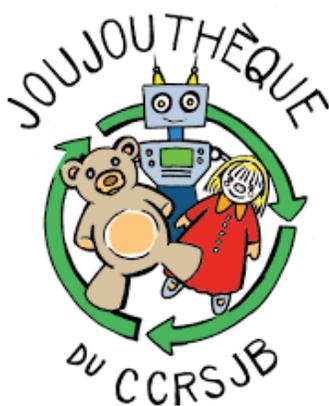
Offrir des périodes d'évasion par la lecture aux résidents de milieux d'hébergement pour aînés et faire de chaque moment une occasion de plaisir, de réconfort et de partage.

Vous êtes intéressé.es?

Communiquez avec Sylvie Blanchette au 819 474- 4470

En mars prochain, la joujouthèque du Centre communautaire St-Jean-Baptiste

située au 114, 18e avenue, fêtera ses 2 ans.



C'est quoi une joujouthèque ? C'est un endroit qui permet d'emprunter des jeux, des jouets ou des costumes pour une durée de 4 semaines. L'abonnement coûte 30 \$ pour une année et il permet la location de 6 items à la fois.

Grâce aux dons de la population, nous garnissons la majorité de notre inventaire. À quelques reprises, nous avons eu la chance de recevoir des dons en argent, ce qui nous a permis d'acheter des nouveautés. Tout ce qui est mis en circulation a été nettoyé et vérifié par notre équipe de bénévoles. Aussi, nous nous déplaçons gratuitement dans les écoles ou certains organismes afin de partager nos jeux.

C'est avec une grande fierté que nous voyons grandir notre projet et réalisons qu'il répond réellement à un besoin. Pour plus d'informations, pour connaître nos journées d'ouverture ou pour organiser une visite de groupe, vous pouvez consulter le site du Centre communautaire St-Jean-Baptiste ou notre page Facebook. www.ccrsjb.qc.ca/joujouthèque

Lucie Desloges,
Bénévole CCRJB

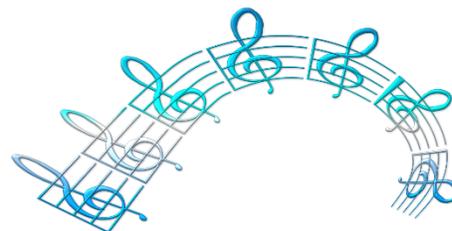
Hommage aux Beatles

Vendredi le 7 février dernier, le secteur accueillait « Georges Harrison Cournoyer » et « John Lennon Hébert » du duo « **The Beatles spirits** » pour, le temps d'un après-midi, retrouver nos jeunes années et le plaisir de chanter et danser au son des Beatles.

« Les années 60 » à leur meilleur; furent même servis les incontournables flotteurs (crème glacée-soda) emblématiques de l'époque. La collation simple, mais variée, est de celles que n'auraient pas boudées les adolescents que nous étions.

Notre système de rappel ayant cafouillé, il est malheureux qu'un nombre trop restreint de nos membres ait profité du spectacle. Les participants (eh oui, ils ont physiquement participé!) ont unanimement apprécié cette nouvelle activité.

La bonne humeur et l'enthousiasme étaient au rendez-vous comme en font foi les photos de l'événement.



Retour sur le Salon de la création 2024

Le 16^e Salon de la création s'est tenu le 2 novembre dernier. Le tout fut un grand succès où 39 exposants, artisanes et artisans, nous ont démontré de multiples manières de nourrir leur créativité et d'occuper leurs loisirs à la retraite.

Quelques centaines de visiteurs ont pu admirer cette très grande variété d'articles qui suscitent beaucoup d'intérêt, chaque année.

Merci à tous les exposants et visiteurs.



Images du web libres de droit

Salon de la Création 2025



Cette année, le **17^e Salon se tiendra le samedi 1^{er} novembre**, toujours à l'Espace Familles Lemaire (auparavant église St-Pierre), endroit rénové, spacieux et très éclairé.

Alors, membres de l'AREQ, préparez-vous pour ce 17^e Salon et n'hésitez pas à inviter vos ami.e.s artisanes et artisans à y participer!

Les membres du comité organisateur : Georgette Poirier, Hélène Deschênes, Angèle Hamel Henri et André Lapointe

Imprimé par

