

Mot du président

Avez-vous des projets que vous souhaiteriez réaliser ?

Lors de l'assemblée générale sectorielle qui a été tenue au Best Western le mercredi 24 avril 2024, les points habituels ont été traités, notamment :

- La présentation et la réception du rapport financier 2022-2023 (paraîtra dans l'Odysée de septembre).
- La présentation et la réception du rapport financier partiel au 31 mars 2024 et des prévisions budgétaires jusqu'au 30 juin 2024.
- La présentation et la réception du rapport du conseil sectoriel et du rapport des activités et des cours pour l'année 2023-2024.
- La présentation et la réception des rapports des neuf comités sectoriels et du comité de la Fondation Laure-Gaudreault pour l'année 2023-2024. (Ces rapports sont intégrés dans le présent bulletin.)
- L'adoption d'une résolution en lien avec l'indexation additionnelle en 2024. Vous trouverez le libellé de cette résolution votée à l'unanimité dans le rapport du comité de la Retraite, à la page 13 du bulletin.



Les critères d'attribution du financement pour les projets *AREQ Toujours en Action (PTEA)* ont été modifiés par l'AREQ nationale. Ce qui entraîne un refus prévisible pour deux des trois projets que nous présentons habituellement, soit la danse en ligne et la chorale. Le critère de nouveauté a été ajouté. En juin prochain, nous tenterons de présenter le projet d'aquaforme sous une nouvelle forme appelée O'GYM. Toutefois, il reste de la place pour de nouveaux projets qui pourraient être présentés pour décembre 2024.

- Voilà pourquoi, lors de l'assemblée générale sectorielle, nous avons fait une consultation sur les nouvelles activités susceptibles d'être mises en place dans le secteur. Nous avons invité les membres à soumettre leurs projets et à les organiser. Les idées suivantes ont été mentionnées.
- Jeux de société, quilles, tennis léger (pickleball).

- Ébénisterie, golf (instructeur à engager).
- Cours RCR (démonstration à organiser).
- Jumelage au Réseau informatique des aînés du Québec (RIAQ) et partenariat avec UTA pour les cours offerts par l'Université de Sherbrooke.

J'invite les membres à me contacter s'ils souhaitent s'impliquer, car les membres du conseil sectoriel ne pourront pas les mettre en place sans l'aide de nouvelles personnes bénévoles. Bonne saison estivale !

François Tanguay, président du secteur

areqrdnpresidence@gmail.com

450 858-2373



Dans ce numéro...

Mot du président : Avez-vous des projets que vous souhaiteriez réaliser ?	1
Dans ce numéro	2
Mot de la présidente régionale Un printemps chargé à l'AREQ régionale LLL	3
Rapport 2023-2024 du comité des Assurances	4 A
Adhésion possible aux assurances de l'AREQ	4 B
Rapport 2023-2024 du comité des Communications	5
Rapport 2023-2024 du comité de la condition des Femmes	6
Rapport 2023-2024 du comité des Hommes	7 A
Plan de visibilité La Personnelle	7 B
Rapport 2023-2024 du comité de l'Action sociopolitique	8
Rapport 2023-2024 du comité de l'Environnement	9
Rapport 2023-2024 du comité des Arts	10
Rapport 2023-2024 du comité Liratouâge	11 A
Vous changez d'adresse, de téléphone ou de courriel	11 B
Rapport 2023-2024 du comité de la Fondation Laure Gaudreault	12
Rapport 2023-2024 du comité de la Retraite	13
Rencontre avec les personnes responsables et substitutes le 1 ^{er} février 2024	14
Diner de la Saint-Valentin dans l'Ouest le vendredi 9 février 2024	15 A
Diner de la Saint-Valentin dans l'Est le jeudi 15 février 2024	15 B
Le temps des sucres à la cabane Lalande le jeudi 21 mars	16
Assemblée générale du secteur Rivière-du-Nord	17
Et si nous lisions... avec France Lapierre, chroniqueuse	18
Et si nous lisions... avec France Lapierre, chroniqueuse	19
Nouvelles de nos membres: Raymond Lafrance et le projet <i>Prométhée</i>	20
Les questions les plus fréquemment adressées à NOVUM	21 B
Les Grands Explorateurs (saison 2024-2025)	22
In memoriam du 1 ^{er} janvier au 1 ^{er} mai 2024	23
Danse en ligne à l'automne 2024	24

Ils ont contribué à la réalisation de ce numéro.

Correction et révision : Thérèse Rouleau et François Tanguay
Mise en page et publication : Claude Vadeboncoeur
Distribution : Lise Tousignant-Cossette et Gilles Cyr
Retouches photographiques : Gilles Piché

NDLR : Veuillez noter que nous appliquons les nouvelles règles orthographiques.

Mot de la présidente régionale Un printemps chargé à l'AREQ régionale Laval-Laurentides-Lanaudière

Le conseil régional a toujours le souci d'informer ses membres que ce soit par votre bulletin sectoriel ou que ce soit par nos conférences offertes. En passant, l'an dernier, l'AREQ nationale a fait un sondage sur les préférences de ses 60 000 membres sur les moyens de communication. Il semble, et de loin, que le bulletin sectoriel est le moyen favori. Peu de membres sont sur la page Facebook de l'AREQ et peu sont abonnés à l'infolettre de l'AREQ nationale. Et, si vous ne le saviez pas, l'AREQ avait une émission de radio *L'heure juste*; elle a abandonné ce projet de radio très peu écouté. Vous allez dire que c'est parce qu'on est d'une autre génération : génération V (vieux) ou S (sage) ou W (wow !), mais les membres lisent leurs bulletins. Ils aiment le laisser trainer sur la table à café ou la table de chevet ou la table de salle à manger pour le consulter souvent.

Les secteurs seront toujours la vie et l'âme de l'AREQ. Et en tant que présidente régionale, je me targue d'avoir des secteurs dynamiques, un conseil régional extraordinaire et des activités régionales pertinentes. Alors voici ce que la région vous a offert ce printemps. Je vous fais un résumé, mais vous avez reçu par vos bulletins sectoriels ou par les envois électroniques les formulaires d'inscription pour toutes ces belles conférences qui ont toutes eu lieu au Best Western de Saint-Jérôme.

Le 22 mars, le comité des Femmes a présenté une conférence de **madame Nicole O'Bomsawin** (en avant-midi) ainsi que des capsules sur l'histoire des femmes au Québec (en après-midi).

Le 11 avril, le comité de l'Environnement a présenté le film d'Hubert Reeves *L'Océan vu du cœur* avec comme invitée madame Iolande Cadrain-Rossigol, la réalisatrice du film.

Le 16 avril, deux conférences ont été offertes, la première sur notre régime **d'assurance BENEVA** avec Johanne Freire en avant-midi et la deuxième de Samuel Labrecque sur le maintien à domicile en après-midi.



Sur la photo, le conseil régional avec quelques responsables de comités régionaux.



Le 22 mai, ce sera **notre AGR**, également au Best Western, ne l'oubliez pas. Les informations sur le projet d'ordre du jour sont dans votre bulletin sectoriel.

Pour corroborer le dynamisme de notre conseil régional, voici une photo avec quelques responsables de comité que le conseil régional avait invités le 14 décembre 2023 pour partager un coquetel dinatoire. Il faut bien avoir de petites compensations de temps à autre comme bénévoles...

Pierrette Boudreau,
présidente régionale
Laval, Laurentides, Lanaudière

Rapport 2023-2024 du comité des Assurances

Bonjour à toutes et à tous. Avec la venue de BENEVA, notre corporation ASSUREQ est sur le point d'être dissoute. L'AREQ est dorénavant copreneuse du régime d'assurance collective ASSUREQ avec la CSQ (comme c'était le cas avant 1997). Il y aura la création d'un comité aviseur sur les assurances. Cela ne changera rien pour les membres assurés. Les points sur les assurances seront traités lors des conseils nationaux. Suivez toutes les infos sur le site [l'AREQ/ASSUREQ/Documentation](#) dont les documents [aide-mémoires en cas de décès](#).

En janvier, vous avez reçu le petit dépliant « Assurance collective, **Votre régime** en un coup d'œil » de six pages. Il est bien, c'est une façon rapide de s'y retrouver et d'y connaître les différentes primes de votre assurance. Pour plus de renseignements, vous devez vous rendre dans votre espace client de Beneva et choisir notre groupe « Retraités CSQ ... ». Vous y aurez la brochure identifiée par « Brochure retraités - brochure ». Cette brochure est plus complète avec ses 60 pages et aura l'avantage d'être remise à jour périodiquement.

Du nouveau pour vos réclamations. Vous pouvez continuer comme auparavant dans [beneva espace-client](#), mais une nouvelle possibilité s'offre à vous, surtout pour les personnes n'ayant pas internet. Le formulaire de réclamations n'est plus exigé. Vous n'avez qu'à mettre dans une enveloppe vos reçus avec votre nom, votre adresse, votre numéro de certificat d'assurance et de mettre le tout à la poste. Si vous réclamez des médicaments pour le traitement de l'obésité, depuis février 2024, vous devez avoir une prescription du médecin afin de limiter les abus. Les personnes qui ont réclamé avant février sont correctes.

Les personnes qui retournent au travail avant 65 ans doivent participer à l'assurance de l'employeur si ce régime couvre les médicaments et peuvent demander l'exemption du régime ASSUREQ ou posséder les deux régimes. Après 65 ans, il est préférable de rester avec le régime ASSUREQ.

Malheureusement, mon remplaçant anticipé fut dans l'obligation de se retirer. Le poste de responsable au dossier des assurances est de nouveau ouvert. Si ça vous intéresse, communiquez avec François Tanguay au 450 858-2373. Ce fut très valorisant pour moi de vous venir en aide.

Salutations, *Jacques Lajeunesse*

Adhésion possible aux assurances de l'AREQ

Bonne nouvelle!

Vous connaissez quelqu'un qui n'a pas adhéré aux assurances de l'AREQ au moment de sa retraite et qui le regrette? Voilà sa chance! Il lui est désormais possible de rejoindre des milliers de membres qui bénéficient d'une assurance complète, incluant une assurance voyage très avantageuse.

Il suffit d'avoir été un jour membre d'un syndicat affilié à la CSQ, et ce, même si ce ne fut que pour une courte période et que cela remonte à longtemps.

Pour plus de détails, invitez votre entourage à communiquer avec l'AREQ au 1 800 663-2408 ou à info@areq.lacsq.org.

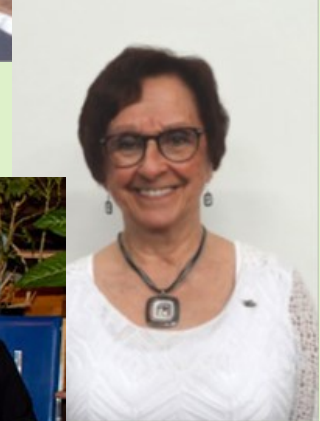
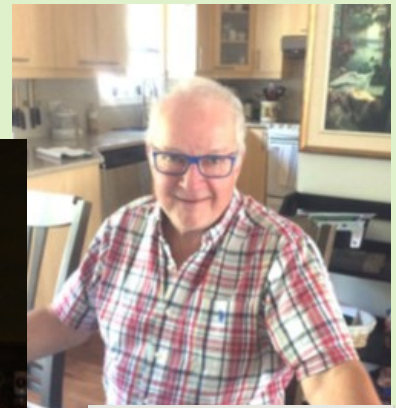


AREQ
Le mouvement des personnes
retraitées CSQ

Rapport 2023-2024 du comité des Communications

Responsabilités partagées en lien avec le bulletin *L'Odysée*

- Le conseil sectoriel assure la production des trois bulletins *L'Odysée* par année.
- Claude Vadeboncoeur assure le montage et la publication de chaque bulletin.
- Thérèse Rouleau et François Tanguay assurent la correction et les révisions.
- Lise Tousignant-Cossette et Gilles Cyr assurent la distribution.
- Alain Monette assure la livraison à Postes Canada.
- Gilles Piché assure les retouches photographiques.



Les communications dans l'Ouest du secteur

- Claire Blais-Corbeil assure les envois électroniques dans l'Ouest du secteur.
- Denyse Saint-Jacques et Esthel Morissette assurent la chaîne téléphonique dans l'Ouest.



Les communications dans l'ensemble du secteur et dans l'Est du secteur

- Monique Lafrance assure les envois électroniques à l'ensemble des membres et des personnes amies du secteur.
- Christian Delisle coordonne la liste des téléphonistes dans l'Est du secteur avec l'aide de Marie Picher, la 2^e vice-présidente.
- Francine Jasmin assure la mise à jour du site Web du secteur RDN.



François Tanguay, responsable du comité des Communications

Rapport 2023-2024 du comité de la condition des Femmes

Suite au Congrès qui a eu lieu à Lévis en juin dernier, nous avons amorcé un nouveau triennat 2023 - 2026. À partir des orientations de l'AREQ (CSQ) adoptées à ce Congrès, nous devons élaborer notre **plan d'action** pour les trois prochaines années. Lors de notre première rencontre du 28 septembre 2023, nous avons nommé Sylvie Francis du secteur Lanaudière comme responsable régionale du comité de la condition des femmes et Claire Blais Corbeil, moi-même, comme coresponsable régionale.

Ensemble, nous avons convenu que les orientations suivantes seraient nos priorités :

- > Lutter contre l'âgisme et les abus financiers à l'encontre des personnes âgées.
- > Veiller au respect et à la dignité des personnes âgées.
- > Promouvoir l'égalité de fait entre les femmes et les hommes en travaillant à l'élimination de toutes les discriminations à l'égard des femmes, pour l'atteinte de cette égalité.
- > S'associer à des organismes et à des causes qui rejoignent nos valeurs et nos préoccupations.

Le 6 novembre 2023, nous nous sommes réunies à nouveau pour planifier un projet de lecture en commun du livre « Brève histoire des femmes au Québec » de Denyse Baillargeon. C'était en lien avec l'orientation 15 de l'axe 2 du document sur les orientations de l'AREQ (CSQ) intitulée *La défense des droits de nos membres et la participation au mieux-être de la société*.



Les grands points à travailler étaient les suivants :

- 1 - Situer les grandes lignes de l'histoire du Québec de l'époque.
- 2 - Ressortir la place et l'histoire des femmes dans cette période.
- 3 - Nommer les figures de proue de l'époque et leurs œuvres.
- 4 - Et en rafales en mentionnant un fait marquant :
 - * ce qui a révolté;
 - * ce qu'on a le plus aimé dans le rôle des femmes de l'époque;
 - * ce qui a agréablement étonné, surpris.

Le 1er mars 2024, une autre rencontre était prévue pour faire la plénière de chacun des chapitres lus par secteur et le visionnement de quelques diaporamas préparés à la suite de cette lecture. Lors de cette rencontre, tout a été planifié pour une présentation agréable et enrichissante pour la réunion régionale du 22 mars 2024.

Pour la Journée internationale des DROITS des Femmes, **le 8 mars 2024**, le thème de cette année était : « **ÇA GRONDE** ». Un message électronique a été envoyé à tous les membres pour dire que : « Oui, oui, ça gronde de partout; en éducation, dans le système de santé, en logement, la crise climatique, l'état des routes, la guerre dans plusieurs pays, etc. » Effectivement, partout c'est difficile. Mais cette année, j'ai voulu que l'espace d'une journée, on oublie ces **problèmes** pour mettre un peu de fraîcheur, un peu d'amour et quelques sourires autour de nous.



Le 22 mars, lors d'une rencontre régionale, nous recevions la visite de madame Nicole O'Bomsawin; une grande Dame qui est venue raconter l'évolution des femmes autochtones. Elle a visité des centaines d'écoles et rencontré des milliers d'élèves au Québec pour partager une autre version de l'histoire, faire tomber les préjugés et les stéréotypes et aussi actualiser l'image de l'amérindien. Elle fait partie de l'Association des Femmes autochtones du Québec.

En après-midi, ce fut la fameuse présentation du résumé du livre « Brève histoire des femmes au Québec ». Quel travail ! Toutes les femmes de chaque secteur y ont mis du cœur pour réaliser une tâche exceptionnelle, résumés et diaporamas à l'appui, qui résumait très bien le vécu des femmes du Québec depuis plusieurs décennies jusqu'à nos jours. Bravo à chacune d'entre vous!

Bonne fin d'année et un été sans pareil !

Claire Blais Corbeil, responsable sectorielle pour le comité de la condition des Femmes

Rapport 2023-2024 du comité des Hommes

Rencontre du comité régional des Hommes le 28 septembre 2023

Élaboration du plan d'action triennal avec les membres du comité régional

Tâche prioritaire de la rencontre : convenir de l'activité visant à souligner le Journée internationale des hommes

Activité visant à souligner la Journée internationale des hommes le 17 novembre 2023

En avant-midi, conférence sur l'amitié avec Pierre l'Heureux, andrologue, chargé de cours à l'Université de Montréal, et madame Martine Thouin, agente en Relations humaines (CISSS Laurentides)

En après-midi, Roger Laporte, coresponsable du comité des Hommes, présente sa démarche de grand-parentalité vécue avec ses petits-enfants, notamment la construction de pentaminos.

Rencontre du comité régional le lundi 27 mai 2024

- En avant-midi, deux sujets abordés par Charles-David Dufresne
 1. La grand-parentalité au masculin : échos de la recherche qualitative
 2. Les droits des grands-parents au regard de leurs petits-enfants
- En après-midi, retour sur l'année 2023-2024 et perspectives 2024-2025



Gilles Bégin, substitut du comité des Hommes



**Profitez d'assurances
auto, habitation et
entreprise exclusives**

Optez pour des tarifs préférentiels
et un service hors pair

csq.lapersonnelle.com
1 888 476-8737

La Personnelle désigne La Personnelle, assurances générales inc. La marque La Personnelle^{MD} ainsi que les marques de commerce associées sont des marques de commerce de La Personnelle, compagnie d'assurances, employées sous licence. Certaines conditions, exclusions et limitations peuvent s'appliquer.



AREQ
Le mouvement des personnes
retraitées CSQ



Centrale des syndicats
du Québec

Partenaire de la CSQ



laPersonnelle
Assureur de groupe auto, habitation
et entreprise

Rapport 2023-2024 du comité de l'Action sociopolitique

AUTOME 2023

Le comité de l'Action sociopolitique a été convié au Best Western par les instances régionales afin de participer, dans un premier temps, à une conférence sur les services juridiques NOVUM et, dans un deuxième temps, pour échanger sur les préoccupations respectives des différents secteurs.

C'est en après-midi que nous avons rédigé notre plan d'action conformément aux orientations du triennat 2023-2026. Nous avons donc décidé de nous informer, chacun et chacune de notre côté, de la situation du SOUTIEN À DOMICILE dans chacun de nos secteurs respectifs.



Après avoir épluché tous les feuillets d'information disponibles lors du Salon des aînées qui a eu lieu au Quartier 50+, le 16 septembre dernier, nous avons fait des téléphones dans quelques organismes à but non lucratif afin de vérifier les conditions liées aux services offerts. De plus, nous avons rencontré une proche aidante qui nous a fait part des services reçus et de sa satisfaction. Notre conclusion a été soumise au comité de l'Action sociopolitique régional lors de la rencontre du 9 novembre 2023. Nous pouvons vous affirmer que nous sommes bien servis dans le secteur Rivière-du-Nord. À la suite de nos recherches, nous avons souhaité que tous les membres puissent avoir accès à une conférence donnée par l'AREQ nationale sur les procédures de placement.

PRINTEMPS 2024

Les soins à domicile et les procédures de placement

Le 16 avril dernier, nous avons eu une conférence de M. Samuel Labrecque, conseiller à l'AREQ nationale.

Cette conférence a mis la lumière sur le fait que dans 10 ans la pyramide des âges sera inversée. Le Québec aura 25 % de sa population âgée de 65 ans et plus. Pour soutenir le modèle actuel, 13,700 infirmières et 45,000 travailleurs de soins d'assistance seront nécessaires d'ici 2040. L'AREQ participera le 8 mai prochain au grand Rendez-vous national sur le maintien à domicile à Québec, organisé par la Coalition pour la dignité des aînés. Entre autres, il sera suggéré d'investir dans des équipements qui permettront aux personnes de demeurer à domicile plutôt que d'investir, à grands frais, dans des infrastructures qui demandent constamment des investissements. Pour chaque \$ investi dans le béton, investissons 1 \$ dans les soins à domicile afin d'équiper les personnes pour leur faciliter la vie.

Aide médicale à mourir anticipée

Pour donner suite aux recommandations du conseil sectoriel, une lettre et un courriel ont été envoyés le 20 mars dernier à notre député fédéral, M. Rhéal Eloi Fortin, afin de lui demander de mettre de la pression sur la modification du Code criminel pour que la Loi 11 du gouvernement québécois sur l'aide médicale à mourir anticipée soit adoptée à l'Assemblée nationale le plus rapidement possible.

Maltraitance (action réalisée lors de l'Assemblée générale sectorielle)

Lors de l'AGS, le 24 avril dernier, nous avons présenté une des quatre vidéos de Jean-Sébastien Girard et nous avons distribué un dépliant intitulé *La maltraitance, ça nous concerne tous !*

<https://www.youtube.com/embed/Mo0t5pB8j3k?autoplay=1&rel=0> (Parlons-en)

<https://www.youtube.com/watch?v=WdCPi2bMuFY> (Psychologique et physique)

<https://www.youtube.com/watch?v=Rt5dOYJD0FI> (Maltraitance financière)

<https://www.youtube.com/watch?v=HLokUZEWTRU> (L'Âgisme)

Marie Picher, 2^e vice-présidente du secteur, répondante du comité d'Action sociopolitique

Rapport 2023-2024 du comité de l'Environnement

Tout récemment, nous avons eu le plaisir de participer à deux événements fort instructifs et nous souhaiterions vous en faire part.

En mars dernier, nous avons assisté à une téléconférence animée par Catherine Lalongé ayant pour titre **L'analyse du cycle de vie (ACV) : Comment prendre de meilleures décisions pour mieux consommer.** Sommaire, l'ACV consiste à examiner un produit en fonction de l'acquisition des ressources, la production, le transport, l'utilisation et la fin de vie. Sans vouloir faire de nous des spécialistes, ça porte à réfléchir sur le choix de produits ainsi qu'à l'impact environnemental.

Le second événement consistait au visionnement du film documentaire **L'océan vu du cœur** réalisé par Iolande Cadrin-Rossignol et Marie-Dominique Michaud suivi d'un échange avec madame Cadrin. Bien que l'océan soit perçu comme vulnérable et en danger, le documentaire se



veut malgré tout optimiste et nous invite à redécouvrir ce qui le met en péril et surtout d'en apprendre davantage sur son grand potentiel de régénération.

Pour ceux et celles qui souhaiteraient le visionner (en location) peuvent se rendre sur le site internet à l'adresse suivante <https://maison4tiers.com/product/locean-vu-du-coeur/>

En terminant, nous vous invitons à vous inscrire à la sortie annuelle qui se tiendra le jeudi, 14 juin 2024 à Lachute et ses environs. Au programme, une visite guidée gratuite à la centrale hydroélectrique de Carillon en matinée et une visite du centre de tri Tricentris de Lachute, également sans frais. Ce sera un merveilleux moment pour revoir des amis ou d'anciens collègues tout en s'informant sur le fonctionnement d'une centrale et de son histoire et se renseigner sur les matières recyclables et en connaître davantage sur une utilisation correcte du bac bleu.



Yvonne Montpetit-Labelle, responsable du comité et
Isabelle Prévost, substitute



Rapport 2023-2024 du comité des Arts

Voici les actions que nous avons posées durant la dernière année avec le comité des Arts. En septembre dernier, nous avons tenu une rencontre afin d'élaborer notre plan d'action pour les mois à venir.

Nous avons discuté de projets visant à visiter des musées, mais le tout a finalement été reporté à l'année prochaine. Nos efforts ont été concentrés sur l'organisation de notre exposition annuelle. Le comité s'est réuni en janvier dernier afin de dresser les grandes lignes de cet événement artistique.

L'exposition s'est déroulée les 19 et 20 avril derniers au Centre Notre-Dame à Saint-Jérôme. Une trentaine d'exposants ont présenté leurs œuvres dans les domaines des arts visuels, en photographies, en sculptures, et en métiers d'art et artisanat. Fait à noter, nous avons connu une baisse au niveau du nombre d'exposants.

Cinq prix ont été remis à des exposants sans oublier une dizaine de prix décernés à la suite d'un tirage au sort. Nous avons prévu une dernière rencontre pour faire le bilan de cet événement.

Danielle Boyer, responsable du comité des arts.



Prix du public en arts visuels
remis à Jean-Yves Prévost



Prix du public en photographie
remis à Pierre A Giroux



Prix du public en sculpture remis à
Pierre A Giroux



Prix du public en métiers d'art
remis à Sylvio Bélanger



Prix du public en artisanat
remis à Line Allard

Rapport 2023-2024 du comité Liratoutâge

Liratoutâge se porte bien. Bientôt, soit en juin 2024, nous aurons deux ans d'existence dans la région Laval-Laurentides-Lanaudière. Nous sommes présents dans 16 milieux et 26 personnes bénévoles œuvrent au sein de notre mouvement. Toutefois, à ce jour, plusieurs milieux demeurent orphelins. En effet, nous n'arrivons pas à combler les demandes des divers milieux. Certaines résidences désireuses de profiter du service *Liratoutâge* voient leur besoin inassouvi et ce n'est pas faute d'être présent à la tâche.

En effet, à la gestion de cette merveilleuse équipe de personnes bénévoles, se sont jumelées à moi, Mme Maude Tweddell, coordonnatrice au niveau provincial qui voit à l'expansion du mouvement *Liratoutâge* dans les différentes régions du Québec, Mme Christiane Laforge qui est répondante du comité *Liratoutâge* et qui agit aussi à titre de substitue et Mme Isabelle Maltais, substitue. Toutes ces personnes ont une fonction très active au sein de *Liratoutâge* et leur aide m'est très précieuse, car seule, je ne suffirais pas à la tâche.

D'ailleurs, ma tâche consiste d'abord à repérer un milieu désireux de faire partie du projet, et ce, dans l'environnement géographique de la résidence de la personne bénévole. Par la suite, une rencontre est organisée entre les deux parties afin de présenter les conditions gagnantes à mettre en place pour assurer la pérennité du projet à la résidence choisie. S'ensuit un soutien inconditionnel que j'assume autant auprès du milieu que de la personne bénévole.

Également, les personnes bénévoles actives sont contactées par voie téléphonique afin de soutenir leur participation à *Liratoutâge*. De surcroît, une rencontre en présentiel est proposée à l'automne, à toutes les personnes bénévoles désireuses d'y participer. D'ailleurs, cette année, cette rencontre aura lieu le 19 septembre. Lors de cette rencontre, les personnes bénévoles ne sont nullement avares à transmettre leur expérience personnelle. Tout un chacun en ressort ragaillard.

Alors, si la mission *Liratoutâge* vous intéresse, n'hésitez pas à me contacter. Fait important à souligner, *Liratoutâge* fut récipiendaire du prix *Hommage Bénévolat Québec 2024*, prix remis à l'Assemblée nationale.

Au plaisir !

Maryse Cossette, responsable du comité *Liratoutâge*
450-504-7176



Maryse Cossette et
Maude Tweddell

Vous changez d'adresse, de téléphone ou de courriel

Vous informez votre AREQ nationale, que ce soit pour un déménagement, un changement de téléphone ou un changement d'adresse de courriel.

C'est au siège social de l'AREQ nationale que vous devez vous adresser.

Téléphonez au 1 800 663-2408

Ou compléter les informations à l'adresse info@areq.lacsq.org en cliquant sur l'onglet *Nous joindre*.

Ou écrivez à l'adresse suivante :
AREQ CSQ, 320, rue Saint-Joseph, Québec, QC, G1K 9E7

Rapport 2023-2024 de la Fondation Laure-Gaudreault

Le comité FLG Rivière-du-Nord est composé de Mesdames Danièle D'Août, Francine Pilon, Marcelle Lemay-Fournier et moi-même, Denise Mercier.

Notre principale tâche est d'assurer le volet sociocommunautaire de l'AREQ. Pour ce faire, nous organisons les levées de fonds. Les sommes accumulées nous permettent ensuite de répondre, en partie, aux besoins exprimés par nos organismes venant en aide aux aînés, aux jeunes ou aux femmes de notre secteur.

Le comité s'est réuni à deux reprises pour préparer son plan d'action : en août, préparation des activités d'automne et en avril, planification de nouvelles activités de financement. Nous avons participé à deux assemblées et avons assisté à l'Assemblée générale de la FLG qui a suivi l'AGR le 22 mai dernier, où a été dévoilé le bilan régional de la Fondation. La présence des membres présents a été très appréciée.

Nos sources de financement proviennent d'une contribution du conseil sectoriel, de tirages, de dons personnels et de vente de cartes de sympathies. Depuis plusieurs années, la FLG effectue des tirages d'œuvres d'art, œuvres qui sont données à la FLG par des artistes retraités. Il s'agit de Mesdames Fouquette, Des Landes, Cadot, Bonneville, Boyer, ainsi que M. Giroux que nous remercions très chaleureusement.

Nous souhaitons rejoindre un plus grand nombre de contributeurs. En conséquence, cette année, nous proposons deux nouvelles activités : une *vente de produits artisanaux* dans le cadre de l'exposition des arts et *un encan silencieux* lors du dîner des bénévoles et du 45^e de l'AREQ. L'argent recueilli sera **entièrement** remis à la FLG.

Le comité souhaite accroître la visibilité de la FLG et faire connaître sa vocation : publiciser nos actions et utiliser le site WEB de la FLG.



Des lettres de sollicitation seront envoyées à nos personnes élues, suivies de rappel si nécessaire. Je vous invite à vous inscrire à l'Infolettre de l'AREQ et à consulter une capsule vidéo consacrée à Laure Gaudreault dans le cadre d'un projet visant à mieux faire connaître **Nos Géants**. Nous sommes fiers et fières de porter et d'honorer son nom.

Denise Mercier, responsable sectorielle de la Fondation Laure-Gaudreault et présidente de la fondation pour la région Laval, Laurentides, Lanaudière

Denise Mercier à l'œuvre pendant l'exposition en Arts et métier d'art du secteur pour recueillir des dons au profit de la fondation.

Elle a vendu des produits artisanaux confectionnés par elle-même et tous les profits recueillis de cette vente ont été remis à la Fondation Laure-Gaudreault.

Rapport 2023-2024 du comité de la Retraite

Voici les actions du comité sectoriel de la Retraite 2023-2024 :

Participation aux rencontres du comité régional de la Retraite : le 10 octobre 2023, le 21 novembre 2023, le 26 février 2024 (par Zoom), et le 9 avril 2024 (par Zoom).

Lors de ces rencontres, nous avons discuté des points suivants : préparation d'un plan d'action triennal 2023-2026, ainsi que des actions prévues cette année, préparation d'une 3^e vidéo sur comment est constitué notre régime de retraite (qui le paie), échange d'informations sur *l'Observatoire de la Retraite*, la *Tribune des Retraités*, le comité de travail CSQ sur l'indexation, et l'indexation additionnelle de notre rente pour cette année.

Participation à la rencontre des personnes responsables et substitutes des comités le 1^{er} février 2024, afin de collaborer à la rédaction du plan d'action triennal 2023-2026 du secteur RDN.

Préparation d'articles pour les bulletins de *l'Odyssee* d'octobre 2023, janvier et juin 2024.

Rédaction d'un communiqué diffusé par la chaîne électronique sur l'indexation partielle du *RREGOP* et ses conséquences sur les personnes retraitées, entre autres, une perte importante de leur pouvoir d'achat au fil des ans.

Lecture du dossier produit par *l'Observatoire de la Retraite* intitulé *Les régimes de retraite et la question de l'indexation des rentes : le cas du RREGOP* (janvier 2024), qui a également été présenté par François L'Italien lors de l'AGR du 22 mai 2024. Nous avons invité les membres à assister à cette présentation.

Lors de l'AGS du 24 avril dernier, présentation des calculs complexes de l'indexation du *RREGOP* qui entraînent une indexation partielle. Présentation de l'indexation additionnelle en 2024 avec les critères qui régissent cette indexation additionnelle. **Adoption à l'unanimité, par l'AGS Rivière-du-Nord, de la résolution suivante** : que le secteur Rivière-du-Nord, sous la présidence de François Tanguay, appuie *l'AREQ* dans ses démarches auprès du gouvernement pour que celui-ci honore ses engagements envers l'indexation des rentes du secteur public, soit de verser sa part dans le cadre du paiement de l'indexation additionnelle en 2024.

Si le gouvernement accepte de verser sa part de l'indexation additionnelle, soit 0,4 % pour les années 1982-1999 pour que l'indexation augmente de 0,4 % par le *RREGOP* et 0,4 % par le gouvernement. Cela permettrait d'obtenir 50 % du taux d'augmentation du coût de la vie, soit 2,2 % comme pour les années 2000 et plus. Sinon, l'indexation des années 1982-1999 sera de 1,8 %. Nous aurons le versement de l'indexation **additionnelle** autour du mois d'août (rétroactive au 1^{er} janvier 2024, s'appliquant ensuite aux mois suivants jusqu'en décembre 2024 et non récurrente).

Pour plus de détails, vous pouvez lire l'article de *l'Odyssee* de janvier 2024, aux pages 9 et 10.

Nous vous invitons à regarder les vidéos dont les liens sont sur le site *Web* du secteur, à les partager, et à appuyer les actions décidées par l'*AREQ* nationale afin d'améliorer l'indexation de notre régime de retraite.

Voici le lien pour la 3^e vidéo du comité régional de la Retraite intitulée *Qui paie notre rente de retraite ?*
<https://www.youtube.com/watch?v=cySFhzBUdBk>

Chantal Derisse, coresponsable du comité Retraite

Suzanne Labrecque, coresponsable du comité Retraite

Christiane Laforge, secrétaire au conseil sectoriel et répondante du comité Retraite

Rencontre avec les personnes responsables et substitutes le 1^{er} février

Cette rencontre a permis d'élaborer le plan d'action sectoriel dans la visée du plan d'action triennal de l'AREQ nationale. À cette occasion, en plus des actions identifiées par les membres des dix comités sectoriels, ont été identifiées les principales actions prises en charge par les membres du conseil sectoriel. Elles sont listées ci-dessous.



- *François Tanguay*, président du secteur

Axe 1 : La vie associative et les services à nos membres

Faire connaître des publicités, audiovisuelles et imprimées au sujet de l'AREQ.

Faire connaître les valeurs de l'AREQ en les affichant lors de l'AGS.

Offrir au CSSRDN des dépliants de l'AREQ pour les nouvelles personnes retraitées.

Demander des informations sur les syndicats locaux de notre secteur affiliés à la CSQ.

Organiser une info-retraite en juin à l'intention des nouvelles personnes retraitées.

Intégrer la nouvelle signature visuelle de l'AREQ dans l'entête du bulletin *L'Odyssee*.

Jumeler le 45^e anniversaire du secteur RDN avec le dîner des personnes bénévoles.

Offrir des activités sociales variées, incluant un dîner pour les membres de 80 ans et plus.

Offrir des activités d'aquaforme, de danse en ligne et la chorale *Les Voix de l'amitié*.

Publiciser les activités des *Grands Explorateurs* dans le bulletin *L'Odyssee*.

Faire connaître les décès de nos membres et de leur famille dans le bulletin *L'Odyssee*.

Signaler la contribution de nos membres dans la chronique *Nouvelles de nos membres*.

Mettre à jour régulièrement le *Guide des règles administratives du secteur RDN*.

Assurer le remboursement des frais de déplacement pour les activités obligatoires du CS.

Accueillir les nouveaux membres de l'AREQ lors du dîner de Noël pour tous.

Recruter de nouvelles personnes bénévoles pour s'impliquer dans les activités du secteur.

Participer au comité régional de la relève quand ce dernier sera mis sur pied par le CR.

Assurer une représentation sur le comité des conférences de la TRARA.

Faire connaître nos conférences (TRARA, table Parole aux aînés, du Savoir et des Sages).

Mettre à jour régulièrement le site Web du secteur.

Informez nos membres sur NOVUM dans le bulletin *L'Odyssee*.

Axe 2 : La défense des droits de nos membres et la participation au mieux-être de la société

Collaborer avec les organismes *Appui Proches aidants* et la *Halte des proches*.

Assurer une représentation à la grande TRARA.

Publiciser la chronique intitulée *Et si nous lisions* dans chaque bulletin *L'Odyssee*.

Assurer une représentation au *Réseau des femmes des Laurentides (RFL)*.

Diner de la Saint-Valentin dans l'Ouest le vendredi 9 février 2024



Pour la plupart d'entre nous, la Saint-Valentin est un événement relié à l'affection.

Pour nous, c'est le moment de célébrer le bonheur, l'amitié, le partage... L'occasion de partager un bon repas c'est très agréable.

Le rendez-vous de cette année était au restaurant « Le Plateau du Carrefour » à Lachute le 09 février 2024. L'ambiance était festive, on ressentait le plaisir de se retrouver entre personnes amies.



Merci aux organisatrices mesdames Esthel Morrissette et Claire Blais-Corbeil pour les magnifiques décorations.

Marcelle Lemay-Fournier 1^{re} conseillère du secteur

Diner de la Saint-Valentin dans l'Est le jeudi 15 février 2024

Cette année, le diner de la Saint-Valentin de l'Est du secteur a été souligné au restaurant Scores de Saint-Jérôme avec 38 personnes (29 membres, sept personnes amies et deux personnes accompagnatrices). C'est Jean-Marie Brissette, le trésorier du secteur qui était responsable de l'organisation de l'activité. Au lieu de procéder à des tirages, ce dernier a remis à chacun des membres et des personnes amies une enveloppe avec un billet de 10 \$ en guise de remise sur le prix de leur diner.

Je remercie Jean-Marie d'avoir accepté d'organiser cette activité de façon différente; ce qui fut sans doute apprécié par les personnes présentes.

François Tanguay, président du secteur



Le temps des sucres à la cabane Lalande

Les membres et personnes amies étaient nombreux (73) pour ce rassemblement toujours attendu, « la plus sucrée des traditions de la culture québécoise ».

La cabane à sucre Lalande a fêté son 100^e anniversaire d'existence et M. Claude Charbonneau se réjouit d'en être propriétaire depuis les 11 dernières années. Il a mis beaucoup d'énergie pour améliorer les lieux afin que la clientèle se sente dans une ambiance chaleureuse et relaxante. Pour ajouter à cette ambiance, une salle était réservée pour notre groupe; ce qui favorisait les échanges.

En plus, nous avons la chance d'avoir un animateur dynamique connu de plusieurs membres, soit M. Gilles Cyr. Quel plaisir de déguster le menu traditionnel « des sucres », soupe aux pois, cretons, omelette, jambon à l'ancienne, pommes de terre rissolées, « oreilles de crisse », ragoût de boulettes, saucisses dans le sirop et une variété de dessert.

Avant de continuer de s'amuser, on a procédé à un tirage de produits d'érable. Merci au conseil sectoriel pour sa participation financière.

On ajoute à la gourmandise en dégustant l'incomparable tire d'érable. Quand les personnes présentes ont été repues, M. Gilles Cyr a entraîné nos danseurs et danseuses jusqu'à 16 heures.

Merci spécialement aux personnes qui ont collaboré à cette activité : Lise Tousignant-Cossette, Claire Blais-Corbeil, Jean-Marie Brissette, Marie Picher et Gilles Cyr,

Marcelle Lemay-Fournier, 1^{re} conseillère du secteur, et *Christiane Laforge*, secrétaire du secteur.



Les personnes qui ont gagné un produit de l'érable lors du tirage



La trentaine de danseuses et danseurs guidés.es par Gilles Cyr

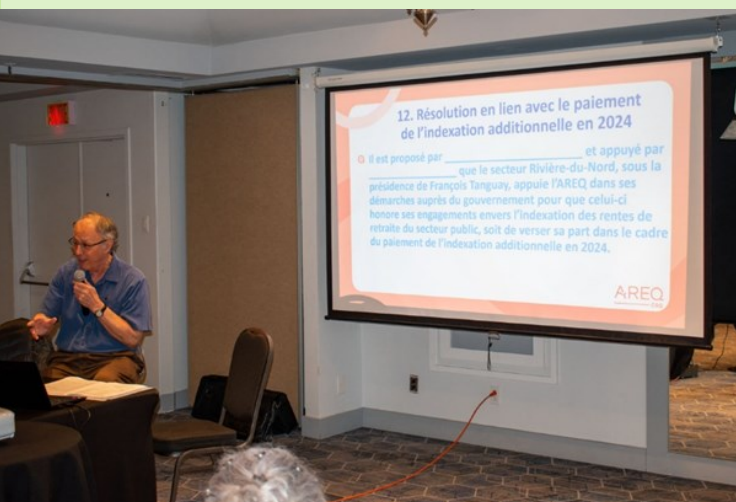
Assemblée générale sectorielle le 24 avril 2024 au Best Westen

C'était au tour de l'Est de recevoir l'assemblée générale du secteur. Le quorum ayant été revu à la baisse lors du dernier Congrès en juin 2023, les 45 membres présents ont assuré le quorum. À leur arrivée, ces derniers ont reçu un cahier de 12 pages avec les informations pertinentes.

Lors de la présentation du rapport financier partiel de l'année 2023-2024, Jean-Marie Brissette, le trésorier, a expliqué les décisions prises par le conseil sectoriel pour contrer le déficit constaté pendant les deux dernières années. Tous les montants alloués aux différentes activités et aux différents comités ont été revus à la baisse. Des suggestions ont été faites par les membres de l'assemblée et le conseil sectoriel les prendra en considération lors de l'élaboration des prévisions budgétaires de l'année 2024-2025. Dans ma présentation du rapport du conseil sectoriel, j'ai rappelé le partage des dossiers qui est en usage au conseil sectoriel. Chaque membre du conseil sectoriel est répondant de certains comités et de certaines activités. Ce partage est reflété dans les articles qui paraissent dans le présent bulletin.

Dans la présentation du rapport de son comité, chacune des personnes responsables ou substitutes a évoqué ce qui a été réalisé cette année au plan sectoriel et surtout au plan régional.

L'AREQ nationale avait demandé qu'une résolution sur l'indexation additionnelle soit soumise au vote de l'assemblée dans chacun des secteurs du Québec en guise d'appui à leur démarche pour demander au gouvernement de mettre sa part. Le libellé de la résolution qui a été adoptée à l'unanimité était le suivant :



« Il est proposé que le secteur Rivière-du-Nord, sous la présidence de François Tanguay, appuie l'AREQ dans ses démarches auprès du gouvernement pour que celui-ci honore ses engagements envers l'indexation des rentes de retraite du secteur public, soit de verser sa part dans le cadre du paiement de l'indexation additionnelle en 2024. »

L'assemblée générale sectorielle a donné également lieu à une consultation sur les activités nouvelles susceptibles d'être mises en place dans le secteur Rivière-du-Nord. Le mot du président de la page 1 la reflète.

Un buffet froid accompagné d'une soupe chaude a été offert gratuitement aux membres de l'AREQ qui ont participé à l'assemblée générale.

Un tirage a eu lieu pendant le diner. Sept articles promotionnels de provenance de l'AREQ régionale et des assurances BENEVA ont été gagnés. En complément ont également été objets d'un tirage un livre et un cédérom intitulé *L'océan vu du cœur*.

Je remercie tous les membres qui ont contribué au succès de cette assemblée générale.

François Tanguay, président du secteur



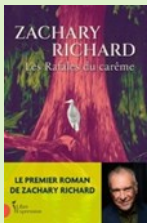
Et si nous lisions! **France Lapierre**

Comme *l'Odyssée* ne paraît que trois fois par année, j'hésite à ne choisir que quelques romans parmi les dizaines que je lis. Je change la formule! Je vais donc raccourcir mes présentations, mais vous présenter plus de titres et même des titres pour la jeunesse.



Lors du *Rendez-vous du roman historique de Magog, 2023*, j'ai assisté à un solo théâtral de Nicolas F. Paquin. J'ai été prise d'émotion par sa manière de nous présenter les « gars ordinaires » qui ont participé à ce conflit. Je vous recommande **Avant d'oublier. Les Canadiens français à Dieppe** (Hugo, 2022) dans lequel présente le contexte d'enrôlement de ces jeunes hommes, leur participation au débarquement de Normandie et leur retour (ou non) de la guerre. Voici un aperçu de l'art de conteur de Nicolas F. Paquin :

<https://www.facebook.com/watch/?v=283372150703645>



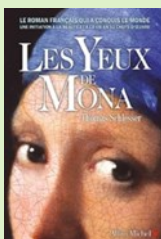
J'ai adoré **Les raffles du carême**, par Zachary Richard (Libre Expression, 2024) Un roman touffu, truffé d'expressions propres au bayou louisianais. L'action se déroule de 1882 à 1890 et elle est tirée d'un fait réel. Rappelons que Zachary Richard est diplômé en histoire, ce qui lui permet de restituer le contexte historique de l'époque qui nous touche également : « *Les ursulines se sont occupées de mon grand-père quand il est arrivé avec son père à lui de l'Acadie, dit Drozin* ». Un roman d'apprentissage pour le jeune André Boudreaux.



Au Salon du livre de Sherbrooke, j'ai rencontré Aline Élie. Elle m'a présenté **La mère des mères** (Éditions Gid, 2024) dans lequel elle donne la parole à Florence Louise Bradford (1890-1977), infirmière et fondatrice d'une maternité pour femmes célibataires. L'auteure laisse parler Florence, mais l'annexe jointe au roman relate les faits relatifs à la vie et à la mort de cette femme hors du commun. Florence Louise Bradford fait partie de ces « femmes anonymes » qui, heureusement, sont ressuscitées par les auteur.e.s qui soulignent leur contribution au mieux-être de leurs semblables.



Spécialiste de l'histoire des femmes, Andrée Lévesque a parcouru les contrats notariés, les recensements et les archives judiciaires à la recherche de « femmes anonymes » issues de la descendance de Jeanne Perrin, partie de La Rochelle en 1658 pour travailler au Cap-de-la-Madeleine. Dans **Les filles de Jeanne. Histoires de vies anonymes (1658-1915)** (Éditions du remue-ménage, 2024), l'historienne-professeure à l'Université McGill reconstitue leurs vies et présente le contexte dans lequel elles ont vécu. Le style est élégant et la documentation abondante. Pour qui s'intéresse à l'histoire, une lecture passionnante! Mon exemplaire est tout annoté!



Voulez-vous voyager parmi les œuvres les plus marquantes de notre civilisation? C'est la mission que s'est donnée Thomas Schlessler, en écrivant **Les yeux de Mona** (Albin Michel, 2024). Dans les musées du Louvre, d'Orsay et de Beaubourg, un grand-père initie sa petite-fille aux beautés artistiques. Il lui apprend à « voir », elle qui est menacée de cécité au cours de l'année qui vient. Durant 52 semaines, le grand-père Henry présente les œuvres et donne la parole à sa petite-fille. Ses commentaires sont savoureux! Je ne vous révélerai pas la fin de l'histoire de Mona...



Je connais Sylvie Payette comme auteure jeunesse. Lors de notre rencontre (dans un salon du livre, évidemment) elle m'a dit qu'elle avait écrit un roman pour adultes, **Ce livre sera brûlé**, (Québec Amérique, 2022). Intriguée par le résumé qu'elle m'en a fait, j'ai acheté son œuvre. Cette auteure est responsable d'une nuit blanche... Palpitant! Une enquête sur un secret caché dans la Mona Lisa et qui offre une relecture de sa genèse.

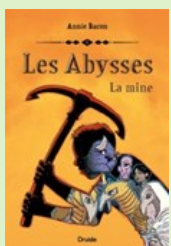


Lisons une partie de la 4^e de couverture : « *Très présente chez les jeunes, l'écoanxiété a de multiples visages. Cet essai aide à en reconnaître les symptômes et les diverses manifestations, pour en atténuer les impacts et retrouver une meilleure santé mentale. Il propose aussi des outils concrets pour aider à réduire les effets de l'écoanxiété.* » Écriture fluide, explications claires. À lire en tandem avec votre adolescent.e ?

On parle beaucoup de la valorisation de la langue française. Il ne s'agit pas seulement de l'écrire et de la parler correctement, mais aussi **d'encourager nos jeunes à lire** des œuvres écrites en français! Voici quelques suggestions qui conjuguent qualité littéraire et « suspense garanti ».



Pour les jeunes du primaire, Roxane Turcotte est une auteure dont vous devriez connaître les multiples publications! Aujourd'hui, je vous propose sa série « *Les enquêtes d'Esther et Ben* ». Sous forme d'enquête, les cousins Esther et Ben découvrent des lieux ou bâtiments célèbres (le château Frontenac, le Jardin Botanique de Montréal). Le roman le plus récent s'intitule: **Espions au Parlement** (Auzou, 2023). Il permet au duo de démasquer des espions sur la Colline parlementaire. S'amuser et apprendre en lisant!



« Je ferais n'importe quoi pour m'éviter cela ». Qui n'a jamais eu cette réflexion, lorsqu'aux prises avec une situation difficile? C'est ce que s'exclame Gauthier, le personnage d'Annie Bacon dans **Les Abysses. La mine** (Druide, 2023). Pour son plus grand malheur, il sera entraîné dans une mine de lave où il devra travailler pendant un an, sous-alimenté et sous surveillance constante de créatures maléfiques. Plongée dans un monde fantastique dont le suspense nous tient en haleine. Pour les lecteurs jeunes adolescents, la plume d'Annie Bacon est juste, descriptive et riche, au point même d'intéresser un adulte qui s'est laissé prendre au jeu!



En dernier lieu, comme antidote à toute cette grisaille, je vous suggère **Semer des soleils**, par Andrée Poulin (La courte échelle, 2024). Comment expliquer aux jeunes, les guerres, les génocides, la maladie mentale, l'émigration, le sexisme? Andrée Poulin, elle, sait trouver les mots justes. Elle maîtrise tous les sujets délicats qu'elle aborde et les enveloppe de douceur, tout en présentant les faits avec exactitude

Que dire de son plus récent roman, **Semer des soleils** (la courte échelle, 2024) !

En vers libres, les courts textes rythment la trame narrative axée sur l'anxiété, la colère, l'incompréhension et l'impuissance du jeune Théo. Puis, la magie d'Andrée Poulin opère : face à l'impuissance, gardons espoir! Se mettre en action est déjà un pas vers l'espoir. Le texte est riche : chaque relecture nous fait apprécier le choix d'un titre, la présentation d'un personnage, l'élaboration d'une situation. Encore une fois, nous avons la preuve que la littérature jeunesse peut émouvoir, mais aussi donner à réfléchir.

Nouvelles de nos membres Raymond Lafrance et le projet *Prométhée* Mes souliers

C'était un matin anormalement tranquille. Je savourais le plaisir de pouvoir étirer mon deuxième café. Un de mes premiers matins à la retraite.

J'ai enseigné l'histoire, la géographie et l'économie durant 33 ans, dont 31, à la Polyvalente Saint-Jérôme. Ma Poly! J'y avais été élève au secondaire. Diplômé de 1984. Retraité de 2023.

Je me suis surpris à observer, à admirer presque, mes souliers stratégiquement placés devant la porte d'entrée, qui m'attendaient, prêts à repartir. Je repensais à mes élèves, à mes collègues, à mon parcours. Non sans fierté! Une question m'est alors venue à l'esprit. Combien de paires de souliers ai-je possédées dans ma vie ? Il y a eu mes premières petites bottines de bébé. Celles qu'on a tous eues, mais seulement vues en photo. Mes premiers souliers de course d'enfant, mes *running!* Avec de la chance, une paire neuve, ou presque neuve, à la rentrée.

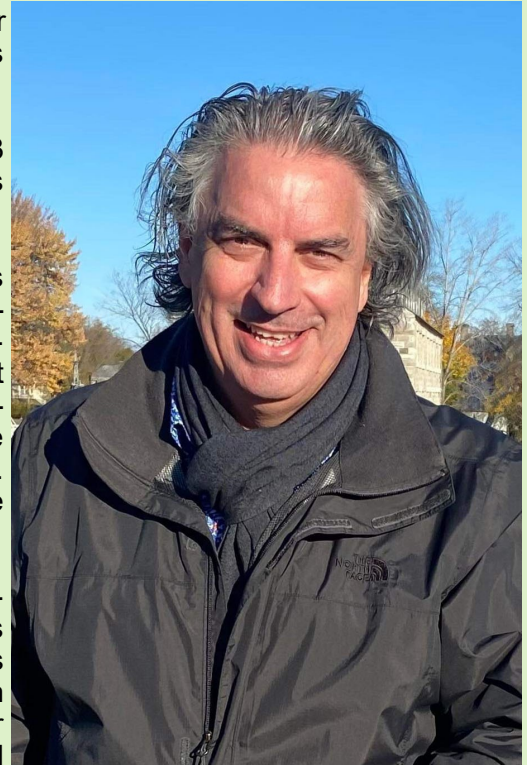
Il y a eu plus tard mes premiers vrais souliers de travail, ultraconfortables et payés de ma poche. Les pantoufles avec lesquelles j'ai eu le privilège d'enseigner à mes 6 500 élèves, pendant plus de 16 000 cours! Jour après jour, avec passion, j'ai laissé mon empreinte. C'est en vieillissant que j'ai vraiment réalisé l'ampleur de notre héritage, à nous tous, qui faisons l'école au quotidien. Il y a aussi eu les souliers que j'ai usés prématurément, alors que je présidais le syndicat de l'enseignement de la Rivière-du-Nord. Ces souliers qui ont marché avec tant de collègues engagés et déterminés à tout faire pour améliorer notre système d'éducation.

Certains souliers, portés par d'autres, m'ont inspiré. Comme les souliers multicolores de tant d'élèves marquants et inspirants. Chacun à leur manière. Une élève de cinquième secondaire me revient en tête. Je me souviendrai toujours de sa force, de son pas décidé, malgré la tempête et l'immense chagrin. Même si elle réussissait très bien à l'école, elle insistait pour effectuer tous les exercices et aller en récupération afin de reprendre ce qu'elle avait manqué lors de ses nombreuses absences. Son seul parent, son père, se battait courageusement contre la terrible maladie, même si tous savaient, qui allait gagner. Parfois, ce sont les élèves qui nous enseignent!

Je me souviens encore des souliers bourgogne de mon enseignante de cinquième année du primaire, à Oka. Mme Stella Dupuis-Mailhot. Une petite pointure, mais beaucoup trop grande pour la majorité des gens! *Madame Stella*, avec son sourire sincère et bienveillant, était comme une mère pour moi. En plus de développer notre cerveau, toujours de manière amusante, elle modelait aussi notre cœur. Le soir de la semaine où jouait l'émission *La petite maison dans la prairie*, congé de devoirs! On écoutait l'épisode et le lendemain, on faisait une grande discussion de groupe sur ce qui nous avait touchés, sur les valeurs qu'on avait pu observer. Le cœur, c'était sa grande spécialité!

Une autre grande inspiration fut mon enseignant d'éducation économique, et tuteur, en cinquième secondaire, à la Poly. M. Gilles Trudel. Tellement inspirant, avec ses histoires et ses anecdotes. Lui, ses souliers ont beaucoup voyagé! À l'écoute, généreux et toujours disponible. Curieux de tout, mais surtout des gens, de leur famille, de leur vie. Gilles est doté d'une mémoire phénoménale. Si vous ne le connaissez pas, il y a des chances que lui vous connaisse!

Mes années au secondaire n'ont pas été faciles. Pas à cause de l'école, mais parce qu'à la maison, à l'ap-



partement du HLM plutôt, ma mère n'allait pas bien. Et depuis longtemps. Les maudites dépendances! Gilles a fait toute la différence pour moi! Son tutorat se calculait en moments d'espoir, plutôt qu'en minutes. Il m'a amené à croire en moi, en mon potentiel. Il m'a fait réaliser que je pouvais choisir mon chemin.

C'est ce même Gilles qui m'invita, l'année suivante, alors que j'étais au CÉGEP, à venir donner un cours sur les impôts à ses élèves. C'est dans la classe de Gilles que j'ai goûté à l'enseignement pour la première fois et que j'ai aimé ça. Vraiment beaucoup! Quelques années plus tard, je devenais son collègue.

En 1998, alors qu'il préparait sa retraite, Gilles avait fondé le *Projet Prométhée Saint-Jérôme*. Dans la mythologie, *Prométhée* est celui qui apporta le feu à l'humanité. Le projet a pour mission d'offrir un service de mentors bénévoles afin de favoriser la persévérance scolaire d'élèves vulnérables, susceptibles de décrocher. Gilles a dirigé le projet pendant près de 25 ans, à temps plein, et de manière entièrement bénévole. Sans surprise, je suis devenu mentor. Plus tard, je suis également devenu président de l'organisme. Quelle fierté que de marcher dans les traces de Gilles Trudel.

En 2022, alors qu'à mon tour je préparais ma retraite, Gilles a connu des ennuis de santé. On a eu une bonne frousse, mais ça aurait pu être bien pire. Il a gardé certaines limitations au niveau de la mobilité, mais sa détermination n'a jamais fléchi. Avec un groupe de gens dévoués (bénévoles, membres du CA, ainsi que notre nouvelle directrice), nous avons réussi à garder la flamme du projet allumée, malgré l'absence de Gilles. À ce jour, c'est plus de 1 300 jeunes qui ont ainsi été accompagnés dans la recherche de leur chemin.

Et pour les gens qui sentent l'appel, sachez que nous sommes à la recherche de nouveaux mentors. Il nous fera grand plaisir de vous rencontrer afin de vous présenter plus en détail le *Projet Prométhée*! Vous pouvez nous joindre via notre adresse courriel : projetpromethee@cssrdn.gouv.qc.ca

J'ai terminé mon café. En ce beau matin ensoleillé, accompagné de ma Douce, la muse qui ne réalisera jamais à quel point son amour de toujours a contribué à faire de moi un meilleur enseignant, nous partons pour une promenade. Nous en profiterons pour magasiner, ensemble, mes prochains souliers.

- *Raymond Lafrance*, responsable du projet Prométhée

Les questions les plus fréquentes adressées à NOVUM

L'AREQ poursuit son alliance avec Novum afin d'offrir un service de consultations juridiques **gratuites** et **illimitées** à ses membres.

Les consultations couvrent toutes les questions juridiques d'ordre personnel :

- **Droit familial** (séparation, divorce, garde d'enfants, etc.)

Droit civil (garantie légale, contrat de vente auto et habitation, contrat bancaire, faillite, bail en résidence, etc.)

Les questions les plus fréquentes qui sont adressées à NOVUM concernent la liquidation d'une succession, les droits relatifs au logement et les procédures légales en lien avec le partage du patrimoine.

Les consultations incluent la recherche de jurisprudence, l'analyse des documents, la formulation d'avis juridiques verbaux, ainsi que les explications des impacts juridiques d'un recours.

- Site internet : novumlegal.ca
- ☎ 844-745-4714 sans frais, de partout au Canada, pour les membres de l'AREQ.

NOTE : Un rendez-vous téléphonique est requis pour parler à un avocat de NOVUM et vous devez fournir votre numéro de membre.

Les Grands Explorateurs (saison 2024-2025)

L'ODYSSÉE SOUS LES GLACES
rencontre avec **MARIO CYR**

NORMANDIE DE MERVEILLES EN MÉMOIRE
rencontre avec **CYRIL ISY-SCHWARTZ**

HONDURAS ENTRE PASSÉ CONFLICTUEL ET PRÉSENT PAISIBLE
rencontre avec **FRANÇOIS PICARD**

THAÏLANDE AU PAYS DU SOURIRE
rencontre avec **LYNE LEFORT**

LES BALÉARES LES BELLES MÉDITERRANÉENNES
rencontre avec **DANIEL DRION**

CANADA TERRE DE GRANDS ESPACES
rencontre avec **ANDRÉ MAURICE**

POUR ENCORE PLUS DE DÉCOUVERTES, PROCUREZ-VOUS NOS HORS-SÉRIES ... *TARIF SPÉCIAL AVEC ABBONNEMENT*

TERRE DE FEU > LE BOUT DU MONDE
rencontre avec **UGO MONTICONE**

KUURURJUAQ LA TRAVERSÉE DE LA SOLIDARITÉ
rencontre avec **CAROLINE CÔTÉ & FLORENCE PELLETIER**

Pour plus de précisions ou pour un abonnement, vous pouvez me contacter.

Denyse Roy plilo5@videotron.ca 450 438-4757

IN MEMORIAM



22 décembre 2023	Lison Lessard , belle-sœur de Josée Lapierre, membre de l'AREQ.
5 janvier 2024	Micheline Puzé , épouse de feu Guy Cartier et belle-sœur de Claudette Cartier, membres de l'AREQ.
10 janvier	Diane Champagne , membre de l'AREQ, sœur de Carole Champagne et belle-sœur de Georges Diné, tous deux membres de l'AREQ.
13 janvier	Jeannine Ouimet , membre de l'AREQ, sœur de Monique Ouimet, de Lise Ouimet, de Marie-Paule Rosenstein et de Georgette Ouimet-Parent, toutes membres de l'AREQ.
18 janvier	Jacqueline Lamarche-Séguin , mère de Marianne Séguin et belle-mère de Daniel Dupuis, tous deux membres de l'AREQ.
19 janvier	Carmen Desjardins-Masson, mère de Lise Masson, membre de l'AREQ, tante de Claire, Andrée et Lucie Masson, toutes membres de l'AREQ.
20 janvier	Pauline Lambert-Gibeault , sœur de Gaétane Lambert-Huot et belle-mère de Josée Smith, toutes deux membres de l'AREQ.
22 janvier	Lise Massie , membre de l'AREQ, secrétaire à l'école Bouchard de Brownsburg.
24 janvier	Rolland Brunet , membre associé de l'AREQ, conjoint de feu Jacqueline Leclair-Brunet, beau-père de Suzanne Bédard, membre de l'AREQ.
29 janvier	Jean Lalonde , membre de l'AREQ.
9 février	Réal Lapierre , membre de l'AREQ, conjoint de Denyse St-Jacques-Lapierre, membre de l'AREQ.
17 février	Jean-Pierre Lauzon , membre de l'AREQ et époux de Louise Léonard, également membre de l'AREQ.
3 mars	Lise Demers Vallières , membre de l'AREQ.
8 mars	Louise Leclair , membre de l'AREQ.
14 mars	Jeannine Simard , membre de l'AREQ et mère de Sonya Sylvain, très bientôt membre de l'AREQ.
16 mars	Irène Grand'maison , sœur d'Yves Grand'maison, membre de l'AREQ.
17 mars	Ginette Hutt , amie de l'AREQ, membre de la chorale de l'AREQ "Les voix de l'Amitié".
24 mars	Florian Ouellette , membre de l'AREQ, époux de feu Denise Bohémier et père de Christian Ouellette, membre de l'AREQ.
25 mars	Diane Bessette-Pesant , épouse de Philippe Pesant, membre de l'AREQ.
25 mars	Claudette Vézeau , membre de l'AREQ, secrétaire à l'école Saint-Alexandre de Lachute.
29 mars	Monique Brodeur , sœur de Maurice Brodeur, membre de l'AREQ.
9 avril	Rhéal Ménard-Poirier , belle-mère de Danièle D'Août, membre de l'AREQ
30 avril	Lucile Bouvier , tante de Lucie Pelletier, membre de l'AREQ.



Claudine Labelle
Est du secteur
450 694-2242

Sylvie Tousignant
Ouest du secteur
450 562-6234



Retourner à:

L'Odyssee,
AREQ 10C,
162, place Gatine
Saint-Jérôme
Québec
J7Y 5K3

Expédier à:

POSTES CANADA
CANADA POST

Port payé Postage Paid
Poste Publications
Publication Mail
40035540

Danse en ligne à l'automne 2024

Cours pour les danseurs **débutants** les lundis de 9 h 15 à 10 h 15.

Coût : 70 \$ pour les 12 cours.

La session d'automne aura lieu du 9 septembre jusqu'au 25 novembre 2024.

Inscription sur place, le 9 septembre 2024, 15 minutes avant le cours.

Cours pour les danseurs **débutants avancés** les lundis de 10 h 30 à 11 h 30.

Coût : 70 \$ pour les 12 cours.

La session d'automne aura lieu du 9 septembre jusqu'au 26 novembre 2024.

Inscription sur place, le 9 septembre 2024, 15 minutes avant le cours.

Cours pour les danseurs **intermédiaires** les mardis, de 9 h 30 à 11 h.

Coût : 80 \$ pour les 12 cours

La session d'automne aura lieu du 10 septembre jusqu'au 26 novembre 2024.

Inscription sur place, le 10 septembre 2024, à partir de 9 h 15.

Professeur : Gilles Cyr.

Responsable : Lise T. Cossette 450 436-8751 ou co_lis@hotmail.ca

Note : Pour s'inscrire à la danse en ligne, il faut être **membre** ou « **personne amie** » de l'AREQ Rivière-du-Nord (10C)

Note : Pour devenir « **personne amie** » ou renouveler, il faut déboursier 25 \$ pour une année (du 1^{er} octobre au 30 septembre). Des formulaires à cet effet seront disponibles sur place.

Lise T. Cossette, responsable de l'activité Danse en ligne



Fête de la fin de session : 28 avril

Imprimé par:

Juteau Ruel inc.
Le pouvoir du service depuis 1962

Centre d'impressions multi-services

70, rue Bélanger, Saint-Jérôme Qc J7Z 1A1 • 450 438-3543 • 1 866 436-3630