

ENTRE FLEUVE ET SOMMETS



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

S E C T E U R
C H A R L E V O I X

SOMMAIRE	PAGE
Mot de la présidente	1
Agenda	2
Avis de décès	2
Nouveaux membres	2
Comm. Scolaire au Centre de services	3
Politique nationale proches aidants	5
Racisme	6
Liberté d'expression	7
Une place aux bonheurs	8
Bal des étoiles filantes	9
Coup de coeur	10
Coin de lecture	11
Une belle aventure	12
FLG	13
AGS	14
Zéro déchet	15
Responsables dossiers	16
Conseil sectoriel	16
Autres bénévoles	16

Mot de la présidente



Les activités de notre association ont été réduites au cours des six derniers mois à la suite de la pandémie qui, malheureusement, n'a pas épargné notre région. Nous avons dû annuler notre assemblée générale (avril), la non-rentrée (août) et le party de Noël (décembre). Plusieurs de nos membres nous ont manifesté une certaine tristesse vis-à-vis de cet arrêt des activités qui contribuent à enrichir notre vie sociale.

Cependant, malgré ce contexte de pandémie, l'AREQ continue à défendre les intérêts de ses membres au sein des divers conseils et comités sectoriels, régionaux et nationaux. Les communications se font en mode « virtuel ». Divers avis ont été formulés et acheminés au gouvernement du Québec qui touchent principalement le mieux-être des personnes âgées. Relevons des recommandations relatives à la qualité de vie des CHSLD, au soutien des proches aidants et à l'amélioration des soins à domicile. Des comités plus techniques (assurances, régime de retraite) ont étudié certaines problématiques liées à leur mandat. De plus, notre prochain Congrès national de juin, à Lévis, a suscité beaucoup d'échanges et de discussions en vue de permettre le succès de l'organisation de ces assises.

En attendant la reprise de nos activités en 2021, les membres de votre exécutif sentent le besoin de communiquer avec vous tous. Pour atteindre cet objectif, nous disposons d'un instrument fort efficace que constitue notre journal bisannuel « Entre Fleuve et Sommets ». La facture de ce dernier prend une forme différente de celle à laquelle nous sommes habitués. Nous avons essayé de faire preuve d'une certaine imagination.

D'abord, nous vous présentons les grandes lignes de deux projets de loi que notre gouvernement a fait ou fera adopter dans les prochaines

semaines. Le premier concerne le remplacement des commissions scolaires par des centres de services scolaires (loi 40) et le deuxième aborde la question du soutien des proches aidants auprès des aînés. (loi 56). Ensuite, nous vous ferons part d'un commentaire de Benoît sur des problèmes d'actualité que sont le racisme et la liberté de pensée des enseignants (CÉGEP et Université).

De plus, Francine nous invite à faire place aux bonheurs. Ginette et Suzette désirent vous faire partager le plaisir qu'elles ont eu dans une de leurs lectures. Suzette ajoute un conte qu'elle a créé pour les jeunes de cœur. Raymonde nous témoigne de son émerveillement vis-à-vis de la débrouillardise de son petit-fils. Jean-Louis nous rappelle les bonnes habitudes que nous avons prises durant la semaine « zéro déchet ».

Enfin, nous profitons de cette publication pour faire quelques annonces et vous souhaiter de Joyeuses Fêtes que vous vivrez, nous l'espérons, en famille.

Brigitte Fortin, présidente

Agenda

19 nov. 2020 à 10 h	Réunion virtuelle ZOOM, journée internationale des hommes
20 avril 2021 à 10 h	Assemblée générale sectorielle : voir p. 14
5 mai 2021	Assemblée générale régionale
5 au 7 juin 2021	Congrès 2021

On vous avisera par courriel des prochaines rencontres virtuelles.

Avis de décès

*« Il y a quelque chose de plus fort que la mort,
c'est la présence des absents, dans la mémoire des vivants »
Jean d'Ormesson*

M. Pierre Boies, frère de Gaston et d'André Boies (membres)
Mme Lucienne Bouchard, mère de Carmen Sheehy (membre).
Daniel Villeneuve, frère de Gaétan Villeneuve, membre
Viva Thibeault, membre
Denis Boivin, frère de Monique et Gaétane Boivin, membres
Fernande Tremblay, sœur de Jean-René Tremblay, membre

Bienvenue aux nouveaux membres

Quatre nouvelles personnes se sont jointes à l'AREQ, en juin 2020. Il s'agit de :

Mesdames Andrée Boily, Jocelyne Coulombe, Marlène Desbiens et Christine Palussière.

C'est toujours un plaisir d'accueillir de nouveaux membres dans notre Association. Nous espérons vous rencontrer lors de nos activités qui reprendront après la pandémie.

DE LA COMMISSION SCOLAIRE AU CENTRE DES SERVICES SCOLAIRE DE CHARLEVOIX



À la fin de février 2020, l'Assemblée nationale adoptait la loi « 40 » qui mettait fin à l'existence des commissions scolaires. Cette institution existait, au Québec, depuis 1841. Elle avait contribué à la formation des jeunes durant une période de 179 ans. Pour réaliser sa mission, elle disposait d'un pouvoir de taxation locale. Des commissaires élus démocratiquement étaient responsables de l'offre de services et de la gestion des activités éducatives pour un territoire donné.

Le nombre de commissions scolaires a évolué d'une façon très significative au cours de son histoire. En 1948, on relève l'existence de 1927 commissions scolaires alors qu'en 2019, nous notons la présence de 72. La diminution de ces dernières s'explique par la modification de leur territoire, l'intégration des services éducatifs du primaire avec ceux du secondaire et l'abolition du caractère confessionnel du réseau scolaire.

Au cours des cinquante dernières années, la pertinence des commissions scolaires a été questionnée par les divers partis politiques. Mentionnons, entre autres, le PQ (1976-1978) et la CAQ (2011). Les motifs avancés pour proposer un tel choix sont les suivants : une plus grande autonomie des écoles, la nécessité d'associer davantage les équipes-écoles aux décisions importantes et la mobilisation des communautés pour favoriser la réussite scolaire. De plus, le peu d'intérêt des Québécois à participer aux élections scolaires ne justifiait pas les coûts liés à cette consultation. Désormais, les économies générées par ces modifications (abolition de l'élection scolaire et du traitement des commissaires) pourront être consacrées à l'amélioration des services auprès des élèves.

Cette loi modifie d'une façon substantielle la Loi de l'instruction publique. Elle revoit l'organisation et la gouvernance des commissions scolaires qui sont remplacées par la mise en place des centres de services scolaires. Soulignons, entre autres, ces changements majeurs que sont la composition du conseil d'administration des centres de services, l'élargissement des pouvoirs du conseil d'établissement de chaque école, l'implantation d'un comité d'engagement pour la réussite des élèves dans chaque centre de services et la précision du rôle de l'enseignant dans l'évaluation des élèves.

Le conseil d'administration de 15 membres sera constitué de 5 membres de comités de parents, 5 membres du personnel (enseignant, professionnel non enseignant, employé de soutien, directeur d'école et personnel d'encadrement) et 5 membres de la communauté qui ont des expertises bien précises (gestion des ressources financières, humaines et matérielles).

Le comité d'engagement pour la réussite des élèves (18 membres) assumera les fonctions suivantes :

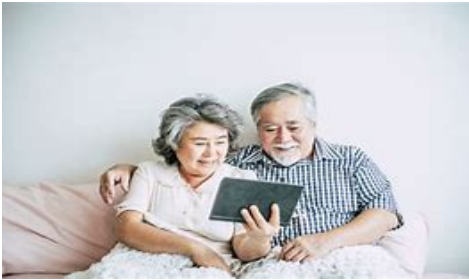
- élaborer et proposer au centre de services scolaire un plan d'engagement vers la réussite;
- analyser les résultats des élèves et formuler des recommandations pertinentes;
- promouvoir auprès des établissements des pratiques éducatives appropriées aux orientations du plan d'engagement.

La composition du conseil d'administration et celle du comité d'engagement confirment l'importance du rôle et de l'influence des divers personnels qui contribuent à la réussite des élèves et de citoyens impliqués dans la communauté. Cette nouvelle structure devrait éliminer certains excès liés à la bureaucratisation et à orienter davantage la gestion vers les besoins des élèves et des équipes-écoles.

Toutefois, pour assurer le succès de cette réforme, il nous faut souhaiter une évolution de la culture organisationnelle de la part de tous les agents d'éducation visés par ces changements. La réussite éducative de nos jeunes est un préalable au développement harmonieux de la société québécoise.

Brigitte Fortin

UNE POLITIQUE NATIONALE POUR LES PROCHES AIDANTS



À une période où nous notons un vieillissement de la population québécoise (majoration de citoyennes et citoyens âgés de plus de 65 ans), le gouvernement a déposé un projet de loi à l'Assemblée nationale (juin 2020) dont l'objectif est de reconnaître et de soutenir les personnes proches aidantes. Près de 1,6 million de proches aidants contribuent au bien-être de nos générations qui ont bâti le Québec d'aujourd'hui. Depuis plusieurs années, de nombreux groupes avaient souhaité la mise en place d'une telle

politique. De plus, le projet de loi précise le rôle de la ministre responsable des Aînés et des Proches aidants, quant à l'inspection des résidences privées pour aînés et des autres ressources d'hébergement pour les clientèles vulnérables.

On définit la personne proche aidante comme une personne « qui de façon continue ou occasionnelle, apporte un soutien significatif à un membre de son entourage qui présente une capacité temporaire ou permanente et avec qui elle partage un lien affectif, qu'il soit familial ou non ». (art 2) Ce soutien peut prendre diverses formes : « le transport, l'aide aux soins personnels et aux travaux domestiques, le soutien émotionnel ou l'organisation des soins » (art.2). Les principes directeurs de la politique nationale seraient les suivants :

- « reconnaître l'apport considérable des personnes proches aidantes à la société québécoise et l'importance de les soutenir;
- favoriser la préservation de la santé et du bien-être des personnes proches aidantes ainsi que le maintien de leur équilibre de vie;
- considérer la diversité des personnes proches aidantes dans la réponse à leurs besoins spécifiques;
- reconnaître l'expérience des personnes proches aidantes et leurs savoirs, de même que ceux de la personne aidée, et les considérer dans le cadre d'une approche basée sur le partenariat ;
- respecter les volontés et les capacités des personnes proches aidantes quant à la nature et à l'ampleur de leur engagement;
- faciliter la concertation gouvernementale et collective au niveau national et local en impliquant les personnes proches aidantes pour favoriser des réponses adaptées à leurs besoins spécifiques. »(Art. 4)

Le gouvernement prévoit l'adoption d'un plan d'action pour favoriser la mise en œuvre de la politique nationale. Enfin, la loi précise que la première semaine de novembre deviendra la Semaine nationale des personnes proches aidantes.

La volonté du gouvernement de faire adopter ce projet de loi a reçu l'appui d'une très grande majorité de groupes concernés par cette question. L'AREQ reconnaît que c'est un pas significatif. Madame Lise Lapointe, notre présidente nationale, formulait, le 11 juin 2020, ce commentaire, en notre nom : « Les personnes aidantes sont des piliers des soins aux aînés, mais ont été trop longtemps négligées. Ce sont des partenaires du réseau de la santé qui méritent reconnaissance et respect. En ce sens, le gouvernement du Québec fait un pas dans la bonne direction... » Après la passation de cette loi, il nous faudra espérer que les ressources nécessaires, en vue de faciliter la réalisation des actions gouvernementales, soient au rendez-vous.

Brigitte Fortin

Racisme ou racisme systémique ?

Québec et Ottawa ne s'entendent vraiment pas sur le vocable à utiliser. Le débat sémantique est engagé. La reconnaissance du « racisme systémique » par monsieur le premier ministre Justin Trudeau et la reconnaissance du « racisme » tout court par monsieur le premier ministre François Legault démontrent qu'un vrai problème de racisme existe dans notre pays, mais qu'on n'arrive pas à le circonscrire.

Je crois que tout le débat sur la façon de nommer la chose permet de distraire la population le temps qu'on fasse un premier pas dans le mode action. Jusqu'à maintenant, a-t-on vu la ferme volonté de nos chefs de gouvernement à se mettre tout de suite à l'œuvre pour proposer des actions concrètes aux malheureux et tragiques événements racistes des derniers mois?

Lors de son point de presse sur la situation de la COVID19, mardi le 13 octobre 2020, une journaliste de la Presse a demandé une ixième fois à notre Premier Ministre François Legault s'il avait l'intention de s'excuser auprès du peuple autochtone pour la discrimination systémique à leur égard. Il a pris soin d'expliquer que la population du Québec était divisée : une partie croit que la discrimination systémique existe et l'autre partie nie cette hypothèse. Il ajoute qu'il serait mal avisé de sa part de se prononcer sachant qu'il contrecarrerait une large partie de la population du Québec. Il ajoute cependant que le racisme existe bel et bien dans notre belle province.

Le cas le plus insoutenable, passé en boucle par les médias, celui de la mort en direct de madame Joyce Echaquan, cloue le bec à tous ceux qui osaient dire avant sa diffusion : « qu'on n'est pas si pire que ça, qu'on exagère, que les Indiens sont bien traités au Québec, qu'on a signé la "Paix des Braves", qu'on leur a accordé d'immenses territoires, qu'ils ont juste à s'intégrer ... »

Bien sûr, il y a eu une nouvelle nomination au Québec, monsieur Ian Lafrenière, nouveau ministre des Affaires autochtones en remplacement de madame Sylvie D'Amours qui a laissé échapper qu'elle n'avait pas le pouvoir d'appliquer des recommandations du rapport Viens (142 recommandations) parce qu'elle ne sentait pas l'appui de son gouvernement. Notre nouveau ministre semble plus optimiste si l'on se fie à ses performances à l'émission « Tout le monde en parle » du 18 octobre 2020.

Ses contacts avec tous les grands Chefs des Premières Nations sont sans doute un pas dans la bonne direction. Il démontre ses intentions de créer un climat de confiance et de travailler avec eux dans la réalisation d'un plan d'actions mesurables et concrètes pour une intégration sociale, politique, économique et entière,

Et nous, que savons-nous des nombreuses nations qui partagent notre territoire? Peu de chose. On les découvre plus bruyamment lors des barrages des Mohawks, des Atikamekw, et présentement des Algonquins sur le territoire de chasse dans le parc de La Vérendrye. Ces manifestations spectaculaires dérangent et nous forcent à saisir le défi de nos dirigeants pour arriver à une intégration harmonieuse de tous nos peuples discriminés. On avait oublié d'inclure dans nos livres d'histoire tous les chapitres qui nous auraient permis d'identifier les différentes nations, de nommer quelques grands chefs, de partager leurs connaissances du territoire, de saisir l'attrait de leur culture et de comprendre l'importance de soigner nos liens entre nations.

Va-t-on réussir à convaincre Québécois et Autochtones qu'on peut changer le système qui, actuellement, marginalise en un système qui unifie, intègre et harmonise? Il y a là plus que le travail d'un nouveau ministre.

Benoît Boivin

Liberté d'expression



Nous assistons présentement à une censure démesurée dans nos plus nobles institutions de formation et de transmission du savoir. La suspension de madame Veruhka Lieutenant-Duval, professeure de l'Université d'Ottawa, pour avoir dit le mot « n... er » dans un de ses cours est venue chambouler les termes utilisés par nos journalistes et commentateurs de Radio-Canada.

Nos journalistes et commentateurs sanctionnent peut-être ces décisions administratives lourdes de conséquences à la fois sur le plan individuel (pensez à tous les messages haineux reçus par le biais des médias sociaux pour cette professeure sanctionnée) et collectif (observez les médias officiels qui utilisent maintenant que des lettres dans leurs informations ou commentaires pour ne pas dire le mot « n.. r »). Comment en sommes-nous arrivés là au Canada alors que toute la France se mobilise pour sauver la liberté d'expression?

Pourra-t-on encore citer dans les cours d'histoire l'œuvre de Pierre Vallières, *Nègres blancs d'Amérique* ou encore faire référence en littérature à Dany Laferrière, « Comment faire l'amour avec un nègre sans se fatiguer » sans risque de poursuite chez nous au Québec?

Il me semble pourtant que les écoles sont des lieux de débats et d'études des réalités diverses d'une société. Elles doivent viser à former une intelligence ouverte et inclusive capable de rejeter les stéréotypes malveillants. Et pour y arriver, elles doivent entrer librement dans la grande diversité du monde et amener ses apprenants à choisir leur voie d'intervention de manière éclairée. Il convient donc que nos plus hautes institutions favorisent la transmission des savoirs, qu'elles s'élèvent en gardiennes du développement de l'esprit critique et qu'elles agissent en défenseuses de la liberté dans le respect de toutes les ethnies.

Je ne crois pas qu'en censurant les mots, notre société en sortira gagnante et que nous éliminerons plus harmonieusement le racisme, systémique ou pas.

Benoît Boivin

Faire une place aux bonheurs



Hausse de cas de COVID19 au Québec... Tensions entre autochtones et chasseurs... État psychologique fragilisé... Attentats terroristes en France... Liberté d'expression en péril... Je pourrais remplir tout l'espace qui m'est alloué ici en alignant des titres de quotidiens ou de bulletins de nouvelles. C'est ce que nous lisons ou entendons tous les jours de l'année. De quoi déprimer aisément.

La tendance à l'empathie chez toute personne généreuse peut faire en sorte qu'un nuage gris se loge en permanence au-dessus de sa tête. Les manchettes sont là pour nous dire que tout va mal et en particulier la planète elle-même, la cause première de toute vie. Malgré cela, comme des milliards de personnes, nous pouvons vivre des petits bonheurs au quotidien. Il suffit de marcher dans la rue et de penser que dans chaque maison, des hommes, des femmes et des enfants vivent à ce moment précis ces bonheurs simples de la vie de tous les jours qui ne feront jamais la manchette des journaux.

Nous avons de la difficulté à nous sentir heureux alors qu'il y a tant de misère humaine, tant de drames personnels et collectifs et tant d'injustices. C'est un grand défi que de pouvoir dire sans gêne qu'on est heureux alors qu'on vit avec une conscience comme boussole.

Être heureux fait partie des devoirs d'un être humain, ne serait-ce que pour rendre hommage au seul fait d'être vivant et de donner l'exemple. Désirer être heureux signifie qu'on devient attentifs à tous ces petits bonheurs simples : se promener en forêt, écouter de la musique, lire, jouer avec ses petits enfants, s'émerveiller devant des feuilles multicolores à l'automne ou des flocons de neige en début d'hiver. Qu'une courte énumération de joies à saisir pour l'âme en quête de sérénité. Car dans la vie réelle, le grand bonheur est plutôt rare et quand il se manifeste, il est souvent éphémère.

Je vous invite à ouvrir vos yeux, vos oreilles, tous vos sens ainsi que votre cœur et à profiter joyeusement de tout ce que la vie vous offre chaque jour. Soyons heureux!

Francine Tremblay

Le bal des étoiles filantes



C'était il y a des milliards d'années.

Ce matin-là, Stelline, la petite étoile, ne voulait pas dormir.

— Vite, ma petite fille, il faut te dépêcher de fermer les yeux si tu veux scintiller de tous tes feux ce soir, lui dit sa mère.

— Mais, maman, répliqua la petite étoile, je voudrais, juste une seule fois, voir ce qui se passe durant la journée.

— Tu sais très bien que pendant le jour, les étoiles dorment, repliées sur elles-mêmes, afin de mieux briller le soir venu.

Stelline aurait cependant bien voulu combler ce besoin d'aventure qui grandissait chez elle de jour en jour. Elle fit donc semblant de dormir puis, lorsque sa mère fut partie, elle risqua un œil timide tout autour d'elle. C'est alors qu'elle aperçut à l'horizon une minuscule planète blanche dont le dos tout renflé était recouvert d'une épaisse couche de neige. Sur cette bizarre planète, il n'y avait qu'un seul habitant : un petit enfant. Curieuse, Stelline s'approcha.

— Bonjour! dit-elle.

— Bonjour! répondit le petit garçon.

— Qu'est-ce que tu fais tout seul sur ta planète? demanda Stelline. — Je glisse...

— Viens avec moi, je vais te montrer.

Les deux amis partirent donc et grimpèrent sur la grosse bosse escarpée située en plein milieu du dos de la planète. L'enfant avait apporté un petit traîneau rouge. Il s'assit dedans et dit à l'étoile :

— Accroche-toi solidement, nous partons.

Doucement, le traîneau glisse, emportant ses deux passagers. Une brise légère caresse le bout des bras de Stelline. Toutefois, à mesure que le traîneau accélère, le vent devient de plus en plus fort; il s'engouffre dans sa bouche ouverte et lui fait perdre le souffle. Son cœur saute dans sa poitrine. Elle n'est plus tout à fait sûre de posséder encore ses cinq pointes : peut-être l'une d'elles s'est-elle envolée au cours de la descente... Jamais auparavant, la petite étoile n'a éprouvé pareille sensation. Il lui semble que ce sentiment merveilleux ne cessera jamais. Mais, peu à peu, le traîneau ralentit, puis s'arrête. C'est fini.

Épuisée, mais tellement heureuse, Stelline remercie tendrement son petit compagnon.

— Je dois maintenant rentrer chez moi afin de me reposer un peu avant la fin de la journée. À présent que je sais glisser, je vais raconter cette merveilleuse aventure à toutes les autres

Stelline, remplie de bonheur, regagna donc son ciel et apprit à toutes ses amies comment glisser. Et pour remercier le petit garçon, elle organisa une grande fête dans l'espace. Un beau soir d'été, quand apparut à l'horizon la planète au dos renflé, toutes les étoiles se mirent à glisser, à droite, à gauche, en haut, en bas, laissant de longues traînées lumineuses dans le noir.

Jusqu'au petit matin, elles recommencèrent et recommencèrent leurs glissades folles en tous sens.

C'est depuis ce jour qu'à chaque été et certains soirs bien précis, tous les enfants de la terre peuvent assister à ce grand bal que donnent les étoiles dans le ciel. Elles filent à toute vitesse pour leur propre plaisir, mais aussi pour celui des petits et des grands.

Suzette Bergeron

Roman coup de coeur : « Un été prodigue »

Roman coup de cœur pour moi, « Un été prodigue » nous raconte trois histoires parallèles.

Pendant que Deanne, employée par l'office des forêts observe et essaie de protéger les animaux des bois, Lusa, citadine devenue femme de fermier se doit de sauver la ferme suite à la mort prématurée de son mari. Dans la même localité, Garnett et Nannie, deux vieux, voisins ennemis, se chamaillent depuis belle lurette à propos de pesticides et de religion.

Pourquoi ce coup de cœur? De tous les romans que j'ai lus (et il y en a beaucoup), c'est le premier que je découvre avec ce fil conducteur de l'amour de la nature, du respect de l'environnement. J'y ai appris beaucoup sur le comportement des coyotes, ou encore sur le déplacement quelque peu erratique des papillons. Personnages attachants, émotion et humour à l'occasion s'y entremêlent agréablement.

Kingsolver, Barbara « Un été prodigue » ; roman traduit de l'anglais (E.U), 496 pages. Disponible à la bibliothèque Laure-Conan de La Malbaie.

Suzette Bergeron

Coin de lecture



Si vous aimez les œuvres basées sur des faits ou lieux historiques, vous serez servis avec Marie-Bernadette Dupuy, écrivaine française qui a réalisé tout un exploit en utilisant le site de Val-Jalbert village fantôme du Lac-Saint-Jean pour nous amener dans un monde rempli de rebondissements.

Elle a su donner vie à ce coin de notre pays, et ce en plusieurs tomes. Le premier s'intitule : « L'enfant des neiges », Édition JCL.

La fin de chacun d'eux donne le goût de lire le suivant. Votre bibliothèque possède sûrement cette saga qui vous procurera des heures de détente. Bonne lecture!

Saviez-vous...?

... que dans la région du Lac St-Jean, lors de la Deuxième Guerre 39-45, un camp de concentration a été érigé, plus précisément à St-Ludger-de-Milot. Je vous invite à visiter le site internet pour des informations surprenantes. « Un plaisir d'échange ».

MARIE-Bernadette Dupuy est l'auteure d'une œuvre extrêmement riche et variée, traduite en Russie, qui lui a permis de conquérir le cœur de nombreux lecteurs.

Rions un peu...

Les nouveaux patronymes

Maintenant au Québec, les noms de famille composés de deux patronymes (celui du père et celui de la mère) sont acceptés; nos jeunes risquent d'avoir un héritage de plus en plus lourd. Voici quelques exemples :

Labelle-Binette;
Lavoie-Ferré;
Desjardins-Fleury;
Dupont-Davignon;
Boileau-Desfossés;
Jetté-Lapierre;
Morand-Voyer;

Lalumière-Dufour;
Sanschagrins-D'Amour;
Legros-Ratté;
Laporte-Barré;
Legrand-Brulé;
Beausoleil-Brillant;
Leboeuf-Haché; etc

Ginette Perron

Récit d'une belle aventure pour un jeune Charlevoisien de 20 ans.

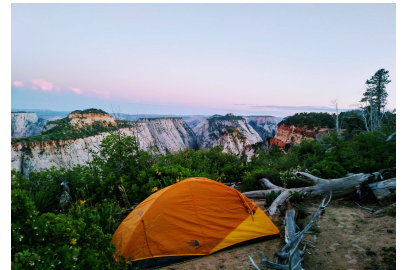
En 2018, Nicolas avait comme projet de faire une expédition pédestre sur la côte ouest-américaine qu'on appelle La Pacific Crest Trail. Elle est longue de 4,240 km du Mexique au Canada. Chaque année, 4 500 randonneurs tentent de parcourir l'intégralité du sentier. Seulement 500 environ réussissent et il leur faut entre 4 et 6 mois.



Il était attiré par la côte ouest-américaine en raison de l'aura d'aventures qui entourait la ruée vers l'Ouest. Il décide de partir seul et entreprend le voyage comme un challenge de plus à accomplir. On ne se lance pas dans une telle aventure sans préparation. Il se procure donc un permis auprès de l'organisme bénévole qui supervise le sentier. Il faut avoir déjà fait de la randonnée pour attaquer La Pacific Crest Trail. Le sac à dos est primordial, de même que les bons équipements, les bonnes cartes et aussi un appareil de géolocalisation. Il est en contact total avec la nature. Il se concentre sur lui en intériorité et sur l'environnement.

Le grand départ « en solitaire » se fera en mai 2019.

Il se rend en avion à Los Angeles et entreprend son périple le 14 mai. Il sort de Los Angeles en bus et se dirige vers Big Bear pour rejoindre le sentier. Il a 120 km à marcher jusqu'à la prochaine ville. Sur le chemin, il rencontre d'autres randonneurs en provenance de nombreux pays. Heureusement, il se débrouille bien en anglais, l'ayant appris en regardant la télé dans cette langue. Le trajet californien est souvent désertique. Des bénévoles disposent de grands bidons d'eau pour le ravitaillement des marcheurs afin d'apporter de la magie au parcours. Il est parfois 7 jours hors de toute civilisation. Même s'il a une tente, il dort 50 % du temps à la belle étoile en s'assurant de sa sécurité. À quelques reprises, il se réveille pour voir de petits yeux rouges qui le fixent dans l'obscurité, raton laveur, renard... il n'est pas sûr. Sur tout le trajet de 4 mois, il dort 4 fois à l'intérieur. Le rythme normal des marcheurs est de 32 km par jour. Au début, Nicolas avance à son rythme de 25 km par jour.



À Rightwood, en altitude, il doit affronter une tempête de verglas, il se cache dans un trou rocheux pour laisser passer les intempéries. À Casa de Luna, une dame accueille les randonneurs sur son grand terrain et leur offre des soupers gratuits. L'étape suivante est difficile parce qu'elle se situe dans le désert de Mohave où il fait constamment 30-35°C. Il marche tôt le matin et en fin d'après-midi, il calcule un litre d'eau aux 8 km, plus un litre pour le campement, ce qui donne un sac à dos assez lourd.

Il a maintenant 700 km de marche de faits. Il sort du désert de Mohave pour rejoindre la Sierra Nevada à Kennedy Meadows. Il traverse Death Valley avec un local qui le prend en stop à des températures pouvant atteindre 54°C. Il passe 3 jours à Las Vegas au Nevada, mais la ville l'agresse. Il choisit donc de se rendre dans le magnifique parc Zion dans l'état de l'Utah, 6 jours à marcher et à dormir à la belle étoile sur les crêtes et dans le fond des vallées. À noter qu'il est toujours seul dans ce quasi-voyage initiatique. Sa prochaine étape San Francisco en autobus, Reno, Nevada et Bodie, un vieux village historique de la conquête de l'Ouest. Il reprendra le sentier non sans faire un saut vers le lac Tahoe. Il marche 300 km dans la Sierra Nevada en haute altitude dans la neige. Il s'arrête à Beldon pour quelques jours de repos. Il pousse ensuite avec des amis jusqu'en Oregon. Il décide d'arrêter là son périple à pied, en faisant ses 200 derniers kilomètres.

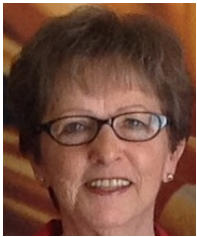
Il aura marché 1 200 kilomètres et aura foulé le sol de 3 états américains : la Californie, l'Oregon et l'état de Washington.

Comme il lui reste encore du temps, il traverse « sur le pouce » la Colombie-Britannique du sud au Nord et se rend au Yukon. À Dawson City, il fait la connaissance d'un Québécois qui était diplômé comme guide en tourisme d'aventure. Cette rencontre sera déterminante pour la suite de son avenir... Nicolas étudie présentement au Cégep de Gaspé-Les-Iles pour obtenir son diplôme comme guide en tourisme d'aventure depuis août 2020. Compte tenu de tous ses déplacements, il aura parcouru des milliers de kilomètres durant cette aventure, qui aura duré



4 mois.

C'était la belle histoire de mon petit-fils, Nicolas Brassard



Raymonde Bergeron.

La Fondation Laure-Gaudreault, notre Fondation

Un appel aux membres de l'AREQ (CSQ)

La mission principale de la Fondation peut se résumer en **AIDE AUX PERSONNES DANS LE BESOIN** sous forme directe ou en passant par un organisme reconnu.

L'année 2020 est particulièrement difficile pour la philanthropie et notre fondation n'y échappe pas. En l'absence d'activités dans les secteurs d'où provient une grande partie des fonds, nous voulons vous rappeler que les dons personnels sont possibles et souhaitables. Nous faisons donc appel à vous. Il nous reste trois (3) mois pour donner du tonus à nos fonds afin de répondre le plus possible aux demandes d'aide qui nous parviendront au début de l'année 2021.

En Québec-Chaudière-Appalaches, pour l'année 2019, nous avons reçu 18 036 \$, nous avons remis 16 032 \$ et les demandes d'aide s'élevaient à un peu plus de 43 000 \$. Présentement nous avons amassé 4 000 \$ environ et les besoins risquent d'être plus grands. Il est bon de rappeler aussi que tous les dons reçus dans la région sont redistribués dans la région.

Aidez-nous à aider!

Pour faire un don en ligne, rendez-vous sur le site web de la Fondation fondationlg.org cliquer sur l'onglet « **Faire un don** », choisissez la région **Québec-Chaudière-Appalaches** et suivez les directives. Vous pourrez imprimer votre reçu pour l'impôt. Vous pouvez aussi faire un don par la poste ou en argent, les renseignements sont donnés sur le site fondationlg.org/comment-donner.

Nous souhaitons vivement répondre le plus possible aux demandes d'aide à venir et nous pourrons le faire grâce à vos dons.

Le Bureau régional de la Région Québec-Chaudière-Appalaches vous remercie.

Assemblée générale sectorielle de l'AREQ-03H, Charlevoix

A2021-AGS-POJ-01

CONVOCATION

Assemblée générale sectorielle de l'AREQ-03H, Charlevoix

Date : Mardi le 20 avril 2021

Heure : Accueil 9h30. Réunion : 10h00

Les membres du secteur Charlevoix seront accueillis au Centre des loisirs de Saint-Hilarion, 346 route 138, Saint-Hilarion, PQ

PROJET D'ORDRE DU JOUR

1. Ouverture et mot de bienvenue
2. Nomination de la présidence et du secrétariat d'assemblée
3. Nomination de la présidence et du secrétariat d'élections
4. Présentation et adoption de l'ordre du jour A2021-AGS-POJ-01
5. Présentation et adoption du procès-verbal de l'assemblée générale A1819-AGS-PV-01
6. Rapport de la présidence et des responsables de comités
7. Rapport de la trésorerie
8. Présentation et dépôt des rapports financiers de 2019-2020 et de 2020-2021
9. Présentation et adoption de l'état des produits et charges 2019-2020 et 2020-2021 (au 31 mars 2021).
10. Élections
11. Questions diverses :
 - A.
 - B.
 - C.
12. Mot de la présidence régionale
13. Reconnaissance
14. Tirage des prix de présence
15. Levée de l'assemblée

Brigitte Fortin présidente

Raymonde Bergeron secrétaire

Zéro déchet



Cette année la semaine de réduction des déchets du 17 au 25 octobre 2020 avait comme slogan « On vise le cœur de la cible ZÉRO DÉCHET »

Je me permets de vous donner des astuces pour vous aider à réduire vos déchets

À LA MAISON :

Réparer les vêtements, meubles, électroménagers et électroniques brisés.
Utiliser les services de collecte et de récupération disponibles.

Utiliser l'application « Ça va où? » de RECYC-QUÉBEC pour savoir comment trier mes déchets.

Composter ou participer à la collecte des matières organiques.

Instaurer des journées sans viande et expérimenter de nouvelles recettes végétariennes.

Réduire le gaspillage alimentaire : organiser mon réfrigérateur et mon garde-manger afin de connaître l'inventaire de mes aliments et planifier mes repas. Réduire l'utilisation d'eau (douche et robinets, lessive, usages extérieurs, etc.). Réduire ma consommation énergétique : consultez les conseils d'Hydro-Québec. Refuser le publipostage.

AU MAGASIN :

Effectuer seulement des achats nécessaires et réfléchis. Ne pas céder à la tentation des publicités de soldes et autres aubaines en cours. Acheter par besoin.

Favoriser le réemploi : réutiliser, échanger, partager, donner, réparer... Visiter le répertoire de la consommation responsable (consommationverte.ca). Favoriser les entreprises et produits locaux (lepanierbleu.ca). Privilégier les aliments locaux.

Apporter un sac réutilisable et acheter en vrac : aliments secs, fruits et légumes, savons et détergents, etc. Si le vrac n'est pas accessible, choisir les emballages réutilisables ou recyclables.

S'il est nécessaire d'acheter neuf, favoriser un produit durable : fiable, réparable, indémodable

LORS DE SORTIES ET ÉVÉNEMENTS :

Réduire les cadeaux physiques : offrir du temps personnel et des activités. Refuser les articles jetables et utiliser des sacs, ustensiles, plats, pailles, bouteilles et linges réutilisables. Limiter l'utilisation d'articles jetables dans les fêtes et événements.

EN GÉNÉRAL :

Favoriser les transports actifs (vélo, marche, planche à roulettes...), communautaires (bus, métro, train...) Bien entretenir mes biens pour maximiser leur durée de vie.

Résister à la tentation de remplacer mes appareils électroniques fonctionnels

Soyons courageux et sages On garde le contact.

Jean-Louis Côté

Responsables des dossiers régionaux

Conseil sectoriel

Assurance :

Yvan Néron
418-665-7282
yvanneron@hotmail.com

Retraite :

Hélène Bergeron
Cell : 418-633-6545
hel_bergeron@hotmail.com

Condition féminine :

Poste à combler

Condition masculine :

Wilfrid Custeau
418-822-1039
wilfrid.custeau@outlook.com

Sociopolitique :

Ginette Perron
418-435-3270
ginette.perron@hotmail.fr

Environnement :

Jean-Louis Côté
418-435-2575
Cell. : 418-617-9409
jlcode35@hotmail.com

Fondation Laure-Gaudreault :

Gisette Bergeron
418-439-0758
gisettebergeron@videotron.ca

Présidente :

[Brigitte Fortin](mailto:Brigitte.Fortin@gmail.com)
418-617-9342
brig.gilles@gmail.com

1re vice-présidente :

Francine Tremblay
418-665-7409
9franctremb9@gmail.com

2e vice-présidente :

Ginette Perron
418-435-3270
ginette.perron@hotmail.fr

Secrétaire :

Raymonde Bergeron
418-665-6523
rbpps@videotron.ca

Trésorière :

Suzette Bergeron
418-202-0587
suz.berger@hotmail.com

1er Conseiller :

Benoît Boivin
418-435-5435
benboi20@hotmail.com

2e Conseiller :

Jean-Louis Côté
418-435-2575
Cell : 418-617-9409
jlcode35@hotmail.com

Autres bénévoles

Chaîne téléphonique : Suzette Bergeron (est), Ginette Perron (ouest)
Comité environnement : Jean-Louis Côté, Lisette Simard, Constance Tremblay
Décès : Yolande Lapointe, Ginette Perron
Entraide - solidarité : Gisette Bergeron (est), Jeanne-Mance Desgagnés (ouest)
Comité des aînés : Raymonde Bergeron, Hélène Bouchard, Renée Bouchard, Gisette Bergeron, Angeline Demers
Internet : Jean-Louis Côté, Jean-René Tremblay
Journal : Brigitte Fortin, **Mise en page** : Maurice Deschênes et Benoît Boivin
Imprimerie : SEC, Caroline Audet
Envois postaux : Raymonde Bergeron.
Photographies : Angeline Demers et Benoît Boivin
Réservations : Membres du CS
Site web : Maurice Deschênes, Jean-Louis Côté
Téléphonistes : Marie Audet, Marthe Audet, Hélène Bergeron, Raymonde Bergeron, Suzette Bergeron, Claire Bouchard, Suzanne Carré, Jeanne-Mance Desgagné, Mariette Duchesne, Carmen Gaudreault, Jean-Guy Girard, Louise Harvey, Yvan Harvey, Yvon Ménard, Florence Morin, Ginette Perron, Francine Tremblay, Ghislain Tremblay, Jean-René Tremblay, Thérèse-Rachel Tremblay, Hélène Turcotte

Nous vous invitons à consulter notre site web

<http://charlevoix.areq.lacsq.org>

Il contient plein d'informations intéressantes !