Volume 30 no 1 Juin 2024 Secteur 03H Charlevoix

ENTRE FLEUVE ET SOMMETS

AREQ Le mouvement des retraité(e)s CSQ

Bulletin sectoriel de Charlevoix

SOMMAIRE

	PAGE
Mot de la présidente	1
Retour sur l'AGS	2-3
Hommage à Raymonde Bergeron	3-4
Dîner des bénévoles	4-5
Journée régionale Environnement	5-6
Activité Régionale Sociopolitique	6
Journée internationale des Hommes	7
Comité entraide et solidarité	7
Assurances	8
Journée internationale des droits des femmes	9
Agenda	9
Fondation Laure-Gaudreault	10
La magie des mots	11
Camarades	12
De si beaux étés...	13
Visite à Wendake	14
Avis de décès	14
Mot du président régional	15
CS et responsables	16
Autres bénévoles	16

L'équipe, c'est nous, pour vous et avec vous !

Bonjour chers/chères membres de l'AREQ(CSQ) de Charlevoix!

Voici notre édition de juin 2024. Dans celle-ci, vous trouverez les activités auxquelles nos membres ont choisi de participer depuis le mois de décembre 2023.

En route pour ma deuxième année de mandat, je peux vous dire que le temps passe très vite. Nous ne sommes pas encore en vacances que déjà il faut réfléchir au lieu de notre prochaine rencontre, le déjeuner de la non-rentrée !

Ce n'est pas toujours facile pour nous de rejoindre ou de satistaire 306 membres. Mais ce sont pourtant vos cotisations qui nous permettent de créer ou de participer à des activités. Je peux estimer avoir rencontré environ 25% de nos membres, au gros maximum, présentement. Où sont les autres ? Je suis toujours en questionnement. Pour qui est-ce que j'assiste à toutes ces réunions sectorielles, régionales ou nationales ? Quels sont les besoins des membres de Charlevoix ? Que devons-nous faire pour que l'association sectorielle reste en vie ?

Parfois, il ne faut que de petites étincelles, une petite idée qui fait boule de neige...

Vous avez des suggestions, écrivez-nous à areq03h@gmail.com

Linda Lavoie, Présidente

Notre comité sectoriel, de gauche à droite : Francine Tremblay, Linda Lavoie, Michèle Belley, Jean Tremblay, Benoit Boivin, Jean-Louis Côté et Ginette Perron.

Retour sur l'Assemblée générale sectorielle du 8 mai 2024

Les points saillants :

Une quarantaine de membres de l'AREQ-03H, notre invité, monsieur Réjean Lemelin, président régional, et quatre non-membres ont participé à notre rencontre annuelle pour assurer la vie démocratique de notre association sectorielle. Il faut dire que notre réunion s'est conclue sur une note positive avec l'élection d'un conseil sectoriel complet. Monsieur Benoît Boivin a joué le rôle de président d'élection et madame Brigitte Fortin celui de secrétaire d'élection. Comme les candidats ne se bousculaient pas au poste à combler, on a senti qu'il fallait trouver des moyens pour rejoindre les plus jeunes retraité(e)s afin d'assurer la relève et la continuité lors des prochaines années. C'est le défi de l'année 2024-2025.

- L'assemblée a reçu les différents rapports des comités.
- Madame Raymonde Bergeron a reçu le prix reconnaissance de l'année. Madame Francine Tremblay lui a adressé un émouvant hommage.
- Après avoir entériné les membres siégeant déjà au Conseil sectoriel et avoir procédé à l'élection de madame Francine Tremblay au poste de secrétaire, l'assemblée a reçu le plan d'action soumis par le conseil.
- La nouvelle formule de financement pour la Fondation Laure Gaudreault a permis de ramasser la modique somme de 305$. Un merci adressé à nos nombreux donateurs.

Le vote coup de cœur a attribué le premier prix à madame Linda Lavoie

Nos deux artistes habituelles ont présenté une œuvre de leur crû.

Et le deuxième à madame Renée Bouchard.

Félicitations à nos artistes !

- Le tirage des prix de présence a fait des heureux : Six personnes ont été favorisées par le hasard puisque leur billet de présence a été tiré.

- Notre assemblée s'est poursuivie par un court discours de notre invité, monsieur Réjean Lemelin et elle s'est terminée par les mots de remerciement de notre présidente madame Linda Lavoie. Madame Michèle Bellay nous a servi un apéro avant le repas et on nous a invités à passer à table pour le souper préparé par l'équipe du camp Le Manoir. Nos convives ont bien apprécié l'option du repas chaud. Les commentaires entendus nous ont démontré que nos membres ont apprécié la qualité et la saveur des plats servis.

Une assemblée somme toute fort bien réussie.

Un merci sincère à toutes et tous !

Benoît Boivin

Hommage à Raymonde

La personne à qui nous rendons hommage aujourd'hui aime à paraître humble malgré tous les trésors qu'elle cache en elle.

Raymonde accroche toujours un beau sourire à ses lèvres. Elle aime rire, taquiner. La vie ne lui a pas toujours fait des cadeaux, car elle a connu des moments douloureux et pénibles. Cependant, elle n'a jamais baissé les bras. Très résiliente, Raymonde profite de chaque moment de bonheur qui illumine sa vie.

C'est un cœur sur deux pattes. Sa générosité, sa disponibilité, son altruisme, son souci des autres, sa grande sensibilité font partie de la liste de ses nombreuses qualités.

Si vous lui confiez une tâche à faire, ne soyez pas inquiet, tout sera impeccable. Elle est consciencieuse, appliquée et concise. Elle a œuvré auprès de différents organismes dont l'AREQ au poste de secrétaire et son travail a été très apprécié.

Je la connais depuis plus de quarante ans et c'est une amie chère. C'est une amie fidèle.
Quel que soit l'endroit où vous croiserez Raymonde, vous la verrez toujours bien habillée et surtout bien coiffée. Elle aime être coquette. C'est une belle dame.

Qu'est-ce qui a captivé Raymonde dans sa vie?

Elle s'adonne à plusieurs activités. La première est le golf. Elle y joue depuis des temps immémoriaux. Elle attend l'été avec impatience pour avoir l'occasion d'aller pousser une balle avec ses amies. Elle y joue plusieurs fois par semaine.

Puisqu'on parle de l'été, Raymonde aime bien aussi faire du camping avec ses filles quand elle le peut. Je l'imagine en pleine forêt avec les moustiques, la fumée du feu de camp, la pluie, la boue et peut-être un chapeau ou une casquette sur la tête. Au diable les cheveux et les vêtements impeccables.

Lorsque l'occasion se présente, Raymonde aime bien faire du lèche-vitrine. Et tant qu'à faire du lèche-vitrine pourquoi ne pas dépenser et acheter? Alors, elle se fait plaisir et s'adonne à une autre activité : le magasinage.

Saviez-vous que Raymonde est très curieuse? Elle aime découvrir de nouveaux endroits, visiter des pays lointains, faire des croisières, voguer sur des mers, traverser des continents.
Les voyages occupent une place essentielle dans sa vie. On dit que les voyages forment la jeunesse. Voilà pourquoi elle reste jeune dans son cœur et dans sa tête.

Merci, Raymonde, pour avoir autant donné aux gens dans le besoin, aux membres de l'AREQ, et d'être la belle personne serviable qu'on connaît.

Bonne chance dans tes projets et dans la continuation de ta vie. Nous te souhaitons une multitude de moments de bonheur.

Francine Tremblay

Dîner des bénévoles 2024

Les bénévoles de notre association ont bien répondu à notre invitation de rencontre autour d'une table du restaurant du Petit Manoir du Casino le 29 février 2024. Nous étions 24 personnes enthousiastes à célébrer toutes ensemble notre engagement et à nous confirmer la nécessité de poursuivre notre mission au sein de notre association.

Notre présidente madame Linda Lavoie a pris soin de nous remercier pour notre implication et nous a invités à réfléchir à des moyens pour rejoindre les plus jeunes retraités.es et les informer de nos besoins de relève pour assurer la bonne santé de notre mouvement.

Monsieur Jean-Louis Côté a rappelé à l'assistance que le projet des Serpuariens réservera encore une fois cette année une table (à l'AGS) pour exposer les objets mis en vente et que les personnes ayant vendu leur objet décideront de la partie ou de la totalité de la somme obtenue en don à la FLG.

J'ai pris soin d'annoncer à l'assistance que le CS avait approuvé le projet de sortie à Wendake en mai prochain. Nous ferons connaître les détails au cours du mois d'avril. Mesdames Francine Tremblay et Raymonde Bergeron participent à la planification et à l'élaboration du projet.

Je termine en signalant que l'accueil du personnel du Petit manoir du casino a été à la hauteur de nos attentes et que les commentaires de nos membres avant le départ nous ont convaincus que cette rencontre se doit d'être maintenue au fil des ans.

Benoît Boivin

Journée régionale Environnement

Vendredi 25 octobre 2024
Hôtel Québec 3115 Avenue des Hôtels Québec

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

Inscription: 8 h 30

9 h15: Mot de bienvenue

9 h 30: Conférence par Camille Defoly ***J'aime ma poubelle mais je la quitte***

Qu'arrive-t-il à nos déchets une fois jetés aux bacs? Quels rôles jouent le recyclage et le compostage dans la lutte aux changements climatiques? Comment réduire la taille de notre poubelle et diminuer notre impact au quotidien? Cette conférence offre une introduction à ces problématiques, tout en démystifiant notre système de tri et de valorisation des matières résiduelles. Des solutions concrètes, ludiques et accessibles à tous seront proposées, avec des outils pour passer à l'action. Cette conférence est donnée par l'organisme LE JOUR DE LA TERRE

10 h 30 : Pause

11 h : Animation autour du thème des déchets

12 h : Dîner

13 h : Conférence par Elsa Moreau sur *Mères au Front*

Elsa Moreau est une membre active du regroupement *Mères au Front* de la ville de Québec depuis 2021. Maman, militante, écologiste, elle s'implique avec détermination pour que ses filles et les générations futures puissent vivre entourées d'écosystèmes en santé, en symbiose avec la biodiversité. Comme des milliers d'autres parents, elle s'inquiète de l'impact des

changements climatiques. *Mères au Front* lui permet, en tant que citoyenne, de lever le ton et mettre de la pression sur nos dirigeants en leur demandant du courage politique. Les incitant ainsi à prendre les décisions qui s'imposent pour assurer un monde résilient face aux défis à venir. Elle viendra nous parler de cet organisme et de son implication.

Coûts :20 $/membre
40 $/non-membre

Inscription auprès de monsieur Normand Bergeron, responsable du comité environnement de l'AREQ-03H : Tél : 418-665-6692

DATE LIMITE D'INSCRIPTION LE 14 OCTOBRE 2024

Activité Régionale Sociopolitique

Mercredi le 9 octobre 2024
Hôtel Québec 3115 Avenue des Hôtels Québec

Vous êtes invités à l'activité organisée par le comité régional sociopolitique.

1ere conférence **Biais cognitifs : Notre cerveau nous joue des tours!**

Est-ce que c'est grave? Quel impact sur notre vie quotidienne?
Est-il possible que notre cerveau nous joue des tours? Est-il parfois (souvent?) paresseux? Sommes-nous un peu moins brillants que nous le pensons?

Isabelle Blanchette est professeure titulaire à l'Université Laval, spécialisée en psychologie cognitive, et chercheuse au centre de recherche Cervo, à Québec. Isabelle Blanchette est passionnée par la psychologie cognitive, une branche de la psychologie qui vise à comprendre comment le cerveau traite l'information, apprend et utilise les connaissances.

2e conférence **Âgisme : La représentation des aînés dans la culture populaire**

Conseiller aux dossiers sociaux, Samuel Labrecque dispose d'une solide expérience dans le milieu des organismes dédiés aux aînés. Samuel occupe la fonction de conseiller aux dossiers sociaux, lesquels traitent notamment des enjeux liés à l'avenir du système de santé public, à l'hébergement des personnes aînées et aux politiques gouvernementales touchant les personnes aînées.

En après-midi : **Le rire, joie et santé** avec Linda Leclerc

Trucs pratiques pour prendre les choses avec bonne humeur et dédramatiser les situations du quotidien, pour soulager stress et anxiété et rester dans le moment présent. C'est une excellente façon de prendre soin de sa santé mentale, de développer la complicité entre les personnes et de permettre un moment de détente « santé et positif ».

Coûts :20 $/membre
40 $/non-membre

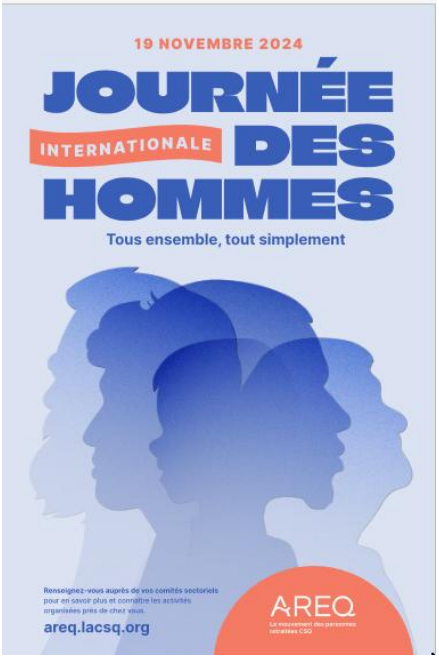
Inscription auprès de madame Ginette Perron, responsable sociopolitique de l'AREQ-03H : Tél : 418-435-3270

DATE LIMITE D'INSCRIPTION : LE 27 SEPTEMBRE 2024

La Journée internationale des hommes

Le mardi, 19 novembre 2024
Hôtel Québec 3115 Avenue des Hôtels, Québec

« Tous ensemble, tout simplement »



Ce thème témoigne de notre volonté de démocratiser cette journée soulignée par l'AREQ depuis plusieurs années. Peu importe le bagage qui nous singularise ou notre genre, nous pouvons soutenir les différentes initiatives s'inscrivant au cours de cette journée. L'affiche, réalisée par Catapulte, illustre des hommes de différents âges et de différentes origines ethniques. Regroupés de profil, ils regardent vers un avenir prometteur en matière de santé et bien-être des hommes.

Pour ce qui est du contenu de notre rencontre annuelle, celui-ci vous parviendra dès que possible, ayant à finaliser certaines entente avec nos partenaires.

Coûts :20 $/membre
40 $/non-membre

Inscription auprès de monsieur Wilfrid Custeau,
responsable de la Condition masculine pour l'AREQ 03-H : 418-665-5924

DATE LIMITE D'INSCRIPTION EST LE : 6 NOVEMBRE 2024

Comité Entraide et Solidarité

Ce comité existe dans le but de soutenir moralement toute personne malade qui est hospitalisée ou qui subit une chirurgie. La personne reçoit une carte et un certificat cadeau majoré maintenant à 25$ à la suite d'une décision récente du Conseil Sectoriel. C'est un geste de solidarité de notre organisme pour témoigner de notre encouragement et nos bons vœux de prompt rétablissement.

Pour l'année 2023, trois personnes du secteur de l'Ouest et deux de celui de l'Est ont reçu le certificat cadeau.

J'en profite pour passer un message : si vous connaissez un membre qui est hospitalisé ou qui a subi une chirurgie, ce serait une bonne idée de nous faire connaître la situation de cette personne. Ça nous assurerait de ne pas oublier des gens vivant de tels évènements.

Voici les coordonnées de personnes à rejoindre :

Tremblay Francine	**Responsable de l'Est**	**418-665-7409**
Desgagné Jeanne-Mance	**Responsable de l'Ouest**	**418-435-6199**

Assurances

Nous avons connu, dès janvier 2024, le renouvellement de notre régime d'assurance collective ASSUREQ.

Le régime d'assurance maladie

En tenant compte du contexte économique, des frais d'administration, de l'expérience de notre groupe, les primes subissent une modification à la hausse de 3,9%. L'augmentation varie entre 4,06$ et 6,42$ selon notre protection.

La revue Quoi de neuf -Hiver 2024- (pages 10 à 13) présentait des tableaux très représentatifs des choses à retenir tant aux plans des tarifications que celui des protections. Un outil tout à fait pertinent pour nous y référer en cas de doutes ou de questions.

Le régime d'assurance-vie

En raison du nombre élevé de décès dans notre groupe, une augmentation de la prime en assurance-vie s'applique pour maintenir les mêmes montants d'assurance. La prime subit une modification à la hausse de 5,7%. L'augmentation varie de 4,08$ à 6,46$ selon votre protection.
Pour les voyageurs, un rappel :

Pensez à valider votre couverture d'assurance voyage. Il est fortement recommandé de communiquer avec l'assistance voyage **Can Assistance** avant votre départ. Vous pourrez obtenir des précisions mais surtout la confirmation que la garantie d'assurance voyage avec assistance s'applique ou ne s'applique pas selon votre situation.

Et le régime canadien de soins dentaires, qu'en est-il pour nous retraités du Québec?

Vous avez déjà fait votre demande au **Régime canadien de soins dentaires** puisque vous avez reçu une lettre vous invitant à le faire. Vous avez sans doute reçu votre carte avec la date d'entrée en vigueur des prestations auxquelles vous aurez droit et les frais pris en charge par le RCSD selon les spécifications de votre dossier. Elle indique votre nom, le numéro du régime et votre numéro de membre. Vous l'apportez au moment de votre rendez-vous à votre clinique dentaire (participante au régime) en guise de preuve de votre couverture par Sun Life.

Beneva Espace client

Pour mieux comprendre votre régime, je vous invite à vous connecter à votre Espace Client de BENEVA ou encore à consulter la brochure **Votre régime** de ASSUREQ 1er janvier 2024. Un résumé de la brochure était broché dans le **Quoi de neuf Hiver 2024.**

Can Assistance : 1 800 465-2928
Ayez en main votre numéro de contrat lors de l'appel.

Heureux voyage et des découvertes à la hauteur de vos attentes!

Benoît Boivin, membre du CS et responsable du dossier Assurance

Journée internationale des droits des femmes

À nouveau cette année, nous étions 4 membres de notre secteur à participer à cette rencontre régionale de l'AREQ à Québec pour souligner la *Journée internationale des droits des femmes.*

En première partie de matinée, 2 représentant(e)s de la Caisse Desjardins des Rivières ont capté l'intérêt de la salle. De façon concrète, nous avons appris comment se prémunir des différentes formes de maltraitance financière (exploitation, chantage, arnaque …) dont nous pourrions être victimes.

À partir de 11h, Mme Isabelle Lecours, députée et adjointe parlementaire à la Condition féminine nous a livré un vibrant témoignage de son vécu de violence conjugale. Puis, elle nous a donné des exemples de son implication politique et des moyens d'apporter des changements favorisant la prise de pouvoir des femmes sur leur vie personnelle et sociale.
En après-midi, l'ensemble Katimini nous a offert une prestation musicale variée pour clore cette journée en légèreté.

Merci à mes collègues Brigitte, Ginette et Benoît de leur généreuse participation.

Angeline Demers

AGENDA

« Que puis-je apporter à mon association? De mon temps. En le faisant, je livre un peu de mon talent, de mes habiletés, de mes connaissances, de ma sagesse. Et surtout, je partage des expériences épanouissantes et constructives tant pour moi que pour mes consœurs et mes confrères retraitées s. » (Voir les différents comités à la dernière page)

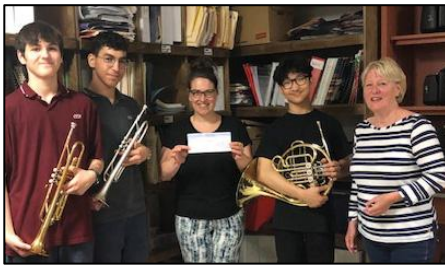
Le 5 septembre 2024	La non-rentrée
Le 9 octobre 2024	Journée Sociopolitique
Le 25 octobre 2024	Journée régionale en environnement
Le 19 novembre 2024	Journée des hommes
Décembre 2024	Souper de Noël

Fondation Laure Gaudreault

Pour ceux et celles qui ne connaissent pas la Fondation Laure-Gaudreault, c'est une fondation créée en 1990 par l'AREQ en hommage à Laure Gaudreault pour poursuivre son œuvre et engagement. Sa mission repose sur trois axes centraux, soit d'aider :

- les personnes aînées dans le besoin
- la recherche médicale ou sociale pour améliorer la qualité de vie des personnes aînées
- des œuvres de jeunesse ou des jeunes dans le besoin
- des familles dans le besoin.

Plus de onze mille membres (11,000) contribuent à son œuvre par leur bénévolat, leur participation financière et leur engagement. L'argent ramassé lors des campagnes de financement est distribué à des centaines d'organismes dans différentes régions. À notre souper de Noël 2023, nous avons fait un tirage moitié-moitié. Un montant de 95$ a été versé à la Fondation.



Les membres du comité régional se sont réunis virtuellement en janvier. À chaque année, un organisme de la région reçoit un don du régional. En juin 2024, madame Francine Tremblay a versé à madame Isabelle Paquette, responsable des **Petits et grands ensembles musicaux Saint-Aubin,** un chèque de 500$ au nom de la fondation.

Selon notre politique sectorielle, nous alternons notre subvention, une année dans l'Est et l'autre année dans l'Ouest.

Pour devenir membre à vie, il suffit de faire un don de 10$. Je remercie toutes les personnes qui ont déjà fait un don cette année ou qui sont devenues membres à vie et j'encourage d'autres à se joindre au mouvement.

Francine Tremblay, responsable de la FLG

N'oubliez pas d'appuyer la Fondation Laure Gaudreault

Je veux devenir membre à vie de la Fondation Laure-Gaudreault (10$) ☐
Je désire faire un don à la Fondation Laure-Gaudreault_____$ ☐
Vous recevrez un reçu pour fins fiscales pour tout don de 15$ et plus.

Nom :_____
Prénom :_____
Téléphone :_____
Adresse :_____
Code postal :_____

Veuillez faire parvenir ce formulaire à l'adresse suivante :
Francine Tremblay 218 B, Rue des Carrières, La Malbaie, G5A2T8

LA MAGIE DES MOTS

Du plus loin que je me rappelle, j'ai toujours aimé lire. Pour mes parents, la culture et l'éducation étaient des valeurs importantes.

Nous avions deux salons dans la maison : un où on allait rarement, sinon pour recevoir la visite du curé une fois dans l'année ou la parenté durant les Fêtes.

Dans l'autre salon appelé le « vivoir », il y avait une bibliothèque et une télévision.

Mes parents avaient acheté des encyclopédies : GROLIER, QUILLET, PAYS ET NATIONS.

J'en ai passé des heures à dévorer les livres. Je regardais les images, je me documentais et je rêvais.

La série : PAYS ET NATIONS m'a fait voyager partout dans le monde et c'est à feuilleter ces livres que le goût du voyage s'est insinué en moi.

Lire est une source de plaisir immense, d'ouverture sur le monde, d'occasions intimes de partager avec celui ou celle qui a écrit ce que nous lisons. Lire peut contrer la solitude, donc avec un livre, on n'est jamais seul!

Auparavant, seuls les nobles savaient lire. Ils détenaient alors le pouvoir d'endormir le peuple avec de belles promesses. Ils faisaient part de leurs décisions sans riposte puisque personne d'autre n'avait la clé de ce qui se disait dans les textes écrits.

D'ailleurs, on peut remarquer que, même de nos jours, les dirigeants de pays où règnent une dictature tentent de garder leur population dans l'ignorance, pour ainsi pouvoir les contrôler.

Voilà pourquoi c'est important d'apprendre à lire.

La lecture permet de vivre des émotions, de voyager, d'admirer, de comprendre, de rire et de pleurer, de provoquer des réflexions, de développer son sens critique.

La lecture n'a de limites que celles qu'on lui impose.
Personnellement, la lecture m'a ouverte à différentes cultures, m'a fait découvrir de nouveaux pays.

Lorsque je lis, je fais des recherches sur les lieux où se déroule l'intrigue; j'apprends des pans d'histoire qui se sont déroulés à d'autres époques.

Un livre c'est une « machine à voyager dans le temps ».

Je vous souhaite de faire ce voyage et de vous laisser bercer par la magie des mots.

Bonne lecture!

Francine Tremblay

CAMARADES

Un jour, notre enfance s'est arrêtée … En ce début de septembre 1960, arrachés en quelque sorte à notre famille, à notre petit village de campagne, à tout ce que nous avions alors connu, nous nous sommes retrouvés pensionnaires et embrigadés dans une immense bâtisse, isolée, accrochée au sommet d'une grande colline. Cette bâtisse et ces lieux allaient devenir pour les 8 prochaines années notre maison, notre école, notre terrain de jeu, notre église. Nous étions à l'aube de nos 13 ans, cinquante-trois petits bouts d'hommes. En ces lieux se dérouleraient désormais presque toute notre vie d'adolescent.

Que dire de la détresse ressentie en ces premiers jours, perdus dans ce régiment de garçons inconnus et entourés de nombreux autres plus âgés. Souvenirs persistants de ces premiers soirs dans un dortoir de 72 lits, de ces premiers jours de classe dans des groupes de plus de 40 étudiants. Le choc… la tristesse… intenses, mais il fallait survivre, aller vers l'autre, les autres, créer des liens, trouver celui et ceux avec qui partager ces moments, s'accrocher pour ne pas tomber dans un terrible repli sur soi.

Les 8 ans ont passé, nous avons appris à nous connaître, à nous toiser, à nous respecter, à nous affilier à certains plus qu'à d'autres. Nous avons appris à partager ces temps, ces lieux, les jours pénibles comme les jours heureux. Un sentiment d'appartenance s'est installé. Nous étions devenus des camarades. Plusieurs ont quitté en cours de route, d'autres sont venus les remplacer, en partie. Puis, par un jour de mai 1968, à 20 ans, nous nous sommes séparés, fiers d'avoir traversé tout ce parcours et surtout impatients de pouvoir enfin partir vivre notre vie.

Frénésie, liberté, premiers amours! L'horizon s'ouvrait devant nous, vaste, quasi illimité! Tout nous paraissait possible. Famille, carrière, enfants et petits-enfants ont suivi.

Voilà qu'en octobre prochain *, ces camarades d'adolescence se reverront. Si certains ont déjà quitté cette vie et d'autres n'ont jamais donné signe, un noyau persiste, fidèle à nos rendez-vous quinquennaux.

Il y aura des poignées de mains, des tapes sur l'épaule, des sourires, des rires...et pendant quelques heures, ces gars de 76 ans auront l'impression de retrouver ensemble un peu de leur adolescence avec tout ce que cela représentait alors d'enthousiasme, de rêve, d'ambition. Nous oublierons la carrière de chacun. Il n'y aura que les camarades d'alors avec leur simple nom, comme autrefois. Les traits physiques auront changé...un peu, beaucoup, terriblement, mais les vibrations de l'âme seront là...

Et quand, au départ, l'heure des dernières poignées de main aura sonné, en nous promettant, un peu par défi, de tous revenir dans 5 ans, nous saurons que ce n'est qu'un espoir, un désir irréaliste, mais nous voudrons y croire…malgré cette pointe de nostalgie installée au fond du cœur, prémonitoire d'un adieu, l'adieu aux camarades. (* octobre 2023)

Wilfrid Custeau

De si beaux étés…

Chaque fin de juillet nous les ramenait. Après une brève escale à St-Hilarion, Marie-Louise s'empressait de téléphoner à ma mère. Bien qu'implicite, le message était clair : « Mon oncle peut-il venir nous chercher ? » Bon joueur, mon père, après sa journée de travail, parcourait la quarantaine de kilomètres dans sa vieille Plymouth usagée et ramenait avec lui Marie-Louise, Ti-Jos, les deux garçons et les deux filles, doublant ainsi les habitants de notre maisonnée.

Les gens de la ville arrivaient pour leurs vacances !!! Pourquoi auraient-ils dû s'en priver ? On sait bien que manger à la campagne, ça ne coûte rien. Ils ont de grands potagers où les légumes poussent tout seuls, le lait et la crème de leurs vaches ainsi que la viande des animaux d'élevage. Et surtout, surtout, on peut respirer le bon air pur : « Il fait tellement chaud en ville, pas moyen de dormir de l'été ! »

La seule qui ne pouvait profiter de cet air si pur, c'était ma mère. Dès le matin, il fallait, très tôt, allumer le poêle à bois pour régaler les visiteurs de toasts sur la braise. Puis, mettre la viande au four, préparer les légumes, rouler la pâte à tartes pour le prochain repas tout en subissant la chaleur suffocante dégagée par le poêle pendant que tous prenaient la clé des champs.

À chaque soir, mes parents, fatigués, retrouvaient le vieux sofa du salon pour essayer d'y dormir : leur chambre avait été cédée pour la semaine à la visite, bien sûr ! Et puis, un bon matin, peut-être pour atténuer les légers désagréments causés par leur présence, Marie-Louise présentait à ma mère un joli paquet enrubanné : un beau petit tablier à frisons acheté en ville, chez Eaton. Ce dernier irait bientôt rejoindre les autres qui s'empilaient dans le tiroir de sa commode depuis belle lurette.

Quelques années plus tard

Nous avons quitté notre grande maison et déménagé à La Malbaie dans un logement d'espace réduit. Ayant communiqué par lettre avec Marie-Louise, ma mère s'imaginait bien candidement que nos oiseaux ne reviendraient plus.

Surprise ! Qui sonne à la porte cet été-là ? Marie-Louise et Ti-Jos serrant un chien dans ses bras. Première phrase d'accueil de ma mère : « Pas avec un chien en plus ! » Ayant vu, de leurs yeux vu, la grandeur de notre nouveau logis, ils cessèrent leurs visites estivales.

Dix ans plus tard

En rentrant du travail cette fin d'après-midi-là, mon beau-frère est tout étonné de voir dans son stationnement une auto inconnue à laquelle est attachée une tente-roulotte. Après l'avoir salué, ma sœur Claire lui dit : « Je te présente Léon, le fils de Marie-Louise qui venait en vacances chez nous il y a quelques années ; sa blonde et sa belle-mère sont avec lui. » Mon beau-frère entame la conversation avec Léon à propos de voyages et de camping. Il lui demande où il veut installer sa tente-roulotte. Les réponses sont plutôt vagues : chutes Fraser, peut-être, on verra…

17 h 30 : ça continue de jaser, aucun signe de départ. Ma sœur les invite donc à souper…

21 h : encore aucun signe de départ. Claire, fatiguée de sa journée a bien hâte de retrouver son lit. Elle se résigne à les héberger pour la nuit…

9 h 30 le matin suivant : mon beau-frère est parti travailler. Ma sœur a dû aviser son patron qu'elle serait absente pour l'avant-midi. Les « invités », bien installés à la table, s'empiffrent d'œufs et de bacon. Vers onze heures, Claire, fatiguée, tannée, écoeurée, leur dit : « Je dois absolument aller au bureau cet après-midi. »

Ils quittèrent enfin, sans doute pour trouver un nouvel hébergement chez un autre des nombreux petits-cousins de la région, remorquant derrière eux leur tente-roulotte au cas où…

Suzette Bergeron

EN VISITE À WENDAKE

Quel plaisir nous avons eu à fouler le sol de Wendake et à nous imprégner de la culture de la grande Nation Huronne-Wendate !

Quelles intéressantes connaissances notre guide-accompagnatrice, Évangéline, nous a transmises lors de notre promenade sur le site : mode de vie à l'intérieur de la maison longue, jeunes filles choisissant elles-mêmes leur compagnon de vie, mères de clans élisant le Grand Chef, culture de maïs, haricots et courges, séchage et fumage du poisson…

Quel soulagement pour certains de connaître la signification exacte des composantes du capteur de rêves, l'endroit où le déposer, l'orientation à lui donner permettant ainsi au caillou-araignée de transformer leurs cauchemars en rêves aussi légers que de vaporeuses plumes roses !

Quel privilège pour notre imaginaire d'avoir eu accès à la légende de la création de la terre. Grâce au crapaud remontant la racine de pommier du fond de l'eau, puis étendant la terre qui y était attachée sur le dos de la tortue, une île fut créée…

Quelle satisfaction pour nous, les trente-cinq choyés de cette journée du 23 mai à Wendake. Merci aux trois responsables de l'activité : Francine, Raymonde et Benoît; mission accomplie! À quand la prochaine escapade ?

Suzette Bergeron

Avis de décès

2023, Roger Bouchard, Raymond Bouchard, Gisèle Garand Bouchard
Frères et sœur de Renée Bouchard, membre

2024,	Émilien Bergeron	Frère de Raymonde Bergeron, membre
	Sœur Carmelle Carré,	Membre
	Jacques Demers	Frère d'Angeline Demers, membre
	Mireille Gravel,	Épouse de Gaston Lavoie, membre
	Clément Tremblay	Père de Constance Tremblay, membre
	Pauline Tremblay	Soeur de Élise Tremblay, membre
	Lise Turcotte	Sœur d'Angèle Turcotte, membre

Lorsque vous êtes informés du décès d'un membre de notre association, veuillez communiquer avec :
Raymonde Bergeron rbpps@videotron.ca
Ginette Perron ginetteperron1945@gmail.com

« *Le vrai tombeau des morts, c'est le cœur des vivants*. »
Jean Cocteau

LE RÉGIONAL AREQ 03
QUÉBEC-CHAUDIÈRE-APPALACHES

Mot du président régional

Nous en sommes à un mois à peine de la fin de cette première année du triennat 2023-2026.

Et au moment d'écrire ces lignes, il ne reste que trois assemblées générales sectorielles à avoir lieu et qui seront suivies de notre AG Régionale.

Au niveau national, deux dossiers importants sont toujours en attente de règlement : celui de l'indexation supplémentaire qui connaîtra son dénouement au plus tard le 1er juillet prochain et celui de la Coalition pour la dignité des ainés, sur le maintien à domicile. Dans ce dernier cas, même si la Ministre des Ainés soutient qu'il sera impossible d'éliminer les listes d'attente, le gouvernement aurait avantage à élargir l'aide à domicile car cela réduirait considérablement les coûts de système. Le «rendez-vous national» fait quatre recommandations au gouvernement. Je vous invite à relire celles-ci dans l'infolettre du 10 mai dernier.

Avec la période estivale qui se pointe à l'horizon, c'est le moment idéal pour se rapprocher de la famille et des gens qui nous sont chers. Des moments privilégiés pour se détendre qui créeront des souvenirs inoubliables avec notre famille, nos petits-enfants ainsi qu'avec nos ami.e.s. C'est aussi un moment mérité pour se gâter, se reposer, se ressourcer, explorer de nouveaux horizons et voyager.

Ces moments ne reviendront pas : profitez-en bien et au plaisir de se revoir.

Réjean Lemelin

N'oubliez pas de mettre à jour votre dossier !

Avez-vous déménagé ? Changé d'adresse de courriel ?
Ou de numéro de téléphone ?

Appelez à l'AREQ nationale

Par téléphone 1 800 663-2408
Par courriel info@areq.lacsq.org
Sur le site internet Mise à jour de mon profil - AREQ (lacsq.org)

Et pour être certains que nous avons bien modifié notre liste de contacts pour le secteur, vous pouvez nous écrire à areq03h@gmail.com.

Responsables des dossiers régionaux

Assurance :
Benoit Boivin
418-617-9042
benboi20@hotmail.com

Condition féminine :
Nathalie Harvey
418- 438-2652
nathalie.harvey.1507@gmail.com

Condition masculine:
Wilfrid Custeau
418-665-5924
Wilfrid.custeau@outlook.com

Environnement :
Normand Bergeron
418-665-6692
nbergeron@live.ca

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

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

Fondation Laure-Gaudreault :
Francine Tremblay
418-665-7409
9franctrem9@gmail.com

Autres bénévoles

Chaîne téléphonique : Suzette Bergeron (est), Ginette Perron (ouest)
Comité environnement : Jean-Louis Côté, Normand Bergeron
Décès : Raymonde Bergeron, Ginette Perron
Entraide—solidarité : Jeanne-Mance Desgagnés (ouest), Francine Tremblay (est)
Internet: Jean-Jouis Côté
Journal: Benoît Boivin **Mise en page** : Linda Lavoie
Envois postaux : Suzette Bergeron, Ginette Perron
Photographies : Benoît Boivin, Jean-Louis Côté, Angeline Demers et Linda Lavoie
Réservations : Membres du CS
Site Web : Linda Lavoie
Téléphonistes : Marie Audet, Marthe Audet, Hélène Bergeron, Raymonde Bergeron, Suzette Bergeron, Benoit Boivin, Claire Bouchard, Suzanne Carré, Jeanne-Mance Desgagné, Carmen Gaudreault, Jean-Guy Girard, Louise Harvey, Yvan Harvey, Yvon Ménard, Ginette Perron, Francine Tremblay, Ghislain Tremblay, Hélène Turcotte.

Conseil sectoriel

Présidente:
Linda Lavoie
418-632-5800
linlav17@gmail.com

1ère Vice-présidente:
Ginette Perron
418-435-3270
ginette.perron@hotmail.fr

2e Vice-président:
Benoit Boivin
418-617-9042
benboi20@hotmail.com

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

Trésorier:
Jean Tremblay
jeantre3@gmail.com
418-665-6759

1er Conseiller :
Jean-Louis Côté
418-435-2575
Cell: 418-617-9409
jlcote35@hotmail.com

2e Conseillère:
Michèle Belley
418 633-8038
michelebelley@gmail.com

Nous vous invitons à consulter notre site web

http://charlevoix.areq.lacsq.org