

ENTRE FLEUVE ET SOMMETS



AREQ

Le mouvement des personnes
retraitées CSQ

Bulletin sectoriel de Charlevoix

SOMMAIRE

PAGE

Mot de la présidente	1
La non-rentrée	2
Marche de la journée internationale des aînés	3
Environnement	3-4
Sociopolitique	4-5
Journée des hommes	5-6
Assurance	6
Souper de Noël	7
Journée des femmes	7
Projet de Conférence	8
Projet de sortie pour juin	8
Intransigeance	9
La langue française inclusive ou pas?	10-11
"Les Courtisans"	11
Convocation	12
Fondation Laure-Gaudreault	13
Agenda	13
Avis de décès	14
Mot du président régional	15
Rappel	15
Responsables dossiers régionaux	16
Autres bénévoles	16

Nous avons commencé l'année 2024-25 par notre traditionnel déjeuner de la non-rentrée et la visite des Moulins de l'Isle-aux-Coudres. Quelle merveilleuse occasion de décrocher, **une journée sur l'île !** Plusieurs invitations au niveau régional ont complété notre automne. Le 5 décembre, nous terminions notre saison par le souper de Noël.

Certaines personnes préfèrent ne pas conduire le soir, je jongle souvent avec l'idée que notre prochain Noël soit un dîner avec animation dans l'après-midi et j'aimerais connaître votre opinion, écrivez-moi à **areq03h@gmail.com**. Cette adresse courriel, elle a été créée pour que vous puissiez communiquer facilement avec nous. Nous avons besoin de votre opinion puisque les activités sont pour chacun de vous. Pour l'année 2025, surveillez vos courriels. Plusieurs activités sont à l'agenda, mais encore en préparation, dont une belle proposition de sortie à Québec planifiée par nos formidables organisateurs, Benoît et Francine.

Nous avons une charmante équipe pour voir à toute cette planification. Je vous avoue être un peu inquiète pour la prochaine assemblée sectorielle. Qui sera prêt à relever le défi d'être trésorier ? Jean a généreusement accepté de me remplacer, il y a deux ans pour que je puisse prendre la présidence, afin que notre secteur puisse continuer sa mission. Je pense que, après 13 ans de service, il mérite de profiter librement des activités ! Et qui remplacera Ginette ou Jean-Louis ? Ils ont eux aussi amplement mérité un congé des réunions sectorielles même si je suis certaine qu'ils resteront quand même très impliqués. Ils sont des grands piliers. Ginette avec le sociopolitique et les téléphones aux membres et Jean-Louis avec le comité de l'environnement et la liste des courriels à jour.

Vous avez toutes et tous une belle expérience de travail. Est-ce que vous aimez encore le travail d'équipe? Est-ce que vous avez le goût de vous impliquer ? Nous avons besoin de vous. Plus il y aura de gens voulant s'impliquer et moins lourde sera la tâche de chacun.

En attendant de vous revoir,

JE VOUS SOUHAITE DE TRÈS JOYEUSES FÊTES!

Linda Lavoie, Présidente

La non-rentrée 2024

Quelle belle journée!

Notre Conseil sectoriel est certainement connecté au "Très Haut" pour avoir pu obtenir une température aussi exceptionnelle à l'occasion du brunch traditionnel de la "Non-Rentrée". Déjà le site de l'Hôtel Cap-aux-Pierres, à l'Isle-aux-Coudres, se révèle majestueux et invitant à la détente, mais en plus, en cette matinée du 5 septembre dernier, un soleil resplendissant et un doux vent du "Suroît" se sont alliés pour nous procurer un bien réel sentiment d'évasion.

Avec les sourires accueillants de nos représentants, les 45 membres présents se sont rapidement regroupés, qui sur la terrasse, qui à l'intérieur, tous devant un "mimosa" (ou une bière) invitant à la conversation. Échanges joyeux et retrouvailles ont rempli les lieux.



À 11h15, notre présidente, Linda Lavoie, nous a accueillis officiellement. Monique Brassard, présidente du syndicat des enseignants de Charlevoix, nous a adressé la parole en insistant sur la collaboration entre nos deux regroupements. Ensuite, les responsables des différents comités ont annoncé les activités à venir dans leur domaine.

Le brunch a finalement pris place à 11h45, bien appétissant, avec un goût de "revenez-y" pour plusieurs. Une paisible atmosphère de partage, de confidences et d'anecdotes s'est installée autour des tables jusqu'au départ vers 13h15. Certains ont voulu prolonger leur séjour en profitant de la terrasse ou en s'évadant autour dans l'air marin omniprésent.



Un groupe d'une douzaine de membres a pu visiter le site des deux moulins (à eau et à vent) et assister à la production de farines variées sous la guidance du meunier, monsieur Jérôme. Hommage au savoir-faire de nos ancêtres.

Hélène Bergeron nous a également accompagnés dans des salles dédiées, une à Pierre Perreault, le cinéaste, et une autre à la tradition du "Mardi Gras" dans l'Isle. Merci Hélène pour ta disponibilité et grand merci à notre équipe du Conseil sectoriel pour cette agréable journée!

Wilfrid Custeau

Journée internationale des aînés du 1er octobre

Le 1 octobre 2024, l'AREQ-03H a manifesté sa vitalité et sa bonne santé en participant à la marche de 3 kilomètres sur la colline parlementaire de Québec. Nous étions neuf (9) membres en compagnie des autres secteurs de Québec (environ 500 personnes) à venir témoigner, en tant qu'acteurs engagés dans nos communautés. Nous croyons encore qu'il est essentiel d'agir et que nous avons encore beaucoup à partager.



Nous avons rendez-vous à 9h30 à la Fontaine Tourny, où nos officiels nous ont précisé le déroulement de la journée. Différents porte-paroles et intervenants (dont notre présidente nationale, madame Micheline Germain et la ministre des Aînés, madame Sonia Bélangier) ont pris la parole et nous ont entretenus sur les différentes actions qu'ils privilégient pour améliorer le mieux-être des aînés.

Nous n'avons qu'à penser aux multiples projets créatifs impliquant les aînés, qu'à consulter les statistiques démontrant les heures de bénévolat les impliquant dans tous les secteurs, qu'à lire les œuvres et à

consommer les productions créées par nos artistes aînés tant dans nos milieux respectifs qu'à l'échelle nationale pour saisir le rayonnement de notre clientèle.

Notre ralliement avait pour but de rappeler l'importance des aînés dans la collectivité et de créer un Momentum autour de notre action qui mérite d'être entendue et appréciée. Aussi notre marche a fait la preuve que 55, 65, 75, 85 ne sont que des chiffres puisque toutes et tous ont entrepris la marche dans la joie, l'enthousiasme et surtout l'espoir de vieillir dans une société de soins adaptés à nos besoins (pensons aux soins de longue durée et surtout aux soins à domicile).

Benoît Boivin

Journée régionale sur l'environnement.

Le 25 octobre dernier, nous avons eu la chance de participer à une conférence intitulée « J'aime ma poubelle mais je la quitte! » animée par Camille Defoy. Nous avons eu une présentation dynamique, et bien structurée qui nous a permis de nous conscientiser davantage sur les différents problèmes que nous rencontrons lors de l'utilisation des trois bacs. Dans cette présentation interactive, elle nous a expliqué le rôle que jouent le recyclage et le compostage dans la lutte aux changements climatiques. Particulièrement, nous vivons la crise des déchets qui causent des problèmes au niveau de l'environnement. L'enfouissement des déchets pollue nos terres et nos cours d'eau et il est responsable de 7,8% de l'émission des gaz à effet de serre (GES). Ceci a un effet direct sur le réchauffement de la planète et sur les changements climatiques que nous vivons

présentement, d'où l'importance de bien gérer nos déchets en utilisant le bac approprié. Chacun de nous est responsable du triage des objets à jeter.

Elle nous a bien conscientisés sur la responsabilité de réduire nos déchets et de bien les trier dans chacun des bacs en respectant les normes. Elle a attiré notre attention sur le recyclage qui, en général, est problématique au niveau de la sélection des plastiques qui sont trop souvent non-recyclables. Il existe 7 sortes de plastique et plusieurs d'entre eux doivent prendre la direction de la poubelle. Pour savoir quel est le plastique que l'on peut recycler, elle nous a donné un petit truc très simple : si le sac de plastique est étirable, on peut le recycler, si non, il va à la poubelle. Des exemples : Qu'est-ce qu'on fait avec notre boîte de pizza? Vous pouvez placer le carton propre dans le recyclage et la partie contaminée dans le compostage. Qu'est-ce qu'on fait maintenant avec les mouchoirs ou le papier de toilette? Le papier mouchoir, qu'on appelle souvent le Kleenex, et aussi le papier de toilette peuvent être placés dans le compostage.

Pour nous aider dans le recyclage et le compostage, elle nous a présenté l'application mobile: « Ça va où ? ». C'est un outil utile que nous pouvons télécharger sur notre téléphone cellulaire. Restez bien informés. Profitez de précieux conseils afin d'adopter de bonnes habitudes de gestion des matières. Il existe au Québec 27 centres de tri au niveau de la récupération, qui emploie 1440 trieuses ou trieurs. On trie 4,4 tonnes par heure.



On produit des ballots de papier, de verre, de plastique, de cartons et de métaux, principalement l'aluminium. 57% sont vendus au Québec et 42% à l'étranger.

Elle a souligné également l'importance des 3RV. Les 3RV, c'est quoi? Le sigle « 3RV » est une abréviation des mots suivants : réduction à la source, réemploi, recyclage et valorisation. C'est une façon de prioriser nos actions pour gérer nos matières résiduelles de façon à maximiser l'impact positif de notre geste.

Dans notre secteur, on se positionne très bien avec notre petit projet « Partage Laure » pour Les serpuariens.

Jean-Louis Côté

La journée Régionale Sociopolitique

La journée consacrée au dossier sociopolitique a eu lieu mercredi, le 9 octobre à l'Hôtel Québec. Cent soixante(160) membres dont cinq (5) de Charlevoix ont assisté aux deux conférences.

Madame Isabelle Blanchette, psychologue avait comme sujet : **Notre cerveau nous joue des tours !**

Elle nous a détaillé les différents biais cognitifs qui font partie de notre vie. Autrement dit les différentes déviations dans notre traitement des informations. À partir d'exemples que nous pouvons retrouver dans notre vie, elle nous fait prendre conscience de ce qu'est la dualité dans nos perceptions.

Quant à Samuel Labrecque, il nous a entretenus sur « l'Âgisme ». La représentation des aînés dans la culture populaire. Il nous recommande de prendre « NOTRE PLACE » dans la société et de dénoncer les propos que l'on sent accablants.



En après-midi, Madame Linda Leclerc nous a fait réaliser que le rire est une façon de prendre soin de notre santé mentale. De plus, « rire », c'est comme si nos organes vitaux recevaient un bon massage.

Journée très appréciée!
Ginette Perron

Journée internationale des hommes

Mardi 19 novembre 2024

Thème: Tous ensemble, tout simplement.

9h00: Devant nous, un homme, Noël Grenier, dans la soixantaine. Il vient témoigner de son parcours de vie. Oui, une enfance brisée et une partie de son âge adulte du côté très sombre de la vie. À la croisée des chemins, il a choisi, un jour, d'aller demander de l'aide. Un grand geste de courage, un pas vers la lumière. Au fil des ressources qui l'ont épaulé et d'un cheminement ardu, il a pu "grandir", reconnaître sa valeur et vivre aujourd'hui du bonheur auprès de ses enfants et petits-enfants. Conscient de sa vulnérabilité, mais désireux de venir en aide, il s'investit aujourd'hui pour transmettre auprès de différents groupes ou personnes son expérience et un message de courage afin de poser un tout premier pas vers une demande d'aide.

10h30: Geneviève Léveillé (Conseillère stratégique à la direction générale et ambassadrice de la Maison Michel Sarrazin) nous livre, avec l'histoire de la Maison, l'ampleur des services offerts et son parcours à elle dans ce milieu, depuis le tout début comme infirmière.

C'est la première maison de soins palliatifs (1985) hors d'un centre hospitalier au Québec et au Canada. Elle est le bateau amiral de 40 autres maisons du genre au Québec et identifiée comme organisme supra régional. Les services rendus sont gratuits et elle est soutenue par des dons et subventions gouvernementales.

La "Maison" accueille les personnes souffrant de cancer avec pronostic de vie de deux mois ou moins. Une équipe vraiment complète est là pour accompagner et soigner la personne et ses proches...car la famille est souffrante, elle aussi, et nécessite des soins de même niveau et intensité. Cette philosophie de soins s'entoure d'un esprit d'humanisme où le respect, la compassion et la dignité sont au centre de toutes les actions.

Basé sur la même approche, mentionnons qu'il existe, depuis peu, un "Centre de jour ambulatoire" pour les personnes souffrant d'un cancer incurable, mais qui ne sont pas en fin de vie.



13h00: Après le repas du midi, inspirés du thème de la journée et dans un esprit de regroupement et de plaisir, nous avons chanté avec les animateurs Jean-Noël Laprise, Bernard Deschênes et Richard Arcand.

14h15 : Réjean Lemelin, responsable régional, est venu conclure la journée.

Présence sectorielle: Ginette Perron, Brigitte Fortin, Benoit Boivin, Wilfrid Custeau (membres) et Diane Tardif (non-membre). Assistance : +ou - 100 personnes.

Wilfrid Custeau

Assurances

Régime Santé Plus

Primes mensuelles payables 2025 avec congés de primes de 6 \$/mois

Statuts de protection	Primes contractuelles	Congés de primes	Primes payables avec congés de primes
Individuel	63,18 \$	6 \$	57,18 \$
Monoparental	74,78 \$	6 \$	68,78 \$
Familial	114,77 \$	6 \$	108,77 \$

Régime Santé

Primes mensuelles payables 2025 avec congés de primes de 6 \$/mois

Statuts de protection	Primes contractuelles	Congés de primes	Primes payables avec congés de primes
Individuel	35,68 \$	6 \$	29,68 \$
Monoparental	42,24 \$	6 \$	36,24 \$
Familial	64,81 \$	6 \$	58,81 \$

ASSURANCE VIE

Primes mensuelles payables 2025 avec congés de primes de 6 \$/mois

Statuts de protection	Primes contractuelles	Congés de primes	Primes payables avec congés de primes
Choix 1			
Individuelle	26,58 \$	6,00 \$	20,58 \$
Familiale	39,51 \$	6,00 \$	33,51 \$
Choix 2			
Individuelle	53,16 \$	6,00 \$	47,16 \$
Familiale	66,08 \$	6,00 \$	60,08 \$
Choix 3			
Individuelle	79,74 \$	6,00 \$	73,74 \$
Familiale	92,67 \$	6,00 \$	86,67 \$

Souper de Noël

Notre soirée de retrouvailles du 5 décembre 2024, au restaurant l'Orange Bistro de Baie-Saint-Paul a réjoui les 39 membres et non-membres présents. Trois nouvelles retraitées (mesdames Lyne Dufour, Jacqueline Fortin et Nancy Tremblay) nous ont rejoints à cette table festive et aux menus fort appréciés de tous les convives.

Madame Renée Gagnon, au piano, a su créer une ambiance musicale invitante du temps des fêtes, si bien que plusieurs se sont réunis autour d'elle pour dégourdir leurs jambes, libérer leur voix et chanter avec enthousiasme.

Comme le veut la tradition, il y a eu tirage de prix de présence. Les heureux gagnants : Jean-Jacques Gauthier, Georgette Lapointe et Sylvia Marion ont gagné les certificats-cadeaux de 40\$; Pierre-Paul Savard et Brigitte Fortin, les certificats de 25\$.

Quant au tirage moitié-moitié de la Fondation Laure-Gaudreault, madame Denise Labrie s'est avérée l'heureuse gagnante, soit la somme de 132,50\$ alors que l'autre moitié est versée à la FLG. Un merci sincère pour votre générosité.

Grâce à vous, toutes et tous, ce party de Noël s'inscrit en véritable succès.

Benoît Boivin



Journée internationale des droits des femmes **Vendredi 7 mars 2025**

9 h 30 : Conférence : L'égalité entre les femmes et les hommes : Regard sur 50 ans d'évolution au Québec. Lors de cette conférence, la présidente du CSF, Me Louise Cordeau, C. Q., discutera des avancées des Québécoises depuis 50 ans et de leurs préoccupations actuelles, appuyant son analyse sur cet ouvrage.



11 h 00 : Conférence : Les 50 ans du Comité d'actions féministes CSQ. Julie Pinel, conseillère à l'action féministe à la Centrale des syndicats du Québec (CSQ) depuis 2018, vous propose de revisiter ces luttes par le biais de l'histoire du comité et du réseau d'action féministe de la CSQ.



13 h 30 : Conte-musical Le coquillage : Histoires de femmes à l'ouvrage par Mélanie Demers et Liette Remon.

Inspiré d'un conte breton datant de l'an mil, Le Coquillage Histoires de femmes à l'ouvrage est l'histoire des femmes et du textile à travers les époques. Dans son décor, Yolaine vous raconte les préoccupations de son temps en histoires et en musique. Des chansons de toile médiévales, paillardes, rap en passant par celles à répondre, voici un hommage fait à ces dames qui ont cousu, brodé et tissé notre histoire de leurs deux mains.



Projets - Conférence et Dîner/Croisière Évasion

Invitation à une conférence et à un goûter.

Nous avons invité monsieur Samuel Labrecque, conseiller pour l'AREQ aux dossiers sociaux de venir nous entretenir sur les soins et services à domicile, sur l'aide médicale à mourir (AMM) et les directives anticipées (DMA) et sur la proche aidance.

Où? Camp Le Manoir des Éboulements
Quand? Le 10 avril 2025

Les détails vous seront communiqués quelques semaines avant l'événement par le biais de vos adresses informatiques et de la chaîne téléphonique.

Francine Tremblay et Benoît Boivin

Dîner/Croisière Évasion

Encore une fois cette année, nous vous proposons une sortie à Québec. Nous voulons réserver une salle sur le AML Louis Jolliet pour un « dîner/croisière » qui, nous l'espérons, vous intéressera. Il s'agit d'une croisière guidée fascinante sur le Saint-Laurent en face de Québec jusqu'à l'île d'Orléans. Une occasion idéale de nous remémorer les faits historiques de la seule ville fortifiée en Amérique du Nord grâce aux pertinentes informations de notre guide.

Pour un groupe de 40 personnes, le forfait représente un investissement de 89,71\$ par personne (pourboire et taxes inclus). La durée de la croisière : 1 heure 30. Nous pensons prolonger la journée par une visite de 2 heures à l'une des salles du musée de la Civilisation. Le coût d'entrée est de 25\$ pour les 65 ans et plus en visite individuelle et de 18\$ en visite de groupe. La visite du musée sera libre : les gens qui préféreront marcher au Vieux-Port ou flâner dans cette vieille partie de la ville; ils pourront le faire en s'assurant d'être au lieu de départ à temps, soit 16h00. Le transport (bus scolaire) sera entièrement défrayé par l'AREQ-03H.

Pour les membres, le coût de la journée :	75\$	si non au musée :	60\$
Pour les non-membres :	115\$	si non au musée	90\$

Quelques semaines avant la date arrêtée en juin, nous vous contacterons pour vous fournir les détails concernant l'horaire, les conditions d'embarquement et les lieux de rassemblement pour le retour.

Nous sommes ouverts à toutes suggestions susceptibles d'améliorer le programme de notre sortie. Espérons que vous serez suffisamment nombreux pour assurer sa réalisation!

Francine Tremblay, Benoît Boivin responsables du projet.

Intransigeance

Les robes qu'elle portait étaient immanquablement grises et lui descendaient jusqu'aux chevilles. Ses bas étaient gris, ses cheveux étaient gris mais ses souliers étaient noirs. Elle ne s'était jamais mariée et sa réputation de femme qui n'aimait pas les enfants était un fait connu depuis longtemps.

Étrangement, à chacune de mes visites chez mes grands-parents, j'éprouvais beaucoup de plaisir à retrouver tante Élisabeth, mon arrière-grand-tante. Parfois, je devais me rendre dans sa chambre où, debout au pied de son lit, j'attendais patiemment qu'elle ait fini de réciter son rosaire. Je l'accompagnais ensuite lors d'une de ses randonnées à travers les champs. De retour, nous nous asseyions dans les marches de la vieille maison. Coiffée d'une feuille de journal pour se protéger du soleil, elle me tendait alors une poignée de graines de sorbier dont elle raffolait en me disant : « Tiens, prends, c'est si bon. » Même si je n'avais jamais goûté à ces petits fruits orangés, ma réponse restait toujours la même : « Non, non, je n'aime pas cela. »

Malgré ses airs sévères et nos divergences de goût, malgré nos âges situés à chacune des extrémités de la vie, un lien fort s'était tissé au fil de nos rencontres. Notre entente étant toujours au beau fixe, j'accueillis avec joie son invitation à me joindre à elle pour une visite chez son amie, madame Deschênes. La demande vint cependant assortie d'une liste de recommandations bien précises : être bien sage, laisser les adultes parler et dire merci si on t'offre quelque chose. Elle ajouta aussi : « Si tu ne te comportes pas parfaitement, tu ne viendras plus avec moi. »

Le chemin à parcourir n'était pas bien long. Le temps de jeter un bref coup d'œil du côté du fleuve tout en longeant la haie de rosiers, de saluer distraitement la dame américaine habitant en face, que déjà nous arrivions. Salutations d'usage, nouvelles de la famille, difficultés de la vie moderne, éducation bizarre des enfants : la conversation s'étirait. Assise sagement sur ma chaise, j'avais, à plusieurs reprises, fait l'inventaire visuel des multiples décorations du salon avec un arrêt prolongé sur le meuble le plus important : le piano. Pendant que je rêvais aux mille possibilités intéressantes de cet instrument de musique, madame Deschênes se présenta devant moi, portant un panier rempli de belles pommes bien mûres. Je choisis la plus rouge et croquai aussitôt dans la chair juteuse et sucrée. Me retournant, j'aperçus le regard insistant de tante Élisabeth fixé sur moi. Je réalisai alors ma terrible erreur : j'avais malheureusement oublié de dire merci...



Les conséquences annoncées se sont concrétisées. Jamais plus je ne retournai en visite avec tante Élisabeth. L'été de mes cinq ans, mes parents m'annoncèrent son décès, me demandant si je voulais aller la revoir. Je refusai. Plusieurs années plus tard, ma mère me transmit un tapis mural créé et crocheté par la vieille demoiselle, lequel, selon le souhait de cette dernière, devrait être la première pièce de mon futur trousseau de jeune fille. Le temps écoulé depuis a eu raison de l'existence du tapis, mais le fil invisible nous reliant, elle et moi, perdure encore bel et bien...

Suzette Bergeron

La langue française, inclusive ou pas?

Le débat autour de l'écriture inclusive m'amène à m'interroger sur ma façon d'écrire. On peut difficilement rejeter l'argument que notre langue a un biais masculin préjudiciable aux femmes et maintenant aux non genrés. L'écriture inclusive atténue le problème, mais on ne trouve pas toujours la formule à utiliser. Et advenant le cas où je m'adonne à la pratique de la langue totalement inclusive, jusqu'où dois-je aller?

J'avais l'habitude d'écrire en appliquant la règle acceptée de toutes et tous « que le masculin l'emportait sur le féminin » sans même sentir le besoin de préciser quoique ce soit. Je n'aurais pas cru que j'aurais à répondre un jour d'utiliser une langue inégalitaire, non inclusive. Ayant le désir et la volonté de reconnaître toute la diversité et d'écrire en plaçant tous les êtres humains sur un pied d'égalité, je dois nécessairement apprivoiser ces nouvelles approches.

Dans le paragraphe précédent, j'ai utilisé une formule épïcène (êtres, personnes, gens, monde...). Le mot « être » inclut tant les femmes, les hommes que les non binaires et il s'avère aussi clair que si j'avais utilisé (tous les hommes) le masculin par défaut. Pas toujours aussi simple. Prenons l'utilisation des points médians (employé.e, professeur.e) ou des doublets (les vieux, les vieilles, les adolescents, les adolescentes), il pose un problème parce que ça brise le rythme, ça alourdit le texte et affecte parfois la compréhension.

Les couturiers et les couturières se conforment plus souvent aux influences...
Ils et elles contribuent à l'attrait de...

Mais quand il faut, il faut. Nous ne pouvons pas toujours trouver le mot neutre ou le terme incluant les deux genres.

Et qu'advient-il pour l'accord relatif à des personnes non binaires?

L'écriture inclusive se doit de présenter de l'information claire et respectueuse. Le terme non binaire désigne des personnes dont l'identité de genre se situe en dehors du modèle binaire homme ou femme. Dans ce type de texte, on nous recommande d'utiliser des procédés d'écriture non binaires en privilégiant des formulations neutres plutôt que des pratiques ou des procédés avant-gardistes. Cependant, on sait que des personnes ressentent un inconfort si notre écrit n'exprime pas leur non-binarité. Et si elles nous le signalent, doit-on alors utiliser des pronoms différents? Elles ne sont plus des-ils, ni des elles; elles deviennent des iels ou autres.

L'Office québécois de la langue française ne recommande pas le recours aux innovations orthographiques ou typographiques. Elle nous propose de nous tourner vers des procédés d'écriture neutres, aux formulations adaptées aux personnes non binaires quand le besoin se fait sentir. Et l'AREQ privilégie l'ouvrage de l'OQLF « Avoir bon genre à l'écrit--Guide de rédaction épïcène ».

Formulation au féminin ou masculin

Formulation adaptée aux non binaires

Le père ou la mère doit signer
Motivez l'absence de votre fils
Claude est présidente

un parent doit signer
de votre enfant
Claude assume la présidence

Otto, le rédacteur...

Otto, à la rédaction...

Que retenir de ma réflexion? Chose certaine, il s'avère nécessaire d'appliquer encore la règle que le masculin l'emporte sur le féminin (en grammaire) et de varier nos procédés d'écriture en tenant compte de chaque type de texte. Le défi demeure permanent de penser et de rédiger de manière inclusive dès le départ en nous assurant de la lisibilité de notre texte.

Benoît Boivin

Les COURTISANS 1962 à 1979

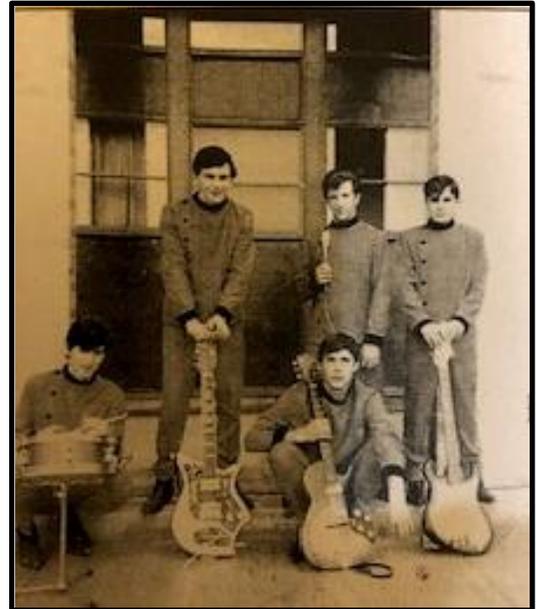
Au début des années 1960, quatre adolescents de Saint-Urbain pratiquent leur instrument de musique préféré : Jérôme Bouchard joue de la guitare rythmique, Émilien Girard, de la guitare solo, Denis Lavoie, de la batterie, Marc-Antoine Fortin, de la guitare basse et Marcel Gagnon s'ajoute comme chanteur.

Ils ont bien l'intention de se produire en spectacle et Mme Girard, mère d'Émilien, confectionne leur premier costume et dès 1960-1962, l'orchestre prend son envol. Ils interprètent des airs des années 1960 et leur répertoire est varié et apprécié. Partout où ces jeunes passent, le public les attend!

Ils participent à un premier Jamboree d'orchestres à Montréal. Ils font face à 7 autres orchestres et seul leur chauffeur, monsieur Léger Bouchard qui les accompagnera pendant 8 ans, les connaît. Ils se méritent la deuxième place.



Les Courtisans. 1960-1979



Les Courtisans en 1962

Première rangée, de la gauche vers la droite
Denis Lavoie et Jérôme Bouchard
2e rangée
Émilien Girard, Marcel Gagnon et Marc-
Antoine Fortin

Le 16 avril 1967, ils remportent le premier prix à un Jamboree à La Malbaie. Ils reçoivent alors une plaque souvenir et un certificat, des mains du grand musicien Vincent Duguay.

Deux membres de ce groupe sont des enseignants de Charlevoix.

Ginette Perron



A2425-AGS-POJ-01

CONVOCAION

ASSEMBLÉE GÉNÉRALE SECTORIELLE de l'AREQ-03H-CHARLEVOIX

Date : **Le mercredi le 7 mai 2025**
 Endroit : **Camp Le Manoir, 2058 Rte. Du Fleuve, Les Éboulements.**
 Heure : **15 h**

Projet d'ordre du jour

- 1.0 Ouverture et mot de bienvenue
- 2.0 Nomination de la présidence d'assemblée et secrétaire
- 3.0 Nomination de la présidence et d'une personne au secrétariat d'élection (s'il y a lieu)
- 4.0 Présentation et adoption de l'ordre du jour A2425-AGS-POJ-01
- 5.0 Présentation et adoption du procès-verbal A2324-AGS-PV-01
- 6.0 Présentation et réception des rapports du CS et Comités

Présidence
 Trésorerie
 Comités : assurances, sociopolitique, retraite, environnement,
 Entraide & solidarité et FLG
 Comités des femmes et des hommes

- 8.0 Prix reconnaissance
- 9.0 Élections au Conseil sectoriel
 - Première vice-présidence
 - Trésorerie
 - Premier conseiller

Les membres sont invités à présenter une œuvre (tableau, sculpture, artisanat, émail, vitrail, poterie...) lors de l'assemblée générale de secteur et ce, afin de promouvoir les talents en arts visuels des membres de la région.

- 10.0 Présentation des artistes
- 11.0 Vote « Coup de cœur »
- 12.0 Tirage FLG
- 13.0 Questions diverses
- 14.0 Prix de présence
- 15.0 Mot de la présidence régionale
- 16.0 Mot de la présidence du secteur
- 17.0 Levée de l'Assemblée
- 18.0 Goûter

Coupons pour 5\$, 10\$, ou 20\$

Tirage moitié/moitié au profit de la Fondation Laure-Gaudreault.

Linda Lavoie, présidente

Francine Tremblay, secrétaire



Fondation Laure-Gaudreault

La Fondation Laure-Gaudreault

La Fondation créée en 1990 par l'AREQ en hommage à Laure-Gaudreault vient en aide aux personnes âgées dans le besoin, ainsi qu'aux jeunes et aux familles. Près de 2,5 millions sont distribués à plusieurs personnes dans le besoin ou en appui à des centaines d'organismes.

Pour devenir membre à vie, il en coûte 10 \$. Plusieurs parmi vous sont déjà membres. En tant que responsable régionale, je sollicite votre générosité à faire un don ou à devenir membre.

Merci pour votre support.

Francine Tremblay, responsable

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 : _____

Veillez faire parvenir ce formulaire à l'adresse suivante :

Francine Tremblay 218 B, Rue des Carrières, La Malbaie, G5A2T8

AGENDA

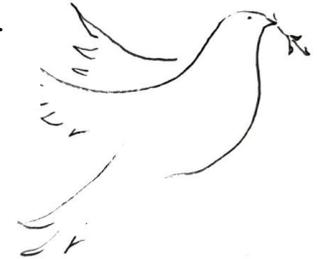
27 février 2025	Dîner des bénévoles, Petit Manoir du Casino
7 mars 2025	Journée internationale des femmes, Hôtel Québec
13 mars 2025	5 à 7 Invitation aux membres, Ile mystérieuse
10 avril 2025	Conférencier Samuel Labrecque, au camp Le Manoir
22 avril 2025	Jour de la terre
7 mai 2025	Assemblée générale sectorielle, au camp Le Manoir
27 mai 2025	Assemblée générale régionale, Québec
Juin 2025	Dîner-Croisière AML Louis Jolliet à Québec

Avis de décès

Depuis juin 2024

Rosalie Asselin
Hélène Bouchard
Séraphin Bouchard
Maurice Simard
Micheline Simard

Sœur d'Angelo Asselin, membre.
Conjointe de Jean-Guy Dufour, membre.
Frère de Claire Bouchard, membre.
Frère de Carole Simard, membre associée.
Sœur de Raymond Simard, membre.



*Nos sincères condoléances
à leur famille et amis*

« 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

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



Un merci tout particulier à celles et ceux qui ont produit un article pour notre journal de décembre 2024. Grâce à vous, notre produit traduit une image plus authentique et plus fidèle de la vitalité de notre association.

J'encourage, encore une fois, toute initiative de nos membres à nous proposer des écrits, des témoignages, des suggestions qui viendront enrichir notre contenu et assurer une meilleure représentation de nos couleurs régionales.

Je vous adresse mes meilleurs vœux en ce temps de réjouissances!
Heureux Noël et une Année 2025 débordante de santé, d'harmonie et d'optimisme!

Benoît Boivin



Mot du président régional

LE RÉGIONAL AREQ 03
QUÉBEC-CHAUDIÈRE-APPALACHES

Chers membres,

C'est le cœur rempli d'une grande joie que je vous adresse ce petit mot personnel alors que la période des fêtes approche à grands pas. Et comme vous le savez déjà, le « temps des fêtes » représente une période idéale pour se rassembler, partager des moments de convivialité et peut-être faire un bilan de l'année écoulée.

J'espère que vous avez passé, comme moi, une année enrichissante, pleine de défis stimulants et de belles rencontres. Votre engagement et votre enthousiasme font la force de notre association, et pour cela, je vous en suis profondément reconnaissant.

Alors que nous nous préparons à célébrer cette saison festive, je souhaite que chacun et chacune d'entre vous trouve du temps pour la détente, le partage et la joie avec vos familles et vos ami.e.s. Que ces moments soient empreints de chaleur et de bonheur, car nous le méritons bien.

J'ai vraiment hâte de vous retrouver en pleine forme pour une nouvelle année remplie de promesses, avec de nouveaux projets et des activités passionnantes qui continueront à nous unir et nous rassembler régulièrement.

Que cette fin d'année soit remplie de merveilleux souvenirs et que l'année à venir vous apporte succès, santé et bonheur.



Joyeuses fêtes à toutes et tous!
Avec toute mon amitié,

Réjean Lemelin

Adhésion à l'AREQ

Rappel

L'AREQ peut accueillir toute personne retraitée issue d'un syndicat affilié à la CSQ.

La cotisation annuelle est fixée à 0,34 % du revenu de pension provenant d'un régime de retraite du secteur public versée par Retraite Québec ou de la rente d'invalidité. La cotisation de la personne ne recevant pas de pension ni de rente d'invalidité s'établit à 12 \$ par année à laquelle s'ajoute un droit d'entrée de 1 \$.

Les membres associés?

La conjointe ou le conjoint survivant, au sens de la loi, du membre régulier de l'AREQ;

La conjointe ou le conjoint retraité du membre régulier de l'AREQ;

Le membre associé a droit aux mêmes services que le membre régulier.

<https://areq.lacsa.org/services-aux-membres/adhesion/>

Responsables des dossiers régionaux

Assurance :

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

Retraite:

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

Condition féminine :

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

Sociopolitique:

Ginette Perron
418-435-3270
ginette.perron1945@gmail.com

Condition masculine:

Wilfrid Custeau
418-665-5924
Wilfrid.custeau@outlook.com

Fondation Laure-Gaudreault :

Francine Tremblay
418-665-7409
9franctrem9@gmail.com

Environnement :

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

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, Ginette Perron, Francine Tremblay, Ghislain Tremblay, Hélène Turcotte.

Conseil sectoriel

Présidente:

Linda Lavoie
418-633-6579
linlav17@gmail.com

1^{ère} Vice-présidente:

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

2^e 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

1^{er} Conseiller :

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

2^e Conseillère:

Michèle Belley
418 633-8038
michelebelley@gmail.com

