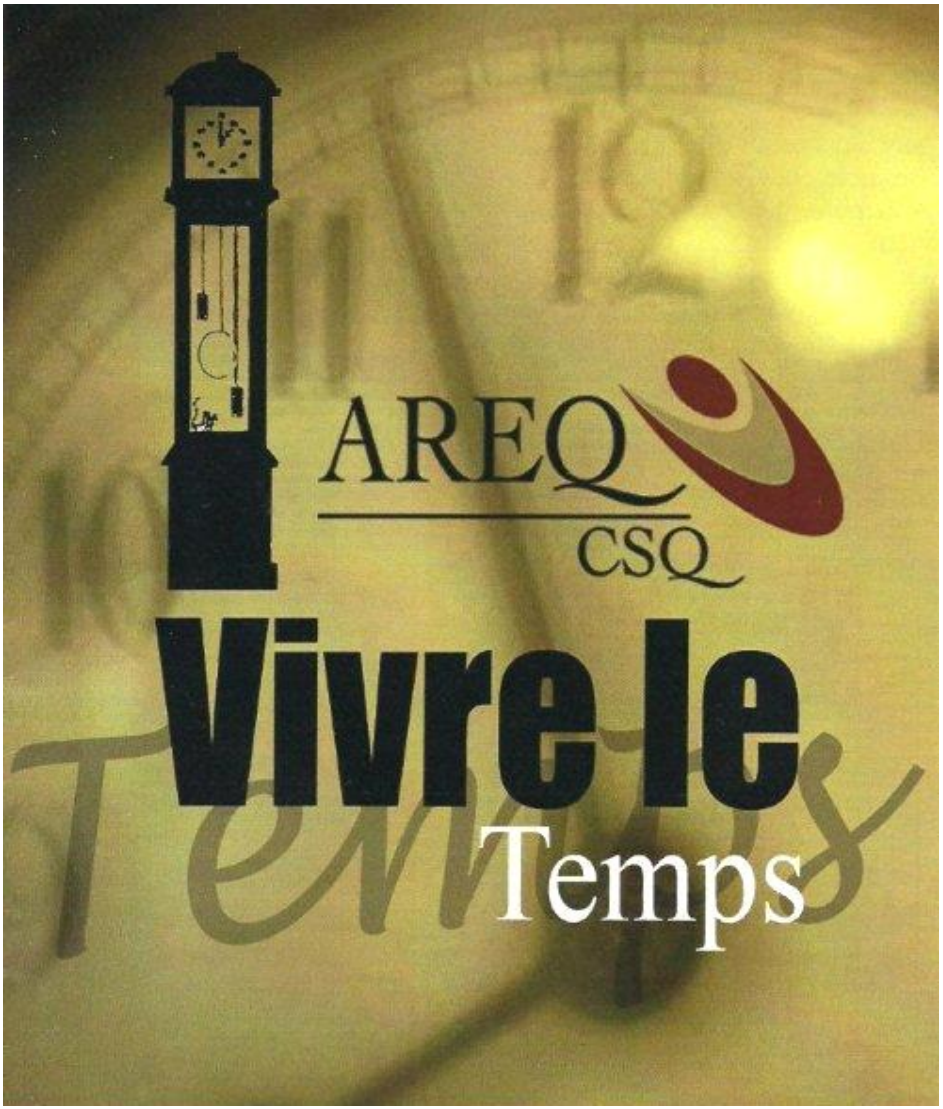


**Décembre 2008**

**Région 01**
**Secteur « L » Côte-de-Gaspé**

# Sommaire

Mot de la présidente....3
Le saviez-vous que ?....4
Nouveau nom de l'AREQ et logo....6
AREQ en action....7
Comité des hommes....8
À propos du régime d'assurance maladie....10
Régime d'assurance maladie et tableaux....11
Calendrier des activités 2008-2009....17
Remerciements à Pierre Paul....18
Déjeuner à l'Anse-au-Griffon....18
Ne compte plus les heures (roman)....19
Comité de la condition des hommes....20
Pour se faire entendre, formation....21
Le brunch d'accueil....22
Lumière ou Il me reste un coin de Paradis....23
L'environnement....24
Au revoir à Denise Mainville....25
Condoléances....26

Bulletin :

Mise en page : Annie Jalbert (jalan@globetrotter.net)

Révision : Jean-Paul Fournier

Logos : Thérèse Minville et Gisèle Philibert

Impression : Imprimerie du Centre-Ville

Les textes, sauf quelques corrections mineures, sont la propriété originale de l'auteur-e.

## Mot de la présidente

Bonjour à toutes et à tous,

Cette année le slogan de la Journée internationale des aînés était : « Pour la suite du monde… ». Ce dernier nous rappelle que nous les aînés nous avons de grandes valeurs humaines, comme le savoir et l'expérience et que nous ne demandions pas mieux que d'offrir en partage. Voilà pourquoi beaucoup d'entre nous faisons du bénévolat, agissons comme personnes proches aidantes, contribuons à tisser des liens intergénérationnels.

Par ailleurs, il faut aussi solidifier les liens entre nous. Voilà, l'importance de participer aux diverses rencontres qui constituent un lieu privilégié pour échanger entre nous.

Entre autres, nous avons présenté un projet « AREQ en action» intitulé 55 ans au volant. Des informations supplémentaires sont données un peu plus loin dans ce bulletin.

Enfin, le dossier qui est toujours au premier plan de nos préoccupations demeure celui de l'indexation. Soyons attentifs aux diverses démarches afin d'obtenir gain de cause.

Le temps des Fêtes est à nos portes. C'est la période favorite pour revoir parents et amis et échanger des bons vœux.

Monique Blais

# *Le saviez-vous que ?...*

**Conseil exécutif de l'A.R.E.Q. au niveau provincial**
Présidente : Mariette Gélinas
1re vice-présidente : Louise Charlebois
2e vice-président : André Pelletier
Secrétaire : Suzanne Faucher
Trésorier : Pierre-Paul Côté

**Conseil exécutif régional A.R.E.Q. Région 01**
Présidente : Nicole Gagnon
1re vice-présidente : Lucille Jean Desrosiers
2e vice-présidente : Micheline St-Pierre
Secrétaire : Colette Nicolas
Trésorière : Monique Blais

**Comité directeur, Secteur « L » des Falaises**
Présidente : Monique Blais
1re vice-présidente : Monique Bernatchez
2e vice-présidente : Denise Lavoie
Secrétaire : Lise Dupuis
Trésorier : Denis Berthelot

**Directrice générale de l' AREQ :** Denise Archambault

**Fondation Laure Gaudreault**
Responsable régionale : Anne-Marie Leblanc
Responsable sectorielle : Carole Briard

**Indexation**
Responsable régional : Jean-Roch Côté
Responsable sectorielle : Carole Veillette

**Comité de l'environnement**
Responsable régional : Hermel L'Italien
Responsable sectorielle : Odette Cavanagh

**Comité de la Condition des Femmes**
Responsable régionale : Émilia Fortin Lavoie
Responsable sectorielle : Donalda Boulay

**Dossier des Assurances**
Responsable régional : Maurice Poirier
Responsable sectoriel : Jean-Paul Fournier

**Comité Sociopolitique**
Responsable régionale : Lise Dupuis
Responsable sectorielle : Lise Dupuis

**Condition des hommes**
Responsable régional : Gérard Gauthier
Responsable sectoriel : Denis Berthelot

**Nouveaux membres au Secteur « L »**
Le Secteur « L » des Falaises s'est agrandi depuis juin 2008.
Nous souhaitons la plus cordiale bienvenue aux nouveaux membres qui s'ajoutent à notre famille AREQ

Notre Secteur comptait au 30 septembre 264 membres.

**Conseils nationaux**
20 au 23 octobre 2008 à Québec
27 au 30 avril 2009 à Drummondville

**Conseils régionaux**
22 (pm) et 23 (pm) octobre 2008 à Québec
29 (pm) et 30 (pm) avril 2009 à Drummondville
26 mai 2009 à Ste-Anne-des-Monts

**Session régionale**
19 au 21 novembre 2008 à Matane

**Assemblée générale sectorielle**
13 mai 2009 à Gaspé

**Assemblée générale régionale**
27mai 2009 à Ste-Anne-des-Monts

## Nouveau nom de l'AREQ

Au Congrès de juin dernier, l'Association a enfin procédé au changement de nom. Nous gardons AREQ mais avec une signification différente. Dorénavant, le nouveau nom de notre Association, à savoir AREQ (CSQ) - Association des retraitées et retraités de l'éducation et des autres services publics du Québec.

Suite à ce changement de nom, notre Association a également repensé le logo.

Voici l'explication et le nouveau logo.

### Explication du logo

Au cœur du logo, on retrouve le cercle, symbole de l'humain. On retrouve également deux formes dynamiques qui se joignent, symbole de la rencontre. Cette interrelation s'exprime par une forme qui épouse une autre forme, créant un double mouvement qui va à la fois vers le haut et vers le bas. C'est la représentation graphique d'engagement évoquant une plate-forme évolutive. C'est aussi le symbole du mouvement et de la solidarité.

L'explication complète, accompagnée du logo, est disponible en document PDF au www.areq.qc.net/index.cfm/2,0,1674,9617,2617,0,html

AREQ
CSQ

## AREQ en action

Dorénavant les projets « Être de son temps » s'appelleront « AREQ en action ». Comme par les années, nous avons soumis un projet : 55 ans au volant. Ce projet fut demandé par le groupe de bénévoles lors du déjeuner d'avril dernier. S'il est accepté, il se déroulera au mois de février et une contribution de 10 $ sera exigée des participants.

Les objectifs poursuivis sont les suivants :

- avoir plus confiance au volant
- se familiariser avec les nouveaux dispositifs
- revoir le code routier
- reconnaître et corriger les mauvaises habitudes au volant
- se sensibiliser davantage aux dangers de la circulation.

Ce cours est d'une durée de six heures et il est donné en salle par un moniteur.

Il est agrémenté de diapositives et d'un cahier d'exercices et de discussions en groupe.

Les personnes intéressées peuvent communiquer avec :

Monique Blais au 368-5045.

## Comité des hommes

Nous étions sept responsables de secteur de la Région 01 à assister à la rencontre du comité des hommes qui s'est tenue à Matane le 13 mai 2008. Le responsable régional, Monsieur Gérard Gauthier, nous a fait un résumé de sa rencontre de formation qu'il a eue à Québec le 17 avril dernier.

Le mandat du comité provincial consiste principalement à informer les hommes de l'AREQ et à les sensibiliser à certaines questions qui les concernent particulièrement, de favoriser le développement et la gestion de responsables régionaux et sectoriels sur la condition des hommes.

Lors du congrès tenu à Laval en Avril 2008, le Conseil provincial recommandait pour le prochain triennat (2008-2011) ce qui suit :

*1-Poursuivre le développement de comités régionaux et sectoriels propres aux hommes;*

*2-Associer ces comités à une réflexion approfondie sur l'identification de leurs besoins;*

*3-Encourager toute initiative sectorielle susceptible de favoriser une plus grande participation des hommes aux activités du secteur.*

Dans notre pochette, on retrouvait plusieurs articles sur le sujet dont un sur la violence par le psychologue Jean de Monbourquette; il explique qu'il y a quatre types de violence : les violences refoulées, débridées, maîtrisées et sacrées.

Aussi, il y avait un article du Devoir, mai 07, intitulé « Condition masculine-L'homme, cet objet de recherche »; un autre de Cyberpresse.ca : « Mâle-être et mâle-vivre » sans oublier le résumé du Rapport Rondeau en rapport aux hommes.

Enfin, nous avons eu des suggestions de lecture comme « Homme et fier de l'être », « Quand les hommes parlent », « Aider les hommes aussi » et un DVD intitulé « Le souffle du désert » de l'ONF.

En terminant, nous aurions aimé revenir de cette réunion avec un bon coffre d'outils applicable à notre région mais presque tout est à refaire dans ce domaine. Nous devons adopter la méthode des « petits pas » et démontrer une certaine patience.

Denis Berthelot, responsable du secteur.

# A PROPOS DU RÉGIME D'ASSURANCE MALADIE

Bonjour à toutes et tous

Dernièrement, plus précisément en avril 2008, le régime d'assurance maladie SSQ a connu une mise à jour laquelle touche principalement le tableau des garanties.

Dans un document préparé à cet effet, nous vous transmettons, dans ce présent bulletin, la liste **des garanties** qui ont fait l'objet de cette mise à jour, **les barèmes de remboursement** qui s'y rattachent et la nécessité d'**une ordonnance médicale** ou non. Évidemment, l'on vous invite à prendre connaissance de ce texte. Il est aussi suggéré de vérifier avec le service à la clientèle SSQ en cas de doute.

De plus, l'on vous rappelle les garanties de l'**assurance voyage avec assistance** et **assurance annulation et de voyage.** Il est bon de vérifier quelles sont ces garanties et ce qu'il est **important** de vérifier **avant son départ**. Enfin, l'on invite les futurs voyageurs à lire attentivement le chapitre 3, pages 30 à 44 de la brochure ASSUREQ.

Pour toute information supplémentaire, je vous invite à communiquer avec moi. Si pour quelque raison que ce soit je ne peux vous fournir l'information désirée, j'irai la chercher ou je vous dirigerai vers le service approprié.

D'ici là, bonne lecture et bonne préparation de votre prochain voyage.

Jean-Paul Fournier, responsable des assurances.

| GARANTIES | BARÈMES DE REMBOURSEMENT | ORDONNANCE MÉDICALE |
|---|---|---|
| Médicaments<br><br>**(2.2.1)** | • Aucune franchise<br><br>• 75 % des premiers 3 000 $ de frais admissibles, par certificat, par année civile, et 100 % des frais excédentaires | • Oui |
| Garanties complémentaires | • Injections sclérosantes : maximum de 35 $ par injection au lieu de 20 $ **(en vigueur le 1er janvier 2008)**<br>• Produits antitabac : 600 $ par année civile<br>*Remarque : envoyer facture à SSQ*<br><br>• Médicaments hors liste RAMQ | • Oui |
| Assurance voyage avec assistance<br><br>**(3.1)** | • 100 %<br><br>• 5 000 000 $ / personne assurée / voyage | • S/O |
| Assurance annulation de voyage<br><br>**(3.2)** | • 100 %<br><br>• 5 000 $ / personne assurée / voyage | • S/O |
| Ambulance<br><br>**(2.2.2)** | • 80 %<br><br>*Remarque : à 65 ans c'est la RAMQ.* | • Non |
| Frais de transport par avion d'une ou d'un malade alité(e)<br><br>**(2.2.3)** | • 80 % | • Oui |

| GARANTIES | BARÈMES DE REMBOURSEMENT | ORDONNANCE MÉDICALE |
|---|---|---|
| Frais hospitaliers au Canada<br><br>**(2.2.4)** | • 100 % du coût d'une chambre semi-privée<br><br>*Remarque : RAMQ = gratuité de la salle publique* | • Non |
| Honoraires professionnels à la suite d'un accident aux dents naturelles<br><br>**(2.2.5)** | • 80 %<br><br>• Remboursement illimité **(en vigueur 1er janvier 2008)** | • Non |
| Fauteuil roulant ou lit d'hôpital<br><br>**(2.2.6)** | • 80 %<br><br>*Remarque : besoin temporaire* | • Oui |
| Appareil d'assistance<br><br>respiratoire et oxygène<br><br>**(2.2.7)** | • 80 % | • Oui |
| Appareils thérapeutiques<br><br>**(2.2.8)** | • 80 % | • Oui |
| Membres artificiels et<br><br>prothèses externes<br><br>**(2.2.9)** | • 80 %<br><br>*Remarque : ex : lentilles pour cristallin (cataractes)* | • Non |
| Prothèse capillaire<br><br>**(2.2.10)** | • 80 %<br><br>• Remboursement maximal viager de<br><br>300 $ / personne assurée<br><br>*Remarque : chimiothérapie* | • Oui |

| | | |
|---|---|---|
| Appareils orthopédiques<br><br>**(2.2.11)** | • 80 % | • Oui |
| Orthèses plantaires<br><br>**(2.2.12)** | • 80 %<br><br>*Remarque : des frais limités aux montants prévus à la liste de l'Association nationale des orthésistes du pied* | • Oui |
| Chaussures orthopédiques<br><br>**(2.2.13)** | • 80 %<br><br>*Remarque : laboratoire reconnu, détenteur d'un permis* | • Oui |
| Appareil auditif<br><br>**(2.2.14)** | • 80 %<br><br>• Remboursement maximal de 560 $ / personne assurée / 48 mois<br><br>*Remarque : incluant honoraires de l'audioprothésiste* | • Non |
| Bas de soutien<br><br>**(2.2.15)** | • 80 %<br><br>*Remarque : 20 mm de Hg ou plus* | • Oui |
| Glucomètre<br><br>**(2.2.16)** | • 80 %<br><br>• Remboursement maximal de 240 $ / personne assurée / 36 mois | • Oui |
| Neurostimulateur transcutané (TENS)<br><br>**(2.2.17)** | • 80 %<br><br>• Remboursement maximal de 1 000 $ / personne assurée / 60 mois | • Oui |
| Psychothérapie<br><br>**(2.2.18)** | • 50 % des premiers 1 000 $ de frais admissibles et 80 % de l'excédent<br><br>• Remboursement maximal de 1 500 $ / personne assurée / année civile | • Non |
| Acupuncture<br><br>**(2.2.19)** | • 80 %<br><br>• Remboursement maximal de 24 $ / traitement et de 600 $ / personne assurée / année civile | • Non |

| | | |
|---|---|---|
| Chiropractie<br><br>**(2.2.20)** | • 80 %<br><br>• Remboursement maximal de 20 $ / traitement de 40 $ / radiographie et de 500 $ / personne assurée / année civile | • Non |
| Podiatrie Podologue<br><br>Infirmier soins des pieds<br><br>(1er janvier 2006)<br><br>**(2.2.21)** | • 80 %<br><br>• Remboursement maximal de 24 $ / traitement et de 600 $ / personne assurée / année civile<br><br>*Remarque : les honoraires* | • Non |
| Physiothérapie<br><br>**(2.2.22)** | • 80 %<br><br>• Remboursement maximal de 28 $ / traitement et de 700 $ (incluant les frais d'ostéopathie / personne assurée / année civile | • Non |
| Orthophonie, ergothérapie ou audiologie<br><br>**(2.2.23)** | • 80 %<br><br>*Remarque : les honoraires* | • Non |
| Homéopathie<br><br>**(2.2.24)** | • 80 %<br><br>• Remboursement maximal de 24 $ / consultation et de 600 $ / personne assurée / année civile<br><br>*Remarque : consultation, remèdes ou traitement.*<br><br>*Reconnu comme homéopathe* | • Non |

| | | |
|---|---|---|
| Naturopathie<br><br>**(2.2.25)** | • 80 %<br><br>• Remboursement maximal de 24 $ / consultation et de 600 $ (incluant les frais de MKO) / personne assurée / année civile | • Non |
| Ostéopathie<br><br>**(2.2.26)** | • 80 %<br><br>• Remboursement maximal de 28 $ / traitement et de 700 $ (incluant les frais de physiothérapie) / personne assurée / année civile | • Non |
| Massothérapie, kinésithérapie ou orthothérapie (MKO)<br><br>**(2.2.27)** | • 80 %<br><br>• Remboursement maximal de 24 $ / traitement et de 600 $ (incluant les frais de naturopathie) / personne assurée / année civile | • Non |
| Diététique<br><br>**(2.2.28)** | • 80 %<br><br>• Remboursement maximal de 20 $ / consultation et de 500 $ / personne assurée / année civile | • Non |
| Soins infirmiers<br><br>**(2.2.29)** | • 80 %<br><br>• Remboursement maximal de 240 $ / jour et de 5 000 $ / personne assurée / année civile | • Oui |
| Frais de transport et d'hébergement au Québec<br><br>**(2.2.30)** | • 80 %<br><br>Remboursement maximal de 1 000 $ / personne assurée / année civile<br><br>*Remarque : déplacement d'au moins 200 km du lieu de résidence et le plus près possible du lieu de la consultation* | • Oui |

| | | |
|---|---|---|
| Soins à domicile<br><br>**(2.2.31)** | • 80 %<br><br>• Soins infirmiers lors de visite à domicile : remboursement maximal de 48 $ par jour<br><br>• Service d'aide à domicile : remboursement maximal de 48 $ par jour<br><br>• Frais de transport : remboursement maximal de 24 $ par déplacement aller-retour et de 3 déplacements par semaine<br><br>• Durée maximale : 30 jours<br><br>*Remarque :*<br><br>*1. La personne doit d'abord communiquer avec le CLSC de sa région pour connaître les soins offerts et dispensés en fonction de son état de santé*<br><br>*2. Se procurer de la SSQ, le formulaire à compléter par le médecin traitant. Cela évitera des désagréments au cas où le contrat d'assurance ne couvrirait pas les dépenses* | • Oui |
| Maison de convalescence<br><br>**(2.2.32)** | • 80 %<br><br>• Remboursement maximal de 48 $ par jour<br><br>• Durée maximale par année civile, par personne assurée : 120 jours | • Oui |

***Il est toujours recommandé en cas de doute, de vérifier avec le service à la clientèle SSQ.***

# Calendrier des activités 2008-2009

| SEMAINES | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
|---|---|---|---|---|---|
| MOIS/ANNÉE | | | | | |
| Août 08 | | | | | Jeudi 28<br>Déjeuner<br>au café de<br>l'Anse-au-<br>Griffon<br>9 heure 30 |
| Septembre 08 | Jeudi 04<br>Comité directeur,<br>CPOC, Gaspé<br>9 heure 30 | Mercredi 10<br>Brunch d'accueil<br>H. Grande-Vallée-<br>des –Monts<br>10 heure 30 | | | |
| Octobre 08 | | Jeudi 09<br>Activités<br>Jour des aînés | | | |
| Novembre 08 | | Jeudi 06<br>Comité directeur<br>CPOC, Gaspé<br>9 heure 30 | Mercredi 13<br>Déjeuner<br>H. Caribou Inc<br>R-au-R<br>9 heure | | |
| Décembre 08 | | Jeudi 11<br>Dîner de Noël<br>H. Commandants<br>Gaspé<br>10 heure 30 | | | |
| Janvier 09 | Relâche | | | | |
| Février 09 | | Jeudi 12<br>Comité directeur<br>CPOC, Gaspé<br>9 heure 30 | Mercredi 18<br>Déjeuner<br>A.Caribou Inc<br>R-au-R<br>9 heure | | |
| Mars 09 | Vendredi 06<br>Activités<br>Fête Femme<br>A.Caribou Inc<br>R-au-R.<br>10 heure 30 | Ou vendredi 13<br>Selon la<br>température | | | |
| Avril 09 | Jeudi 02<br>Comité directeur,<br>CPOC<br>Gaspé<br>9 heure 30 | | | Mercredi 22<br>Déjeuner des<br>bénévoles<br>H.Commandants<br>Gaspé<br>9 heure 30 | |
| Mai 09 | | Mercredi 13<br>AGA et dîner<br>H.Commandants<br>Gaspé<br>10 heure 30 | | | Mercredi 27<br>AGR<br>à<br>Ste-Anne-des-<br>Monts |
| Juin 09 | Activités<br>Murdochville<br>(plan à<br>déterminer) | | Comité<br>directeur<br><br>à fixer | | |

**AGA= Assemblée générale du secteur ; AGR= Assemblée générale régionale**

## Merci Pierre-Paul

Aujourd'hui, nos remerciements s'adressent à un homme généreux de son temps même en dépit d'une santé chancelante. Nous te souhaitons un prompt rétablissement.

Pour ton implication, nous te félicitons et te disons : « Mille mercis! »

Monique Blais, présidente

## Déjeuner amical

Jeudi 28 août…Alors que nous nous surprenons de voir à nouveau circuler les autobus jaunes, nous nous dirigeons joyeusement vers l'Anse-au-Griffon pour un déjeuner de l'AREQ, de notre secteur . À certains endroits, les nuages sont bien installés mais ça et là, le soleil veut prendre le dessus. Déjà, le stationnement est bondé, c'est signe que plusieurs d'entre nous ont répondu à l'invitation….en fait, une soixantaine.

Ça « piaille », ça rit, ça discute et malgré l'assourdissement des échanges, l'ambiance est agréable. Il fait toujours bon se retrouver!

L'attente pour le déjeuner se fera longue mais avertis de la situation, chacun et chacune, y mettra du sien. Et puis, ce fut un bon déjeuner!

Prix de présence, quelques informations, rencontres amicales…Tout compte fait, ce déjeuner au Café de l'Anse aura été bienfaisant.

Francine Sabourin

**NE COMPTE PLUS LES HEURES**

Auteure : Joy Fielding
Roman de 303 pages
Éditions Robert Laffont

Ce roman nous fait assister à des scènes particulières où la vie amoureuse entre deux personnes prend la dimension de ce qu'ils ont à vivre. Le quotidien n'apparaît pas comme un stimulant important pour solidifier cette vie de couple. Le mari avocat, Jake, vit des aventures hors de son union maritale depuis plusieurs années; sa femme, Mattie, marchande d'art à Toronto, semble tout avoir, en plus de ce métier, pour être heureuse : un mari reconnu, une fille aimée et une maison luxueuse.

Une maladie dégénérescente atteint Mattie. Jake, qui ne l'a mariée 16 ans plus tôt que parce qu'il l'avait mise enceinte s'oblige à rester auprès d'elle. Il veut lui aider à vivre les affres de cette maladie mortelle jusqu'à la fin. Une sclérose latérale amyotrophique, nommée maladie de Charcot ou de Lou Gehrig, unit ces personnes plus que tout autre événement n'a pu le faire.

L'urgence de la situation les fait vivre très intensément. Découvriront-ils le véritable amour ou se rendront-ils compte qu'ils se sont toujours aimés? Qu'est-ce qui peut bien faire que ce couple ne se rencontre que dans des moments difficiles? Le lecteur en cherchera sans doute toutes les causes possibles.

Ce roman se lit bien et soutient l'attention jusqu'à la fin. Sa fin est aussi celle de Mattie!

Lise Dupuis

## COMITÉ DE LA CONDITION DES HOMMES

Surtout, ne le dites pas… Après quelques années de balbutiements, le Comité de la condition des hommes est maintenant bien en selle pour le prochain triennat. Une première rencontre a déjà eu lieu et, dans le cadre du plan d'action, une rencontre de formation est prévue à court terme.

Toutefois, il se trouve que dans certaines régions et certains secteurs, on n'a pas encore de représentants. Qui plus est, une place est encore libre au comité national. Nous invitons donc tous ceux qui sont préoccupés du sort de leurs semblables (frères, « chums », fils, « beauf », etc.) à venir joindre nos rangs. Ça ne prend pas trop de temps et ça ne fait pas mal…

**Rencontre du 16 octobre 08 :**

**Comité national de la condition des hommes (16 octobre) :** Les membres du comité ont eux aussi élaboré leur Plan d'action 2008-2011. Leur priorité est d'intéresser les hommes aux problématiques particulières qu'ils vivent et de les amener à s'impliquer davantage à l'AREQ

**Saviez-vous que**… selon l'Institut national de santé publique du Québec, la proportion de décès par suicide chez les personnes de 50 ans et plus est passée de 27,2 % à 39,9 % entre 1999 et 2006? De ce nombre, 74 % sont des hommes et les perspectives ne sont pas très encourageantes puisque le tabou du suicide est moins présent chez les « papy boomers » que chez ceux des générations précédentes.

Et dire qu'il y a encore de nos membres qui se questionnent sur la pertinence d'avoir un comité préoccupé de la condition de vie des hommes**! Pourquoi faire c'homme si certaines réalités n'existaient pas?**

Articles extraits du Bulletin d'information de l'AREQ « *FOCUS* », nov.2008

Par Denis Berthelot, responsable sectoriel du comité des hommes.

# Pour se faire entendre

Action sociopolitique

Une réunion concernant l'aide à l'épanouissement de la vie citoyenne des membres de l'AREQ a été tenue à Matane, le 13 mai 2008, à 10 heures 30. La formation d'un comité régional d'action sociopolitique était à l'ordre du jour.

Neuf secteurs sur onze étaient représentés. Cette première rencontre a permis aux responsables, dont l'engagement social est reconnu d'abord de leurs pairs, d'échanger sur le besoin, voire même la nécessité, de se concerter pour donner plus d'impact aux actions à poser et aux réactions à entreprendre pour que les personnes âgées puissent se faire entendre dans la société.

Il a été démontré, lors de cette réunion, que l'action sociopolitique se vit concurremment avec le quotidien de chaque citoyen et qu'elle est ainsi nourrie par l'actualité ponctuelle ou par l'actualité continue. Elle est aussi une force dynamique sur laquelle les gens en poste, les élus d'abord, doivent compter afin que leurs démarches démocratiques soient validées. C'est donc la réponse à l'autorité qui s'exprime et le complément essentielle à la communication véritable.

C'est à l'item 4 de l'ordre du jour, soit **Points de vue, réflexions et commentaires,** que les participants ont pu s'exprimer sur :

- L'action sociopolitique et l'individu-retraité, membre de l'AREQ
- Le besoin de structures pour l'action sociopolitique : provinciales, régionales et sectorielles
- Le passé social politique des membres de l'AREQ -bref retour-:national, régional, et sectoriel
- Perspectives d'action régionales et sectorielles.

Comme il est souvent vérifié que l'unanimité installée cache des problèmes inexprimés et donc irrésolus, il faut que les citoyens se tiennent éveillés afin de réagir à temps dans les débats sociaux qui mènent à des décisions qui les concernent.

Comme responsable régionale de l'action sociopolitique, j'ai eu le plaisir de constater que, dans presque tous les secteurs de la région 01, la plupart des retraités sont restés actifs et proactifs comme ils l'étaient sur le marché du travail.

Ce nouveau comité régional se fera entendre. Fort de la collaboration de ses membres et des membres des comités sectoriels, il portera la présence sociale des retraités de l'AREQ aux différentes instances dirigeantes.

Lise Dupuis, responsable Comité d'Action Sociopolitique, région 01

## Le brunch d'accueil

Mercredi le 10 septembre dernier se tenait à l'Hôtel Grande-Vallée-des-Monts, le brunch d'accueil annuel.

La bonne humeur était au rendez-vous pour les soixante-cinq personnes présentes. De nouveaux retraités de l'enseignement et des soins hospitaliers ont été accueillis chaleureusement. Nous leur souhaitons une merveilleuse retraite à la mesure de leurs attentes.

L'animatrice de la rencontre, Madame Monique Bernatchez nous a fourni quelques informations concernant l'AREQ.

Tout en savourant l'excellent brunch préparé par l'équipe de l'hôtel, différents tirages ont été effectués.

Merci aux responsables de ces activités et bonne chance à chacun, chacune dans l'accomplissement de sa tâche.

Au plaisir de se revoir.

Tous se joignent à moi pour offrir à madame Monique Blais, nos plus sincères condoléances pour le décès de son père.

Solanges R. Côté
Grande-Vallée

## *« Lumière… »* ou *« Il me reste un coin de paradis… »*

Oui, cet été 2008 m'apparaît comme un billet spécial qui pouvait me mener aux portes de l'au-delà, mais heureusement, j'en suis sorti indemne grâce au soutien des miens, de tout le personnel médical, d'amis fidèles, de personnes m'envoyant des ondes positives et surtout grâce à la foi.

Après avoir contracté le staphylocoque aureus (doré), je vécus dans le brouillard, les premiers jours de juillet. S'ensuit une pneumonie des plus sévères et une septicémie qui a failli m'emporter.

Après cinquante jours d'hospitalisation avec un court séjour à la maison (15 jours en août), suite à une série d'antibiotiques très puissants injectés en intraveineuse tant au Centre Hospitalier de Gaspé qu'à la maison, j'en suis maintenant, en ce mois de novembre 2008, à l'absorption d'antibiotiques par la bouche et ce jusqu'au 5 décembre. Le taux d'infection et d'inflammation déterminé par la protéine Créactive est près de la normale

Comment ce staphylocoque peut-il nous infecter ? On n'en sait trop rien puisque les causes peuvent se compter par centaines.

Durant tout ce temps, j'ai vécu des expériences qui font appel au surnaturel et qui remettent en question ma façon de voir la vie et de concevoir la spiritualité. Actuellement, j'écris sur mon vécu de ces jours difficiles et si pleins de vie, je décris les réflexions qui m'ont habité et je continue de prendre conscience de la valeur des relations qui m'ont tissé et qui continuent à me faire me découvrir. Souvent j'ai été ou j'ai cru être uniquement ce que je faisais : pourtant, je suis moi et non seulement ce que je fais.

Ce livre que j'écris, je le réalise pour moi, mon épouse, mon principal soutien, mes enfants, mes amis et un jour, vous en partagerez peut-être une partie ou le tout… **« Il me reste un coin de paradis »……** en est le titre.

Soyons donc vigilants et attentifs à ce que nous vivons : nous avons un excellent système de santé au Québec et je peux témoigner que les intervenants font tout ce qu'ils peuvent pour améliorer la vie des gens dont ils ont la responsabilité dans les différents lieux d'intervention à l'intérieur du CSSS de la Côte-de-Gaspé. Merci spécial à tout ce personnel qui se dévoue corps et âme pour que notre vie soit meilleure. Merci à toutes celles et à tous ceux qui m'ont témoigné leur soutien ou qui m'ont porté dans leurs prières et leurs pensées.

À vous de l'AREQ, je souhaite une retraite extraordinaire et si jamais, le malheur ou la maladie vous atteint, sachez que chaque moment qui vous est octroyé, c'est un cadeau qu'il vous faut chérir au plus haut point. Que le temps des fêtes qui arrive permette de nous apprécier les uns les autres plus que jamais.

***Pierre-Paul Côté***

## L'environnement

Le 13 mai 2008, à l`hôtel Riotel de Matane, j`ai assisté à ma première rencontre des responsables sectoriels en environnement animée par Monsieur Hermel L`Italien.

L`avant-midi fût consacré à faire le bilan de l`année, un tour de table a permis de répertorier les activités réalisées en secteur. On y retrouve entre autre beaucoup de petits gestes concrets pour la conservation et l`amélioration de la planète.

En après-midi, suite à la présentation de Mme Christiane Gagnon, nous avons convenu de prioriser le fleuve St-Laurent et se sensibiliser à l`importance de l`eau dans nos vies. On sait que nous pouvons survivre environ un mois sans nourriture mais seulement 5 à 7 jours sans eau.

Nous sommes conscients que des petits gestes peuvent contribuer à prévenir la prolifération des algues bleu-vert comme par exemple de planter des arbres pour la restauration des rives.

Pour de plus amples informations, visitez le site internet du gouvernement du Québec :
www.servicesquebec.gouv.qc.ca et cliquez sur le bouton Algues bleu-vert.

Odette Cavanagh

## Journée des Aînés

Le 9 octobre, on soulignait la Journée des Aînés à Rivière-au-Renard. madame Donalda Boulay, responsable de la Condition des Femmes, nous a présenté un vidéo intitulé « Madeleine ». Ce dernier nous faisait prendre conscience de l'abus dont les personnes aînées peuvent être victimes. Une conférence donnée par madame Lucie Dufresne complétait le tout.

Bravo Donalda pour cette belle activité qui fut appréciée de tous j'en suis certaine.

Monique Blais

**Denise Mainville 1938-2008**

Denise nous a quittés le 10 juin 2008.

En juin 1997, lors d'un bête accident de voiture, Denise a été blessée à une jambe. Rien de bien grave. Par la suite blessures diverses et elle avait des problèmes sanguins mais sans trop d'importance. Je me suis dit qu'elle remonterait la pente avec quelques soins appropriés. Je suis allée en ville à la fin de mai et sa santé à mes yeux s'améliorait puisque je l'avais vue avant de partir.

J'ai été surprise, et le mot est faible, d'apprendre dans une communication que Denise était entrée à l'hôpital et qu'elle n'allait pas très bien depuis une semaine. Le lendemain, on m'apprenait son décès. Incroyable. Le vendredi 13 août, on célébrait ses funérailles auxquelles j'ai pu assister pour lui dire un dernier au revoir.

Denise est arrivée à Gaspé en 1970 avec sa petite famille. Elle a travaillé comme enseignante suppléante à partir de 1977 à l'école Saint-Rosaire de Gaspé. Elle avait à cœur la progression et la réussite des élèves qui lui étaient confiés l'espace d'une journée et souvent plus. C'était une enseignante ponctuelle, professionnelle et toujours prête à rendre service. Je l'ai donc côtoyée à plusieurs reprises puisque j'enseignais dans cette même école.

Au fil des ans, nous sommes devenues de très bonnes amies. On se rencontrait pour un café ou un repas.

Femme de cœur, serviable, sincère, dévouée, authentique, fière, secrète parfois et combien généreuse.

Elle s'est beaucoup consacrée au Cercle de Fermières de Gaspé pendant 37 ans passant de vice-présidente à présidente et à secrétaire. Ses œuvres textiles ne se comptent plus.

Denise nous a quittés trop tôt, trop vite.

Je suis certaine qu'elle veille sur sa famille et ses amis(es).

Ce n'est qu'un au revoir Denise. Annie Jalbert

## Condoléances

Madame Francine Ouellet-Synnott, pour le décès de son frère monsieur Doscithe Ouellet décédé le 1er avril 2008, à Grande-Rivière, à l'âge de 64 ans.

Madame Aline Langlois, pour le décès de son père monsieur Julien Langlois décédé le 13 mai 2008, au CSSS de la Côte-de-Gaspé, Pavillon Hôtel-Dieu, à l'âge de 94 ans.

Mesdames Ginette et Graziella Cloutier et monsieur Jean-Paul Cloutier, pour le décès de leur mère madame Rose-Aimée Coulombe décédée le 13 mai 2008, au CSSS de la Côte-de-Gaspé, Pavillon Mgr Ross, à l'âge de 92 ans et 11 mois.

Madame Lucille Reeves, pour le décès de son père monsieur Salomon Reeves décédé le 30 juin 2008, au CSSS de la Côte-de-Gaspé, à l'âge de 89 ans et 10 mois.

Monsieur Gaétan Poirier, pour le décès de son frère monsieur Gérard Poirier décédé le 1er septembre 2008, au CSSS de la Côte-de-Gaspé, Pavillon Hôtel-Dieu, à l'âge de 70 ans et 10 mois.

Madame Monique Blais, pour le décès de son père monsieur Pierre Blais décédé le 6 septembre 2008, au CSSS du Rocher Percé, à l'âge de 92 ans et 8 mois.

Madame Viviane Béland, pour le décès de sa mère madame Bibianne Brousseau, décédée le 17 septembre 2008, au CSSS de la Côte-de-Gaspé, Pavillon Hôtel-Dieu, à l'âge de 79 ans et 8 mois. Elle était également la sœur de madame Jeannine Brousseau.

Madame Denise Lavoie, pour le décès de son frère monsieur Jacques Lavoie décédé le 24 septembre 2008, au CSSS de la Côte-de-Gaspé, Pavillon Hôtel-Dieu, à l'âge de 59 ans et 1 mois.

Monsieur Gilles Bernier, pour le décès de sa sœur madame Diane Bernier décédée le 30 septembre 2008, au CSSS de la Côte-de-Gaspé, Pavillon Hôtel-Dieu, à l'âge de 51 ans.

Madame Carmelle Dupuis, pour le décès de son frère monsieur Onil Dupuis décédé le 28 octobre 2008, au domicile de son fils, à l'âge de 68 ans et 6 mois.

Madame Diane Bourdages, pour le décès de son père monsieur Bertrand Bourdages décédé le 29 octobre 2008, à Rimouski, à l'âge de 93 ans et 6 mois.

Madame Monique Chrétien, pour le décès de son époux, monsieur Gilles Brillant décédé le 7 novembre 2008, au CSSS de la Côte-de-Gaspé, Pavillon Hôtel-Dieu, à l'âge de 69 ans et 2 mois.

Monsieur Charles-Auguste Dupuis, pour le décès de son père monsieur Irénée Dupuis décédé le 14 novembre 2008, au CSSS de la Côte-de-Gaspé, Pavillon Mgr Ross, à l'âge de 99 ans.

**Des membres nous ont quittés**

Madame Denise Mainville est décédée le 10 juin 2008, au CSSS de la Côte-de-Gaspé, Pavillon Hôtel-Dieu, à l'âge de 70 ans. Elle laisse dans le deuil son époux, monsieur Gérard Levasseur, son fils Benoît et sa fille Judith. Les funérailles ont eu lieu à Gaspé le 13 juin 2008.

Madame Thérèse Synnott-Ferguson est décédée le 4 août 2008, au CSSS de la Côte-de-Gaspé, Pavillon Hôtel-Dieu, à l'âge de 84 ans. Elle laisse dans le deuil ses enfants : Claude, Richard et Suzanne. Les funérailles ont lieu à Cap-des-Rosiers le 7 août 2008.

Madame Lisette Huet est décédée le 16 novembre à Sherbrooke, à l'âge de 64 ans et 11 mois. Elle laisse dans le deuil son fils, sa fille et sa sœur Colombe Huet Leblanc. Les funérailles ont eu lieu à Rivière-au-Renard le 22 novembre 2008.

Si nous avons oublié l'un de vos proches, veuillez nous en excuser.

## Ode au Saint-Laurent

**Le Saint-Laurent**
**Le plus beau**
**Le plus majestueux**
**Plan d'eau du monde**

**Tous les pays rêvent**
**D'en posséder un semblable**

**Il prend sa source**
**Au plus grand réservoir**
**D'eau douce au monde**
**Les Grands-Lacs**

**Supérieur, Michigan,**
**Huron, Ontario, Érié**

**Il alimente les chutes**
**Les plus connues au monde**
**Les Niagara**

**Il est une rivière**
**Il baigne des Îles par milliers**
**Les Milles Îles**

**Il se paie des rapides tumultueux**
**Le Long Sault**

**Il possède ses propres écluses**
**La Voie Maritime du Saint-Laurent**

**Il permet plus grands**
**Ports de mer intérieurs au monde,**
**Chicago, Toronto, Montréal**

**Il baigne les pieds**
**Du Cap Diamant à Québec**
**De là, il devient fleuve**
**Avec eaux salées et marées**

**Il caresse les flancs**
**De notre Suisse nationale**
**Charlevoix**

**Il possède son propre fjord**
**Le Saguenay**

**Au-delà de Baie-Comeau**
**Et son port de mer ouvert à l'année**
**Il devient Golfe**

**En tant que Golfe**
**Il baigne une multitude d'Îles**
**Anticosti, Corossol**
**de la Madeleine, Mingan**
**Prince Édouard**

**Après il devient l'océan**
**Atlantique**

**Quelle apothéose**
**« O Créateur »**
**Quelle fierté pour nous**
**« O Canada »**