



Mai 2009

Région 01
Secteur « L » Côte-de-Gaspé

Sommaire

Mot de la présidente.....	3
Lettre d'invitation pour l'AGR.....	4
Budget 2009-2010	5
Au conseil national à Drummondville.....	6
Au sujet des assurances	7
Indexation : plusieurs actions à venir.....	8
Le nouveau mode de scrutin.....	9
Vigilance du citoyen.....	10
Le comité d'action sociopolitique.....	11
Urgence d'agir.....	11
Capsules sociopolitiques.....	12
CNCH comité des hommes.....	13
L'environnement.....	14
Conseils avec une feuille de Bounce.....	15
Moins chers, efficaces, écologiques.....	16
Déjeuner des bénévoles.....	17
Activité St-Valentin.....	18
Journée de la Femme.....	18
AREQ en action.....	19
Cache-cache d'oiseaux, charade, proverbes et expressions.....	19
Au revoir à Lisette Huet.....	21
En souvenir de Thérèse Synnott.....	22
Condoléances.....	23

Bulletin :

Mise en page : Annie Jalbert : (jalani@telus.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,

L'apparition de nos premières fleurs printanières nous donne un avant-goût de cet été qui s'annonce grandiose à Gaspé.

Dans le cadre des Fêtes du 475^e, la Corporation des Fêtes du 475^e et quelques organismes nous concoctent une saison remplie d'événements et de célébrations de toutes sortes.

Mais, avant de festoyer, vous êtes conviés à deux activités importantes pour l'AREQ.

Premièrement, l'Assemblée Générale Régionale qui se tiendra à Sainte-Anne-des-Monts, le 27 mai.

Deuxièmement, le 3 juin, il ne faudra pas oublier l'activité du Comité sociopolitique organisée à Rivière-au-Renard.

Finalement, une année ne peut se terminer sans les remerciements appropriés.

Merci aux membres du Comité directeur pour votre précieuse collaboration.

Merci Annie Jalbert pour son beau travail au bulletin sectoriel, lequel constitue un lien apprécié avec tous les membres du Secteur.

Merci aux responsables de comités, qui partagent avec le Comité directeur la transmission d'informations.

Merci aux participantes et aux participants aux activités, vous êtes le stimulant qui nous donne l'élan nécessaire à poursuivre.

Merci à vous tous qui prenez le temps de nous lire.

Célébrez le 475^e avec parents et amis.

Profitez du beau soleil pour faire le plein d'énergie et nous revenir en août.

Bon été!

Monique Blais, présidente



Bonjour à toutes les personnes de l'AREQ du Bas-St-Laurent, de la Gaspésie, des Îles et de la Côte-Nord,

L'Assemblée Générale Régionale de la région 01 se tiendra mercredi 27 mai 2009 à Ste-Anne-des-Monts. Merci au secteur Des Monts (B) de nous accueillir. Chaque membre a droit d'assister à cette réunion.

Je vous invite cordialement à cet événement qui nous permet une fois par année de vous rendre compte du travail effectué par vos élus.

Je profite aussi de l'occasion pour remercier les membres des comités directeurs, les responsables de comités, les téléphonistes et tous les bénévoles qui aident à rendre l'association vivante dans vos secteurs... L'AREQ, c'est d'abord là que ça se vit!

« Le bonheur n'est pas un gros diamant, c'est une mosaïque de petites pierres harmonieusement rangées. » Alphonse Karr

Je vous attends en grand nombre à ce grand rassemblement!

Nicole Gagnon, présidente régionale de l'AREQ Bas-St-Laurent-Gaspésie-Les-Îles-Côte-Nord

Budget du Québec 2009-2010

Voici une analyse sommaire des mesures concernant les personnes âgées.

Crédits d'impôt :

- ✧ Maintien à domicile (50 M \$ de surplus en 2008), aucun ajout.
- ✧ Personnes proches aidantes, aucun ajout.

Crédits budgétaires	2009-2010	2008-2009
Condition des personnes âgées	18 465,3 M \$	14 423,6 M \$
Conseil des personnes âgées	1 098,4 M \$	non disponible
Secrétariat des personnes âgées	14 366,9 M \$	non disponible
Alimentation CHSLD	3 000,0 M \$	non disponible

	2009-2010	2008-2009
Programme du cœur à l'action pour les personnes âgées du Québec	1 600,0 M \$	idem
Soutien aux initiatives visant le respect des personnes âgées	5 000,0 M \$	idem
Stratégie d'action en faveur des personnes âgées	3 662,0 M \$	idem
Tables régionales de concertation des personnes âgées	720 000 \$	680 000 \$
Autres crédits de transfert	1 165 0 M \$	165 000 \$

Quelques nouveautés :

- ✧ Municipalités amies des personnes âgées : 1 M \$ de plus en 2009-2010
- ✧ Plan d'action pour contrer la maltraitance envers les personnes âgées : 4 M \$ en 2009-2010
- ✧ Aide financière pour adapter le logement des personnes âgées autonomes : 3,5 M \$ sur 2 ans
- ✧ Concept de l'utilisateur payeur : indexation des tarifs gouvernementaux à compter de 2010-2011

LA SITUATION ÉCONOMIQUE ET LA SANTÉ AU CŒUR DES ÉCHANGES

AU CONSEIL NATIONAL DE L'AREQ À DRUMMONDVILLE

Drummondville, le 29 avril 2009 – Réunies à Drummondville dans le cadre de leur Conseil national printanier, les personnes déléguées de plus de cent régions et secteurs de l'AREQ, la plus importante association québécoise de personnes retraitées de l'État, ont échangé à propos de leurs priorités, particulièrement en matière de protection du pouvoir d'achat et de santé des personnes âgées.

Tout au long des délibérations, il a été abondamment question de la situation économique des personnes retraitées, la première priorité de l'AREQ depuis plusieurs années. À cet égard, pour discuter des effets de la turbulence des marchés financiers, les personnes déléguées ont été conviées à un panel réunissant messieurs Éric Pineault et François L'Italien, respectivement professeur au département de sociologie de l'UQAM et doctorant en sociologie à l'Université Laval.

Des préoccupations pour l'avenir du système de santé

Par ailleurs, les personnes déléguées ont échangé à propos de l'avenir du système de santé public québécois. Ces échanges ont permis de réaffirmer à quel point il est essentiel que l'accessibilité et l'universalité des services de santé soient garanties lors de toutes décisions gouvernementales concernant les personnes âgées. Plus précisément, l'AREQ revendique une approche adaptée, notamment au chapitre du soutien à domicile et d'un hébergement qui respecte la dignité des personnes. En outre, elle demande que la disponibilité d'un médecin de famille soit assurée dans toutes les régions et que les programmes de formation en gérontologie soient multipliés. Enfin, elle réclame l'adoption d'une politique globale de soutien aux personnes proches aidantes qui devrait notamment contenir une offre accrue de services de soutien psychologique et de répit, de même qu'une bonification des mesures financières disponibles.

« Les personnes âgées ont largement contribué, depuis les années 1960, à doter le Québec d'un système de santé public, universel et gratuit dont nous sommes fiers. Nous ne voulons pas retourner 40 ans en arrière avec l'imposition d'une tarification des services, comme l'annonçait le gouvernement dans son dernier budget », a conclu Mariette Gélinas.

Tiré du Communiqué de presse émis suite au Conseil national

AU SUJET DES ASSURANCES

Le sujet des assurances est un sujet que l'on aborde toujours avec un peu de scepticisme, se demandant si l'on a les protections suffisantes, si l'on ne paie pas trop cher, etc. Voici donc, pour se donner un peu plus « d'assurance », quelques petits rappels à vérifier selon les situations que l'on vit.

- 1- Je vais bientôt avoir 65 ans, j'ai une démarche à faire : régime collectif, régime général médicaments de la RAMQ. Une réflexion s'impose.
- 2- J'ai le goût de voyager : suis-je en bonne santé? ai-je les bonnes garanties? que comprend l'assurance annulation? Il y a des limites, des exclusions. Si j'ai été hospitalisé, si j'ai eu un changement dans ma médication, si j'ai consulté un médecin dernièrement, si je suis présentement en investigation, si je suis en attente de chirurgie ce sont là des situations qui m'obligent à faire une démarche auprès de CanAssistance (1 800 465-2928) ou de la SSQ avant de finaliser les arrangements de mon voyage. Je dois faire la même démarche si je voyage à l'extérieur des Etats-Unis ou en Europe de l'Ouest. De plus, je dois communiquer avec la RAMQ si je pars pour plus de 183 jours. Dans tous les cas contraires, je n'ai pas à communiquer avec SSQ ou CanAssistance pour les prévenir de la date de mon départ. Je vous invite à lire les pages 30 à 44 de la brochure ASSUREQ.
- 3- Est-ce que je possède toute l'information sur l'assurance médicaments? les médicaments admissibles? les médicaments d'exception? l'assurance hospitalisation?
- 4- Suis-je au courant du coût des primes mensuelles depuis janvier 2009 et de la façon dont ces primes ont été indexées?

Ce sont là quelques sujets qui demandent réflexion. Si je peux vous éclairer dans votre démarche, il me fera toujours plaisir de la faire. Si je n'ai pas la réponse à votre question, j'irai la chercher là où elle se trouve.

Je vous assure de ma disponibilité

Jean-Paul Fournier, responsable sectoriel en assurance

AREQ des Falaises

Indexation : plusieurs actions à venir

Les responsables régionaux en indexation se sont réunis à Québec, le 24 mars 2009 pour faire le point dans ce dossier. En prélude aux échanges sur les actions à mener au printemps, il a été question du changement de méthode de financement du RREGOP et, bien sûr, des rendements de la Caisse de dépôt et placement en 2008.

Les discussions ont aussi porté sur les démarches de l'AREQ avec :

- le Groupe de travail des associations de retraités (GTAR);
- le groupe technique sur l'indexation (GTI) créé par l'AREQ;
- les membres du comité national sur l'indexation;
- le comité AREQ/CSQ.

Plusieurs moyens d'action ont été envisagés pour faire pression sur les décideurs politiques afin que soit créée la table de travail réunissant le gouvernement et les associations de personnes retraitées pour discuter de solutions durables à leur perte du pouvoir d'achat.

À court terme, deux moyens ont été retenus : d'une part, l'envoi massif de cartes postales pour réclamer la création d'une table et, d'autre part, l'envoi de lettres aux députés – en particulier ceux du parti au pouvoir – afin qu'ils fassent pression avec nous sur la présidente du Conseil du trésor. Plus de détails seront communiqués sous peu à ce sujet.

D'autres moyens d'actions pourraient être envisagés dans l'éventualité où il serait nécessaire d'appuyer nos demandes.

Carole Veillette, responsable de l'indexation



Nouveau mode de scrutin

Vos démarches électorales, soit votre participation aux campagnes, votre arrêt en isoloir et votre soirée à prendre les résultats, ont dû être souvent assombries par le fait que l'exercice de votre pouvoir démocratique n'avait de sens que dans le déplacement physique et volontaire que vous avez effectué pour aller voter. Et pour cause!

Durant la campagne, vous vous demandiez si vous deviez voter pour l'homme ou pour le parti. C'est souvent rien qu'au moment de marquer votre bulletin, que vous preniez votre décision à cet égard. Et, à l'annonce des résultats, vous vous exclamiez : « *J'ai gagné dans ma circonscription, et j'ai perdu au provincial!* » Parfois, vous disiez l'inverse. Il arrivait rarement que vous disiez : « *J'ai gagné pour les deux : l'homme et le parti* ».

Et votre fierté de démocrate perdait de sa couleur.

Avez-vous déjà pensé que notre mode de scrutin n'était pas bien adapté à notre système de gouvernement. Le gouvernement du peuple, par le peuple, pour le peuple, -citation d'Abraham Lincoln- n'était pas vraiment ce qu'il devait être. D'autres comme vous, ont vu tout cela et se sont questionnés. Puis, ils sont passés à l'action.

Des députés ont siégé à l'assemblée nationale grâce à une mince majorité. Leurs adversaires auraient été aussi représentatifs qu'eux. Pour la démocratie, les uns valaient les autres. Et pourtant!

Présentement, certains mouvements –Ex : MND- Mouvement pour une démocratie nouvelle travaillent fort pour qu'il y ait un aboutissement en loi aux réflexions, études et autres travaux faits durant toutes ces années pour cette réforme. À partir de l'analyse des différents modes de scrutin, on en est venu à suggérer le mode mixte compensatoire. En pratique, par ce mode, on serait appelé à voter sur un bulletin double : *un vote pour le candidat de son choix ; un vote pour le parti de son choix*. C'est par une formule spéciale de compensation que la distorsion entre le résultat des deux votes serait pour ainsi dire normalisée.

Par ce mode de scrutin, on compte respecter l'égalité des sexes à l'assemblée nationale, la diversité ethnoculturelle, les tiers partis, éviter les votes perdus, etc. Notre système, dit britannique, est en voie de disparition dans le monde entier.

C'est à nous de s'informer pour comprendre et de se préparer pour agir ensemble. Des informations ont été données dans nos régions par le MND; on peut questionner leur site informatique de même que tous ceux qui s'occupent d'être bel et bien représentés au Parlement.

Lise Dupuis, responsable sociopolitique

Vigilance du citoyen

Le comité d'action sociopolitique du secteur « L » Des Falaises terminera bientôt sa première année de fonctionnement. C'est une année qui a permis aux membres du comité de se familiariser un peu plus avec ce que suppose leur engagement, c'est-à-dire la vigilance.

À partir d'informations prises au fil de l'Actualité et par les documents reçus de l'AREQ nationale, régionale et locale, les membres du comité ont été sensibilisés aux actions éventuelles à prendre, le cas échéant. C'est par le biais de messages électroniques que l'information a été véhiculée. C'est ainsi que le lien AREQ, « Le Focus », de même que les documents venant du national, du régional, et du local ont été envoyés.

Et, la vigilance a d'abord été centrée sur ce qui se passe dans le **domaine de la santé**, conformément à l'objectif principal du Plan d'action local 2008-2009 qui se lit comme suit :

Sensibiliser les membres du comité ASPL -action sociopolitique locale- et les autres membres des avancées de la privatisation des soins de santé.

Mais, à part l'information, la vigilance citoyenne impose, au besoin, la réaction à certains faits de société.

Cette partie du mandat fut plus difficile à réaliser cette année. Et pourquoi? La formation donnée par le comité national a tardé. Ce n'est qu'en novembre, alors que le calendrier des activités du secteur était bien établi, que la responsable de la région 01 a été à même de présenter un matériel en accord avec le réseau sociopolitique de l'AREQ.

Des démarches ont alors été faites, durant la campagne électorale provinciale -décembre 2008-, auprès des candidats susceptibles d'être élus afin de les questionner sur leurs intentions politiques concernant les personnes âgées surtout. De cette expérience, et de celle des avant-dernières élections provinciales, il est ressorti que l'équipe, qui est plus certaine de la victoire, oublie de répondre aux électeurs issus de l'AREQ. C'est frustrant pour les personnes qui s'impliquent, mais c'est très révélateur. C'est bien là que l'on voit la nécessité d'être socialement vigilants.

Tant qu'à l'activité pour tous les membres du secteur, elle aura lieu le 3 juin 2009. Elle a été pensée pour clore l'année d'installation du comité, et pour donner un air d'aller à nos volontés sociopolitiques afin qu'elles deviennent actions et réactions le plus tôt possible en 2009-2010.

Vous êtes donc invités à cette rencontre qui aura lieu à l'Auberge Caribou Inc de Rivière-au-Renard. Le dîner suivra.

Pièce jointe page suivante / Plan de la rencontre

LE COMITÉ D'ACTION SOCIOPOLITIQUE LOCAL

Que les membres se proposent de :

Sensibiliser les membres du comité ASPL et les autres membres des avancées de la privatisation des soins de santé;

ACTIVITÉS & MATÉRIEL PROPOSÉS :

- Rencontrer les membres du comité ASP –action sociopolitique- du secteur;
- Faire visionner le DVD- AREQ-CSQ : *La marchandisation de la santé serait-elle à nos portes?*
- Faire le Jeu-Questionnaire, production CSQ, *Un bon État de santé, c'est une affaire publique;*
- Voir, au besoin, certains textes et montages portés au site AREQ nationale;
- Planifier une activité d'informations pour le secteur.
- Au besoin, inviter une personne-ressource en santé lors de l'une ou l'autre des rencontres.

Lise Dupuis, responsable en sociopolitique locale et régionale

URGENCE D'AGIR

L'hiver est là. Pendant certaines périodes de grands froids, devrait-on émettre un avis d'interdiction de chauffer au bois?

Car il faut se rappeler que la principale cause du smog en hiver est le chauffage au bois.

En fait, les particules que dégage la combustion du bois se comparent, disent les experts, à celles qu'on retrouve dans la fumée secondaire de la cigarette. De plus, les fines particules émises par leur fonctionnement durant neuf heures équivalent aux émissions produites par une voiture intermédiaire roulant pendant un an.

Il est urgent d'agir. Les chiffres parlent d'eux-mêmes, car en 20 ans, le nombre d'unités de chauffage au bois a augmenté de 60 % à Québec et à Montréal.

Les gens soucieux de protéger leur écosystème sont invités à troquer leurs vieux poêles ou foyers polluants contre des modèles certifiés environnementaux.

Odette Cavanagh

RÉCESSION et DÉPRESSION

Selon Robert Jasmin, du mouvement Attac-Québec, la dépression, en économie, est *la diminution importante et durable de la consommation et de la production.*

La crise économique comporte deux volets. C'est un chaos et une opportunité en même temps. Faire plus avec moins! Récupérer notre pouvoir citoyen...

Robert Jasmin.

Rentes des retraités et crise

On dit que : la crise n'affectera pas nos rentes. Étant des prestations déterminées, elles sont garanties par l'État.

CNCH : Comité des hommes

Le 25 février dernier, j'ai assisté à ma première rencontre officielle du Comité national de la condition des hommes (CNCH) en tant qu'un des sept membres de ce comité provincial sous la surveillance de monsieur André Pelletier, 2^e vice-président de l'AREQ.

À l'ordre du jour, il y avait une conférence donnée par un psychologue (Yves Cartier) et une présentation sous forme de verbatim, aux responsables régionaux, du Plan d'action 2008-2011 de l'AREQ en matière de condition des hommes (ses trois orientations, ses sept actions et les différents moyens d'y parvenir); aussi, il a été question qu'un « Quoi de neuf » serait entièrement consacré aux hommes en 2010.

Ma prochaine rencontre aura lieu à Québec, le 14 mai prochain, pour y discuter et savoir où est rendu le fameux Rapport Rondeau (Les hommes : s'ouvrir à leurs réalités et répondre à leurs besoins) qui a été présenté au Ministère de la Santé et des Services sociaux en 2004.

Par la suite, j'assisterai à une rencontre de notre représentant régional, monsieur Gérard Gauthier de Matane, lors de notre rendez-vous à l'Assemblée générale régionale (AGR) du 27 mai prochain à Ste-Anne-des-Monts.

Comme vous pouvez le constater ça commence à bouger du côté des hommes. Nous sommes cinquante gars sur un total de deux cent soixante-sept membres dans notre secteur, soit 22 %. Il faut se « grouiller » car les femmes le font depuis une trentaine d'années...

Denis Berthelot,

Comité sectoriel et national de la condition des hommes.

L'environnement

Saviez-vous que...seulement 1 % des réserves mondiales d'eau sont potables, alors que 97 % sont composées d'eau salée (océan) et de 2 % de glace située aux deux pôles. En conséquence, nous devons utiliser l'eau avec soin notamment parce que la demande continue de croître alors que les réserves diminuent constamment en raison de la pollution.

Trucs pour économiser l'eau :



Installez des **aérateurs à débit réduit** sur vos robinets, vous permettra de réduire de 50 % la quantité d'eau utilisée.



Fermez le robinet durant le brossage des dents, le rasage ou la toilette personnelle (11 à 19 litres d'eau par minute).



Prenez une douche plutôt qu'un bain, vous permet d'économiser environ 45 litres d'eau et **soyez attentifs au temps d'utilisation** (5 minutes de moins permet une économie de 100 litres par douche).



Installez une masse quelconque dans votre vieux réservoir de toilette (30 litres) sans obstruer le mécanisme de chasse d'eau, vous permettra de réduire son débit ou, au mieux, **remplacez vos sanitaires par des modèles à faible chasse d'eau** (6 litres).



Réparez les fuites de robinet (une goutte d'eau qui s'échappe à chaque seconde représente 9450 litres d'eau par année).

Ce sont les petits gestes au quotidien qui peuvent faire la différence...

Odette Cavanagh

Bienvenue aux nouveaux membres

Quelques-uns se sont joints à nous depuis septembre.

Nous sommes deux cent soixante-sept membres.

Conseils avec une feuille de Bounce

Pourquoi jeter ces tissus après un seul usage?

Le Service des Postes américain a transmis un message à ses employés les incitant à mettre une feuille de Bounce dans leur uniforme pour tenir les frelons et les abeilles au loin. Bon pour eux, bon pour chacun et chacune.

Recommandé aussi en jouant à la balle molle, baseball et ballon au pied (soccer).

Les golfeurs mettront une feuille dans leurs poches pour tenir les abeilles et frelons au loin. À utiliser lors de travaux extérieurs. Ça marche! Les frelons ne font que virevolter aux environs.

Sortez votre chiffon lorsque vous vous attablez pour le lunch et que la colonie d'insectes arrive.

1. Saviez-vous qu'il chassera les fourmis si vous en posez une feuille tout près d'eux. Un bon répulsif - contre les souris aussi.
2. Si vous étendez des feuilles de Bounce près d'un Camper, une tente ou une auto, vous empêcherez les souris d'y entrer.
3. Il chasse les odeurs des livres et albums de photos rangés depuis longtemps et en manque d'aération.
4. Il chasse les maringouins. Attachez une feuille de Bounce à votre ceinture durant la saison des maringouins.
5. Élimine l'électricité statique de votre écran de télévision et d'ordinateur.
6. Puisque Bounce est conçu pour éliminer le collant statique, frottez l'écran de la télé ou ordi avec une feuille Bounce déjà utilisée dans la sècheuse, ce qui préviendra la poussière de s'y déposer.
7. Nettoyez avec une feuille de Bounce pour dissoudre les traces de savon de la porte de la douche.
8. Pour rafraîchir l'air ambiant dans la maison, placez une feuille dans un tiroir ou un garde-robe.
9. Mettez une feuille Bounce dans la balayeuse électrique.
10. Pour prévenir les fils de se mêler : Passez l'aiguille au travers d'une feuille de Bounce avant de commencer à coudre.
11. Pour prévenir la mauvaise odeur des valises : placez une feuille individuelle de Bounce à l'intérieur d'une valise vide avant de la remiser.
12. Pour rafraîchir l'air de votre auto : placez une feuille de Bounce sous le siège avant.
13. Pour enlever les résidus de la pâte cuite d'un moule à gâteau; mettez une feuille de Bounce, remplissez d'eau, laissez reposer toute la nuit et nettoyez avec une éponge. L'agent anti-statique apparemment décolle les aliments de la paroi du moule.
14. Pour éliminer les odeurs des corbeilles à papier : Placez une feuille de Bounce au fond de la poubelle.
15. Pour ramasser les poils de chat : en frottant l'endroit avec une feuille de Bounce un effet magnétique attirera tous les poils. Et que dire pour époussetage...
16. Pour éliminer l'électricité statique des stores vénitiens : essuyer les stores avec une feuille de Bounce empêchera la poussière de s'y déposer à nouveau.

Déjeuner des bénévoles

Mercredi, le 22 avril, Jour de la Terre, pour souligner leur implication et leur témoigner sa gratitude, le comité directeur de l'AREQ a offert le petit déjeuner à ses bénévoles.

Vingt-deux personnes (téléphonistes, collaborateurs, responsables et membres des divers comités, ...) ont échangé lors de ce déjeuner à l'Hôtel des Commandants de Gaspé.

Un grand merci au comité directeur et à toutes les personnes bénévoles qui donnent généreusement de leur temps.

Louissette Bujold

60 ans, c'est la jeunesse du vieil âge disait ma mère à la veille de ses 75 ans.

Martin, cinq ans, est en grande conversation téléphonique avec sa grand-mère. Tout à coup, le combiné lui glisse des mains et tombe par terre.

Il le ramasse aussitôt et s'écrie :

« Grand-maman je t'ai fait mal? »

Question : Pourquoi les hommes-grenouilles plongent-ils toujours en arrière et jamais en avant?

Réponse : Parce que, sinon, ils tomberaient dans le bateau.

Annie Jalbert, source dans une revue

ACTIVITÉ DE LA ST-VALENTIN

Le 18 février dernier, à l'Auberge Caribou, une rencontre regroupait environ trente-cinq membres de l'AREQ pour un déjeuner pour la fête de l'Amour et de l'Amitié. La bonne humeur était au rendez-vous et nous étions tous heureux de nous retrouver pour une bonne jasette.

Notre présidente nous parle du projet AREQ en action, cours de conduite pour les 55 ans, pour nous rafraîchir la mémoire et plusieurs sont intéressés et donnent leur nom pour suivre le cours de six heures.

Plusieurs prix de présence, bouteilles de vin, boîtes de chocolat et autres sont distribués et font des heureux. Encore une fois, ce fut une belle occasion de se rencontrer et d'échanger entre nous.

Monique Bernatchez

LA JOURNÉE DE LA FEMME

En compagnie de Sœur Angèle Gagné, conférencière-invitée, le Secteur « L » soulignait le 6 mars 2009, la Journée de la femme.

L'objectif de la conférence était de faire réfléchir à la façon dont nous, retraitées, pouvons aider.

Angèle, une « pro » de l'aide et du bénévolat, n'a pas eu de difficulté à susciter notre intérêt et faire monter les émotions.

Tous semblaient se demander : « Comment aider ? » Surtout quand il s'agit de soins palliatifs ou de personnes en fin de vie, cela semble si délicat, pour ne pas dire difficile. Et pourtant... D'après Sœur Angèle, il s'agit simplement d'être présent, de laisser parler, d'écouter, même les silences, de toucher, d'être attentif à certains désirs, de vouloir aimer, de vouloir aider.

Au nom des quarante-cinq personnes présentes, merci au Comité directeur et à Sœur Angèle Gagné d'avoir rendu cette activité possible.

Merci également pour le délicieux repas qui nous a permis de poursuivre nos discussions et partager le plaisir de se rencontrer.

Donalda Boulay, pour le CCF

AREQ en action

Pour répondre à un désir émis lors du déjeuner des bénévoles l'an dernier, le Comité directeur a organisé le cours de 55 ans au volant.

Deux cours furent dispensés : un premier, le 25 février et un second, le 30 mars.

Près de quarante membres ont répondu à l'appel et ont bénéficié de ce cours de mise à jour.

Le cours de 55 ans au volant a été élaboré par le Conseil canadien de la sécurité, organisme non gouvernemental et à but non lucratif au Canada.

Ce cours s'adresse aux conducteurs aînés et prend en compte les changements physiques qui s'opèrent lors du vieillissement et aide les conducteurs à les compenser.

Ce cours fut dispensé par un membre qualifié de l'AQRP de Gaspé.

Au terme de la journée, chaque participant recevait une certification.

Merci aux participants et vos suggestions sont toujours les bienvenues



Cache-cache d'oiseaux

Repérez les noms d'oiseaux dissimulés dans les phrases suivantes. Ne tenez pas compte des accents.

1. Le marin que Fanny a trahi bourlingue pour oublier sa peine.
 2. Y a-t-il un volcan à Rio?
 3. Les partisans iront acclamer les vainqueurs.
 4. Le sang que tu fais analyser est du sang d'anémique.
 5. Alfred et Rebecca, il les connaît depuis l'enfance.
 6. Je tourne autour de la question.
 7. Il ne faut pas tricher, on doit respecter les règles.
 8. Sacha joue de la flûte à bec assez bien.
 9. Tu laisses ton corps mou et tes membres ballants.
 10. Cassiel et Daniel sont mes anges gardiens.
-

Petite charade

Mon premier sert à couper les herbes et les céréales.

Mon deuxième s'exprime en pourcentage.

Mon troisième est une personne canonisée.

Mon quatrième est l'ouvrage présenté pour l'obtention du doctorat.

Mon tout est la transformation par les plantes du gaz carbonique de l'air à l'aide de l'énergie solaire.

Proverbes et expressions

1. Renvoyer aux (calendes, semaines, guerres) grecques.
 2. Qui se sent morveux se (couche, mouche, douche).
 3. Bonne renommée vaut mieux que (jeunesse, ceinture, couronne) dorée.
 4. (La défiance, La confiance, L'alliance) est mère de sûreté.
 5. La fortune vient en (travaillant, dormant, riant).
-

(réponses au prochain bulletin)

Annie Jalbert

Lisette Huet (1944-2008)



Le souvenir est le parfum de l'âme

Le 30 novembre 1944, la famille Huet de Cloridorme accueillait un bébé qui allait dès cet instant se tracer un chemin dans la vie.

Avec ses frères et sœurs, elle poursuit ses études primaires. Elle est studieuse et à la fin de son secondaire on lui fait la demande pour enseigner à Gros Morne. Elle accepte et se débrouille très bien avec ses élèves. Son chemin se poursuit à Madeleine, à la colonie de Grande-Vallée. Elle adore l'enseignement. Elle continue ses études afin d'obtenir son brevet. Son parcours l'amène à St-Georges de Malbaie. (Elle pensionne chez la famille Dion.)

Sur son chemin, elle rencontre celui qui allait devenir son mari : Lucien Plourde et elle s'installe à Rivière-au-Renard. Ils ont eu trois enfants.

En 1989 son mari est victime d'un infarctus la laissant avec trois adolescents à éduquer. Tout un défi mais bien réussi!

C'était une personne généreuse, serviable, dévouée, avec un sens de l'humour qui nous en rappelle de bien « bonnes ».

Elle termine sa carrière à St-Majorique après 39 années à aimer et à se dévouer pour les enfants. Leur réussite était très importante pour elle.

Après son expropriation, elle achète une nouvelle maison qu'elle décore. Elle aime tant planter de jolies fleurs. Son chemin ne s'arrête pas là. Son fils est transféré à Sherbrooke. Elle vend tout et décide de s'y installer. Elle se fait de nouvelles amies et elle voyage.

En 2006, la maladie sournoise s'installe. Avec toute son énergie, elle continue de faire des projets et gâter ses petits « chéris ».

Elle se rend à Vancouver et y passe deux mois. Son autre fils et sa conjointe ont un nouveau bébé. Que de joie pour la mamie!

Mais la maladie fait son œuvre et à son rendez-vous chez le médecin, trop tard, tout est généralisé. C'était à la fin du mois d'octobre 2008.

Le 16 novembre, elle nous quittait à l'âge de 64 ans. Laissant trois enfants et trois petits-enfants qui n'oublieront pas une mère et une mamie très appréciée et aimante.

Nous, collègues de travail, garderons de bons souvenirs tantôt sérieux, tantôt comiques. De là-haut veille sur tous ceux que tu as connus et aimés.

Au revoir!

Gisèle Dunn

Thérèse Synnott (1924-2008)



Plusieurs membres de l'AREQ connaissent ou ont connu madame Ferguson. Depuis la naissance du secteur « L », un peu avant même, elle était présente à presque toutes nos rencontres. Que ce soit à Matane, Gaspé, Sept-Îles, les Îles-de-la-Madeleine, Carleton, Sherbrooke, Trois-Rivières ou ailleurs; à une assemblée générale sectorielle, régionale, à un congrès; à une formation; elle était toujours prête à participer. Elle se faisait un plaisir d'être avec ceux et celles avec qui elle avait partagé sa carrière d'enseignante. L'enseignement, après sa famille, était sa grande passion. Suite à son départ à la retraite, elle disait se faire un plaisir de revenir à l'école « où ça sentait les livres, où bourdonnait cette vie » des enfants qu'elle avait si longtemps côtoyés.

Ses études complétées en 1942 à l'École Normale de Gaspé, Thérèse Synnott fit ses débuts dans l'enseignement à Cap-des-Rosiers, pour se retrouver ensuite à l'Anse-au-Griffon, Grande-Rivière, Les Cantons-de-l'Est. Après une escale à Montréal où elle travaille pendant un an à l'usine Général Cigar's, elle revient en Gaspésie pour épouser Wilfrid. Le couple s'établit à Cap-des-Rosiers où elle y enseigne pendant six ans. Elle prend un temps d'arrêt pour donner naissance à Richard, Claude et Suzanne. Thérèse reprend l'enseignement en 1963 à titre de suppléante à l'Anse-au-Griffon, Cap-aux-Os et à l'Éducation aux adultes. En 1975, elle obtient un poste à temps plein à la Polyvalente de Rivière-au-Renard et y termine sa carrière prématurément à cause d'un problème de santé, le 31 janvier 1984.

Cette femme généreuse, amoureuse de la vie, riche, d'une grande curiosité intellectuelle, passionnée de politique, de voyages, de lecture, parlait rarement des grands deuils de sa vie. Elle possédait cette résilience des gens qui, très jeunes, ont vécu des moments difficiles. À l'âge de 6 ans, elle perd par noyade, son jeune frère de 8 ans. Sa mère meurt à 39 ans, Thérèse n'en a que 16. Dix ans plus tard, son père meurt, lui aussi, par noyade. Un autre deuil l'attend. Elle doit quitter sa maison et « son petit paradis » lors de l'avènement du Parc Forillon. En 1988, le cancer l'atteint. Commence alors cette difficile bataille pour le vaincre, mais il récidive en 1995, l'année de la mort de son dernier frère et deux ans avant le décès de son époux. Elle luttera contre ce terrible adversaire jusqu'au 4 août 2008, à l'âge de 84 ans.

Thérèse a connu de grandes joies, elle a connu de grandes peines. Tout au long de sa vie, elle a su montrer à ceux et celles qui l'ont connue, un courage et une joie de vivre dignes des grandes et belles personnes. La plupart de ses connaissances l'appelaient Madame Ferguson, c'était même une marque d'affection. Chacun gardera de cette compagne et amie, un excellent et enrichissant souvenir.

Donalda Boulay

Condoléances

Mesdames Angèle et Paulette Bélanger, pour le décès de leur frère monsieur Roger Bélanger décédé le 9 décembre 2008, à sa résidence de Grand-Désert en Nouvelle-Écosse, à l'âge de 73 ans.

Madame Gabrielle Marquis, pour le décès de son fils monsieur Sylvain Ouellet décédé le 26 décembre 2008, à Comox en Colombie-Britannique, à l'âge de 54 ans et 1 mois.

Madame Lise Dumaresq, pour le décès de son fils monsieur Jimmy Ouellet décédé le 4 février 2009, à l'âge de 30 ans.

Madame Gisèle O'Connor, pour le décès de sa mère madame Rolande Bond décédée le 16 février 2009, au CSSS de la Côte-de-Gaspé, Pavillon Hôtel-Dieu, à l'âge de 84 ans et 5 mois.

Madame Monique Bernatchez, pour le décès de son frère monsieur Raymond Bernatchez décédé le 12 avril 2009, au CSSS de la Côte-de-Gaspé, Pavillon Mgr Ross, à l'âge de 84 ans.

Madame Estelle Ouellet Savage, pour le décès de son époux monsieur Léonard Denis décédé le 12 avril 2009, au CSSS de la Côte-de-Gaspé, Pavillon Hôtel-Dieu, à l'âge de 81 ans et 7 mois.

Madame Valérie Côté, pour le décès de son père monsieur Valérien Côté décédé au CSSS de-la-Côte de Gaspé, Pavillon Mgr Ross, à l'âge de 85 ans.

Madame Carole Gagnon, pour le décès de son frère monsieur Enrico Gagnon décédé le 29 avril 2009, au Centre Hospitalier Régional de Rimouski, à l'âge de 69 ans et 6 mois.

Un membre nous a quittés

Madame Rita Cabot est décédée le 7 avril 2008 au CSSS Côte-de-Gaspé, Pavillon Hôtel-Dieu, à l'âge de 59 ans. Elle laisse dans le deuil son époux monsieur Félix McKoy. Elle était la sœur de madame Bernadette Cabot. Les funérailles eurent lieu à Saint-Georges-de-Malbaie le 13 avril 2008.

Si nous avons oublié de souligner le décès d'un de vos proches, veuillez nous en excuser.

Bonnes vacances estivales



Vivre sa vie, jour après jour, instant après instant, dans la plénitude et dans la joie, est le plus sûr moyen d'être heureux.