

Les échos de l'AREQ

Association des retraitées et retraités de l'éducation et des autres services publics du Québec (CSQ)
Région Laval-Laurentides-Lanaudière (10)
Secteur Chomedey-Laval (10B)



Novembre 2021 Numéro 85



*Yopipi! On se voit
le 26 novembre 2021, c'est un rendez-vous...
au Château Royal
Dîner de Noël et accueil des nouvelles personnes retraitées
Voir l'invitation à la page 6*



Sommaire

Mot de la présidente sectorielle	2
Mot de la présidente régionale	3
Mot de la présidente régionale sortante	4
Liste des nouvelles personnes retraitées	5
Invitation au dîner de Noël	6
Invitation au dîner pour souligner l'année 2022	7
Nouvelles des comités	
Assurances	8
Comité des femmes	8
Comité des hommes	9
Environnement et développement durable	9
Fondation Laure-Gaudreault	10
Action sociopolitique	10
Tableau des activités	11
Babillard	14
Conseil sectoriel et comités	16



J'espère que vous avez profité de ce très bel été. On s'ennuie de vous et on a hâte de vous revoir enfin. En raison du risque encore présent de la Covid-19, nous avons pensé organiser un GROS DÎNER qui soulignera nos retrouvailles, la période des fêtes de Noël ainsi que l'accueil de nos **64 nouvelles personnes retraitées** à qui je souhaite bienvenue parmi nous.

IMPORTANTES DATES À RÉSERVER À VOTRE AGENDA

- 1. VENDREDI 26 NOVEMBRE 2021 POUR LE DÎNER DE NOËL**
- 2. MERCREDI 19 JANVIER 2022 POUR SOULIGNER LA NOUVELLE ANNÉE**

Les rencontres de l'AREQ, tant au niveau de votre secteur Chomedey, qu'au niveau de la région Laval-Laurentides-Lanaudière ainsi qu'au niveau national à Québec se sont poursuivies toute l'année en mode virtuel. Les membres de votre conseil sectoriel se sont enfin réunis en présentiel en juin et en septembre. Pour l'instant, seule l'activité de DANSE EN LIGNE a débuté le 27 septembre 2021.

Félicitations à Michel Thivierge. Après consultation auprès des membres du conseil sectoriel, j'ai proposé la candidature de Michel Thivierge pour recevoir la Médaille du lieutenant-gouverneur du Québec pour les aînés 2021. Sa candidature a été acceptée et, en septembre, Michel a reçu sa médaille. Je tiens à souligner cet hommage et cette distinction qu'il mérite en raison de son implication auprès de l'AREQ et de la Fondation Laure-Gaudreault depuis plus de 20 ans. On peut dire de Michel Thivierge que l'entraide et le bénévolat ont toujours été présents dans sa vie. Il le fait, non pas par obligation ou pour bien paraître, mais parce qu'il aime ça et c'est naturel chez lui, BRAVO.

Assemblée générale sectorielle et assemblée générale régionale : à tous nos membres qui ont répondu présents lors de ces rencontres en Zoom, bravo et merci pour votre participation qui est importante pour nous permettre de continuer d'exister en tant qu'association. Nous espérons que la pandémie nous laissera un peu de répit afin de vous offrir plus d'activités comme par le passé.

RAPPEL DES MESURES SANITAIRES : lors de votre présence à une activité de l'AREQ, vous devrez présenter votre passeport vaccinal, porter un masque et respecter la distanciation physique. Merci et au plaisir de vous voir au dîner de novembre.

Laura Martínez

Mot de la présidente régionale

Voilà je me présente, Pierrette Boudreau, votre nouvelle présidente régionale. J'ai été présidente du secteur Rivière-du-Nord durant les sept dernières années et trésorière régionale. Votre « trésor » comme disait Mireille Ménard, la présidente précédente que vous connaissez toutes et tous. Je dois chausser de grandes chaussures pour lui succéder, je sais. J'ai beaucoup appris avec Mireille et ne vous surprenez pas si j'adopte certaines de ses pratiques. Ai-je du mérite d'être élue à ce poste alors qu'il n'y n'avait aucune concurrence ? On va dire que oui. Mais je vais donner tout mon possible et même plus.

LA RÉGION ARÉQUIENNE CETTE ANNÉE EN 2021-2022

Que ferons-nous à la région cette année? J'ai plein d'idées. Vous êtes sceptiques ? Vous avez raison. On espère que les mesures sanitaires nous permettront de faire nos rencontres en présentiel. J'en connais qui en ont ras le pompon du ZOOM et peut-être que d'autres personnes préfèrent les rencontres sans se déplacer. Ce que je souhaite, c'est que le modèle hybride puisse demeurer et qu'on puisse se voir à la fois en présentiel et en ZOOM dans des occasions exceptionnelles, en hiver par exemple. Cela pourrait nous rendre la tâche plus facile. L'AREQ nationale maintiendra la salle régionale ZOOM jusqu'en décembre 2022.

NOS COMITÉS RÉGIONAUX

Comme vous le savez, nous avons huit (8) comités régionaux, je résume : CASP, Arts, COMCOM, Assurances, Hommes, Femmes, CEDD et Retraite. Sans oublier la fondation Laure-Gaudreault. C'est Michel Haguette qui a repris le flambeau pour la présidence en remplacement de Marcelle Lemay-Fournier. Pour les autres comités, les responsables régionaux seront contactés au début de l'automne pour planifier une première rencontre du comité avec toutes les personnes responsables et substitutes du comité. À suivre.



*En avant, de g. à dr. : Renée Beauséjour, Monique H.-Boisjoly, Danièle Hotte : 2^e rangée : Marie-Paule Hade, Laura Martinez, Pierrette Boudreau, Jean-Pierre Robert, Bernard Martin
Derrière : Émile Huchette et François Tanguay*

VOTRE CONSEIL RÉGIONAL

Les membres de votre conseil régional se sont rencontrés les 14 et 15 septembre derniers et nous avons commencé à planifier notre année. Je vous présente les membres du conseil régional : Renée Beauséjour, 1^{re} vice-présidente; Laura Martinez, 2^e vice-présidente; François Tanguay, secrétaire; Émile Huchette, trésorier; les conseillères et conseillers : Wynanne Watts (remplacée par Jean-Pierre Robert présentement); Monique Houde-Boisjoly; Bernard Martin; Danièle Hotte, Marie-Paule Hade et moi-même.

POUR LE SECTEUR CHOMEDEY

J'espère pouvoir assister à une de vos rencontres - conseil sectoriel ou déjeuners - pour mieux vous connaître. Laura, invite-moi. Je vous souhaite un bel automne et reprenons le flambeau. C'est un cliché, mais on en a besoin.

Pierrette Boudreau

Mot de la présidente régionale sortante



Mot de clôture et départ

Eh oui, c'est déjà la fin de mes deux mandats à la présidence régionale avec une année supplémentaire à cause de la COVID. Après 7 ans à la région, 6 ans comme présidente sectorielle dont 3 ans comme trésorière régionale, il est temps de céder ma place à la relève.

Je suis triste mais je vous quitte avec le sentiment du devoir bien accompli. J'ai fait des erreurs, j'ai appris et j'ai fait des corrections. Tout au long de ces années, j'ai rencontré des personnes charmantes, bienveillantes en plus d'élargir mon cercle d'amis et de tisser des liens bien serrés. À la suite de vos contacts, je pars très enrichie.

Fille d'équipe, j'étais bien accompagnée au conseil régional de Renée, Laura, Pierrette, Lorraine, Wynanne, Monique, Danièle, Bernard et Émile. Nous formions une équipe dynamique où il y avait des discussions sérieuses, parfois très animées mais dans le respect et aussi dans le plaisir. Nous avons toujours hâte de nous voir pour partager nos vécus aréquiens.

Aujourd'hui, je suis très fière que notre région soit bien appréciée et respectée au niveau national. Ensemble, nous avons travaillé bien fort pour être à jour dans tous les dossiers des comités consultatifs, des Statuts et Règlements, des Orientations. Combien de rencontres OUF ?

J'ai aussi négocié amicalement avec les membres du FORUM des hommes pour qu'ils utilisent le nom reconnu par le national, c'est-à-dire le comité des hommes. Je vous disais « le national donne des sous au comité des hommes pour fonctionner. » Mes hommes, je vous fais un beau clin d'œil.

Après maintes discussions, le comité des femmes a accepté d'inviter des hommes à leur conférence lorsque le sujet s'y prêtait. L'automne dernier, à la conférence « L'Érotisme et le vieil âge » avec Fernand Dansereau qui devait avoir lieu le 18 mars 2020, les hommes étaient invités. La conférence n'a pas eu lieu à cause de la pandémie. Ce n'est que partie remise. Le comité des hommes fait déjà cette pratique quand le thème concerne autant les hommes que les femmes.

Lors des conseils nationaux qui regroupent les 87 présidentes et présidents des secteurs, il y a toujours d'excellentes conférences. Certains membres du conseil régional me demandaient pourquoi les personnes accompagnatrices ne pouvaient pas y assister ? À plusieurs reprises, j'ai fait la demande au conseil d'administration et finalement les accompagnateurs ont été invités à venir aux conférences. Les membres du conseil national ont bien apprécié cette ouverture du conseil exécutif.

En terminant, je ne vous dis pas adieu mais au revoir. Je vous reverrai sûrement dans des activités de notre région et ce sera un grand plaisir pour moi d'y assister.

Ma chère Pierrette, je te félicite pour ta nomination et te souhaite le mot de Cambronne dans ton nouveau défi. Je suis assurée que tu as toutes les qualités requises pour réussir ton nouveau mandat.

Merci et au plaisir de vous revoir bientôt.

Mireille Ménard

Équipe du bulletin

Rédaction : Les membres du conseil sectoriel et les responsables des comités

Révision : Cécile Fillion et Michel Legault

Mise en page : Martine Lafrance

Photos : Robert U. Lupien

Imprimerie : Imag3 Communications Inc.

Tirage : 600



Bienvenue aux nouvelles personnes retraitées

(Période du 2019-09-01 au 2021-10-01)

Il nous fait plaisir de vous accueillir en tant que nouveaux membres de l'AREQ. Nous espérons avoir le plaisir de vous voir en grand nombre à notre dîner du vendredi 26 novembre 2021 pour faire votre connaissance.

Alarie, Lucie	Allard, Sylvie	Angel, Martine
Babin, Sonia	Bédard, Francine	Bélanger, Roger
Benoît, Michel	Bergeron, Carole	Bertrand, Carole
Bisaillon, Sylvie	Bouchard, Linda	Bréard, Ginette
Brunet, Benoît	Chaker, Simon	Côté, Martinez
Coulombe, Marie-Josée	Cyr, Joanne	Daigle, Manon
Daphnis, Hérissé	Daudier, Laurette	Désy, Manon
Duquette, Élane	Duquette, Louise	Félix, Ketly
Forcier, Josée	Forest, Sylvianne	Girard, Sonia
Kriparakos, Emilia	Labelle, Brigitte	Lahaye, Lucie
Lajeunesse, Monique	Lamarche, Claude	Lamarche, Mariane
Lamy, Catherine	Laperrière, Christiane	Lapierre, Nicole
Laurin, Ghislaine	Legault, Denise	Lemay, Jacqueline
Lessard, Jacinthe	Liontari, Frances	Louis, Raymond
Marotte, Diane	Maxi, Yanique	Milette, Pauline
Morasse, Renée	Morin, Ginette	Morin, Katia
Mousseau-Brassard, L.	Parisien, Marguerite	Picotte, Anne-Marie
Plouffe, Florian	Richard, Johanne	Rouabah, Fella
Rousseau, Guy	Sacciadis, Sophie	Salah, Samir
Savoie, Murielle	St-Aubin, Michèle	Suszek, Ghislaine
Tremblay, Annie	Trudel, Hélène	Vaillant, Guy
Verrette, Élyse		



Invitation Repas de Noël

Dîner de Noël et accueil des nouvelles personnes retraitées

Le Château Royal 3500 boul. du Souvenir, Laval H7V 1X2	Vendredi 26 novembre 2021 à partir de 11 h 30
---	--

Membres : 25 \$
Non-membres : 35 \$

Chèque à l'ordre de AREQ 10B avec votre **choix du menu**
avant le 15 novembre 2021 et posté à : Cécile Fillion
259, rang Lepage, Sainte-Anne-des-Plaines
J5N 2H9
Tél : 514-234-0668

Menu 4 services

- Soupe
 - Salade de jeunes laitues, laitue de champs mélangée, carottes râpées, herbes fraîches, vinaigrette agrumes
 - Choix de plats principaux (**1 choix**)
 1. Manicotti aux épinards, tomates San Marzano, gratiné aux 3 fromages, sauge fraîche
 2. Poitrine de poulet grillée, fingerling au sel de mer, légumes du marché, sauce forestière
 3. Saumon de l'atlantique poché, pommes de terre au citron, légumes, sauce aux agrumes
 - Dessert (**1 choix**)
 1. Classique cannoli italien
 2. Crème brûlée
- Thé ou café

Vin offert par l'AREQ 10B (2 bouteilles par table)

Prix de présence

Important : Apportez votre masque, votre passeport vaccinal et une pièce d'identité

SVP : Mentionnez si intolérance ou allergie alimentaire

Les membres du Conseil sectoriel de l'AREQ 10B

BONNE ANNÉE 2022!

Dîner pour souligner la nouvelle année 2022

Le mercredi 19 janvier 2022

À 11 h 30

RESTAURANT *Portovino*, -METS ITALIENS TRADITIONNELS

1160, boul. Le Corbusier, Laval

(Quartier Laval près de Winners)

- ❖ Apportez votre vin
- ❖ Coût : à vos frais selon votre choix de menu
- ❖ **SVP : Mentionnez si intolérance ou allergie alimentaire**

Venez faire l'expérience de *Portovino* avec nous!

Portovino
notre cuisine,
votre vin.
RISTORANTE



Inscription auprès de :

Cécile Fillion

259, rang Lepage

Sainte-Anne-des-Plaines J5N 2H9

Tél : 514 234-0668

Courriel : cecileffma@outlook.com

Nouvelles des comités

Comité des assurances

Bonjour aux membres, Bonjour aux nouveaux membres.

Vous aviez 90 jours pour faire votre demande par écrit à la SSQ à compter de la date à laquelle votre régime d'assurance collective avec votre employeur se terminait.

SSQ Assurance : 1 888 833-6962

Du 1^{er} juillet 2021 au 30 juin 2022, entraînent en vigueur de nouveaux tarifs du régime public d'assurances médicaments de la RAMQ . La franchise mensuelle reste la même. La contribution mensuelle passe de 95.31 \$ à 96.74 \$ La prime annuelle passe de 662.00 \$ à 710.00 \$.

Pour plus de détails, un article est prévu dans l'édition d'automne de la revue Quoi De Neuf.

Si vous prévoyez voyager bientôt, assurez-vous d'être bien protégé. Si vous avez des questions vous pouvez me rejoindre :

Ginette Jetté, responsable

Tel. 450 818-6828

Adresse courriel : ginette.j02@gmail.com

Ginette Jetté, responsable

Comité des femmes

Compte-rendu du Comité régional des femmes, réunion du 30 mars 2021:

Cette réunion a eu lieu par visioconférence Zoom et les informations/sujets étaient sous présentation diaporama PowerPoint:

1. Rapport du comité d'experts sur les agressions sexuelles et la violence conjugale;
2. Recherche « Bien vieillir au Québec »;
3. Programme québécois de dépistage du cancer du sein;
4. Entente AREQ-NOVUM;
5. Marche mondiale des femmes;



Lecture suggérée en 2021-2022:

Description du livre :

« Nous savons peu de choses de ces femmes qui ont contribué à façonner le Québec. Pour trop de gens, Germaine Guèvremont, Marcelle Ferron ou Lucille Teasdale ne sont guère plus que des noms vaguement familiers. Pourtant, sans la volonté, la détermination et l'audace de ces femmes exceptionnelles, le Québec que nous connaissons aujourd'hui n'existerait pas.

Dans cet ouvrage, Gilles Proulx et Louis-Philippe Messier dressent le portrait de 60 pionnières de tout horizon... » <https://www.leslibraires.ca/>

Martine Lafrance, responsable

Comité des hommes

Salut les Gars, membres ou amis de notre secteur !

Voici une belle occasion de sortir enfin nos corps des « boules à mites du confinement Covid » : nous vous invitons à participer à une marche d'automne en groupe au Bois de l'Équerre, 49, rang de l'Équerre à Laval. Le départ se fera à 10 heures le jeudi 14 octobre (s'il fait beau) ou le vendredi 15 octobre (s'il pleut assez abondamment la veille). Cette invitation est aussi ouverte aux femmes membres ou amies du secteur. À la fin de la marche vers 11 h 30, nous nous rendrons au restaurant *Boston Pizza* du Centropolis pour dîner en bonne compagnie entre collègues (consommations et repas aux frais des personnes participantes). N'oubliez pas votre passeport vaccinal pour cette occasion.

À compter de 11 h 45 le jeudi 25 novembre, nous tiendrons une rencontre de discussion à la brasserie *Les 3 Brasseurs du Centropolis*, axée sur l'une ou l'autre des préoccupations des participants (j'en ai déjà une liste à vous suggérer, au cas où tout le groupe manquerait d'inspiration collective). Évidemment, nous en profiterons pour fraterniser et se restaurer en bonne compagnie entre collègues (consommations et repas aux frais des participants).

Dans le but de prévenir les impondérables de dernière minute, SVP signaler dès que possible au soussigné votre intention de participer à l'une ou l'autre de ces activités. Merci à l'avance !

Michel Legault, responsable
(514) 945-2686
mlegault13@hotmail.com

Comité de l'environnement et du développement durable

Oui, le comité est toujours en action pour se tenir au courant des développements environnementaux qui nous entourent.

Madame Suzanne Roy a accepté de devenir substitut au comité EDD. Merci de votre implication.

Durant ces 19 mois de pandémie, le comité s'est réuni virtuellement. Fin octobre 2020, nous avons eu une réunion sur la place des résidus dans les bons bacs. Une cinquantaine de retraités de la région 10 y ont participé.

Été 2021, saison de tous les maux, chaleurs extrêmes, feux de forêts et inondations, nous sommes de plein pied dans les changements climatiques.



Michel Thivierge, responsable
Suzanne Roy, substitut

Fondation Laure-Gaudreault

Bonne nouvelle, lors du grand tirage de la Fondation au Congrès de juin 2021, un membre du secteur 10B, Madame Vergine Boudakian, a gagné un prix de 5 000 \$.
Pour l'année 2020, les fonds amassés pour le secteur 10B totalisaient 1 568 \$ alors que la région 10 amassait 13 000 \$.

Au secteur, le Centre communautaire St-Martin a reçu 768 \$ et une retraitée dans le besoin, 800 \$.

Sincères remerciements à toutes celles et ceux qui ont contribué à la Fondation.

*Michel Thivierge, responsable
Michel Legault, substitut*

Comité d'action sociopolitique

Suite à la mort de madame Joyce Echaquan, l'AREQ nationale a mis l'emphase sur les peuples autochtones. Les membres responsables régionaux ont reçu le livre « Mythes et réalités sur les peuples autochtones ». Pour les membres intéressés, ce livre est disponible sur notre site web. Madame Emmanuelle Dufour, doctorante, nous a entretenus sur le sujet de ces peuples, en mode questions-réponses. Le livre de monsieur Pierre Lepage, cité plus haut, servait de base pour cette conférence. Les membres des Premières Nations nous sont à peu près inconnus. Nous ne savons rien de leurs réalités. Une incursion dans leur monde, mode de vie et spiritualité nous a permis de nous sensibiliser avec ce qu'ils vivent au quotidien. Ce fut très instructif.

Une autre rencontre virtuelle a eu lieu en mars 2021. Le sujet de cette rencontre était « Bien vieillir au Québec ». Selon une recherche de l'Observatoire québécois sur les inégalités, les inégalités d'hier sont celles d'aujourd'hui. L'écart entre les revenus pendant la vie active et les revenus de retraite s'est creusé. Il y a de fortes inégalités de patrimoine : 20% des plus riches détiennent 65% de la richesse des aînés. Ceux-ci travaillent plus qu'avant. Les gens âgés de 65 à 69 ans travaillent par nécessité dans une proportion de 35%. La retraite est repoussée de plus en plus. Certaines personnes âgées travaillent par choix, alors que d'autres le font par nécessité.

Pour contrer ces difficultés, on préconise d'améliorer la littératie financière des gens. On constate que les revenus de la retraite augmentent moins que ceux du travail. Le revenu serait l'une des raisons que les gens ont une espérance de vie inégale.

Autre sujet abordé lors de cette rencontre : le maintien des aînés à domicile leur permettrait de se sentir mieux, puisqu'ils évolueraient dans un milieu connu. La proximité des services favoriserait le maintien dans leur milieu. Un transport en commun mieux adapté pourrait aussi être un facteur aidant.

Les aidants naturels sont souvent aussi des aînés. On peut penser à l'aide auprès d'un conjoint ou d'un parent, par exemple. La vie sociale est le socle du bien-être. Pourtant, 34% des hommes âgés de 75 ans déclarent n'avoir aucun ami proche. Il y a donc place à l'amélioration dans les mesures mises en place pour améliorer le sort des personnes âgées au Québec.

Cécile Fillion, responsable

Tableau des activités

Activité	Lieu	Date/heure	Coût	Responsable
Quilles 	Salon de quilles Terminus au 4 Pl. de la Gare, Saint-Eustache <u>est fermé définitivement</u> . Information à suivre dans le prochain journal.			Michel Thivierge 450 689-2676
Danse en ligne* p.12 	Centre Saint-Joseph 1450, boul. Pie X, Laval	<u>Automne :</u> 27 sept au 13 déc 2021 <u>Hiver :</u> 17 janvier au 28 mars 2022 Lundi : 13h30 à 15h30	Tarif pour les <u>membres</u> : 75 \$/session automne pour 11 cours Tarif pour les <u>non-membres</u> : 75 \$ pour 11 cours + une cotisation annuelle de 25 \$.	Inscription et information auprès de Claudette Angiolini 450 975-6653. Voir note ci-dessous pour les détails*
Marche d'automne en groupe, p.9	Bois de l'Équerre 49, rang de l'Équerre à Laval	Jeudi 14 octobre (s'il fait beau) ou vend. 15 oct. (s'il a pleut la veille)	Gratuit et ouvert aux femmes et aux hommes 	Michel Legault mlegault13@hotmail.com 514 945-2686
Chorale**p.12 	Voir note ci-bas pour les détails**			Michel Legault, mlegault13@hotmail.com , 514 945-2686
Dîner de Noël et accueil des nouvelles personnes retraitées, p.6	Le Château Royal 3500 boul. du Souvenir Laval H7V 1X2 	Le 26 novembre 2021 11 h 30 Membres : 25 \$ Non-membres : 35 \$	Envoyez votre chèque libellé à AREQ 10B Avec votre choix de menu avant le 15 nov. à : Cécile Fillion 259, rang Lepage Sainte-Anne-des-Plaines J5N 2H9 Tél : 514 234-0668 Courriel : cecileffma@outlook.com	
Dîner pour souligner la Nouvelle Année 2022 , p.7	Restaurant Portovino, 1160, boul. Le Corbusier, Laval (Quartier Laval près de Winners) 	Le mercredi 19 jan 2022 À 11 h 30 Coût : à vos frais selon votre choix de menu Apportez votre vin	Inscription auprès de : Cécile Fillion 259, rang Lepage Sainte-Anne-des-Plaines J5N 2H9 Tél : 514 234-0668 Courriel : cecileffma@outlook.com	

***Danse en ligne**

Comme par les années passées, l'AREQ de Chomedey offre le cours de danse en ligne animé par madame Lyne Lefebvre. Rappelons les bienfaits de la danse en ligne : meilleure concentration, appel à la mémoire pour se rappeler les chorégraphies, travail sur l'équilibre et du plaisir en agréable compagnie.

- Session automne 2021, de septembre à décembre 2021 – COMPLET.
- Session hiver 2022, du 17 janvier au 28 mars 2022 – inscription auprès de Claudette Angiolini
450 975-6653.

(*) IMPORTANT : Comme nous sommes encore en pandémie Covid-19, des règles sanitaires devront être respectées par tous les participants. Apportez votre masque, votre passeport vaccinal et une pièce d'identité. De plus, un document de l'AREQ vous sera remis pour signature lors de votre présence à une activité.

****Chorale Chante-Clair**

Avant la pandémie, notre secteur s'était joint au secteur Laval-Nord (10J) pour participer à leur activité « Chorale Chante-Clair ». Cette entente intersectorielle est maintenue en 2021-2022 et nos membres peuvent se joindre à ce groupe sans frais d'inscription supplémentaires.

Ce chœur de chant est en activité depuis plus de 20 ans et est riche d'une expérience précieuse. Actuellement sous la gouverne de monsieur François Lecavalier, il tiendra ses rencontres d'automne tous les lundis, du 27 septembre au 6 décembre. Les œuvres sont à voix mixtes (soprano, alto, ténor et basse). Les frais d'inscription pour les membres sont de 85 \$ pour toute la session d'automne. Les non-membres peuvent aussi s'inscrire en ajoutant des frais annuels de participation de 25 \$.

Au moment de son inscription, la nouvelle personne participante reçoit les partitions qui seront travaillées ainsi qu'un disque CD contenant les trames sonores de sa voix. Le groupe est actuellement formé de plus de 40 personnes et est encore en phase de recrutement. Les pièces travaillées sont des chants de Noël et, si les conditions sanitaires le permettent, elles pourraient être présentées en concert en décembre.

Comment obtenir votre passeport vaccinal - Format papier (carte d'affaires) :

Code QR en format papier (carte d'affaires) :

Vous pouvez utiliser le code QR reçu par courriel ou texto après votre dose de vaccin la plus récente en format papier. Si vous n'avez pas reçu votre code QR, téléchargez-le à partir du [portail libre-service](#). Suivez ensuite les consignes dans le portail libre-service pour imprimer votre preuve. L'impression en format carte d'affaires est conseillé.

À noter que votre impression doit être de qualité, une impression floue ne fonctionnera pas. Évitez que le papier soit plié sur le code QR. Vous pouvez faire plastifier votre preuve vous-même si vous le désirez. Si vous éprouvez des difficultés pour télécharger votre preuve de vaccination, demandez l'aide de vos proches.

Par téléphone ou dans un centre de vaccination

Si vous n'avez pas accès à Internet et à une imprimante, vous pouvez téléphoner au [1 877 644-4545](tel:18776444545) pour recevoir votre preuve de vaccination en format papier par la poste. Vous pouvez également vous rendre à une clinique de vaccination pour imprimer votre code QR et vérifier votre statut de protection.

Vous pourrez faire plastifier vous-même votre preuve si vous le désirez.

Texte retranscrit à partir du site lien internet suivant : <https://www.quebec.ca/sante/problemes-de-sante/a-z/coronavirus-2019/deroulement-vaccination-contre-la-covid-19/passeport-de-vaccination-covid-19#c111323>



Changement dans vos coordonnées...

Vous avez déménagé, vous avez changé de numéro de téléphone, il est important que vous fassiez les changements en téléphonant (AREQ Nationale) à : Mme Geneviève Plante au 1 800 663-2408, en indiquant votre numéro de membre ou par courriel à:

plante.genevieve@areq.csq.org

Pour accroître la rapidité du service, ayez en main votre numéro de membre ou votre numéro d'assurance sociale (NAS). Le secteur ne peut pas faire ces changements pour vous.

Bulletin *Les échos de l'AREQ*

Vous avez trois façons de recevoir votre bulletin:

- 1. Courriel** : ceux et celles qui nous ont donné leur adresse courriel reçoivent automatiquement le bulletin en format PDF tout en couleurs.
- 2. Papier** : vous aimez mieux le format papier. Si vous le recevez déjà sous cette forme, vous n'avez pas à renouveler votre demande.
- 3. Site internet du secteur** : <http://chomedey-laval.areq.lacsq.org/>
- 4.** Si vous souhaitez changer votre mode de réception habituel ou bien si vous ne voulez plus recevoir le bulletin, informez-en un membre du conseil sectoriel (voir dernière page).

Témoignages de sympathie



Madame Diane Benoît, membre de notre secteur, est décédée le 31 mai 2021.

Madame Irène Hébert, sœur de Lucie Hébert de notre secteur, est décédée le 14 juin 2021.

Madame Denise Lemoyne, membre de notre secteur, est décédée le 29 juin 2021.

Madame Yvette Marsolais, membre de notre secteur, est décédée le 25 juillet 2021.

Madame Marie-Ange Roy, membre de notre secteur, est décédée le 22 juillet 2021.

Le secteur Chomedey Laval, offre ses sincères condoléances aux familles endeuillées

➤ Pour qu'un décès soit annoncé dans le journal, il faut avvertir Michel Thivierge au 450 689-2676

Invitation à consulter notre site Web

Rester au courant des dernières nouvelles de l'AREQ

Voir toutes les photos de nos activités

Lire votre journal tout en couleurs

Connaître la date de la prochaine rencontre

Communiquer avec un membre du conseil sectoriel

Savoir ce qui se passe dans les différents comités

Tout ça est disponible sur votre site web :
<http://chomedey-laval.areq.lacsq.org>

On a besoin de vous !

BÉNÉVOLES RECHERCHÉS



Le conseil sectoriel

L'AREQ est une association qui joue deux grands rôles pour ses membres; le premier se traduit par des activités sociales qui permettent les rencontres. C'est le cas de nos déjeuners et dîners mensuels, des grandes fêtes comme Noël ou la Saint-Valentin, ou encore de la danse en ligne. Pour ces activités, nous aimerions avoir encore plus de participation, mais ceux qui en profitent y font toujours de belles rencontres. Ces activités sont organisées par le conseil sectoriel qui compte 7 membres élus lors de l'Assemblée générale. Le groupe se rencontre une fois par mois et se partage le travail pour que le secteur reste vivant. Chacun y participe selon ses goûts et ses talents. Vous voulez en savoir plus? Communiquez avec un membre du conseil dont les noms apparaissent à la page 16.

Les comités

Le deuxième rôle de l'AREQ permet à ses membres de s'impliquer dans la vie sociale par le biais des comités. Même si vous êtes à la retraite, vous restez informés et vous pouvez participer à différentes actions. Vous pouvez voir la liste des comités à la page 16. Chaque comité a un responsable qui participe 2 ou 3 fois par année à une rencontre organisée par la région Laval-Laurentides-Lanaudière et qui rapporte au secteur les informations. Un 2^e membre est nommé pour chaque comité : le substitut. Il participe à toutes les rencontres et peut remplacer le responsable en cas d'absence. Pour chaque comité, ces deux membres peuvent organiser des rencontres avec les membres du secteur. Ils sont toujours appuyés par le conseil sectoriel qui leur fournira budget et local nécessaires. Exemple : le comité des hommes participe à des rencontres, des discussions et des conférences organisées par le régional. Il organise aussi des diners-rencontres et des sorties avec les hommes du secteur où ils échangent sur les sujets qui les intéressent particulièrement.

Le remboursement des dépenses

Tous ceux et celles qui agissent comme responsable ou substitut d'un comité peuvent réclamer les frais encourus pour leur kilométrage et leur repas selon les normes de l'AREQ. Tous les comités permettent de faire des rencontres intéressantes et ne demandent aucune qualification autre que votre intérêt. Pour connaître les postes disponibles, voyez la liste à la page 16 et contactez un membre du conseil sectoriel si un sujet vous intéresse.

Membres du conseil sectoriel

Conseil sectoriel

Responsables des comités

<p>Présidente Laura Martinez 514 258-2933 lmartinez@videotron.ca</p>		<p>Retraite indexation : Suzanne Roy suzanne.r@videotron.ca 514 726-4091</p>
<p>1^{er} vice-président Michel Legault 514 945-2686 mlegault13@hotmail.com</p>		<p>Dossier des hommes : Michel Legault</p>
<p>2^e vice-présidente Cécile Fillion 514 234-0668 cecileffma@outlook.com</p>		<p>Action sociopolitique : Cécile Fillion</p>
<p>Secrétaire Martine Lafrance mలాfrance@bellnet.ca</p>		<p>Dossier des femmes : Martine Lafrance Site WEB : Martine Lafrance</p>
<p>Trésorière Ginette Jetté 450 818-6828 ginette.j02@gmail.com</p>		<p>Assurances : Ginette Jetté et Laura Martinez</p>
<p>1^{er} conseiller Robert Lupien 450 669-5585 rulupien@hotmail.com</p>		<p>Environnement/Développement Durable : Michel Thivierge et Suzanne Roy</p>
<p>2^e conseiller Michel Thivierge 450 689-2676 pierouellette@hotmail.com</p>		<p>Fondation Laure-Gaudreault : Michel Thivierge et Michel Legault</p>
		<p>Chaîne électronique : Lise Mondou lismondou@hotmail.com</p> <p>Chaîne téléphonique : Cécile Fillion et Ginette Jetté</p>
		<p>Arts visuels : poste à combler</p>
		<p>Communications : poste à combler</p>