

Les échos de l'AREQ

AREQ
Le mouvement des retraité(e)s CSQ

Secteur Chomedey-Laval (10B)

Numéro 90 - Janvier 2024



Sommaire

- 2 Mot de la présidente régionale
- 3 Mot de la présidente sectorielle
- 4 AGS (Assemblée générale sectorielle)
- 5 AGR (Assemblée générale régionale)
- 6 Nouveauté
- 7 Nouvelles de nos comités
- 16 Souvenirs de l'automne 2023
- 20 Danse en ligne
- 21 Encan FLG
- 22 NOVUM
- 22 Liratoutâge
- 23 Tableau des activités
- 26 Avis de recherche
- 27 Babillard
- 28 Conseil sectoriel et responsables des comités



AGS



St-Valentin



ENCAN

Mot de la présidente régionale

LA CSQ, EN ENTENDRE PARLER OU NON ?

Parmi vous, certaines personnes aimeront et d'autres me fustigeront d'oser parler de la Centrale syndicale qu'est la CSQ pour un article pour notre Association l'AREQ. Si vous allez sur le site de la CSQ, vous verrez dans l'onglet ACCUEIL trois informations à gauche : nos fédérations, notre Association (nous l'AREQ) et le mouvement ACTES. Autrement dit, l'AREQ est intimement, historiquement, indéniablement liée à la CSQ.

Loin de moi d'être une grande militante syndicale. Je n'ai jamais été déléguée, mais j'ai toujours suivi aveuglément les prises de position des personnes dirigeantes et j'aimais bien aller protester avec les pancartes pour la cause et pour le plaisir d'être avec mes collègues.

Faisons un rappel de la vie syndicale. Laure Gaudreault – eh oui, Laure Gaudreault – a milité et a suscité la naissance de la Corporation générale des instituteurs et institutrices catholiques de la province de Québec (CIC), devenue par la suite la Centrale de l'enseignement du Québec (CEQ), puis la Centrale des syndicats du Québec (CSQ). Laure Gaudreault et les syndicats qui ont suivi ont été résolument engagés dans la défense et l'amélioration des conditions de travail et de vie des membres, majoritairement des femmes. La CSQ a aussi été de tous les combats pour l'édification d'une société meilleure fondée sur la liberté, l'égalité, la solidarité, la paix et la démocratie. Et l'on parle du début des syndicats d'enseignantes et d'enseignants dans les années 1930. Aujourd'hui, non seulement le personnel enseignant, mais les 200 000 membres et 240 syndicats de la CSQ proviennent de tous les milieux de travailleurs et de travailleuses.

Revenons à notre Association. Les rencontres des comités sont déjà commencées. Six comités se sont rencontrés les 28 septembre et 10 octobre derniers et je vous signale les responsables régionaux de ces comités.

Pour l'Action sociopolitique : Cécile Fillion (secteur Chomedey)

Pour la Retraite : Thérèse Chaput (secteur Lanaudière)

Pour les Femmes : Sylvie Francis (secteur Lanaudière)

Pour les Hommes : Émile Huchette (secteur Laval-Nord)

Pour l'Environnement : Jacinthe Joncas (secteur Deux-Rivières de Laval)

Pour les Assurances : Ginette Paquin (secteur Les Affluents)

Et aussi pour chacun des comités, nous avons un ou une coresponsable.

Ces personnes responsables régionales sont importantes pour la vie de vos secteurs et pour le dynamisme de notre région Laval-Laurentides-Lanaudière.

Sur ce, je vous souhaite une belle fin d'automne. Aller voir notre site - il y a un lien vers la CSQ - si le temps et le goût vous le permettent... AREQ : [AREQ \(lacsq.org\)](http://lacsq.org)

Pierrette Boudreau, présidente de la région Laval-Laurentides-Lanaudière



Mot de la présidente sectorielle



Laura Martinez



De la part des membres du Conseil sectoriel et moi-même, nous vous offrons nos meilleurs vœux pour la nouvelle année 2024.

J'aimerais débiter avec quelques citations.

« Que 2024 soit votre année, que le bonheur soit votre allié, que le sourire soit votre invité, que la joie embellisse vos journées et qu'elles soient pleines de santé. » (auteur inconnu)

« Ouvrir son esprit au monde, ouvrir son cœur aux autres, c'est rester jeune à n'importe quel âge. » (Citation de Jacques Sève) - C'est ce que je vous souhaite.

« Le bonheur est la seule chose qui se double si on le partage. » (Citation d'Albert Schweitzer)

Les membres du conseil sectoriel et moi-même sommes très heureux de pouvoir partager de beaux moments avec vous qui êtes toujours très nombreux aux activités qu'on a le plaisir d'organiser pour vous. Toutefois, il est devenu difficile de trouver des endroits avec des salles fermées car la plupart des restaurants les ont éliminées. Je vous demande d'être compréhensifs en respectant les heures d'arrivée car nous réservons pour notre groupe à une heure précise dans ces restaurants.

Invitation de votre Conseil sectoriel

J'aimerais inviter les membres intéressés à en savoir plus sur le fonctionnement des différents comités et du conseil sectoriel à venir se joindre aux sept membres du conseil sectoriel lors d'une de nos réunions. **Communiquez avec moi, Laura Martinez**, si vous désirez en savoir plus (voir mes coordonnées à la dernière page de ce bulletin). Ça ne vous engage à rien et peut-être aurez-vous la piqure de faire partie de notre équipe dynamique et très impliquée pour ses membres.

Dates importantes

Notez à votre agenda les deux rencontres suivantes. **Votre participation est très importante pour nous permettre d'avoir le quorum afin de poursuivre nos activités.**

(Voir les articles dans ce bulletin pour plus de détails)

- 1. Assemblée générale sectorielle de Chomedey-Laval, mercredi le 15 mai 2024**
- 2. Assemblée générale régionale LLL, mercredi le 22 mai 2024 à St-Jérôme.**

**ASSEMBLÉE GÉNÉRALE SECTORIELLE
AREQ secteur Chomedey-Laval (10B)**

Date : **Mercredi le 15 mai 2024**

Heure : 10 h à 15 h, dîner **GRATUIT** (excellent repas avec vin)

Lieu : **Restaurant PIATTI PRONTI (dans la salle de réception)**
1794 boul. Le Corbusier, Laval H7S 2K1 (au nord de St-Martin)

- ❖ 10 h 00 : Accueil avec café/thé
- ❖ 10 h 30 : Début de l'Assemblée générale sectorielle
- ❖ Conférence : présentation des services juridiques gratuits de NOVUM
- ❖ Rapports des responsables de comités
- ❖ Dîner sur place avec choix de menu et 1 verre de vin
- ❖ Tirage de prix de présence : 1^{er} prix 75 \$; 2^e prix 50 \$; 3^e prix 25 \$ etc...
- ❖ Tirage du billet blanc qui donne droit au remboursement d'un montant pour les repas de l'année selon les barèmes de l'AREQ

IMPORTANT : Votre association aimerait continuer d'exister via votre Conseil sectoriel ainsi que des différents comités. **Votre participation à cette rencontre est vraiment essentielle. NOUS COMPTONS SUR VOUS pour obtenir notre quorum.**

- ❖ **Pour participer à l'AGS**, nous vous invitons à confirmer votre présence **avant le lundi 6 mai 2024** auprès de **Cécile Fillion** soit par téléphone **514 234-0668** ou par courriel cecileffma@outlook.com
- ❖ **Un chèque de 25 \$** doit être fait et il vous sera remis à votre arrivée.
- ❖ Toutefois, il n'y aura pas de remboursement si vous êtes absent.

Libellez votre chèque à AREQ 10B et postez-le à :

CÉCILE FILLION
259, rang LePAGE, Sainte-Anne-des-Plaines (Québec) J5N 2H9

N.B. : Pour assister au dîner, vous devez avoir participé à l'AGS.

Laura Martinez, présidente sectorielle



**ASSEMBLÉE GÉNÉRALE RÉGIONALE (AGR)
LAVAL-LAURENTIDES-LANAUDIÈRE**

Avis de convocation

Comme stipulé dans les Statuts et règlements d'octobre 2023, article 14.03, par la présente, vous êtes cordialement invités à participer à l'assemblée générale régionale de la région LLL.

Date : Mercredi 22 mai 2024

Heure : De 9 h 30 à 15 h 00

Lieu : Hôtel Best Western, 420, Mgr Dubois, Saint-Jérôme, J7Y 3L8

Projet d'ordre du jour :

1. Présentation de l'ordre du jour
2. Procès-verbal de la rencontre du 11 mai 2023
3. Rapport de la présidence régionale et du conseil régional
4. Rapport financier au 30 juin 2023 et rapport financier partiel au 30 avril 2024
5. Rapport des comités régionaux
6. **Divertissement ou conférence en après-midi (à déterminer)**

Des tirages auront lieu parmi les personnes présentes à la fin de la rencontre.

Note : l'assemblée générale de la FLG aura lieu après l'AGR, soit vers 15 h.

Pour vous inscrire à l'AGR

❖ Pour participer à l'AGR, s.v.p. confirmez votre présence **avant le vendredi 3 mai 2024** auprès de : **Cécile Fillion** soit par téléphone 514 234-0668 ou par courriel cecileffma@outlook.com. **Un chèque de dépôt de 25 \$** doit être fait et il vous sera remis à votre arrivée. Toutefois, il n'y aura pas de remboursement si vous êtes absent.

❖ **Libellez votre chèque à AREQ 10B et postez-le à :**

➤ **CÉCILE FILLION, 259, rang Lepage, Sainte-Anne-des-Plaines (Québec) J5N 2H9**

N.B. : Pour assister au dîner, vous devez avoir participé à l'AGR en matinée.

Pierrette Boudreau, présidente régionale LLL



L'AREQ CHANGE D'IMAGE

« Lors du Congrès de juin 2023, il fut décidé que l'Association des retraitées et retraités de l'éducation et des autres services publics du Québec (AREQ-CSQ) s'appellerait dorénavant - et simplement – l'AREQ (CSQ).

Mais pourquoi tous ces changements? Cette démarche fait partie des bonnes pratiques de toute organisation. Il est nécessaire de se questionner de façon sporadique pour s'assurer que l'image qu'on projette à l'externe nous représente encore bien. De vérifier par la même occasion que cette image est encore au goût du jour.

Dans le cas du présent exercice, et après plusieurs consultations, nous avons dû nous rendre à l'évidence. Une mise à jour s'imposait pour que notre identité visuelle, la même depuis 15 ans, soit à l'image de la nouvelle AREQ : moderne, inspirante et dynamique.

Voilà donc pourquoi vous verrez, dès les prochaines semaines, une nouvelle mise en page et de nouvelles couleurs sur nos différents outils de communication.

Espérons que les nouvelles couleurs, principalement centrées autour du « corange » (contraction des mots orange et corail) et du bleu vous plairont!

Le mouvement est une constante à travers l'histoire de l'AREQ, par ses logos certes, mais aussi pour signifier qu'elle représente un mouvement de personnes retraitées exerçant avec fierté une citoyenneté active pour l'engagement social et la dignité des personnes âgées. »



Source : Extrait du courriel de l'AREQ national du 2023-11-03



Nouvelles de nos comités

Comité des femmes

Mireille Bernard, responsable sect.

- **Objectif** : Informer nos membres sur les activités, les rencontres et les ressources se rattachant aux femmes.

- **28 septembre 2023 à Saint-Jérôme** : Première rencontre de l'année du comité régional des femmes (LLL).
 - Adoption des orientations du comité des femmes Triennat 2023-2026 basées sur les orientations de l'AREQ (CSQ) pour la même période.

 - Résumé des orientations:
 - Lutter contre l'âgisme, les abus financiers et veiller au respect et à la dignité des personnes âgées.
 - Promouvoir l'égalité de fait entre les femmes et les hommes en travaillant à l'élimination de toutes les discriminations et s'associer à des organismes et des causes qui rejoignent nos valeurs et préoccupations.

- **6 novembre 2023 à Saint-Jérôme** : 2^e rencontre du comité régional des femmes (LLL).
 - Propositions de conférences pour l'organisation d'un événement régional pour souligner la Journée internationale des droits des femmes le 8 mars prochain. Thème: **Ça gronde.**

 - Présentation des organismes suivants :
 - Réseau des femmes des Laurentides (RFL).
 - Table de concertation de Laval en condition féminine (TCLCF).

 - Présentation du livre intitulé : Brève histoire des **femmes du Québec**. Répartition de la lecture de ce livre au sein des membres du comité des femmes dans le but de présenter éventuellement aux membres des capsules de ce livre.

- **26 janvier 2024** : Prochaine rencontre du comité régional des femmes (LLL).

➤ Voir Conférence sur la page suivante

JOURNÉE INTERNATIONALE DES DROITS DES FEMMES

CONFÉRENCE et DÎNER

(Les hommes sont les bienvenus)

Date : Vendredi 08 mars 2024
Heure : 10 h à 14 h (dîner sur place)
Lieu : AXION 50 plus, SALLE 201, 435 boul. Curé-Labelle Sud, Laval

Conférencière : Julie Pinel, conseillère à l'action féministe à la Centrale des syndicats du Québec (CSQ).

Titre de la conférence : Les grandes luttes féministes au Québec, d'hier à aujourd'hui

Objectif de la conférence:

Elle permettra d'aborder l'apport du mouvement féministe à l'évolution de la société québécoise et à l'amélioration des droits des femmes.

De plus, il sera question des luttes que porte actuellement ce mouvement au Québec et les gains obtenus.

Aperçu du contenu :

Au cours du siècle dernier, les luttes féministes ont été à la base de modifications importantes de la société québécoise.

Au début des années 1900, les femmes avaient, comme responsabilité principale voire même unique, les tâches liées aux soins de la famille et à l'éducation des enfants.

Sans droit de vote et de travailler, les québécoises se sont mobilisées au fil des ans afin de réclamer une réelle reconnaissance de leurs droits.

Malgré les nombreux gains obtenus, l'égalité entre les femmes et les hommes et entre les femmes elles-mêmes n'est pas atteinte. De nombreuses luttes sont menées actuellement afin de réduire, voire d'enrayer ces inégalités.

- **Pour participer**, nous vous invitons à confirmer votre présence **avant le 26 février 2024** auprès de **Mireille Bernard** soit par téléphone **514 604-3576** ou par courriel mireilleb602@gmail.com
- **Coûts :** conférence gratuite et 20\$ pour le repas si vous restez à dîner
- **Un chèque de 20 \$ pour le dîner** doit être fait et libellé au nom de **AREQ 10B** et posté avant le **26 février 2024** à :

MIREILLE BERNARD
216 Fers-de-Lys, Montréal (Québec) H9E 0A6



Comité des hommes

Salut, les Gars !

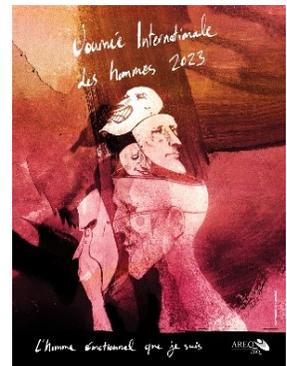


Je tiens d'abord à féliciter les huit autres personnes qui ont participé à notre **Marche des couleurs** au Centre de la nature le vendredi 6 octobre dernier. On a eu du beau temps, mais les arbres n'avaient pas encore revêtu leurs magnifiques couleurs d'automne. Nous avons toutefois pu contempler l'énorme représentation en 3D de la Lune qui décorait les bords de l'étang du parc.

Le Comité régional des hommes a organisé une conférence pour souligner la Journée internationale des hommes le 17 novembre dernier.

En avant-midi, la conférence interactive de monsieur Pierre L'Heureux a porté sur les relations d'amitié entre hommes, puis celles entre femmes, et enfin celles entre hommes et femmes. Les opinions exprimées ont été très intéressantes.

En après-midi, monsieur Roger Laporte nous a présenté des jeux susceptibles d'aider les relations grands-parents/petits-enfants.



Encore une fois, j'invite tous les hommes membres ou amis de notre secteur (et qui lisent ce journal, évidemment) à venir brasser ses idées, raconter ses souvenirs ou exprimer ses désirs à la brasserie **Les 3 Brasseurs du Centropolis** à compter de **11h45** les vendredis **19 janvier**, **15 mars** et **10 mai** prochains.

Michel Legault
responsable sect.



Environnement et Développement
durable

Diana Lagacé, responsable sect.

**Voici les sujets abordés par le comité de l'environnement lors de la rencontre régionale
du 06 novembre 2023**

1. Proposition d'activité au Tricentris – centre de recyclage

Il est proposé de faire une visite au Tricentris avec tout le monde.

Un membre du comité a suggéré d'acheter en majorité (80%) de vêtements de couleur neutre et 20% de couleur, qui s'agenceront avec plusieurs autres vêtements, afin d'éviter la surconsommation.

2. Ça va où?

Cette application nous informe à savoir comment trier les déchets (recyclage, compost, poubelle).

3. Tuyaux en santé

Comment se débarrasser des huiles usées et des corps gras pour éviter d'engorger les tuyaux?

- Les suggestions sont de les mettre dans le **compost** ou dans un **pot de verre** pour les jeter à la poubelle.

4. Proposition d'activité

L'activité régionale qui est proposée est une visite guidée au Barrage de Carillon pour tout le monde.
Choix de dates : 11 juin 2024 (1^{er} choix) et 13 juin 2024 (2^e choix).



Action Sociopolitique

Cécile Fillion, responsable rég.

Cette année, nous avons eu une première rencontre à l'hôtel Best Western de Saint-Jérôme le 10 octobre 2023. Avant de discuter des orientations de cette année, nous sommes revenus sur le procès-verbal du 13 décembre 2022. Monsieur Roger Laporte s'était engagé à aller visiter la Maison des Aînés qui avait été construite à Repentigny. Il s'est rendu compte qu'elle n'était pas encore en service par manque de personnel. D'après ce qui a été rapporté par Le Devoir, ces maisons serviraient de lieu de transition lors de la rénovation de certains CHSLD vétustes.

Par la suite, après discussion, les membres du comité ont retenu le point 7 de l'axe 1 de la vie associative et les services à nos membres. Informer et former nos membres sur des enjeux qui les concernent. Les membres du comité ont convenu d'aller vérifier dans leur secteur quels moyens sont mis à la disposition des gens pour obtenir de l'aide quand ils en auront besoin.

L'axe 2, la défense des droits de nos membres et la participation au mieux-être de la société. Les membres ont choisi de travailler sur le point 2, soit de poursuivre le combat des soins et

services à domicile de qualité et accessibles à toutes les personnes âgées du Québec.

Une autre rencontre a eu lieu le 7 novembre 2023. Les gens sont revenus avec les ressources disponibles dans leur environnement. Ce qui ressort de cette rencontre, c'est que les personnes âgées voudraient demeurer chez elles jusqu'à la fin de leur vie. Comment y arriver? C'est ce que le comité aimerait découvrir.

Le 24 novembre, une conférence a eu lieu à Laval pour aider les proches aidants. Elle a d'abord défini qui pouvait s'identifier comme personne proche aidante. Ce serait une personne qui offrirait de l'aide non rémunérée à un parent, un ami, un voisin, etc... Madame Émilie Scotto du CISSS Laval a passé en revue les possibilités d'améliorer la vie des personnes qui s'occupent d'un être aimé en perte d'autonomie. Elle a fait la liste des ressources disponibles. Le numéro de téléphone à composer est le **811, option 2 pour INFO SOCIALE** afin d'obtenir de l'aide et être dirigé aux services appropriés de Laval.

Je m'interroge sur
les services offerts
aux personnes
proches aidantes à
Laval

Assurances

Laura Martinez, répondante rég.
Ginette Jetté, responsable sect.

Dissolution de la corporation ASSUREQ

En octobre 2023, lors de l'assemblée générale extraordinaire, les membres ont voté en faveur de la dissolution de la corporation ASSUREQ (passant de la corporation ASSUREQ à l'AREQ). Un article détaillé sera publié dans la prochaine édition du magazine Quoi de neuf et le dépliant « ASSUREQ en coup d'œil 2024 » y sera inséré. Rassurez-vous, l'effet de cette décision n'affecte en rien vos assurances.

Guide d'utilisation de réclamation en ligne BENEVA

Dans l'infolettre de l'AREQ du 10 novembre 2023, on vous propose de consulter le guide préparé pour vous aider à naviguer dans leur nouvelle plateforme. Nous vous invitons à en prendre connaissance ou bien à communiquer directement avec **BENEVA** au **1 888 833-6962**

Assistance voyage et annulation

Que faire si lors d'un voyage vous avez besoin de soins ?



➤ Premièrement, vous devez communiquer avec Assistance voyage en appelant
Au Canada et États-Unis : 1 800 465-2928
Ailleurs dans le monde à frais virés : 514 286-8412

➤ Prenez en note l'heure de l'appel et le nom de la personne à qui vous avez parlé. Vous pouvez téléphoner une deuxième fois pour vous assurer d'avoir les bons renseignements

Impôts

- N'oubliez pas d'inclure vos frais de médicaments, dentiste, lunettes, orthèses, soins de physiothérapie etc. ainsi que votre prime d'assurance.
- On doit réclamer la partie des frais non remboursés par Beneva et/ou par la RAMQ
- Vous devez payer votre contribution à la RAMQ

QUAND ? le mardi 16 avril 2024

OÙ ? Hôtel Best Western de Saint-Jérôme, 420, Mgr Dubois, Saint-Jérôme (Québec) J7Y 3L8

❖ **En avant-midi, de 9 h 30 à 12 h :**

Sujet : Notre régime d'assurance *BENEVA* (Les changements dont il faut être informé)

Conférence donnée par madame Johanne Freire, conseillère à l'AREQ nationale

❖ **En après-midi, de 13 h à 15 h**

Sujet : Les soins à domicile et les procédures de placement

Cette conférence a pour but d'informer les membres sur les mesures du ministère de la Santé pour les soins à domicile et les procédures de placement de personnes non-autonomes

Conférence donnée par monsieur Samuel Labrecque, conseiller à l'AREQ nationale

➤ **DINER SUR PLACE (buffet froid et soupe chaude) pour les personnes qui le désirent**

Pour **assister** à ces **conférences** et le **dîner s'il y a lieu**, veuillez **confirmer** votre présence

avant le **1^{er} avril 2024** auprès de **Ginette Jetté** au **450 818-6828** ou ginette.j02@gmail.com

- Coût des conférences (AM et/ou PM) et non remboursable : 10 \$
 - Coût du dîner : 27 \$
- } — 37 \$ (conférences et dîner)

Un **chèque de 10 \$ ou de 37 \$** doit être libellé au nom de **AREQ 10B** et **posté avant le 1^{er} avril 2024** à :

Ginette Jetté

48, 37e avenue, Bois-des-Filion (Québec) J6Z 2H8

Tél. : 450 818-6828

Retraite

Laura Martinez, répondante rég.
Mireille Ménard, responsable sect.
Mireille Bernard, substitue

Un nouveau triennat commence. Les membres du comité se sont rencontrés deux fois.

Lors de la première rencontre, d'abord, Madame Thérèse Chaput a accepté de nous représenter au niveau régional. Par la suite nous avons regardé le plan d'action triennal 2023-2026 et avons choisi les orientations qui nous concernent.

-Dans l'axe 1 : La vie associative et les services à nos membres, l'orientation : Informer et former nos membres sur des enjeux qui les concernent.

-Dans l'axe 2 : La défense des droits de nos membres et la participation au mieux-être de la société, nous avons choisi trois orientations :

- ✓ Lutter contre l'âgisme et les abus financiers à l'encontre des personnes âgées;
- ✓ Revendiquer et travailler à l'amélioration de l'indexation des rentes de retraite et de la situation financière de nos membres, afin d'arrêter l'hémorragie de la non-indexation;
- ✓ Participer aux débats de société sur des enjeux qui concernent les personnes âgées.

À la deuxième rencontre, nous avons validé le choix de nos orientations et avons réfléchi sur les actions à venir.

Une nouvelle vidéo sur "Qui paie notre rente de retraite" est en préparation. Une nouvelle rencontre est prévue le 13 février 2024. Nous préparerons un échéancier pour les actions à faire.

Enfin une bonne nouvelle. **En 2024, en plus de l'indexation régulière, une indexation additionnelle sera versée pour les années cotisées entre 1982 et 1999.** Cette indexation additionnelle est rendue possible en raison des surplus constatés dans la plus récente mise à jour de l'évaluation actuarielle du RREGOP. Donc en janvier 2024, 4,4%- 3% donnera un gros 1,4% pour les années entre 1982 et 1999.

Deuxième bonne nouvelle. Madame Thérèse Chaput a aussi été nommée comme responsable au comité national de la retraite et représente les membres de la région 10, Laval-Laurentides-Lanaudière.



Arts visuels



Ginette Jetté, responsable sect.

Bonjour aux nouveaux et anciens membres,

Nous aimerions que le « **Comité des arts visuels** » reprenne vie pour mettre en valeur vos talents ou d'en rechercher chez d'autres membres.

Cela demande votre participation.

Il y a sûrement de superbes talents cachés parmi vous.

Nous aimerions vous connaître et admirer vos œuvres. Que ce soit en peinture, photographie, sculpture ou métiers d'art.

Cela vous engage à environ trois réunions durant l'année. Vous pouvez participer à l'exposition d'une de vos œuvres à l'AGS (assemblée générale sectorielle) et ainsi vous faire connaître.

Si vous êtes intéressés, communiquez avec moi,

- Par téléphone 450 818-6828
- Par courriel ginette.j02@gmail.com



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 pour toutes les photos des activités publiées dans le bulletin et sur notre site Web.

Imprimerie : Imag3 Communications Inc.

Tirage : 900

SOUVENIRS DE L'AUTOMNE 2023

Photos : Robert Lupien

Accueil des nouveaux membres et déjeuner de la rentrée, le 19 septembre



Dîner des aîn.és, le 3 octobre


SHERATON
EST 1937



La marche des couleurs au Centre de la nature, le 6 octobre



Le Chalutier MLM

Le 17 octobre



Repas des nouveaux membres des six dernières années, le 1^{er} novembre



Le 16 novembre



Journée internationale des hommes, le 17 novembre



Conférence sur Proches aidants, le 24 novembre



Dîner de Noël

Restaurant *PIATTI PRONTI*, le 7 décembre 2023



Danse en ligne Hiver 2024

Niveau Intermédiaire

- ❖ Eh oui! La session d'hiver **commencera le lundi 15 janvier 2024**.
- ❖ Pour les personnes déjà inscrites à la session d'automne, vous n'aurez pas à remplir le formulaire que vous avez rempli en septembre 2023.
- ❖ À noter pour les personnes qui voudraient se joindre à nous, vous devez savoir que **le niveau du groupe est intermédiaire**.
- ❖ Nous vous attendons donc au **centre communautaire Saint-Joseph** situé au 1450 Boulevard Pie-X **de 13h à 15h** dans la grande salle. Voir Tableau des activités.
- ❖ Pour de plus amples renseignements, s'il vous plaît contacter madame **Claudette Angiolini** au numéro de téléphone suivant : **450 975-6653**
- ❖ Au plaisir de vous y revoir.



Niveau Débutant

Pour les personnes qui aimeraient commencer des **cours de débutants** (série de 10 cours) vous pouvez **contacter Cécile Fillion au 514 234-0668** pour de plus amples renseignements.

Au plaisir de vous parler.

ALORS ON!
DANSE!

Encan FLG

Dans le but de ramasser des fonds au profit de la **Fondation Laure-Gaudreault (FLG)**, notre secteur organise un « **ENCAN FLG** » et invite les deux autres secteurs de Laval à y participer. Toutes les sommes alors recueillies seront envoyées à la FLG à Québec. En 2025, des montants seront distribués à différents organismes communautaires de la région de Laval.

Cet encan se tiendra le **vendredi 7 juin 2024** dans la **grande salle du Centre communautaire Saint-Joseph, 1450 boul. Pie-X, Laval QC H7V 3C1**. **Important - Inscription préalable auprès de Michel Legault 514 945-2686 avant le jour de l'encan et en décrivant le lot que vous apporterez.**

- | | |
|--------------------|--|
| • De 9h30 à 10h00 | Aménagement de la grande salle |
| • De 10h00 à 12h45 | <u>Réception-enregistrement</u> des lots remis par les personnes donatrices |
| • De 12h45 à 13h15 | Pause-dîner libre |
| • De 13h15 à 16h00 | <u>Encan</u> |
| • De 16h00 à 16h30 | Compilation des dons récoltés et démontage de la grande salle |

Objets ou œuvres pouvant être offerts à l'encan

- La vente aux enchères se déroulera en offrant consécutivement chaque lot à l'encan. Un lot peut être constitué d'un objet décoratif (œuvre d'art), de consommation ou d'utilité générale, ou encore d'un regroupement de ceux-ci.
- La valeur minimale d'un lot à l'encan est fixée à **cinq dollars (5,00 \$)**, mais la personne donatrice-propriétaire peut exiger une valeur minimale supérieure.
- Dans le but de favoriser la participation du plus grand nombre de personnes et la diversité des lots offerts, une personne ne pourra pas présenter à l'encan plus de deux lots différents.
- Au moment de son arrivée, la personne donatrice-propriétaire remet gratuitement son lot au comité d'organisation en s'identifiant (nom et secteur concerné) et en déclarant la valeur minimale du lot offert.
- Tout lot invendu à la fin de l'encan est remis à la personne donatrice-propriétaire. Si elle refuse de le reprendre, le lot sera apporté chez Renaissance ou auprès de tout autre organisme équivalent de la région de Laval.
- En tout temps, le comité d'organisation de l'encan se réserve le droit d'accepter ou de refuser tout lot offert à l'encan, à sa discrétion.

Considérations logistiques

- Aménagement de la salle de rencontre
Le comité d'organisation verra au montage de la salle avant 10h00 le matin de l'événement et au démontage de la salle après la fin de l'encan.
- Autres considérations
 - ✓ Le comité d'organisation verra à garder à jour une liste des lots offerts à l'encan, au fur et à mesure de leur réception.
 - ✓ Dans la mesure du possible, **toute personne donatrice d'un lot signale à l'avance son intention au responsable FLG qui en prend note.**
 - ✓ Après l'encan, il compilera l'ensemble des lots vendus et enverra au Bureau national de la FLG les résultats ainsi compilés et le rapport financier final accompagné de la totalité des sommes récoltées.
 - ✓ Des reçus d'impôt seront émis aux personnes donatrices (50% du montant obtenu) et aux personnes acheteuses (50% du montant versé) dont le montant total est supérieur à 15 \$.

Il va de soi que cette activité sera un succès dans la mesure où il y a beaucoup de lots offerts et que le nombre de personnes participantes aux enchères de l'encan soient nombreuses. Nous vous invitons donc à en parler à vos parents, à vos amis et à tout votre entourage. Il n'est pas nécessaire d'être membre ou personne amie de notre secteur pour participer à cet encan.

Michel Legault, resp. FLG, secteur Chomedey-Laval (10B)

L'AREQ est fière de s'allier à **NOVUM** afin d'offrir un service de consultations juridiques **gratuites** et **illimitées** à ses membres (avocats et notaires).

Les consultations couvrent toutes les questions juridiques d'ordre personnel.

- **Droit familial** (séparation, divorce, garde d'enfants, mandat, testament, etc.)
- **Droit civil** (garantie légale, contrat de vente auto et habitation, bail en résidence, contrat bancaire, faillite, etc.)
- **Immigration**

Les consultations incluent la recherche de jurisprudence, l'analyse des documents, la formulation d'avis juridiques verbaux, ainsi que les explications des impacts juridiques d'un recours.

Télécharger l'application de prise de contact pour les services Novum pour Android ou pour Apple (allez sur

le site de l'AREQ : <https://areq.lacsq.org> pour trouver le lien avec **Novum** dans la rubrique Services aux membres).

**Coordonnées : ligne téléphonique sans frais
1 844 745-4714**

Pour une prise en charge simple et rapide de votre demande, vous êtes invité à la soumettre via l'application mobile Accès **Novum**, disponible sur toutes les plateformes. Si vous n'êtes pas en mesure d'utiliser l'application mobile, laissez un message vocal en mentionnant :

- Votre nom complet
- Votre numéro de membre
- Mentionnez que vous êtes un membre de l'AREQ
- Votre numéro de téléphone
- Et la date à laquelle vous devez vous présenter devant un tribunal, le cas échéant

Site Internet : <https://novumlegal.ca/>



Laura Martinez

LIRATOUTÂGE A BESOIN DE VOUS

Connaissez-vous Liratoutâge?

Il s'agit d'un magnifique et tout simple projet créé et porté à bout de bras par une membre de l'AREQ, madame Godelieve De Koninck.

Liratoutâge vise à permettre à toutes celles et ceux qui **résident dans un CHSLD ou une résidence privée** de profiter de lectures stimulantes et ainsi de rester en contact avec le monde qui les entoure, d'être au courant de ce qui se passe chez nous et ailleurs, de rêver, d'apprendre, d'échanger, de rire et quoi d'autre? Ces lectures hebdomadaires sont d'environ 45 à 60 minutes selon la capacité d'écoute des résidentes et résidents.

Lectrices/lecteurs recherchés

L'équipe de Liratoutâge fournit à ses bénévoles l'encadrement, la formation et les outils nécessaires à la réalisation de leurs activités.

Si ce défi vous intéresse, inscrivez-vous sur le site : <https://liratoutage.com/> ou écrivez à liratoutage@areq.lacsq.org



**Activités Hiver-Printemps
2024**



Activité	Date et heure	Lieu	Coût	Responsable
<p>QUILLES</p> 	<p>Du 9 janvier au 30 avril 2024</p> <p>Tous les mardis 10h à 11h30</p>	<p>Salon de Quilles Laval</p> <p>5524, boul. des Laurentides, Laval</p>	<p>11,50 \$ (3 parties)</p> <p>Souliers fournis</p>	<p>Michel Thivierge 450 689-2676</p>
<p>Danse en ligne NIVEAU INTERMÉDIAIRE p. 20</p> 	<p>15 janv au 18 mars</p> <p>Les lundis</p> <p>13h à 15h</p>	<p>Centre St-Joseph</p> <p>1450, boul. Pie X, Laval</p> <p>Grande salle</p>	<p><u>Session 10 cours :</u></p> <p>membre: 100 \$</p> <p>non membre:100\$ + cotisation 25 \$</p>	<p>Information</p> <p>Claudette Angiolini 450 975-6653</p>
<p>Comité des hommes</p> <p>p. 9</p> 	<p>Les vendredis</p> <ul style="list-style-type: none"> - 19 janvier - 15 mars - 10 mai <p>11h45</p>	<p>Les 3 Brasseurs Centropolis</p> <p>2900 av. Pierre- Péladeau, Laval</p>	<p>Selon votre choix au menu</p>	<p>Michel Legault 514 945-2686</p> <p>mlegault13@hotmail.com</p>
<p>Dîner Saint-Valentin</p> 	<p>14 Février</p> <p>Mercredi</p> <p>11h30</p>	<p>SCORES</p> <p>3370, St-Martin Ouest</p> <p>Coin boul. Chomedey</p>	<p>Selon votre choix au menu</p>	<p>Réservation obligatoire avant le 12 février 2024</p> <p>Cécile Fillion 514 234-0668</p> <p>cecileffma@outlook.com</p>

Activités Hiver-Printemps 2024 (suite)

Activité	Date et heure	Lieu	Coût	Responsable
<p>Journée int'l des droits des femmes p. 8</p> <p>Bienvenue aux hommes!</p> 	<p align="center">8 mars</p> <p align="center">Vendredi</p> <p align="center">10h</p>	<p align="center">AXION 50 plus</p> <p>435, Curé-Labelle Sud Laval</p> <p align="center">Salle 201</p>	<p>Repas: 20 \$</p> <p>Conférence gratuite</p>	<p>Réservation obligatoire <u>Avant le 26 février</u></p> <p>Libellez votre chèque à <u>AREQ 10B</u> et le poster à :</p> <p>Mireille Bernard 514 604-3576</p> <p>mireilleb602@gmail.com</p>
<p>Conférences p. 13</p> <p>-Régime d'assurance Beneva</p> <p>-Soins à domicile et procédures de placement</p>	<p align="center">16 avril</p> <p align="center">Mardi</p> <p align="center">9h30</p>	 <p>420, boul. Mgr Dubois Saint-Jérôme</p>	<p>Conférences : 10\$</p> <p>Dîner : 27 \$</p> <p><u>Détails p. 13</u></p>	<p>Inscription <u>avant le 1^{er} avril 2024</u></p> <p>Libellez votre chèque à <u>AREQ 10B</u> et le poster à :</p> <p>Ginette Jetté 48, 37^e avenue Bois-des-Filion QC J6Z 2H8</p> <p>450 818-6828</p> <p>ginette.j02@gmail.com</p>
<p>Dîner du mois</p> 	<p align="center">18 avril</p> <p align="center">Jeudi</p> <p align="center">11h30</p>	<p align="center">Restaurant GRIGIO</p> <p>993, boul. St-Martin O Laval</p> <p>Coin boul. Industriel</p>	<p align="center">Selon votre choix au menu</p>	<p>Réservation obligatoire <u>avant le 15 avril</u></p> <p>Cécile Fillion 514 234-0668</p> <p>cecileffma@outlook.com</p>

Activités Hiver-Printemps 2024 (suite)

Activité	Date et heure	Lieu	Coût	Responsable
<p>AGS 10 B Assemblée générale sectorielle</p> <p>p. 4</p> 	<p align="center">Mercredi</p> <p align="center">15 mai</p> <p align="center">10h à 15h</p>	<p align="center">Restaurant</p> <p align="center">PIATTI PRONTI</p> <p>1794, boul. Le Corbusier, Laval</p> <p>Au nord de St-Martin</p> <p align="center">Salle de réception</p>	<p align="center">Dîner gratuit</p> <p align="center"><u>Dépôt de 25\$</u></p> <p align="center">Chèque remis à votre arrivée</p>	<p>Réservation obligatoire <u>avant le lundi 6 mai 2024</u></p> <p>Libellez votre chèque à <u>AREQ 10B</u> et le poster à :</p> <p align="center">Cécile Fillion 259, rang Lepage Ste-Anne-des-Plaines J5N 2H9</p> <p align="center">514 234-0668</p>
<p>AGR (Assemblée générale régionale)</p> <p>Laval-Laurentides-Lanaudière</p> <p>p. 5</p>	<p align="center">Mercredi</p> <p align="center">22 mai</p> <p align="center">9h30</p>	 <p>420, boul. Mgr Dubois Saint-Jérôme</p>	<p align="center">Dîner Gratuit</p> <p align="center"><u>Dépôt de 25 \$</u></p> <p align="center">Chèque remis à votre arrivée</p>	<p>Réservation obligatoire <u>avant le 3 mai 2024</u></p> <p>Libellez votre chèque à <u>AREQ 10B</u> et le poster à :</p> <p align="center">Cécile Fillion 259, rang Lepage Ste-Anne-des-Plaines J5N 2H9 514 234-0668</p>
<p>Encan FLG</p> <p>p. 21</p> 	<p align="center">Vendredi</p> <p align="center">7 juin</p>	<p align="center">Centre St-Joseph</p> <p>1450, boul. Pie X, Laval</p> <p align="center">Grande salle</p>	<p align="center"><u>Détails p. 21</u></p>	<p>Inscription préalable et information :</p> <p align="center">Michel Legault 514 945-2686</p> <p align="center">mlegault13@hotmail.com</p>





Avis de recherche de membres dont on a perdu la trace

Les personnes suivantes sont membres de notre secteur, mais on a perdu la trace de leurs coordonnées. Si vous **en reconnaissez** et que vous pouvez les contacter, **svp les prévenir qu'elles mettent à jour leurs coordonnées en nous téléphonant**, pour que nous puissions continuer à leur envoyer notre journal et nos autres communications. Il s'agit de :

Josette Beckrich-Pinta

Yvonne Dumas

Thérèse Moisan

Louise Bélanger

Monique Dumas-Huot

Marie Parent-Bougie

Huguette Caron-Lauzon

Khadija Erbib

Jeannine Poirier

Thérèse Côté-Bélanger

Claudette Godin-Dalla

Viola Rotella

Rolande Courchesne

Francine Grenier

Claire Roy

Lucette Dubé

Jeanne-d'Arc Grenier

Odette Viel

Marcel Dufour

Cécile Lafleur

Hédard Vienneau

Denise Dumais

Marjolaine Macerola

Céline Vital

Babillard

Changement dans vos coordonnées...

Si vous **avez déménagé**, si vous changez de **numéro de téléphone** ou d'**adresse courriel**, il est important que vous avisiez de la mise à jour de vos renseignements personnels en communiquant avec :

- Mme Geneviève Plante
1 800 663-2408 (bureau AREQ de Québec)
plante.genevieve@areq.csq.org

OU

- Michel Legault
514 945-2686 (AREQ 10B)
mlegault13@hotmail.com

Ayez votre numéro de dossier AREQ (numéro de membre) lors de la communication.

Bulletin *Les échos de l'AREQ*

3 façons de le recevoir

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 préférez le format papier. Si vous le recevez déjà sous cette forme, vous n'avez pas à renouveler votre demande.
3. **Site internet du secteur AREQ 10B**:
<http://chomedey-laval.areq.lacsq.org/>

NOTE : Les personnes qui souhaiteraient recevoir le bulletin uniquement par voie électronique et désirent faire retirer leur nom de la liste d'envoi par la poste, veuillez le signifier par courriel à un membre du conseil sectoriel (voir dernière page).

Témoignages de sympathie



Avis de décès

Nous déplorons le décès des personnes suivantes/membres, survenu depuis le début de l'été :

Farouk Abouzakhm,	Louise Perreault
Pierrette Archambault	Jean Pierre
Jean-Guy Charrette	Monique Rheault
Laure Gagnon	Henri Robinson
Jacqueline Gareau	Sami Sassine
Gérald Guérette	Gérard Tremblay
Hélène Lagacé	Alain Trempe
Monique LaSalle	Denis Vincent
Jeannine Paquette	

❖ Le secteur Chomedey-Laval offre ses sincères condoléances à la famille endeuillée.

Pour tout décès, aviser Michel Thivierge au 450 689-2676

Liens utiles

Beneva : 1 888 833-6962
<https://www.beneva.ca/fr>

RAMQ : 1 800 561-9749
<https://www.ramq.gouv.qc.ca/fr>

L'Appui pour les proches aidants d'aînés Laval:
<https://www.lappui.org/fr/>

Ville de Laval – Aînés :
<https://www.laval.ca/Pages/Fr/Cienteles/aines.aspx>

Adresse de retour :
AREQ-10B
a/s de Michel Legault
826-3580 boul. St-Elzéar Ouest
Laval QC H7P 0L7

Conseil sectoriel

Comités

<p>Présidente Laura Martinez 514 258-2933 lmartinez@videotron.ca</p> 	<p>Assurances Laura Martinez, répondante rég. Ginette Jetté, responsable sect.</p>
<p>1^{re} vice-présidente Cécile Fillion 514 234-0668 cecileffma@outlook.com</p> 	<p>Action sociopolitique Cécile Fillion, responsable rég.</p>
<p>2^e vice-présidente Mireille Bernard 514 604-3576 menardareqlll@gmail.com</p> 	<p>Dossier des femmes Mireille Bernard, responsable sect.</p>
<p>Secrétaire Mireille Ménard 514 592-2446 menardareqlll@gmail.com</p> 	<p>Retraite Laura Martinez, répondante rég. Mireille Ménard, responsable sect. Mireille Bernard, substitue</p>
<p>Trésorier Michel Legault 514 945-2686 mlegault13@hotmail.com</p> 	<p>Dossier des hommes Michel Legault, responsable sect. Robert Lupien, substitut</p>
<p>1^{er} conseiller Robert Lupien 450 669-5585 rulupien@hotmail.com</p> 	<p>Environnement/Développement Durable Diana Lagacé, responsable sect. Cécile Fillion, substitue</p>
<p>2^e conseillère Diana Lagacé 514 578 9273 dianalagace@gmail.com</p> 	<p>Arts visuels Ginette Jetté, responsable sect. 450 818-6828 ginette.j02@gmail.com</p> 
<p>Chaîne électronique Lise Mondou lismondou@hotmail.com</p> <p>Chaîne téléphonique Diana Lagacé</p> 	<p>Fondation Laure-Gaudreault Michel Legault, responsable sect. Michel Thivierge, substitut</p>