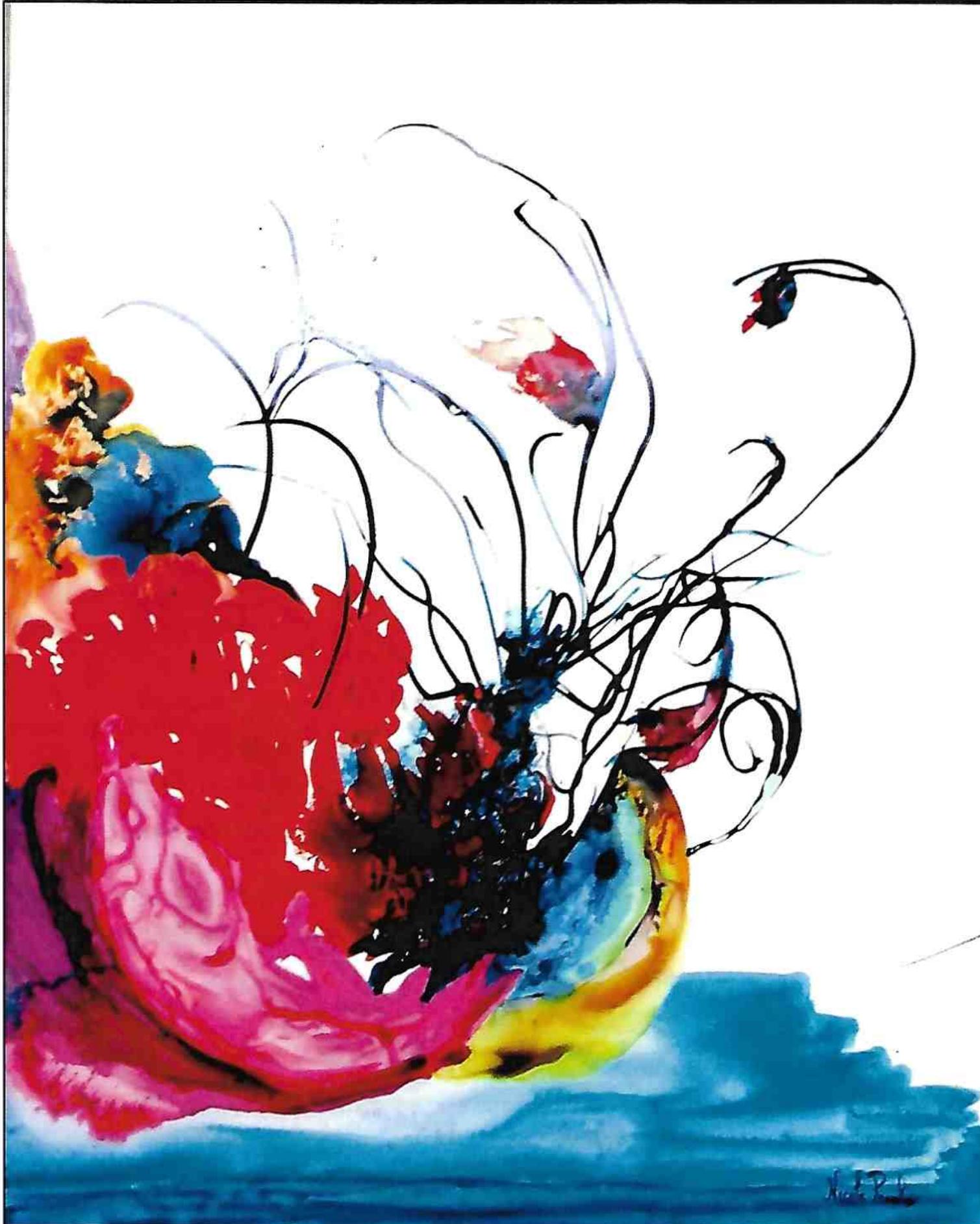


Quelles nouvelles?



H
E
U
R
E
U
X
et
D
O
U
X
P
R
I
N
T
E
M
P
S

Jardin naissant

Aquarelle de Nicole Proulx



Mot de la présidente sectorielle

L'année 2016 nous est arrivée de façon relativement clémente, mais l'hiver nous réservait quand même quelques sautes d'humeur. C'est dans ce cadre que le conseil sectoriel a reçu la démission de Gilles Lavigne.

J'assumais la vice-présidence depuis mon élection en 2013 et le conseil sectoriel m'a confié la présidence du secteur afin de terminer le mandat du président démissionnaire. Il va de soi que mon poste devra être ratifié par l'assemblée générale sectorielle du 4 mai prochain.

Nos nombreuses activités se poursuivent; le présent numéro du journal sectoriel fait largement état du repas de Noël, des Rois et de la Saint-Valentin. Cependant, des dates importantes restent à inscrire à vos agendas.

Au niveau sectoriel :

- Le 4 mai prochain, notre assemblée générale sectorielle (AGS) chez Lalande à Saint-Eustache : il y aura élection à trois postes au conseil sectoriel, première vice-présidente ou vice-président, première conseillère ou conseiller et trésorière ou trésorier, en sus de la ratification au poste de présidente. De plus, nous élirons nos neuf personnes déléguées ou substituts au congrès de l'AREQ 2017.
- Le 9 juin prochain, le brunch des communications chez Constantin.
- À l'automne, un possible voyage à Charlevoix.

Au niveau régional :

- Le 26 mai, l'assemblée générale régionale (AGR) au Days Inn à Blainville.

Les tâches afférentes à la présidence sont nombreuses. Je ferai de mon mieux pour accomplir le travail qui m'est confié. Avec le soutien indéfectible du conseil sectoriel, le secteur continue de défendre vos droits et d'organiser des activités qui ont l'heur de vous plaire.

Monique H.-Boisjoly

Table des matières

Mot de la présidente sectorielle	2
Mot de la présidente régionale	3
Action sociopolitique	4
Assurances et Environnement	5
Condition des femmes	6
Arts visuels et textiles	7
Club de lecture	8-9
Décès	10
Dîner des Rois AREQ-ARSSMI	11
Dîner de Noël	12-13
Dîner de la Saint-Valentin	14
Atelier d'écriture	15
Chronique de J.-Paul Richer	16
Place à la poésie	17
Avis de convocation des AGR et AGS	18
Formulaire d'inscription	19
Chaîne téléphonique Pièce de théâtre La Galère	20
Activités printemps 2016	21
Conseil sectoriel	22
Les chaînes des communications	23
Album de photos	24

Perles de sagesse

« L'Espoir est un état d'esprit. C'est une orientation de l'esprit et du cœur. Ce n'est pas la conviction qu'une chose aura une issue favorable, mais la certitude que cette chose a un sens, quoi qu'il advienne. »

Vaclav Havel



Mot de la présidente régionale

Mireille Ménard

L'AREQ nationale a invité toutes les personnes responsables des six comités consultatifs régionaux et sectoriels à participer à une journée d'information et de formation à Québec. Les responsables qui ont bien apprécié cette rencontre, ont eu la possibilité d'échanger avec les collègues des autres régions. Vous aurez un suivi de ces rencontres dans les rapports respectifs des comités lors de votre assemblée générale sectorielle.

Les présidentes et présidents participeront au 2e Conseil national les 4, 5 et 6 avril à Lévis.

Notre assemblée générale régionale aura lieu cette année le 26 mai à 9 h au Days Inn Blainville. Les personnes inscrites à l'AGR pourront assister en après-midi à la conférence de Marcel Tessier. Afin de planifier cette activité, vous devez vous inscrire et envoyer un dépôt de 20 \$ qui vous sera remis à votre arrivée. Vous trouverez toute l'information dans votre journal. Il y aura aussi l'exposition régionale des Arts visuels.

L'assemblée générale de la Fondation Laure-Gaudreault se tiendra après la conférence à 15 h 15.

Vous êtes invités à participer en grand nombre à votre assemblée générale sectorielle. Il y aura des élections pour les postes de 1re vice-présidence, de trésorerie et de la personne 1re conseillère. De plus, l'année qui précède le Congrès, il faut nommer plus ou moins 90 délégués qui vous représenteront. Ces personnes devront participer à deux ou trois rencontres de préparation. Elles se réuniront afin d'étudier nos Statuts et règlements et d'y apporter des modifications s'il y a lieu.

Déjà, des comités s'affairent à préparer des activités régionales pour l'automne. Voici deux dates importantes à noter dans votre agenda : les 19 octobre, le Salon des arts, et 1er novembre, information sur les assurances.

Avant de terminer, j'aimerais remercier toutes les personnes impliquées dans les conseils sectoriels et les comités consultatifs. Grâce à ces membres, notre région est dynamique et propose beaucoup d'activités enrichissantes.

J'espère avoir le plaisir de vous rencontrer en grand nombre aux assemblées générales.

Perles de sagesse

« Aimer un être, c'est accepter de vieillir avec lui. » Albert Camus

« La vérité est comme le soleil. Elle fait tout voir et ne se laisse pas regarder. » Victor Hugo

« Aimer, c'est aimer ce qui est simple, et donc mystérieux. Ce qui est compliqué n'est pas mystérieux. »

Christian Bobin

« Être libre, ce n'est pas seulement se débarrasser de ses chaînes ; c'est vivre d'une façon qui respecte et renforce la liberté des autres. » Nelson Mandela



Loi 52 sur les soins de fin de vie

Bonjour à vous toutes et tous,

La loi 52 a pour but d'assurer aux personnes en fin de vie des soins respectueux de leur dignité et de leur autonomie. Elle vise à offrir un accompagnement adapté à la situation de ces personnes, notamment pour prévenir et apaiser leurs souffrances.

La Loi a été sanctionnée le 10 juin 2014 et est en vigueur depuis décembre 2015. Le gouvernement fédéral veut élargir cette loi pour les personnes atteintes de maladies neurologiques dégénératives.

Il n'en reste pas moins que ce projet retient notre attention et nous amène à une profonde réflexion. Pour vous aider à y voir un peu plus clair, voici quelques questions relevées du bilan de l'atelier du 10 novembre 2015 en regard de nos inquiétudes sur la mise en œuvre de la Loi 52.

Quelle sera la composition du comité provincial? Comment la loi sera-t-elle appliquée considérant que le tiers des médecins sont réticents? Comment la loi sera-t-elle appliquée en milieu rural, où les médecins sont rares et s'ils refusent de l'appliquer? Les maisons de fin de vie? Les soins à domicile? Est-ce que le personnel médical est disponible ou suffisant? Le délai entre le refus du médecin et en trouver un autre qui prendra connaissance de notre décision. La position de l'Église? La réaction des assureurs (assurance-vie)? Les résidences privées : questionnement sur les implications financières ; trouver des médecins qui acceptent d'accompagner (aux frais de qui?); accréditation des résidences. Combien de temps pour que la loi soit appliquée par suffisamment de médecins? Centres de soins palliatifs rébarbatifs. Inquiétude envers les personnes qui vivent seules. Les médecins vont-ils collaborer? Quels médicaments seront administrés? La « privatisation » des soins de fin de vie.

Par ce questionnaire, je n'ai pas voulu vous alarmer, telle n'est pas mon intention. Tout simplement, vous informer et être prêtes et prêts à toute éventualité.

Nous devons demeurer vigilantes et vigilants tout en restant positifs face à ce volet de notre vie.

Perles de sagesse

« Je voudrais me reposer en paix avant de mourir. » in *Je ne tiens qu'à un fil, mais c'est un très bon fil* de Sylvie Laliberté

« Il n'y a pas de fin, il n'y a pas de début, juste un amour infini de la vie »

« L'âge de la mort est très relatif; il y a des gens qui se sont laissés mourir à 30 ans et qui ont été enterrés à 80 ! »

« Toute sa vie, on passe son temps à dire adieu à ceux qui partent, jusqu'au jour où on dit adieu à ceux qui restent. »

« La vie égalise tous les hommes ; la mort en révèle les éminents. » Georg Bernard Shaw



Assurances

Paula Charbonneau

Prochaine rencontre régionale d'informations sur les assurances

Une importante réunion est prévue le 1er novembre 2016. Il sera question de vos assurances vie, maladie et voyage. Entre autres, vous serez informé(e)s des nouveautés, de l'accès à SSQ Internet pour obtenir vos reçus pour impôt sans frais et des nouvelles fonctions des pharmaciens.

Il est donc important d'inscrire cette date à votre agenda. L'inscription se fera au mois de septembre par le biais de la chaîne téléphonique et de l'Internet.



Environnement

Monique Houde-Boisjoly

Le 18 novembre dernier, j'ai assisté à une causerie et à une dégustation de champignons par la Mycoboutique. Le sujet nous précisait le rôle des champignons dans l'environnement et la santé.

Cette causerie, suivie d'une dégustation, était animée par Judith Noël-Gagnon, biologiste et directrice de la Mycoboutique. Cette initiation nous a permis de comprendre le rôle des champignons, de reconnaître les regroupements comestibles ou toxiques. Un diaporama nous précisait la forme, la taille, la texture, la couleur, le chapeau, le pied, etc. Seul le nom latin est reconnu.



À cette occasion, un mini-menu, composé de couscous de chanterelles et de citrouille, de biscuits aux cèpes et d'un café de chaga, nous a été servi en dégustation.



L'avenir des champignons se traduit au lac Mégantic par la mycorémédiation, la décontamination de sol, d'eau ou d'air à partir de champignons qui digèrent ou accumulent les contaminants.

Plus de détails vous sont donnés sur le site : www.mycoboutique.com

Une activité régionale aura lieu en avril ou mai sur le thème *Jardinons la santé*. De plus amples renseignements vous seront donnés ultérieurement.

Perles de sagesse

« La sagesse de la Terre est une complicité totale entre l'homme et son environnement. » Pierre-Jakez Hélias

« La nature, pour être commandée, doit être obéie. » Francis Bacon

« Le monde contient bien assez pour les besoins de chacun, mais pas assez pour la cupidité de tous, » Gandhi

« Nature n'endure mutations soudaines sans grande violence. » Rabelais in *Gargantua*



Condition des femmes

Aline Savoie

Une formation nationale des responsables sectorielles a eu lieu le 18 février 2016. Monique Houde Boisjoly y a assuré la présence du secteur. Deux conférences ont été données :

- *Âgisme et femmes âgées* par Gisèle Bourret.
- *Le Manifeste des femmes* présenté au Sommet des femmes les 3 et 4 mars dernier où Pierrette Gratton et moi étions présentes.

Deux rencontres du comité consultatif régional ont eu lieu en 2015-2016.

La première, le 25 novembre 2015 où les femmes ont pu bénéficier de deux formations :

- *Le sexisme et l'âgisme que subissent les femmes âgées* par Éliane Legault de la Coalition nationale contre les publicités sexistes (CNCPS).
- *La fiscalité et les femmes âgées* par Me Véronique Laurin, LL. M. fiscaliste.

La seconde rencontre est prévue pour le 31 mars prochain où deux formations seront données :

- *Les proches aidantes* par Annick Letarte de l'APPUI des Laurentides.
- *Les agressions sexuelles des femmes âgées* par Chantal Dubois des CALACS Laurentides

Dans le secteur, nous avons travaillé, Pierrette Gratton et moi, à deux activités importantes, et ce, en collaboration avec le centre Rayons de femmes Thérèse-De Blainville :

- Douze journées d'action contre la violence faite aux femmes clôturées le 6 décembre, *Jour de commémoration et d'action contre la violence faite aux femmes* avec l'éclairage de Michèle Sirois, de *Pour les droits des femmes* (PDF) Québec, qui nous a présenté le projet de loi 59—contre les propos haineux—et, dans un deuxième temps, *Les agressions sexuelles dont sont victimes les femmes âgées*.
- La Journée internationale des femmes du 13 mars dernier, sous la présidence d'honneur de madame Fatima Houda Pepin où Michèle Sirois nous a présenté une conférence « Du désir d'enfant au blanchiment d'enfant ».

Nous trouvons important de suivre l'actualité de près... Si nous avons avancé dans le respect de nos droits, ces avancées sont fragiles.

Merci à la présidente sectorielle qui nous appuie dans nos fonctions.

Perles de sagesse

« L'homme poursuit la femme jusqu'à ce qu'elle l'attrape. » Marcel Achard

« Une femme mérite un homme qui la respecte. Un homme mérite une femme qui apprécie ses efforts. »

« N'oubliez jamais qu'il suffira d'une crise politique, économique ou religieuse pour que les droits des femmes soient remis en question. Ces droits ne sont jamais acquis. Vous devez rester vigilantes votre vie durant. » Simone de Beauvoir

« Je ne comprends pas pourquoi les femmes aiment tant les chats. Les chats sont indépendants, ils n'écoutent jamais. Ils n'accourent jamais quand on les appelle. Ils aiment passer la nuit dehors et, quand ils sont à la maison, ils veulent qu'on les laisse tranquillement dormir. En d'autres termes, toutes les caractéristiques qu'elles haïssent chez l'homme, les femmes les adorent chez les chats. »

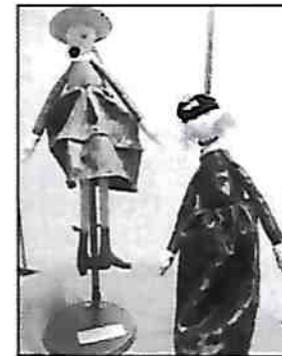


Arts visuels et textiles

Odette Lebert

Les membres du comité régional des Arts visuels organisent un événement important qui aura lieu le 19 octobre 2016 : **le Salon des arts**. Je vous invite à lire le texte d'invitation qui apparaît ci-dessous.

De plus, comme chaque année, je m'adresse à toutes les personnes qui utilisent une partie de leur temps libre à peindre, à photographier, à sculpter, à broder, à tricoter, à coudre..., en trois mots, à embellir notre univers!



Je vous invite à participer à l'exposition annuelle qui se tiendra lors de l'assemblée générale sectorielle, le mercredi 4 mai 2016 à la cabane Lalande de Saint-Eustache

Pour y participer, vous n'avez qu'à remplir le formulaire d'inscription qui se trouve à la page 19 du journal et à me le faire parvenir, au 1-70, rue Joseph-Hamelin, Sainte-Thérèse, J7E 5W1, avant le **lundi 25 avril**. Vous pouvez aussi me rejoindre en me téléphonant au 450 951-3693.

Invitation du comité régional des Arts visuels au « Salon des arts » AREQ Laval-Laurentides-Lanaudière mercredi 19 octobre 2016

« J'aurais voulu être un artiste... » Luc Plamondon

Membres de l'AREQ, vous cherchez constamment à vous ressourcer, à vous lancer de nouveaux défis, à réaliser de vieux rêves...

Pour vous aider dans cette démarche, le comité régional des Arts visuels vous invite, le mercredi 19 octobre 2016, à vivre une journée motivante qui satisfera pleinement votre curiosité artistique.

À cette occasion, vous rencontrerez une vingtaine de nos membres, artistes et artisans de la région Laval-Laurentides-Lanaudière, qui présenteront leurs œuvres et qui expliqueront leurs techniques.

Vous repartirez ainsi la tête remplie de nouvelles idées. Cette journée inspirante vous émerveillera et stimulera sûrement votre créativité.

Nous vous attendons en grand nombre au « Salon des arts » et vous conseillons d'inscrire, dès maintenant, cette date dans votre agenda.

Les membres du comité régional des Arts visuels



Club de lecture Odette Lebert

Le club de lecture se porte bien. À notre rencontre de janvier, nous n'avons pas oublié de déguster la traditionnelle galette des Rois : Maryse Durand et Céline Gratton ont remporté le titre de souveraines.



Après avoir analysé certains romans qui traitaient des relations parents / enfants, nous nous sommes lancé un nouveau défi, celui de parcourir des romans de Christiane Frenette, entre autres : *La terre ferme* et *la nuit entière*.

En mai, nous abordons un autre genre littéraire : l'essai.

Nous profitons de cette chronique pour vous proposer quelques titres variés qui, nous l'espérons, vous plairont.

- ***L'Atlas d'un homme inquiet*** de Christoph Ransmayr (Récit de voyage autrichien)

« De l'Arctique aux Tropiques en passant par tous les continents et par les îles les plus lointaines, le grand écrivain autrichien Christoph Ransmayr propose 70 escales qui sont autant de petits tableaux du monde tel qu'il l'a perçu au fil de ses pérégrinations. Dramatiques ou insolites, les anecdotes alternent avec les réflexions suscitées par des lieux chargés d'histoire ou par les instants d'éternité face aux merveilles de la nature. »



- ***Treize verbes pour vivre*** de Marie Laberge (essai québécois)

« Avec cet essai original qui marque ses quarante ans d'écriture, la romancière expose ce qui lui semble indispensable pour amener le verbe — et la vie — à son sommet. Elle analyse ce qui fait de chacun de nous les vivants que nous sommes, contradictions et harmonies incluses. »

- ***Naufrage*** de Biz (roman québécois)

« *Naufrage* se scinde en deux. Une première partie mordante. Avec des éclairs de beauté, de tendresse, de sensualité. Une deuxième partie déchirante, sur la chute d'un homme confronté à la faute incommensurable qu'il a commise. Le point de bascule arrive au milieu. Effet-choc garanti. Un drame épouvantable se produit. »

- ***Sable mouvant*** de Henning Mankell (autobiographie suédoise et réflexions)

« En janvier 2014, j'ai appris que j'étais atteint d'un cancer grave. Cependant, ce n'est pas un livre crépusculaire, mais une réflexion sur ce que c'est que vivre. Je me suis promené dans ma propre histoire, de l'enfant que j'étais à l'homme que je suis aujourd'hui. Je parle d'événements qui m'ont marqué à jamais et d'hommes et de femmes qui m'ont ouvert des perspectives insoupçonnées. »

- ***Kuessipan*** de Naomi Fontaine (récit de vie québécois)

« Premier roman d'une jeune femme de vingt-trois ans qui rappelle par la puissance de son écriture quelques grands noms de la littérature autochtone comme Tomson Highway, Scott Momaday. Naomi Fontaine rejoint les grandes voix humaines. *Kuessipan* est un livre bouleversant qui nous fait découvrir le quotidien sur une réserve innue. C'est avec la grâce et la justesse d'une langue éblouissante que l'auteure Naomi Fontaine évoque cette réalité. »

- ***L'intérêt de l'enfant*** d'Ian Mc Ewan (roman psychologique anglais)

« A l'âge de cinquante-neuf ans, Fiona Maye est une brillante magistrate à la Haute Cour de Londres où elle exerce en tant que spécialiste du droit de la famille. Passionnée, parfois même hantée par son travail, elle en délaisse sa vie personnelle et son mari Jack. Surtout depuis cette nouvelle affaire : Adam Henry, un adolescent de dix-sept ans atteint de leucémie, risque la mort et les croyances religieuses de sa famille interdisent la transfusion sanguine qui pourrait le sauver. »

- ***Quand j'étais Théodore Seaborn*** de Martin Michaud (roman policier québécois)

« En entrevue, l'écrivain tient à préciser que son dernier roman n'en est pas un sur l'islam. « Mon personnage se découvre lui-même en vivant les atrocités de la guerre. Je voulais explorer comment on peut être dans un état abominable, alors que tout autour devrait nous permettre d'être heureux, avant de se retrouver dans des conditions de vie précaires, qui nous donnent envie de vivre. C'est probablement mon livre le plus humaniste, voire optimiste. »

- ***Avant la haine*** de Thierry Cohen (roman français)

« Deux enfants, un juif, un musulman, deviennent amis. Ils grandissent, apprennent, se découvrent, s'intègrent. Ils ont des rêves, des espoirs, des luttes communes. Des amours aussi. Puis apparaissent les fissures, naissent les désaccords, s'expriment les ressentiments, s'insinue la violence. »



- ***Marie Curie prend un amant*** d'Irène Frain (biographie)

« Au plus fort de la tourmente, elle reste fidèle à ses deux passions : Paul, l'amant, et Pierre, son mari tragiquement disparu. Quel secret les unissait ? Pour le comprendre, Irène Frain a interrogé des archives négligées, des photos méconnues, des lieux inexplorés, et ressuscité, par-delà le thriller médiatique d'une modernité souvent glaçante, une femme-courage prête à tout risquer pour ceux qu'elle aime. »

- ***La bête à sa mère*** de David Goudreault (roman québécois)

« Ma mère se suicidait souvent. Elle a commencé toute jeune, en amatrice. Très vite, maman a su obtenir la reconnaissance des psychiatres et les égards réservés aux grands malades. Pendant que je collectionnais des cartes de hockey, elle accumulait les diagnostics. »

- ***L'arbre du pays de Toraja*** de Philippe Claudel (roman autobiographique français)

« Un cinéaste au mitan de sa vie perd son meilleur ami et réfléchit sur la part que la mort occupe dans notre existence. Entre deux femmes magnifiques, entre le présent et le passé, dans la mémoire des visages aimés et la lumière des rencontres inattendues, L'Arbre du pays Toraja célèbre les promesses de la vie. »

Bonne lecture !

Au soir de la vie... À l'aube de l'éternité

- Diane Héту Leblanc, membre, décédée en novembre 2015
- Guy Demers, ex-conjoint et complice d'Odette Lebert, membre et 1re conseillère au sein du conseil sectoriel
- André Hubert, frère de Paulette Hubert, membre (décédé en janvier 2016)
- Émilienne Gagnon, membre, décédée en octobre 2015
- Jocelyne Saint-Louis, membre, décédée en janvier 2016
- Alice Lauzon Gauvreau, mère de Fernand Gauvreau, membre
- Hugo Garand Diamond, fils de Hélène Garand Diamond, membre
- Jean-Roch Sainte-Marie, membre, décédé en février 2016
- Carmelle Bélanger Ladouceur, membre, décédée en octobre 2015



À toutes les familles éprouvées, nous offrons nos plus sincères condoléances.



Perle de sagesse

« Avec la nuit viennent les étoiles, puis s'affirme l'espérance d'une nouvelle aurore, d'une nouvelle lumière propre à un possible petit matin qui n'en finirait pas de s'affirmer. Un matin d'éternité ! »

Benoît Lacroix, in *Rumeurs à l'aube*

Perles de sagesse

« C'est à la mort d'un être aimé qu'on détermine la place exacte qu'il tenait dans notre vie. » Léon Blum

« Jusqu'à la mort, tout est vie. » Miguel de Cervantès

« La mort est notre lot à tous ; sans la mort, la vie serait incomplète. » Oscar Wilde

« Si tu veux pouvoir supporter la vie, sois prêt à accepter la mort. » Sigmund Freud

« Quand on sait que la mort est là, la vie prend toute son importance. » Abba Farhoud



Le dîner des Rois AREQ-ARSSMI | Claire Poliquin

Le 8 janvier dernier 81 personnes se présentaient au restaurant Chez Milot à Boisbriand pour le dîner des Rois ou l'Épiphanie. Au temps de mon enfance, cette fête était l'occasion d'une réunion familiale agrémentée d'un repas au dessert bien attendu : le « fameux » gâteau avec le pois ou la fève. Qui serait « reine ou roi »? Quelquefois, on trichait un peu lors de la distribution de la part du morceau de gâteau afin de former un « couple » assorti...



L'Épiphanie marquait également la fin des vacances des fêtes : le retour en classes n'avait jamais lieu avant le 6 janvier. Puis, je ne sais pourquoi et comment, je me suis retrouvée devant mes élèves un 3 janvier. Petit à petit, on a oublié les Rois. Pour mes enfants ce n'est qu'un souvenir vague et, pour mes petits-enfants, ça n'évoque rien du tout. Dans certains calendriers, le nom de la fête n'est même pas noté!

Par contre, pour nous retraitées et retraités de l'AREQ 10 F et de l'ARSSMI, c'est une excuse supplémentaire pour nous retrouver avec des amis, des anciens collègues tout en dégustant des mets succulents. Et nous continuons la tradition : non pas à la recherche du pois dans le gâteau, mais par un tirage tout à fait correct. C'est donc tiré au sort qu'en 2016, Maud Ducharme devint reine et Alain Bongard, roi.



L'ambiance des lieux, le service impeccable et l'excellence des plats incitent nos membres à renouveler cette tradition des Rois, au même endroit. Ce rassemblement fut un grand succès grâce à votre présence enjouée et dynamique. Merci!



Dîner de Noël | Nicol Gagnon

Le 9 décembre dernier avait lieu, comme le veut la tradition, le repas de Noël organisé par l'AREQ parmi ses activités annuelles.



Plus d'une cinquantaine de personnes se sont donné rendez-vous à la Cabane à sucre Constantin pour déguster le traditionnel repas des Fêtes qui comprenait : dinde rôtie, tourtières, dessert au sucre à la crème.



De nombreux cadeaux ont fait des heureux. Grâce aussi aux décorations du temps des Fêtes, tous les ingrédients étaient réunis pour faire de cet événement une réussite. Et ce fut le cas!

Dîner de Noël (suite)



Après un temps de jasette entrecoupé de rires et de taquineries, tous sont repartis enchantés de s'être régalés une fois de plus et surtout d'avoir pris quelques heures de leur temps pour rencontrer leurs amis.



Dîner de la Saint-Valentin

Madeleine Binette-St-Arnaud

Le 11 février dernier, les membres de l'AREQ se réunissaient pour célébrer la Saint-Valentin.



Le dîner, au restaurant Farsa, le spécialiste de Sainte-Marthe-sur-le-Lac, fut un véritable succès. Une cinquantaine de membres y assistaient. L'atmosphère était à la fête.



Le sort m'a désignée comme Valentine et Léon Tremblay comme Valentin.



Merci au conseil sectoriel pour le choix du restaurant. Merci également de nous offrir un verre de vin au début du repas et, à la fin du repas, un excellent chocolat.

À la retraite
Au gré des saisons
Pour diverses raisons
Changement de rythme
Changement de tempo

Huguette Desrosiers Grignon

Prière exaucée

Ce n'est qu'une goutte de rosée
Comme une larme échappée
Je l'ai goûtée
Elle n'était pas salée
J'aurais voulu
Que se répète
Ce miracle insensé
D'une minuscule averse
En plein soleil
À la mi-journée
Mais les dieux décidèrent
De m'expédier une belle ondée
De quoi m'abreuver pour
L'éternité!
Ne prononcez jamais tout haut
Le mot miracle
Évitez même d'y penser
Surtout si vous ne savez pas
Nager!

Yvan Landry



Vivace

Réveil en douceur
Un rayon de soleil chatouille les paupières
Étirements langoureux dans les draps froissés
S'épanouissent les fantômes de la nuit

Café fort couronne de mousse
Tartines sucrées fruits juteux
Une terrasse fleurie
Des voix amies
Mouvement *largetto* d'un jour heureux

Changement de *tempo*

Visiter les trente-deux salles d'un vieux manoir
Vivace!

Courir sur la plage jusqu'au bout de son souffle
Vivace!

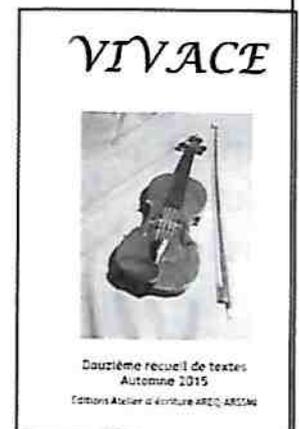
Foncer furieusement dans les vagues endiablées
celles qui couchent le baigneur dans un lit d'écume
Vivace!

Grimper la falaise
S'accrocher aux racines
Mériter le panorama
Vivace!

Retrouver le calme devant le soleil plongeant dans la mer
L'*Adagio de Barber*¹ dans ses écouteurs
Au soir d'un jour heureux

Michèle Leclerc

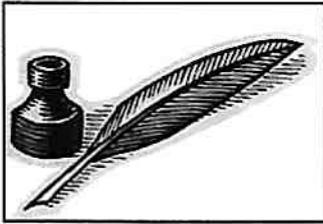
¹ Samuel Barber, compositeur américain (1910-1981)



À l'automne des saisons, ce sont les feuilles qui meurent.

À l'automne de la vie, ce sont nos souvenirs.

Flor Des Dunes.



Vous avez sûrement rencontré, au cours de votre vie, une personne qui vous a influencé au moment même où les astres s'alignaient favorablement pour vous. Sans l'aide précieuse de ce maître, peut-être auriez-vous erré longtemps, trop longtemps? Par cette chronique, j'aurai le plaisir de vous livrer le témoignage illustrant un tel virage à 160 degrés.

Cet été, au festival de la galette, une journée magnifique avait convoqué une immense foule de curieux, une foule heureuse de manifester bruyamment leur joie de vivre.

Je venais tout juste de terminer l'écriture d'une lettre quand soudain, non loin de mon kiosque, deux personnages, pour le moins bizarres, provoquaient un attroupement tumultueux. Un monsieur assez bien crêté, mais avec chapeau tout cabossé d'où débordaient des couettes de cheveux hirsutes, jouait le clown sérieusement aviné, à l'allure dangereusement chambranlante, et qui marmottait maladroitement un langage quelque peu sibyllin. À ses côtés, une religieuse fictive, dont la cornette batifolait allègrement sous l'impulsion d'une gestuelle incroyable, distribuait généreusement ses éclats de bonne humeur à tout venant. Des loustics lui posaient de gênantes questions sur sa vie intime de cloîtrée. Et les réponses, comme les flèches de l'héroïne du film *Hunter Game*, fusaient illico vers ces interlocuteurs provoquant des fous rires à peine contenus.

Puis une accalmie. La mystique religieuse se recueillit un instant, virevolta, à la surprise générale, et dirigea ses pas vers mon kiosque tout en m'interpellant avec une mimique entendue :

Tantôt à la fin de cette tournée, je vais me changer et revenir vous voir. J'ai un hommage à rendre à une précieuse personne.

Aussitôt dit, aussi disparue parmi les badauds conquis par ses propos irrésistiblement désopilants. Peu de temps après, elle me rejoignit pour me narrer son étonnante rencontre avec un véritable mentor. Elle me confia donc qu'elle avançait difficilement dans son quotidien, traînant péniblement le boulet d'une encombrante nature timide. Un jour, alors qu'elle déambulait sur la place publique, une affiche brinquebalante devant une maison ancestrale, lui sauta presque littéralement aux yeux : **Petite comédie**. « Voilà qui est fait pour moi! », se dit-elle intérieurement.

Je sentais déjà assez perceptiblement l'intense émotion qui colorait chacune de ses révélations. En parlant ainsi de son professeur d'art dramatique qu'elle qualifiait d'extraordinaire, elle avait l'impression de déclamer sur une vaste scène, devant un public médusé, un dithyrambique poème déclinant en flots continus les qualités d'un grand humaniste.

Ce maître du théâtre, ne comptant guère son temps, toujours à l'écoute des besoins de tout un chacun, l'impressionnait à chaque répétition par son remarquable professionnalisme. Surtout à ses débuts comme figurante, quand elle se colletait avec un texte ardu, le maître marquait alors une pause, lui apprenait à respirer pour calmer sa panique, l'aidait à recoller les morceaux, à reprendre du collier.

Avec son éternel café à la main, il savait être réconfortant en toute circonstance. Le métier d'acteur ne s'avère pas toujours de tout repos, me murmura-t-elle. Parfois la confiance prend de ces glissades... En sa compagnie, escalader les monts les plus abrupts, éviter les aspérités du terrain et s'éloigner du dangereux précipice des erreurs d'interprétation devenaient pure routine.

Chronique de Jean-Paul Richer (suite)

Aujourd'hui, elle voulait tout simplement le remercier. Elle ne doutait plus de ses capacités grâce à sa façon unique de lui communiquer énergie et enthousiasme lors de la mise en scène d'une nouvelle pièce. À titre d'encouragement, il lui adressait à l'occasion un candide clin d'œil qui lui valait bien des mots.

Déjà, sous un soleil déclinant, les gens quittaient les lieux. Une dernière lettre venait d'être soigneusement pliée, insérée dans une enveloppe et remise à sa propriétaire.

Une comédienne, à un amant du théâtre et également à un amant inconditionnel de la musique, apportait sous scellé la mélodie d'un vibrant hommage à son mentor exceptionnel.

Place à la poésie !

Doucement...

Gilberte Sirois

Doucement le jour s'en est allé
Les arbres sont au garde-à-vous
Aucune feuille ne bouge
Un manteau de brume cède la place
À une pleine lune splendide
Un sommeil arbitraire nous fige.
La tête couchée sur nos rêves
Colorés des présents d'autrefois
D'une vie à la courteline
Aux couleurs discordantes
Façonnée par grand-mère Léa
Qui se berçait sur le temps...
Avec ses vieilles retailles de tablier
Fredonnant des airs lointains...
En s'endormant l'aiguille à la main.

Les enfants du temps et le petit catéchisme
Inventant des péchés qu'il fallait confesser
Tu ne pécheras plus... Amen!

Au petit matin, nous ouvrons les yeux
Dérouté, poussé par derrière
Un filet de soleil traverse les rideaux
Inspiré et avec confiance
Chaque jour, nous fréquentons
L'université de la vie
Dont les cours ne sont pas toujours faciles.
Mais le diplôme n'en sera que plus élogieux...

Ondes de paix

Noëlla Leblanc

Mouvement
libérateur d'énergie
en douceur la paix s'intériorise
s'insinue dans le ton de la voix
négocie une soif d'écoute réciproque

Paix incommensurable
t'accompagne et rayonne
telle une certitude d'être toi-même
à ta place en ce monde

Aveuglé par le leurre des regrets
envahi par le tumulte de la foule
harassé par le poids des soucis
tu ne ressens plus sa présence

Paix voyageuse
frise le calice d'une fleur f
rôle la joue d'un enfant
fait l'éloge de la lenteur

Paix fragile après douleurs et conflits
t'invite à te reconnaître
humain dans l'aventure de la vie
suggère un baume sur les jours

Paix renouvelée
au chant du silence
comme une eau fraîche
vient à ta rencontre

Avis de convocation Assemblée générale sectorielle (AGS) Seigneurie-des-Mille-Îles

Tel que stipulé dans les *Statuts et règlements* adoptés en juin 2014, article 21.04, par la présente, vous êtes cordialement invités à participer à l'assemblée générale sectorielle :

Date : Le mercredi 4 mai 2016

Accueil : 8 h 30

Début : 9 h 30

Endroit : Cabane chez Lalande

862, montée Laurin,

Saint-Eustache , J7R 0J2

Parmi les sujets abordés, mentionnons :

- Adoption du procès-verbal du 15 mai 2015
- Rapport d'activités des responsables et répondants sectoriels
- Exposition des arts visuels et textiles
- Élections au conseil sectoriel
- Élections des déléguées et délégués au Congrès AREQ 2017

C'est un moment privilégié pour nous rencontrer, prendre connaissance de nos réalisations et voir le travail qui s'accomplit dans notre secteur.

Notez que le dîner est gratuit et que cinq prix de 50 \$ seront tirés parmi les membres présents.

Monique Houde Boisjoly, présidente sectorielle

Avis de convocation Assemblée générale régionale (AGR) Laval-Laurentides-Lanaudière

Tel que stipulé dans les *Statuts et règlements* adopté en juin 2014, article 14.04, par la présente, vous êtes cordialement invités à participer à l'Assemblée générale régionale :

Date : Le jeudi 26 mai 2016

Heure : de 9 h à 15 h

Endroit : Hôtel Days Inn

1136, boul. Labelle

Blainville J7C 3J4

9 h : présentation des différents rapports d'activités 2015-2016,

13 h 15 : **conférence de Marcel Tessier, historien**

15 h 15 : Assemblée générale FLG

C'est un moment privilégié pour nous rencontrer, prendre connaissance de nos réalisations et assurer la pérennité.

Je compte donc sur votre précieuse collaboration. Au plaisir de vous revoir.

Nota bene : Pour assister à la conférence, vous devez participer à l'AGR en matinée.

Mireille Ménard, présidente régionale

Exposition des arts visuels et textiles

Formulaire d'inscription du 4 mai 2016

S.V.P. : Faire parvenir ce formulaire d'inscription dûment rempli à **Odette Lebert** au plus tard le mercredi **4 mai 2016** par la poste ou par courriel :

Adresse postale : 1-70, rue Joseph-Hamelin, Sainte-Thérèse QC J7E 5W1

Adresse électronique : odlebert@yahoo.ca

Nom de l'artiste : _____

Adresse : _____

Ville : _____

Code postal : _____

Téléphone : _____

Courriel : _____

Je certifie que les œuvres originales proposées ne sont pas copiées d'aucune autre œuvre.

(Signature de l'artiste exposant)

(Date)

Information	Première œuvre	Deuxième œuvre
Discipline		
Titre		
Médium		
Dimension		
Valeur		

Les œuvres pourraient être : peintures à huile, aquarelles, photos, sculptures, arts textiles, bijoux, etc.

Cette année, par tirage au sort, **cinq prix de 50 \$ seront offerts aux artistes** qui auront exposé.

Ils seront répartis de la façon suivante :

Peintures : 2 prix, photographie : 1 prix, sculpture : 1 prix et arts textiles : 1 prix

De plus, **cinq autres prix de 50 \$ seront offerts aux membres présents** à l'assemblée générale sectorielle.



Notre association AREQ (CSQ) restera, selon son slogan, « une force pour la société », à la condition que l'information soit l'une de nos priorités. Notre secteur, qui compte actuellement huit cent quatre-vingt-sept (887) membres, s'est donné un outil à cette fin : c'est la chaîne téléphonique.

Pour l'année 2015-2016, six téléphonistes appellent vingt-cinq autres téléphonistes. Ce beau réseau de bénévoles rejoint ainsi environ deux cent cinquante deux (252) personnes soit 28,4% de la totalité de nos membres. Il va sans dire que la majorité des nouvelles personnes retraitées choisissent le courrier électronique, progrès oblige, dont Réal Perron est le responsable.

Au cours de l'année, huit messages ont été ou seront acheminés, et ce, en vue de favoriser l'implication de nos membres.

Spectacle proposé pour l'automne 2016 : La Galère

Auteure :

Renée-Claude Brazeau

Mise en scène :

André Robitaille

Comédiennes :

Anne Casabonne, Hélène Florent,
Brigitte Lafleur et Geneviève Rochette

RÉSUMÉ :

Les filles cherchent une nouvelle vie. Elles veulent se libérer des chaînes que leur vie leur impose et elles partent à la quête d'une nouvelle liberté. Prendre des vacances au soleil, se faire prescrire des pilules, boire de la vodka au goulot, vider son sac en disant les quatre vérités à leurs proches, se sauver dans le bois, partir pour de bon. Dans leur recherche de liberté, les filles traverseront plusieurs péripéties. Elles trouveront finalement la liberté dans l'endroit où elles s'y attendaient le moins.

Lieu :	Théâtre Lionel-Groulx
Date :	4 novembre 2016
Heure :	20 h
Coût :	45 \$

Pour vous inscrire, téléphonez à Odette Lebert au 450 951-3693 et envoyez votre chèque libellé à L'AREQ 10F au 1-70, rue Joseph-Hamelin, Sainte Thérèse J7E 5W1 **avant le 15 juin.**

Perles de sagesse

« Nous sommes des livres : la plupart des gens ne voient que notre couverture. Au mieux, ils lisent notre résumé ou bien se fient à la critique que d'autres font. Mais ce qui est certain, c'est que très peu d'entre eux connaissent vraiment notre histoire. »

« Il y a dans les hommes plus de choses à admirer que de choses à mépriser. » Albert Camus

« Ce qui est vraiment dit, ce n'est jamais avec des mots que c'est dit. Et on entend quand même très bien. »
Christian Bobin

« Ce qui est impossible à comprendre est tellement simple à vivre. » Christian Bobin

Activités printemps 2016

Activités	Lieu	Date et heure	Coût	Responsables
Assemblée générale sectorielle Exposition des arts visuels et textiles	Endroit : Cabane chez Lalande 862, montée Laurin, Saint-Eustache, J7R 0J2	Le mercredi 4 mai 2016 Accueil : 8 h 30 Réunion : 9 h 30	Gratuit	Inscription par chaîne téléphonique ou électronique en temps et lieu.
Assemblée générale régionale	Hôtel, Days Inn Blainville 1136, boul. Curé-Labelle	Le jeudi 26 mai 2016 De 9 h à 15 h	Chèque de 20 \$ remis à l'entrée	Envoyer un chèque libellé à l'ordre de l'AREQ-10F à Claire Poliquin*
Brunch des communications	Cabane à sucre Constantin 1054, boul. Arthur-Sauvé (route 148) Saint-Eustache	Le jeudi 9 juin 2016	Gratuit pour toutes personnes travaillant en communication 20 \$ pour les autres	Inscription par chaîne téléphonique ou électronique en temps et lieu.
Salon des Arts	Hôtel, Days Inn Blainville 1136, boul. Curé-Labelle	Le mercredi 19 octobre 2016	Précisions à venir	Précisions à venir
Atelier d'écriture	6, rue Tassé Sainte-Thérèse	Tous les deux jeudis	Inscription : 10 \$ Chaque séance : 3 \$	Claire De Pelteau 450 491-1279
Club de lecture	Bibliothèque Guy-Bélisle Saint-Eustache	Le 1 ^{er} mardi de chaque mois à 13 h	Votre bonne humeur	Odette Lebert 450 951-3593
Quilles	Centre commercial de Saint-Eustache	Tous les lundis à partir du 8 sept. 9 h 30	Chaque participation : 7, 50 \$	Confirmer votre présence à Francine Racette 450 473-6104
Scrabble	Salle Chevaliers de Colomb Saint-Eustache	Tous les mercredis 19 h 15	Inscription : 30 \$ 4 \$ ou 5 \$ la rencontre	Diane Rivard 450 472-4131
Tricot	6, rue Tassé	Tous les lundis	Votre sourire	Suzanne Spooner
Whist militaire	Maison du citoyen 37, rue Turgeon Sainte-Thérèse	Le 2 ^e vendredi de chaque mois	Participation : 4 \$ Tirages de prix de présence	Guy Girard 450 430-0408

* Claire Poliquin

432, rue Bon-Air, Laval QC
H7B 1B5

Conseil sectoriel

Deuxième conseillère :

Denise Lauzon

Téléphone : 450 435-7489

bgdl@videotron.ca

Première conseillère :

Odette Lebert

Téléphone : 450 951-3693

odlebert@yahoo.ca

Trésorière :

Claire Poliquin

Téléphone : 450 315-0604

desneige@videotron.ca



Secrétaire :

Pierrette Gratton

Téléphone : 450 434-8466

pierrette.gratton@videotron.ca

Deuxième vice-président :

Nicol Gagnon

Téléphone : 450 491-4150

nicogagnon@videotron.ca

Présidente :

Monique Houde Boisjoly

Téléphone : 450 472-6013

moniqueboisjoly@videotron.ca

Première vice-présidence : poste vacant

Perles de sagesse

« Être libre, ce n'est pas seulement se débarrasser de ses chaînes ; c'est vivre d'une façon qui respecte et renforce la liberté des autres. » Nelson Mandela

« L'éducation est l'arme la plus puissante qu'on puisse utiliser pour changer le monde. » Nelson Mandela

Chaîne téléphonique

Responsables : France Caillouette Gagnon et
450 491-4150

Chaîne électronique

realperron@videotron.ca



Danielle Bouchard	450 622 1494	Fernand Hélie	450 433-3467
Nicol Gagnon	450 491-4150	Lucile Clin Kombul	450 435-1832
Patricia Hamel	450 479-6983	Ghyslaine Vaillancourt	472-6462

Publication du journal

Quelles nouvelles? est un journal trimestriel publié par le Secteur Seigneurie-des-Mille-Îles de l'AREQ. Il vise à faire connaître les activités du secteur auprès de ses membres et de divers représentants d'organismes publics des Basses-Laurentides.

Coordination : Pierrette Gratton

Mise en page : Odette Lebert

Révision linguistique : Pierrette Gratton et Odette Lebert

Photographie : Odette Lebert

Tirage : 925 exemplaires

Impression : Imprimerie Chatelain ltée
64, Dufferin, Laval, QC
H7L 2J7

Expédition : Efficacite-Poste inc.,
1881, boul. Dagenais Ouest,
Laval QC H7L 5A3

Prochaine remise des textes et des photos :
15 juin 2016

Prochaine parution du journal :
Été 2016

Numéros de téléphone

AREQ	1 800 663-2408
SSQ (maladie)	1 888 833-6962
Assurances	1 800-363-6344
CARRA	1 800 368-9883
Certificat de naissance	1 800-567-3900
Hydro-Québec	450-682-4100
Protecteur du citoyen	1 800-361-5804
Protection du consommateur	514-253-6556
RAMQ (médicaments)	514-864-3411
Régie des rentes du Québec (RRQ)	514 873-2433
Revenu Canada	514-956-9101
Revenu Québec	514-873-2611
Aide Abus Aînés (AAA)	1 888 489-2287
Sécurité de la vieillesse	1 800-277-9915
S.O.S. Violence conjugale	1 800 363-9010
Tel-Aide	514-935-1101



La mission de l'Association consiste à promouvoir et à défendre les droits culturels, sociaux et économiques de ses membres et des personnes âgées et à contribuer à la réalisation d'une société égalitaire, démocratique, solidaire et pacifiste.

Retourner toute correspondance
ne pouvant être livrée au Canada à :

AREQ Seigneurie-des-Mille-Îles

4-127, rue A.-Guindon

Sainte-Thérèse QC J7E 5P1

Numéro de convention de la Poste-publications : 41427517

Album de photos : dîner de la Saint-Valentin 2016

