

Quelles nouvelles ?



Avoir 77 ans...

Lors du dernier conseil national, on nous a appris que 77 ans est la moyenne d'âge des 60 000 membres de l'AREQ. Avec une pointe de découragement, du moins ce que j'en ai senti. Pis, 77 ans ! On peut encore lire *Tintin* et avoir *La maladie d'amour* de Michel Sardou. Comme si nous étions à l'article de la mort. C'est mon âge et celui de plusieurs de mes bonnes connaissances actives dans l'AREQ. En 1901, l'espérance de vie était de 55 ans. Depuis 1981, on comptait vivre jusqu'à 75 ans et plus et, aujourd'hui en fait, c'est 80,6 ans pour les hommes et 84 ans pour les femmes. Le Québec est l'endroit en Amérique du Nord où l'on vit le plus longtemps et en meilleure santé. Nous sommes même dans le peloton de tête de l'OCDE pour ce qui est de l'espérance de vie totale. Avis aux détracteurs de notre système de santé et de nos conditions de vie, y compris nos hivers qui s'éternisent. Le froid doit garder jeune. Donc, à 77 ans et plus aussi, nous pouvons être actifs avec du temps encore devant nous pour réaliser nos projets tout en pouvant miser sur une bonne santé. Et que dire des personnes qui n'ont pas encore 77 ans ?

CE QUE JE DEVRAIS VOUS DIRE.

Je devrais vous parler de toutes les conférences et rencontres régionales de cet automne.

- 5 octobre : préparation du Congrès de juin 2023 avec la tournée du conseil exécutif ; 70 personnes déléguées et substitutes présentes.
- 20 octobre : conférences organisées par le comité de l'Action sociopolitique avec Cécile Fillion, responsable.
En avant-midi : conférence de la CAA sur la sécurité routière.
En après-midi : les arnaques sur Internet.
- 1^{er} novembre : En avant-midi : présentation sur notre régime d'assurance ASSUREQ par la conseillère en assurance de l'AREQ, madame Johanne Freire.
En après-midi : présentation sur les soins à domicile par la conseillère en sociopolitique de l'AREQ, madame Ginette Plamondon.
- 15 novembre : deuxième rencontre des personnes déléguées et substitutes pour le Congrès 2023.
- 18 novembre : Journée internationale des hommes, rencontre à Gethsé-Marie, à Saint-Jérôme.
- 2 décembre : conférence offerte par le comité régional des femmes.

Sans parler des rencontres des comités régionaux... Environnement, Communications, Hommes et Femmes.

VOTRE CONSEIL RÉGIONAL 2022-2023

Les présidences des secteurs :

Assis :

Monelle Beaulne (Laurentides)

Monique Houde-Boisjoly (Seigneurie-des-Mille-Îles)

Renée Beauséjour (Des Affluents)

2^e rangée :

Laura Martinez (Chomedey-Laval)

Marie-Paule Hade (Deux-Rivières de Laval)

Pierrette Boudreau (présidente régionale)

3^e rangée :

Émile Huchette (Laval-Nord)

François Tanguay (Rivière-du-Nord)

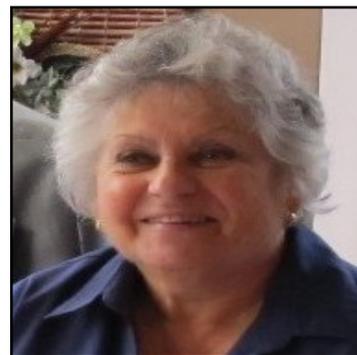
Jean-Pierre Robert (Lanaudière)

Absente : Danielle Hotte (Hautes-Rivières)



Pierrette Boudreau, présidente AREQ région Laval-Laurentides-Lanaudière

Aux membres de l'AREQ 10 F,



Bonne année 2023, SANTÉ, PAIX et BONHEURS QUOTIDIENS. C'est ce que je vous souhaite membres de l'AREQ. Espérons que l'année qui vient soit remplie de projets stimulants dans notre secteur. Bienvenue aux nouveaux retraités (ées) du 10 F, Seigneurie-des Mille-Îles.

Le conseil sectoriel se réunit le 23 janvier pour planifier les mois de février à juin. Les 8 comités vous préparent des activités et conférences intéressantes, suivez-nous sur le web et dans notre journal. La St-Valentin sera fêtée le 14 février à la Casa du Gourmet, 574 bd Arthur Sauvé, suite à votre demande. Le journal vous donnera plus de précisions et les chaînes téléphoniques et électroniques seront en opération.

Du 27 au 30 mars je serai à Québec pour préparer le congrès de juin. Le 26 avril, une date à retenir pour l'AGS, votre présence est essentielle pour le quorum de cette réunion. Quatre postes sont en élection : la présidence, le secrétariat, la vice-présidence et la conseillère. Lors de cette réunion plusieurs postes au sein de nos comités sont vacants et l'engagement de nos membres est sollicité. Le 11 mai se tiendra l'AGR au Best Western, à St-Jérôme. Le journal sera une source d'information et de référence.

Je vous souhaite une bonne année de plaisirs, de découvertes et de rencontres sociales intéressantes.

Monique Houde-Boisjoly, présidente de l'AREQ 10 F

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

Tel que stipulé dans les Statuts et règlements adoptés en octobre 2021, article 21.04, par la présente, vous êtes cordialement invités à participer à l'assemblée générale sectorielle:

Date: Le mercredi 19 avril 2023
Accueil: 8 h 30
Début de l'AGS: 9 h 30
Endroit: Cabane à sucre Lalande
862, Montée Laurin
Saint-Eustache

Parmi les sujets abordés, mentionnons:

- *Adoption du procès-verbal du 4 mai 2022
- *Rapport d'activités des responsables et répondants sectoriels
- *Élection: présidence, 2e vice-présidence, secrétariat et 2e conseillère

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

Monique Houde-Boisjoly,

Présidente

Élection

Les personnes qui veulent présenter leur candidature à un des postes ci-haut mentionnés doivent

- 1– envoyer leur candidature en utilisant le formulaire à la page 5 et l'envoyer à **Jean-Claude Lachance** à l'adresse suivante: 24,35e avenue, Sainte-Marthe-sur-le-Lac (Que) J0N 1P0 ou par courriel à jclachance@gmail.com
- 2– soit présenter leur candidature la journée même de l'AGS et ce, avant le début de l'assemblée, et en utilisant le même formulaire à la page 5

Inscription à l'AGS

Pour participer à l'AGS, confirmer votre présence avant le 3 avril 2023 auprès de Jean-Claude Lachance soit par téléphone 514 808-0671 ou par courriel: jclachance@gmail.com
Et envoyer un chèque de 20\$ (libellé AREQ 10F) à Claire Poliquin, 432 Du Bon-Air, Laval P.Q H7B 1B5
Le chèque vous sera remis lors de votre arrivée.



Bulletin de présentation de candidature

Annexe I

Élection

Nationale Régionale Sectorielle

Personne candidate

Prénom Nom N° de membre
Adresse
Région Secteur

Poste

Présidence Première vice-présidence Deuxième vice-présidence Trésorerie
 Secrétariat Première personne conseillère Deuxième personne conseillère

Candidature proposée par

Prénom Nom N° de membre
Signature

1) Candidature appuyée par

Prénom Nom N° de membre
Signature

2) Candidature appuyée par

Prénom Nom N° de membre
Signature

J'accepte de poser ma candidature et, advenant mon élection, d'exercer cette fonction.

Signature Date



ASSEMBLÉE GÉNÉRALE RÉGIONALE (AGR) LAVAL-LAURENTIDES-LANAUDIÈRE

Avis de convocation

Comme stipulé dans les Statuts et règlements d'octobre 2021, article 14.04, par la présente, vous êtes cordialement invités à participer à l'assemblée générale régionale de la région LLL.

Date : Le jeudi 11 mai 2023
Heure : de 9 h 30 à 15 h 00
Lieu : Best Western, 420, Mgr Dubois, Saint-Jérôme, J7Y 3L8

Note : La présidente d'élection annoncera le nombre de candidatures pour le poste à la présidence régionale et aux postes du CER (s'il y a lieu). Elle présente aussi les 3 scrutateurs. Elle précise que les personnes participantes peuvent poser leur candidature jusqu'à la pause.

Il y aura aussi une exposition des œuvres d'art et métiers d'art dans la salle.

Projet d'ordre du jour pour l'AGR :

Accueil, présentation de l'ordre du jour et des documents de la pochette aux personnes participantes
PV de la rencontre du 18 mai 2022
Rapport de la présidence et du conseil régional
Rapport financier partiel 2022-2023 et prévisions 2023-2024
Rapport des comités régionaux

PAUSE

La présidente d'élection annonce les candidatures à la présidence et au CR s'il y a lieu;
Élections

*Dîner servi à l'assiette (entrée, poulet et quelques diners sans viande, dessert et café),
Résultats des personnes gagnantes pour l'exposition des Arts et métiers d'art et remise des prix.
Levée de l'assemblée*

Note importante pour les élections à la présidence. Les personnes qui veulent présenter leur candidature doivent:

soit envoyer leur candidature en utilisant le formulaire à la page 7 et l'envoyer à **Thérèse Chaput** à l'adresse suivante : 265, rue Dugas, apt. 206, Joliette (Qué) J6E 0V9 ou par courriel: therese-martel@videotron.ca

soit présenter leur candidature la journée même de l'AGR et ce, avant la pause. et en utilisant le même formulaire à la page 7

Les candidatures aux postes du CER sont choisies parmi les nouvelles présidences élues dans les secteurs

Pour vous inscrire à l'AGR

Pour participer à l'AGR, s.v.p. confirmer votre présence **avant jeudi le 27 avril 2023** auprès de Claire Poliquin, soit par téléphone 450 315-0604 ou par courriel: desneige@videotron.ca. 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 10 F et postez-le à : 432 rue du Bon-Air, Laval (QUÉ) H7B 1B5

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

Pierrette Boudreau, présidente régionale LLL

BULLETIN DE PRÉSENTATION
DE CANDIDATURE POUR LA PRÉSIDENCE RÉGIONALE

PERSONNE CANDIDATE

Prénom _____ Nom _____ No de membre _____
Adresse _____

Région Laval-Laurentides-Lanaudière

Au poste de : _____
(Fonction)

Candidature proposée par

Prénom _____ Nom _____ No de membre _____

Signature _____

1) Candidature appuyée par

Prénom _____ Nom _____ No de membre _____

Signature _____

2) Candidature appuyée par

Prénom _____ Nom _____ No de membre _____

Signature _____

J'accepte de poser ma candidature et, advenant mon élection, d'exercer cette fonction.

Signature _____ Date _____

TRÈS IMPORTANT : Envoyer votre bulletin - par la poste ou numérisé - de candidature à **Thérèse Chaput** à l'adresse suivante : 265, rue Dugas, apt. 206, Joliette (Qué) J6E 0V9 ou par courriel: therese-martel@videotron.ca

- présidence d'élection, pour le **poste de présidence**, avant 9 h 30 le matin de l'AGR ou avant par la poste.



Saint-Valentin

Journée de l'amour, de l'amitié, quelle merveilleuse occasion de se retrouver.

Vous êtes invités à venir fêter avec nous:

Date: mardi 14 février 2023

Heure: 12 heures

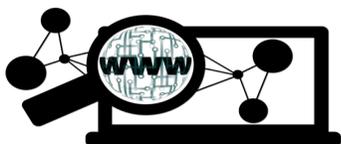
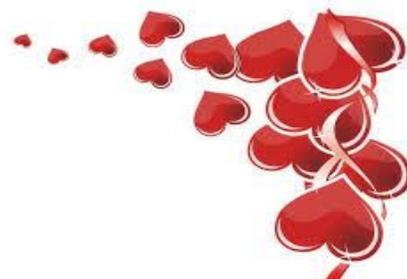
Ou: Casa Grecque
574 boul. Arthur Sauvé
Saint-Eustache

Le dîner sera à la carte.

Pour inscription appeler: Claire Poliquin

Tel: 450 315-0604

Courriel: desneige@videotron.ca



Site WEB

Suggestions de lecture, conférences, activités, journal « Quelles nouvelles? », photos, etc.....tout ça et plus vous sera accessible par un simple « clic »

Branchez-vous sur votre site web, à l'adresse suivante;

www.seigneurie.areq.lacsq.org

Comité des femmes

Depuis la covid, les activités du comité des femmes sont organisées par le régional de Laval, Laurentides Lanaudière et le sectoriel. Ginette Plamondon nous a présenté les actualités féministes, une policière les diverses formes de fraude.

Un hommage à Aline Savoie fut présenté le 2 décembre 2022 ainsi qu'un slam d'Hélène Sylvain.

Le 17 février 2022 présentation de la conférence sur Les Actualités féministes,

24 mars 2022 conférence avec Louise Portal : Ces femmes que j'aime

Le 8 mars, journée internationale des femmes aura comme thème :LES RÉSISTANCES FÉMINISTES, L'AVENIR EST FÉMINISTE

5 avril 2022, conférence de Françoise David.

Que nous réserve les mois à venir? C'est à suivre...

Monique H.Boisjoly, répondante pour le 10 F

Comité sociopolitique

Le comité d'action sociopolitique (CASP) a travaillé fort en 2022, 3 conférences ont été organisées: le 20 octobre « sécurité routière » et « hameçonnage informatique » et le 1er novembre « soins à domicile ».

En décembre il s'est réuni pour faire le point sur les nouvelles attentes sur l'état des aîné(es): Entre autres les subventions gouvernementales dans les RPA qu'on souhaite être plutôt investies dans les soins à domicile et les normes d'admissibilités pour les maisons des aîné(es).

On a pris connaissance d'une « Déclaration commune » rédigée par la Coalition pour la dignité des aîné(es) fondée en 2020.

Nos demandes et discussions seront acheminées au national

Dianne Marcotte, répondante CASP

Comité de l'assurance



Pour les assurances , voici un petit rappel :

Notre régime d'assurance est maintenant **Beneva** plutôt que SSQ .

À partir du premier janvier 2023:

- Pas d'augmentation de primes
- Bonification du régime santé : augmentation de \$750 à \$1000 par personne pour le remboursement maximal des frais pour le regroupement des professionnels de la santé visés, EX : acupuncteur, physiothérapeute.....etc .
- Augmentation des primes de 5.7% pour l'assurance vie
- Maintien de congé de \$3/mois dans les deux régimes (Santé et Santé+)

Un autre rappel concernant les cas voyages :

Communiquez avec CanAssistance avant une consultation médicale à l'extérieur de votre province de résidence. Si vous vivez une situation d'urgence et n'êtes pas en mesure de le faire , rendez-vous à la clinique ou l'hôpital le plus près. Une fois la situation prise en charge , composez le numéro d'urgence et nous ouvrirons votre dossier d'assistance.

Finalement , dans notre dernier **Quoi de neuf** nous avons une brochure :

Votre régime en un coup d'œil

N'hésitez pas à la conserver et à la consulter .

Suzanne Gendron , conseillère et responsable des assurances

Comité de l'environnement

Il semble que le comité régional de l'environnement prépare une grande sortie. Sortez vos agendas et réservez le **12 juin 2023**, nous partons pour le **Jardin botanique**.

D'autres informations suivront.

C'est avec regret que nous apprenons la démission de M. Pierre Pelletier responsable national du Comité d'Environnement et développement durable. Merci pour le travail gigantesque accompli d'abord chez nous, région 10 F, puis ton implication au régional et ton ascension au national. Tu as su nous communiquer ta passion pour « soigner » notre planète.

Prend soin de toi et reviens nous voir.



Comité de la retraite

Avons-nous terminé de parler d'indexation et de pouvoir d'achat?

Non, non, non. Pourquoi?

À notre retraite, notre rente est notre salaire, cette rente n'est pas pleinement indexée et le gouvernement n'a pas encore réglé le dossier de l'indexation. Notre pouvoir d'achat a continué à se détériorer en 2022.

L'AREQ a lancé une campagne Web et sur les réseaux sociaux, de sensibilisation auprès de la population sur cet enjeu et qui servira aussi à interpeler nos élus pour que le gouvernement agisse.

Vous pouvez voir un vidéo sur le site de L'AREQ : areq.lacsq.org

Cliquez onglet Dossier et onglet Pouvoir d'achat à la retraite.

Depuis janvier 2023, la rente pour les années entre 1982 et 2000 est indexée, ce n'est pas un gain mais bien parce que le taux d'inflation pour indexer nos rentes est de 6,5%. Nous aurons 3,5%, un fait rare depuis 40 ans.

Lors des négociations dans le secteur public, les retraités n'ont pas de droit de parole mais un comité CSQ-AREQ a été créé et ainsi l'AREQ peut faire des recommandations qui s'achemineront au Conseil général des négociations CSQ. Une première! Malheureusement, en cette année de négociation, il semble qu'il soit trop tard et il ne sera aucunement question des régimes de retraite non indexée. D'ici la prochaine négociation en 2026, nous devons informer davantage et poser des actions. Il faut que les personnes retraitées et les personnes au travail sachent que le pouvoir d'achat ça se maintient par des rentes indexées. Si vous avez des suggestions d'actions, n'hésitez pas à les faire connaître au comité de la retraite.

Notre présidente, Lise Lapointe, siège toujours à la Tribune des retraités, lieu d'échanges avec le Conseil du trésor et non de revendications.

L'AREQ est aussi un des 15 partenaires de l'Observatoire de la Retraite qui a tenu un Sommet sur la retraite, le 12 octobre dernier pour amorcer une réflexion sérieuse sur l'avenir de la retraite au Québec car la retraite concerne l'ensemble de la population québécoise. Vous pouvez retrouver les présentations et documents du Sommet sur leur site: observatoireretraite.ca

Au niveau régional, nous avons réélu Thérèse Chaput, responsable régionale. Elle est aussi responsable au Comité national de la retraite. Nous avons mis à jour notre plan d'action 2021-2023. Nous continuons à réfléchir à savoir comment mieux vous informer, vous sensibiliser et vous motiver. Nous devons freiner l'appauvrissement de milliers de personnes qui ont contribué à la société.

Ensemble, prenons soin de notre régime de retraite.

Louise Ouimet, répondante pour le Comité retraite

Secteur Seigneurie-des-Mille-Îles

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

Jean-Marc Bonenfant membre

Michèle Cadieux membre

Jean-Marc Chaumont membre

Fernand Hélie membre

Pierrette Léonard sœur de Louise Léonard membre

Micheline Léonard membre

Pierre Limoge membre

Laurent Richard membre

Janine Rivard Trépanier membre



Si vous avez connaissance de la mortalité d'un membre, vous pouvez aviser:
Mme Claire Poliquin par courriel(desneige@videotron.ca) ou par téléphone.(450-315-0604)

Comité des hommes

Rencontre du comité régional des hommes le 18 novembre 2022

Cette rencontre s'est tenue au Gethsé-Marie à Saint-Jérôme, où environ 60 personnes autant d'hommes que de femmes participèrent à cette journée. (cela a été très intéressant lors des discussions en groupe restreint)

Tout commence par un petit exposé de M. Michel Legault pour introduire le thème de la journée: « **l'être que je veux être** ».

En petit groupe une discussion s'engage sur le comment nous éduquons les petits garçons versus la différence avec les petites filles. On enchaine avec les interactions des pères avec leur gars: — pas de pleurs p.c.q. un homme ne pleure pas — pas le droit d'avoir des émotions.

Dans les années 2000 arrive un nouveau modèle: l'homme « rose » et maintenant les différents « genre »Évidemment le croisement de toutes ces diversités entraînent de nombreux conflits entre les générations.

Nous avons déconstruit des mythes.

Le visionnement du webinaire de l'AREQ nationale suivi d'un échange occupa tout l'après-midi.

Ce fut une rencontre exceptionnelle et chargée d'émotions.

Claude Hunter



Fondation Laure - Gaudreault

Dans notre secteur 3 organismes ont sollicité une demande d'aide financière:

- Centre d'Entraide Racine-Lavoie: ex. achat d'aliments pour l'atelier de cuisine et de transformation alimentaire
- Fondation Sercan: Maison de soins palliatifs
- Club de Lions Deux-Montagnes: achat d'équipement, chaise roulante, marchette, etc.

Le Comité FLG se rencontre le 15 mars 2023 pour discuter de la répartition des montants reçus.

La FLG envoie un reçu pour fins fiscales à toutes les personnes qui ont donné un montant de 15\$ et plus. Pour un don de 200\$ et moins la réduction d'impôt pour les deux(2) paliers de gouvernement représente environ 35%...pour l'excédent de 200\$ cela correspond à un retour de 53%. Il faut considérer cet avantage au moment de faire un don. Selon un responsable de la FLG: « Je préfère donner à des organismes que de donner à Revenu Québec »

D'autres rencontres à venir



16 mai 2023: Brunch des bénévoles

Mi-novembre 2023: 40e anniversaire de notre secteur

Toutes les informations pertinentes à ces rencontres vous seront communiquées par chaîne téléphonique et électronique.

Rappel important

- ♦ Toute modification d'adresse postale, numéro de téléphone, courriel ou changement de secteur doivent être signalés à l'AREQ national soit:

Par courriel: <https://areq.lacsq.org/avis-de-changement-adresse/>

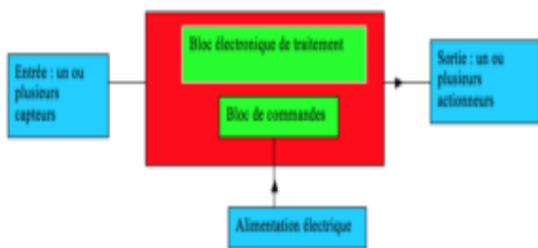
Par téléphone: **1-800 663-2408**

Le bureau national informera ensuite votre secteur des changements à apporter.

- ♦ Vous pouvez communiquer avec le responsable du maintien à jour de la liste des membres de l'AREQ-10F pour plus d'information par:

Courriel: **claud.hunter@gmail.com**

Téléphone: **514 979-1436**



Chaîne électronique

Pour éviter que les courriels que vous recevez de la chaîne électronique se retrouvent dans la boîte de pourriels (spam) entrez dans vos contacts l'adresse courriel que voici: chaine_areq-10f@hotmail.com

Remarquez que le mot chaîne n'a pas d'accent circonflexe sur le i, qu'il y a un espace blanc souligné entre les mots 'chaine' et 'areq', et qu'il y a un trait d'union entre 'areq' et '10f'. Ces petits détails sont importants dans une adresse électronique.

Jean-Claude Lachance

Enfin un Noël en présentiel!



CLUB DE LECTURE

Voici les derniers coups de cœur suggérés par des membres:



1-Lecture de Ginette Deslongchamps

Nora Roberts, *La Caresse des flocons*, V.F. 2017, 538 pages, roman

Recueil de trois romans : La promesse de Noël, l'Éclat d'une passion et l'Invitée de l'orage. Histoires d'amour intenses et émouvantes. Moments magiques où tout devient possible. Héroïnes à la fois drôles, combattives et attachantes. Romans légers, lecture agréable, vivacité d'écriture.

2-Lecture de Jocelyne Dion

Giuliano Da Empoli, *Le Mage du Kremlin*, 2022, 279 pages, roman politique

Quel livre fascinant! Jusqu'où la réalité dépasse-t-elle la fiction? L'ancien conseiller, Vladimir Baranov, celui qu'on surnomme le « mage du Kremlin, raconte son parcours auprès de Poutine, depuis son accession au pouvoir jusqu'à la première invasion de l'Ukraine, en 2014.

3-Lecture de Marie-Dominique Harguindéguy

Douglas Kennedy, *Mirage*, 2016, 448 pages, thriller psychologique

Selon l'auteur, cette histoire répondait à l'une de ses propres interrogations : est-il possible de connaître vraiment la personne qu'on aime? C'est l'histoire de Robyn, l'une des meilleures expertes comptables de Buffalo, et de Paul Leuen, son mari, depuis peu, dessinateur de très grand talent, manipulateur, immature à plus de cinquante ans, effrayé par le désir d'enfant de sa femme. L'une de ses erreurs de jeunesse refait surface et Paul choisira de trahir sa femme et de disparaître. Pour le retrouver, Robyn ira jusqu'au bout d'elle-même. Le récit met en scène le Maroc et ses habitants.

4-Lecture de Carole Henrichon

Nita Prose, *La Femme de chambre*, 2022, 429 pages, roman Agréable

Début insipide, longues descriptions des tâches d'une femme de chambre passionnée et fière de son travail. Elle met en valeur ses rôles effacés, la beauté du décor, son uniforme qui devient sa seconde peau etc. Beaucoup de descriptions également de la personnalité particulière de la narratrice. L'intrigue commence enfin à la page 49. Dénouement un peu rocambolesque avec des scénarios peu prévisibles, mais tout est bien qui finit bien.

5-Lecture de Denise Johnson

Guillaume Musso, *Sauve-moi*, 2005, 498 pages, polar

Juliette croise la route de Sam. Ils vont s'aimer le temps d'un week-end intense, magique, inoubliable. Mais Juliette doit retourner à Paris. À peine l'avion a-t-il décollé, qu'il explose en plein ciel. Pourtant, leur histoire est loin d'être terminée.

6-Lecture d'Odette Lebert

Jean-Paul Eid, *Le petit astronaute*, 2021, 148 pages, Roman graphique

Chaque année, Justine revient dans son quartier d'enfance et repense à son petit frère,

Major Tom. Ce roman graphique, plein de sensibilité, de tendresse et d'humanité, est inspiré du fils de l'auteur, atteint de paralysie cérébrale. À lire absolument.

7-Lecture de Jacinthe Legault

Sarah Famery, *L'Empathie*, 2013, 198 pages, roman psychologique

« Clair, vivant et complet, ce guide vous propose de découvrir et d'expérimenter la nature, le mécanisme et les bienfaits de l'empathie. »

8-Lecture de Louise Paquin

Heather O'Neill, *Perdre la tête*, 2022, 496 pages, roman

Deux jeunes filles vivant dans le Mile doré nouent une amitié fusionnelle et tumultueuse. Après un de leurs jeux dangereux, elles sont séparées. Sadie doit partir pour Londres où elle recevra une éducation particulière pendant neuf années. Marie continue sa vie privilégiée et recherche le luxe et la facilité. De retour à Montréal Sadie s'installera dans 3 le Mile sordide où elle vit dans une maison close. Se mêlent à cette histoire les conditions de travail des femmes dans les usines. Roman féministe où amour et haine se chevauchent.

9-Lecture de Pierre Pelletier

Éric-Emmanuel Schmitt, *La Traversée des temps*, tome III - Soleil sombre, 563 pages, Roman fantastique et historique

« Noam poursuit sa traversée de l'histoire et s'éveille sur les rives du Nil en 1650 av. J.-C. A Memphis, capitale des deux royaumes d'Égypte, il découvre une civilisation inouïe qui vénère le Nil, momifie les morts, invente l'au-delà et érige des temples et des pyramides pour accéder à l'éternité. Mais il aspire avant tout à enfin connaître une immortalité heureuse auprès de sa bien-aimée Noura. » Moïse sera au cœur de l'intrigue mais aussi Greta Thunberg ...

10-Lecture de Marielle Robert

Delia Owens, *Là où chantent les écrevisses*, 2018, 418 pages, roman policier

A l'âge de dix ans, abandonnée par sa famille, elle doit apprendre à survivre seule dans le marais. Sa rencontre avec Tate, un jeune homme doux et cultivé qui lui apprend à lire et à écrire, lui fait découvrir la science et la poésie, transforme la jeune fille à jamais. Mais Tate, appelé par ses études, l'abandonne à son tour. La solitude devient si pesante que Kya ne se méfie pas assez de celui qui va bientôt croiser son chemin et lui promettre une autre vie. Lorsque l'irréparable se produit, elle ne peut plus compter que sur elle-même...

11-Lecture de France Saint-Amant

Arttu Tuominen, *Le Serment*, V.F. 2021, 430 pages, polar À Pori, le commissaire Jarri Palavii-ta enquête sur la mort d'un homme poignardé lors d'une fête. La même nuit un individu errant couvert de sang est arrêté. Même s'il ne les a pas vu depuis des années, il connaît les deux hommes : l'un était son meilleur ami et l'autre son harceleur. Cette affaire révèle de secrets du passé.

Si vous n'avez pas encore lu *Changer l'eau des fleurs* de Valérie Perrin et *Tout le bleu du ciel* de Mélissa Da Costa, n'hésitez pas une seconde à plonger dans ces deux univers.



Liste des numéros de téléphone importants

Conseil sectoriel 2022-2023

Laval-Laurentides-Lanaudière

Seigneurie-des-Mille-Îles

Présidence

Monique Houde Boisjoly

450 472-6013

moniqueboisjoly@videotron.ca

Première vice-présidence

Claude Hunter

514 979-1436

clauder.hunter@gmail.com

Deuxième vice-présidence

Dianne Marcotte

579 633-3208

dia.marcotte@hotmail.com

Trésorerie

Claire Poliquin

450 315-0604

desneige@videotron.ca

Secrétariat

Louise Ouimet

450 435-0802

houymet@hotmail.com

1er Conseillère

Denise Lauzon

450 435-7489

bgdl@videotron.ca

2e Conseillère

Suzanne Gendron

450 974-9055

gendronsuzanne@videotron.ca

Numéros de téléphone

AREQ

1 800 663-2408

SSQ-Beneva (maladie)

1 888 235-0606

Assurances

1 800 363-6344

Retraite Québec

1 800 463-5533

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)

1 800 489-2287

Sécurité de la vieillesse

1 800 277-9915

S.O.S. Violence conjugale

1 800 363-9010

Tel-Aide

514 935-1101

Retourner toute correspondance

Ne pouvant être livrée au Canada à:

AREQ Seigneurie-des-Mille-Îles

432 rue du Bon-Air

Laval QC H7B 1B5

Numéro de convention de la Poste-publication: 41427517

