
Région 10e - Laurentides

Bulletin sectoriel de l'Association des retraitées et retraités
de l'éducation et des autres services publics du Québec

Vol. XXII no 2

novembre 2021



Table des matières

MOT DU PRÉSIDENT.....	3
MOT DE LA PRÉSIDENTE RÉGIONALE.....	4
ACTIVITÉS À VENIR.....	5
MOI...DANS MON TEMPS!.....	6
LES BELLES HISTOIRES SANS PAPIER.....	7
Tirage.....	7
LE SAVIEZ-VOUS?.....	7
LA JOURNÉE INTERNATIONALE DES HOMMES.....	8
À VOTRE AGENDA 2020-2021.....	9
AUTOUR DE LA TABLE.....	9
AVIS DE RECHERCHE.....	9
RECHERCHE DE PHOTOGRAPHES.....	9
RESPONSABLES DES COMITÉS.....	10
CONSEIL SECTORIEL 2018-2021.....	11
INFORMATION UTILE.....	12

Production et édition : Michelle Le Quellec

Correction et révision : Diane Perreault

Impression et mise en page : L'Imprimerie l'Artographe Inc. 726, rue de Saint-Jovite, Mont-Tremblant,
Québec J8E 3J8 819 425-7575 • artographe@bellnet.ca

MOT DU PRÉSIDENT

Bonjour chers membres du secteur Laurentides, Vous êtes actuellement 910 membres. Vous êtes tous très importants pour nous. Votre participation aux activités est très variable pour de nombreuses raisons : limitations physiques pour certains, éloignement, examens médicaux pour d'autres. Votre conseil sectoriel met le cap sur la participation d'un plus grand nombre de membres aux activités suggérées et il y aura une attention spéciale aux membres les plus expérimentés. Au printemps, nous espérions que la tempête serait derrière nous pour un retour plus normal à l'automne. Malheureusement, une quatrième vague frappe encore et nous ne connaissons pas sa force. Pour le moment, nous choisissons de demeurer à l'abri, au port, telles des embarcations. Certains loups de mer frétilent mais la fièvre du large pourrait causer leur perte. Au moment d'écrire ces lignes, il y a 754 cas quotidiens de COVID. Les mesures sanitaires limitent grandement les rassemblements, c'est pourquoi nous devons remettre, encore une fois, le dîner de Noël. On voulait aussi souhaiter la bienvenue aux nouveaux retraités tout neufs, ceux de 2021 ainsi que ceux qui ont déjà un an d'expérience, c'est-à-dire ceux de 2020. Sachez que dès notre prochain rassemblement, on soulignera votre nouveau statut.



Soyez sans crainte, ce sera comme Noël lorsque ces limitations seront levées !

Malgré les contraintes, les comités régionaux, composés de membres des différents secteurs, commencent à se réactiver (non, pas en Zoom !). De notre côté, nous souhaitons organiser des activités. Nous songeons à des conférences en chair et en os et en Zoom simultanément selon votre choix. Hélène et Céline vous concoctent une journée de la femme bien spéciale. Céline pense à nous emmener nous sucrer le bec à la cabane à sucre. Le 3 novembre et le 10 novembre, je vous invite à des randonnées pédestres (l'information est sous la rubrique [Activités à venir](#)).

Sachez aussi qu'un poste est toujours vacant au conseil sectoriel, que les comités ont besoin de relève et que des organisateurs d'activités sont recherchés. Vous n'avez pas besoin d'un long curriculum, un sourire et la bonne humeur avec un mélange de vos compétences particulières suffiront. La rémunération offerte n'affectera en rien votre taux d'imposition, en revanche, vous aurez plein de sourires timides, simples et reconnaissants de la part des 909 autres membres du secteur Laurentides 10E.

Je vous souhaite un bel automne en espérant vous croiser à nos activités.

Bernard Martin, président

MOT DE LA PRÉSIDENTE RÉGIONALE

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

LA RÉGION ARAQUÉENNE CETTE ANNÉE EN 2021-2022

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

NOS COMITÉS RÉGIONAUX

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

VOTRE CONSEIL RÉGIONAL

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

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

Pierrette Boudreau, présidente régionale Laval-Laurentides-Lanaudière



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

ACTIVITÉS À VENIR

Après plusieurs mois de jogging virtuel, Bernard Martin vous a organisé deux parcours pour vous délier les jambes.

Randonnée pédestre 1 - Les falaises à Prévost

Date : mercredi **3 novembre à 10 heures**
Départ : galerie de la gare de Prévost (chemin de la Station)
Niveau : intermédiaire ~10 km
\$: gratuit
Recommandations : votre passeport vaccinal, des bottes de marche, des bâtons de marche, des crampons si la température est froide, une collation, de l'eau ET votre sourire.

Téléphonez ou envoyez un courriel les jours précédents pour confirmer votre présence.

b54martin@gmail.com 450-224-8731



Randonnée pédestre 2 - parc linéaire

Date : mercredi **10 novembre à 10 heures**
Départ : stationnement de la plage du Lac Raymond à Val-Morin
Niveau : facile, la distance sera fonction des capacités du participant
\$: gratuit.
Recommandations : votre passeport vaccinal, une collation, de l'eau, un vêtement coupe-vent (on marchera sur le bord du Lac Raymond) ET votre sourire.

Téléphonez ou envoyez un courriel les jours précédents pour confirmer votre présence
b54martin@gmail.com 450-224-8731.

Rencontre sur la cybersécurité

Sur le site du gouvernement canadien, vous trouverez des trucs pour assurer votre sécurité quand vous naviguez sur le web [2020-07_OnePager_Seniors_FR.pdf \(pensezcybersecurite.gc.ca\)](#) à ce même sujet, nous vous avons organisé une mini-conférence adaptée à vos besoins en **MARS 2022** avec des policiers spécialisés dans la détection des fraudes. La mini-conférence sera répétée dans trois lieux différents (nord, sud, centre) afin de réduire le temps de déplacements des participants.

Surveillez notre prochain numéro ou nos lettres d'invitation.

MOI...DANS MON TEMPS!

Eh oui, nous avons entendu ça souvent, nous avons tendance à comparer les époques. Pourtant, nous sommes toujours dans notre temps. C'est différent, je vous l'accorde, mais il est encore temps d'habiter notre temps!

Oui, les choses ont changé. Oui, nos repères sont devenus flous. La vitesse à laquelle se produisent les changements est phénoménale. On a l'impression que chaque semaine, que chaque jour apportent son lot de nouveaux défis. Des nouveautés parfois nous dépassent et souvent nous laissent perplexes.



Où allons-nous? Dans quel monde vivront nos enfants?

Souvent, nous constatons que les nouvelles découvertes n'apportent pas que des avantages et du positif pour les humains que nous sommes. Malgré les avancées spectaculaires des technologies, tous ces changements nous inquiètent. Actuellement, les perturbations du climat se posent vraiment comme une menace à l'échelle planétaire et nous en avons peut-être perdu le contrôle...

Pourtant et heureusement, nous avons le pouvoir de nous adapter, nous avons la capacité de changer les choses, de modifier nos comportements face à cette gigantesque menace que représentent les changements climatiques.

Petit fait vécu : une jeune mère d'un bambin de deux ans se demandait pourquoi elle avait donné naissance à un enfant dans un monde si chaotique. Son anxiété était telle qu'elle a dû suivre une thérapie, prendre des médicaments etc. Rien n'y fit jusqu'au jour où on l'invita à faire partie d'un groupe dans un projet lié à l'environnement. Son anxiété s'est atténuée. Elle s'est sentie partie prenante de cette vague de résistance qui croit encore que l'on peut éviter une catastrophe.

Tout ça pour dire que l'implication, l'engagement dans des actions concrètes apportent de l'espoir et le sentiment de participer à l'avènement d'un monde meilleur.

Au lieu de **haïr** notre époque, il faut **agir**.

Françoise Nadon

LES BELLES HISTOIRES SANS PAPIER

Tirage

Pour donner suite à notre campagne de réduction du papier plus de 280 membres ont signifié leur intérêt à recevoir le bulletin *Les belles histoires* en version numérique. Le tirage prévu d'une tablette d'une valeur de 500\$ parmi ceux d'entre vous qui renoncent au papier aura lieu dès le prochain rassemblement annoncé par notre président.

Il est encore temps de vous y inscrire puisque les rassemblements sont - encore – reportés. Communiquez avec Monelle Beaulne 450 335-0654.

Nous vous rappelons que chaque membre qui s'inscrit à la version numérique fera partie du tirage même si vous êtes plus d'une personne à partager la même adresse courriel.

Pensez-y! Ça vaut la peine et la planète vous sourira!



LE SAVIEZ-VOUS?

L'AREQ s'est associé à [NOVUM](#) pour vous offrir un service de consultations juridiques.

Les consultations GRATUITES et ILLIMITÉES couvrent les questions juridiques relatives au droit familial (séparation, divorce etc.), au droit civil (garantie légale, vente ou achat d'auto ou habitation, contrat bancaire, faillite, baux) et à l'immigration.

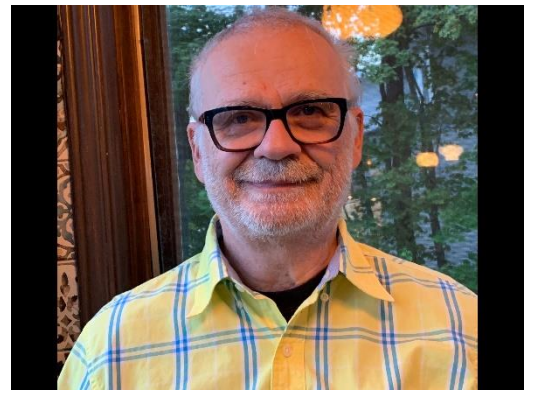


Site internet novumlegal.ca

 844-745-4714 sans frais partout au Canada pour les membres de l'AREQ.

LA JOURNÉE INTERNATIONALE DES HOMMES

Lors de notre dernière rencontre du comité régional des hommes, nous avons planifié et élaboré cette journée qui aura lieu le vendredi 19 nov. 2021 où hommes et femmes seront invités à y participer. Nous l'avons préparée à partir de la lettre de Marcel Leroux, trésorier et responsable politique du comité national des hommes intitulée : "Tous concernés par la violence faite aux femmes et les féminicides" et aussi à partir de la thématique de cette journée: "Rêver encore". Rêver encore de justice, d'égalité et de solidarité entre hommes et femmes.



En résumé, cette lettre "appelle à une solidarité entre hommes et femmes pour que cesse cette violence pouvant aller jusqu'au meurtre...nous appuyons toutes les recommandations qui vont permettre aux femmes de dénoncer en toute sécurité la violence... d'être entendues, soutenues, accompagnées et traitées avec justice et d'avoir accès aux ressources d'hébergement."



Parallèlement, il y a un immense travail à faire au niveau de la sensibilisation auprès des hommes parce qu'ils sont à la source de ces violences. Ces hommes aux comportements agressifs et violents doivent se reconnaître et aller chercher de l'aide, encore faut-il avoir les ressources appropriées : « Présentement, ces organismes manquent de ressources et les listes d'attente ne leur permettent pas d'assurer la prise en charge rapide et inconditionnelle... ».

De plus en plus, hommes et femmes brisent le silence et le tabou de leur sexualité (LGBTQ), des maladies mentales (dépression, anxiété, épuisement professionnel, bipolarité etc.) ou diverses personnalités s'affichent, se dévoilent publiquement dans des campagnes de sensibilisation qui aident les personnes à chercher l'aide nécessaire. De la même manière, les hommes doivent briser le silence de se savoir vulnérable, fragile et ayant besoin d'aide, exprimer leur souffrance, leur désarroi, leur colère pour l'évacuer et non pas la diriger vers les femmes.

Comment parler de justice, de solidarité, d'égalité si nous ne réglons pas ce problème, cette violence faite aux femmes.

Gilles De Gagné

À VOTRE AGENDA 2020-2021

- 3 novembre [randonnée 1](#) les falaises de Prévost
10 novembre [randonnée 2](#) parc linéaire à Val-Morin
19 novembre journée internationale des hommes



AUTOUR DE LA TABLE

Les rencontres régulières autour d'un repas reprendront petit à petit dans chacun des secteurs. Communiquez avec la personne responsable pour confirmer les jours et les lieux :

au nord, Lucille Piché 819 425-5772,

au sud, Janine Guénette 450 229-2391, chez Nickels, le premier mardi du mois,

au centre, Robert Rochon 819 326-7543.

AVIS DE RECHERCHE

Chaque production du bulletin amène son lot de rejets. Plusieurs personnes sont disparues du radar de notre base de données. **Voici le nom des membres que nous tentons de joindre qui ont une adresse invalide dans le dossier de l'AREQ :**

Claude Fredette
Michel Gagné
Robert Homier
Francine Lussier

Lise Prud'Homme-Deslauriers
Colette Favreau
Lise Morin-Brière
Marthe Robillard-Charbonneau



Si vous les connaissez, demandez-leur de communiquer avec Monelle Beaulne 450 335-0654 monelle.b@videotron.ca ou contactez vous-même Monelle pour lui transmettre leurs coordonnées.

RECHERCHE DE PHOTOGRAPHES

Vous avez l'œil pour les beaux paysages? Vous êtes fier de vos belles images? Votre coin de paradis mérite d'être connu? Participez à la collecte de photos sur notre site web. Choisissez vos plus beaux clichés et faites-les parvenir à l'adresse suivante : areq10e@gmail.com notre webmestre, Jacques Desjardins s'occupe de les afficher. À vos lentilles!



RESPONSABLES DES COMITÉS

Action sociopolitique : poste à combler.

Arts : Francine Michaud - 819 327-3366 mfrancine4@hotmail.com.

Assurances : Michel De Courcy - 819 425-5643 michel.decourcy@hotmail.com.

Communications:

- *Les belles Histoires*: Michelle Le Quellec – 819 323-6632 michelle.lequellec@cgocable.ca.
- Correction : Diane Perreault – 450-592-2688 georgesdiane45@gmail.com.
- Le site Web Areq-10E: Jacques Desjardins – 450 226-8389 jacques_desjardins@outlook.com.
- La chaîne électronique et téléphonique: Robert Rochon - 819 326-7543 rrochon@me.com.
- Le changement de courriel : Michel De Courcy - 819 425-5643 michel.decourcy@hotmail.com.

Condition des femmes: Hélène Leblanc hleblanc9@gmail.com et Céline Filion 819 425-7665 filionceline@msn.com.

Condition-forum des hommes: Gilles De Gagné - 450 224-7929 gilles.degagne@videotron.ca.

Environnement et développement durable: Françoise Nadon - 819 424-3394 francoisenadon@hotmail.com et Céline Lachapelle ce_lachapelle@hotmail.com 450-438-9803.

Événements sociaux: Andrée Potvin - 819 326-1889.

Fondation Laure-Gaudreault: Michel De Courcy - 819 425-5643 michel.decourcy@hotmail.com.

Retraite-Indexation : Jeanne d'Arc Groulx – 450 229-1126 3jeannedarc@gmail.com.

CONSEIL SECTORIEL 2018-2021



Céline Filion



Monelle Beaulne



Hélène Leblanc



Bernard Martin



Francine Michaud



Yolande Levert

Président: **Bernard Martin** Prévost 450 224-8731 b54martin@gmail.com.

1^{ère} vice-présidente: **Monelle Beaulne** Piedmont 450 335-0654 monelle.b@videotron.ca.

2^e vice-présidente: à pourvoir

Secrétaire: **Yolande Levert** Labelle, 819 686-3080 yolevert@hotmail.com.

Trésorière: **Céline Filion** Mont-Tremblant 819 425-7665 filionceline@msn.com.

1^{ère} conseillère: **Francine Michaud** Saint-Adolphe d'Howard 819 327-3366
mfrancine4@hotmail.com.

2^e conseillère: **Hélène Leblanc** Prévost 819 664-0218; hleblanc9@gmail.com.

INFORMATION UTILE

RESSOURCE	SITE / COURRIEL	TÉLÉPHONE
AREQ LAURENTIDES 10 ^E	areq10e@gmail.com laurentides.areq.lacsq.org	
AREQ RÉGIONALE Laval-Laurentides-Lanaudière	regionlaurentie.areq.ca	
AREQ NATIONALE	info@areq.lacsq.org	800 663-2408
ASSURANCE LA PERSONNELLE auto, habitation	lapersonnelle.com	888 476-8737 800 363-6344
ASSURANCE SSQ maladie	ssq.ca	888 833-6962
ASSURANCE MALADIE	Info : Michel De Courcy	819 425-5643
ASSISTANCE VOYAGE (Canada et États-Unis)	canassistance.com/ssq	800 465-2928
ASSISTANCE JURIDIQUE	novumlegal.ca	844 745-4714
Directives médicales anticipées	ramq.gouv.qc.ca	877 644-4545
AQDMD (Association québécoise pour le droit de mourir dans la dignité)	aqdmd.org	514 341-4017
RETRAITE QUÉBEC	retraitequebec.gouv.qc.ca	800 463-5533
ABUS-AINÉS	aideabusaines.ca	888 489-2287
L'APPUI Laurentides, ressources pour les proches aidants d'ainés	lappui.org/Regions/Laurentides	855 852-7784
PRÉVOYANCE envers les aînés	prevoyanceaineslaurentides.org	844 551-6032
VIOLENCE CONJUGALE	sosviolenceconjugale.ca	800 363-9010