

COMMUNICAREQ

AREQ

Septembre 2022

Charlesbourg 03E

Site web: <http://charlesbourg.araq.lacsq.org>

A2122 0903E

Dans ce numéro:

Mot de la présidente	2
Mot de la présidente régionale	3
Activités à venir	3
Brunch des Retrouvailles	4
Ciné-club	4
Journée internationale des hommes	5
Changement d'adresses	6
Les petites quilles	6
Avis de décès	7
Hommage à Claudette Albert	8
Diplôme avant la médaille	9
Banquet de Noël	9
Parlons voyages	10
Le livre de mon été	11
Bouquinerie nouvelle chance.....	11
Cours de bridge	12
Non-entrée 2022	13, 14
Numéros importants	15
Areq Charlesbourg	16

(Coupons-réponses)





Mot de la présidente

Non-entrée ? Vraiment ?



Nous, les retraités de l'éducation, avons l'habitude, fin août, début septembre, de parler de non-entrée. Mais qu'en est-il vraiment ? Septembre pour moi sera toujours le mois de la rentrée. On rentre du chalet ou de voyage. On reprend notre entraînement en salle. On s'inscrit à des cours de toutes sortes, incluant l'université du 3^e âge.

On retire les légumes du jardin et on rentre les meubles de patio.

À l'AREQ Charlesbourg, c'est la reprise des rencontres du club de lecture, du ciné-club et des petites quilles. Et, nouveauté cette année, le début des cours d'Eutonie.

Malgré tout, on se plaît à fêter la reprise de nos activités par une sortie de groupe qu'on appelle la Non-entrée. Cette année, après en avoir été privés pendant deux ans, cette sortie fut un grand succès, grâce à la bonne humeur de ceux et celles qui y ont participé, comme vous pourrez le constater dans ce journal.

Merci à vous tous et toutes d'être présents et de profiter de la vie. J'espère vous voir en grand nombre dans les activités qui vous seront proposées cette année.



Marie



MOT DE LA PRÉSIDENTE RÉGIONALE



Chers membres de la région 03,

L'été 2022 aura permis le retour des festivals tout en nous obligeant à « surfer » sur une 7^e vague! J'espère que cette période estivale vous aura permis de refaire le plein d'énergie et de vous ressourcer grâce à des rencontres de familles, d'amis, de voyages, de petites escapades, de sorties au cinéma ou tout simplement de vous évader dans la lecture.

Cet automne, l'AREQ entame la dernière année de ce biennat. Une première rencontre préparatoire au Congrès réunira, à la mi-septembre, les délégations et les CSQ de notre région avec le Conseil exécutif. Cette rencontre sera suivie du Conseil national fin octobre.

L'AREQ régionale poursuit sa mission de vous offrir des activités d'informations et d'échanges. Je vous invite à y participer en grand nombre. Le 22 septembre, le comité d'environnement et le comité sociopolitique vous convient à une belle journée-conférences. Le 18 novembre, le comité des hommes vous attend pour souligner la Journée internationale des hommes (JIH). Profitons pleinement de ces rencontres régionales pour nous retrouver et socialiser.

Au plaisir,

Carole Pedneault, présidente régionale



Les activités à venir cette année

15 septembre : Rencontre régionale, pour les délégués au Congrès 2023

22 septembre : Rencontre régionale Environnement et socio-politique

12 octobre : Brunch des retrouvailles au Manoir du Lac Delage

18 novembre : Journée internationale des hommes

Décembre : Souper de Noël (date à venir)

8 mars 2023 : Journée internationale des femmes

21 avril 2023 : Assemblée générale sectorielle

5 mai 2023: Assemblée générale régionale

5 au 8 juin 2023 : Congrès national

Brunch des Retrouvailles



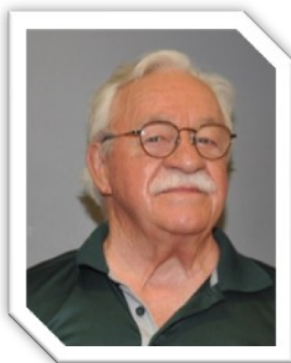
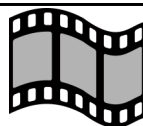
Où ? Au Manoir du Lac Delage, 40 avenue du Lac, Lac Delage
Quand ? Mercredi le 12 octobre à 10 heures
Coût ? 25 \$ 15 \$ ou gratuit selon votre âge et 30 \$ pour les invités

Date limite d'inscription ? Le 5 octobre 2022

On vous attend !

Voir le coupon réponse

CINECLUB



Une bonne nouvelle notre ciné club en dormance durant plusieurs mois, sur respirateur artificiel, vient de se réveiller pour le plus grand plaisir des cinéphiles.

Nous avons rendez-vous le 13 septembre au resto Pacini pour discuter du film ARLETTE ... qui fait les beaux jours dans nos belles salles du Clap.

Un nouveau départ qui je l'espère vivra des jours heureux de longévité, de discussions intenses et d'échanges amicaux.

Vous êtes invités à me contacter si vous voulez vous joindre à nous. Au plaisir de vous y rencontrer.

Gervais Soucy, animateur

Journée internationale des Hommes

Activité régionale sous le thème « L'Être que je suis »

Vendredi le 18 novembre 2022 à 9 heures Hôtel Québec, 3115 avenue des Hôtels, Québec

En matinée, venez assister à deux conférences animées par des invités de marque : MM. Jacques Côté et Égide Royer. L'après-midi sera animé par le chanteur Maxime Landry.

Nous vous attendons nombreux et nombreuses!

Jacques Côté



Privé de la vue depuis l'âge de 16 ans, M. Côté a pris sa retraite, après avoir mené de front une carrière d'enseignant, d'homme d'affaires et de pianiste, notamment au Concorde et au Château Frontenac. Tout ça, sans que son handicap ne le freine. Il a toujours regardé en avant... Même les yeux fermés. « Dans la vie, il faut regarder ce qu'on a, parce que ce qu'on n'a pas, on en a beaucoup... C'est ce que j'ai fait, j'ai misé sur ce que j'avais et avec ce que j'avais, j'ai réussi. »

Dr Égide Royer

Psychologue et professeur associé à la Faculté des sciences de l'éducation de l'Université Laval, auteur, chercheur et conférencier, M. Égide Royer est reconnu internationalement pour son expertise en matière de réussite scolaire. M. Royer partage la conviction selon laquelle « l'actualisation du plein potentiel de chaque personne devient possible dès que l'on fournit à celle-ci l'opportunité de se responsabiliser et de reprendre le contrôle sur ses choix de vie. L'être humain a toujours la capacité d'améliorer sa qualité de vie, peu importe les obstacles qui se présentent à lui. »



Maxime Landry



Chanteur, compositeur, animateur de radio, écrivain, originaire de St-Georges en Beauce. Son histoire en est une de persévérance et, surtout, de multiples talents. Maxime Landry a enchaîné les concours avant de participer à l'édition 2009 de Star Académie où il a été déclaré grand gagnant.

Inscription nécessaire avant le 10 novembre. Voir le coupon réponse.

Coût membres: 15 \$, non membres: 30 \$.



Changement d'adresse

Si vous changez:

- d'adresse postale
- d'adresse courriel
- de numéro de téléphone



Vous devez aviser l'AREQ nationale par téléphone au numéro **418-525-0611** ou, préférablement, à l'adresse courriel: http://areq.lacsq.org/nous_joindre

Ainsi, ces nouvelles données seront transmises à l'AREQ nationale et votre conseil sectoriel pourra plus facilement rester en contact avec vous.

Merci de votre collaboration.

Ligue de petites quilles de l'AREQ

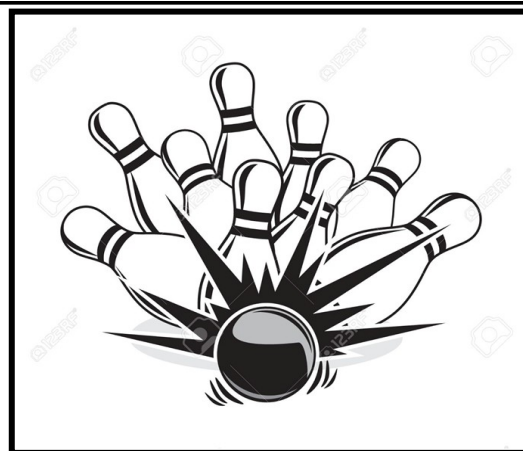
En premier lieu, je dois dire que grâce à la collaboration de la salle et d'un autre organisme, nous avons pu revenir aux mardis matins pour notre activité.

Le recrutement a permis de remplacer les départs et compléter nos équipes avec 6 nouveaux joueurs. La ligue compte maintenant 6 membres et une conjointe de l'AREQ Charlesbourg et 2 membres de l'AREQ Beauport Côte-de-Beaupré. Nous avons tenu notre premier programme le 30 août.

Nous sommes toujours à la recherche de « suppléants » pour remplacer les absents. Ça peut être une bonne façon de venir voir comment ça se passe et comment ça peut être agréable et amusant de jouer aux quilles.

Appelez-moi au 418-627-4008 !

Michel Chatelain



Décès

Condoléances et pensées amicales aux parents

Marie-Louise Audet *, conjointe de Ronald Arsenault *

Alvin Hickey, frère de Lucie Hickey *

André Gaudet *

Gemma Villeneuve, sœur de Micheline Villeneuve *

Denis Bélanger, conjoint de Georgette Bolduc *

Claudette Albert *

Louise Doucet, conjointe de Ronald Arsenault *

André Gaudet *

* membre de l'AREQ

« Tu n'es plus là où tu étais, mais tu es partout où je suis. »



NB: Les personnes concernées par le décès d'un proche sont priées de communiquer avec Marie Rancourt

[parenthèse]

Que d'hommes se pressent vers la lumière non pas pour voir mieux, mais pour mieux briller.

Friedrich Nietzsche



Claudette Albert Une collègue appréciée

Le 9 juillet dernier décédait Claudette Albert, ma collègue à l'école St-Pierre de Charlesbourg. Une petite cérémonie d'adieu, à son image, tout en délicatesse et en musique, a eu lieu le 26 juillet. Ce fut l'occasion, pour d'ex-collègues des écoles Lavallière et St-Pierre, des membres de sa famille et de nombreux amis, sans oublier son compagnon de chorale, devenu son fidèle compagnon de vie, de témoigner de notre attachement pour elle.

Les personnes présentes ont évoqué le souvenir d'une femme énergique, à la sensibilité exquise et à la personnalité rayonnante.

Je l'ai connue quand elle était enseignante d'Économie familiale. À la côtoyer, on avait vite compris que sa matière n'était pas «une petite matière». Elle avait l'art de faire comprendre, même aux jeunes garçons (fallait le faire!), l'importance de savoir gérer un petit budget, concevoir des menus équilibrés, se débrouiller avec du fil et une aiguille bref, s'occuper de soi et des autres d'une manière simple, rationnelle et efficace.



Ses élèves lui vouaient un respect qui ne s'est jamais démenti. Ses collègues également car, faut-il le souligner, Claudette s'était investie avec ferveur et authenticité dans ce beau métier qui est le nôtre.

Elle nous manquera.

Denis Béland

*Photos prises au Manoir du Lac Delage en 2019

Diplôme avant la médaille recrute



L'an passé, ils étaient 204. Cette année, 300 TUTEURS BÉNÉVOLES sont recherchés pour aider un jeune qui a besoin d'un petit coup de pouce pour réussir.

En quoi ça consiste :

- 👉 Tutorat en CLASSE, en LIGNE ou HYBRIDE
- 👉 Jumelage selon vos matières fortes
- 👉 1h d'implication par semaine
- 👉 Vous bénéficierez d'un soutien en continu par l'équipe DAM

Si vous désirez aider un jeune à surmonter ses difficultés scolaires et à croire en ses capacités, remplissez le formulaire en ligne : <https://diplomeavantlamedaille.org/site/deveneztuteur>
Vous pouvez aussi appeler au (418) 431-0115

Partenaires : [École secondaire Vanier](#), [École secondaire La Camaradière](#), [Polyvalente de Charlesbourg](#),
[École secondaire Roger-Comtois «site officiel»](#)



Banquet de Noël

La date et le lieu du banquet de Noël n'étant pas encore fixés, nous vous invitons à surveiller vos courriels pour être informés en temps et lieu.

Pour ceux et celles qui n'ont pas de courriels, des démarches seront aussi effectuées grâce à nos téléphonistes dévoué(e)s.

Parlons voyages

Jardin de Métis 15 juillet

L'activité au Jardin de Métis s'est très bien déroulée. Les participants étaient très contents. Grâce aux amis des participants, nous avons pu atteindre le nombre requis. La température, la floraison et la bonne humeur étaient au rendez-VOUS.



2023 - Long séjour Espagne - (Costa Del Sol)) - Maroc (Villes Impériales) - Suisse/Alsace

Je ne peux organiser le long séjour en Espagne pour novembre 2022. Les dates et les vols n'étaient plus disponibles mais ce n'est que partie remise. Pour 2023 voici les projets que j'ai à vous proposer. A cela s'ajouteront une ou des activités locales. Possibilité d'organiser ces voyages dépendant du nombre de personnes intéressées. Il faut réserver longtemps à l'avance pour avoir nos dates et nos vols. C'est pour cette raison que je vous demande de me faire savoir votre intérêt dès que vous saurez. Je pourrai monter un itinéraire et fixer des dates en conséquence. Envoyez moi un courriel ou téléphonez moi.

Donc: Suisse/Alsace ou Maroc : villes impériales ou long séjour en Espagne (novembre 2023)

Surveillez les prochains Communicareq

Autres suggestions, n'hésitez pas à me les faire connaître.

Je vous invite à m'envoyer un courriel pour me manifester votre intérêt pour l'un ou plusieurs voyages ou activités.

Vos Amis sont également les bienvenus.

Nicole Chamberland

ncchamberland@gmail.com

418 254 6298





Le livre de mon été

Là où je me terre

Caroline Dawson

Éditions du remue-ménage

Caroline Dawson est une immigrante chilienne venue vivre au Québec (Montréal) avec sa famille en 1987 à l'âge de 7 ans.

Chaque chapitre relate un fait vécu sur cette terre inconnue et les embûches rencontrés : l'adaptation, la cohabitation avec une autre famille, le travail humiliant de ses parents, la faim, l'apprentissage du français grâce à une boîte d'*Honey Com*, la difficulté à se faire des amis indifférents au sort des réfugiés.

Caroline exprime son malaise à se savoir différente dans ce monde indifférent. Pour elle toutes les filles de son âge sont des *Julie* blondes et fades.

Elle raconte aussi ses expériences d'écriture. D'abord le petit livre écrit avec son frère pendant que ses parents font le ménage de nuit à la CIBC intitulé « Le ménage c'est ridicule » puis son poème sur son bonhomme de neige apporté à son enseignante. Elle lit beaucoup car sa mère l'amène régulièrement à la bibliothèque municipale. Elle tombe sur *L'avalée des avalés* dont le titre l'a « envoutée ». Elle mentionne « ce livre a renversé tout mon rapport au français et, de là, à la littérature ».



J'ai adoré ce livre. Elle n'est pas tendre avec le Québec. Elle a dû camoufler sa fougue latine pour devenir une immigrante modèle. Son texte nous montre aussi le grand amour qu'elle a pour sa mère, même si elle a dû s'éloigner d'elle pour devenir une vraie québécoise. Maintenant sociologue et professeur au CEGEP Édouard-Montpetit, elle est une bloggeuse engagée. C'est son premier roman.

Je vous le conseille

Marie Rancourt

BOUQUINERIE NOUVELLE CHANCE



La Bouquinerie Nouvelle Chance a besoin de vos dons de livres et de disques dont vous n'avez plus besoin pour mener à bien son œuvre pour soutenir les personnes qui ont des problèmes de dépendances comme le jeu, l'alcool et les drogues. Nous vous invitons à venir nous porter les livres et les disques. Si vous en avez plusieurs caisses, nous pouvons aller les prendre chez vous. Merci de nous aider.

Nous vous invitons à visiter notre site web : www.nouvellechance.org.
Notre adresse: 1595, chemin de la Canardière Québec QC G1L 2C8
Téléphone: 418-948-3287

Marcel Allaire, bénévole

Cours de Bridge



Vous voulez apprendre à jouer au bridge ?

Rien de plus simple. Vous n'avez qu'à suivre le cours d'initiation donné par André-Jean La-voie, membre de l'AREQ Charlesbourg depuis 2006.

Ce cours est accessible à toute personne capable de tenir un jeu de cartes en main et prête à s'investir dans un loisir éducatif et social qui fait appel davantage à l'intelligence qu'au hasard. Ceux et celles qui veulent apprendre ce jeu sont invités à se joindre à ce passionné depuis 50 ans.

Les cours se déroulent aux Loisirs Maria-Goretti, 7475 ave Paul Comtois, Québec, QC G1H 5X6 (coin 76^e Ouest).

Durée: 8 semaines du mardi 20 septembre au 8 novembre de 13 h à 16 h.

Coût: 120 \$ incluant un excellent guide pédagogique de 100 pages (25 \$) remis au 1^{er} cours.

Inscription en ligne : Mariago.com

Pour plus d'infos, contactez André-Jean **par téléphone (418 626-8584) ou par courriel (ajeanelavoie@videotron.ca)**

À l'hiver un cours intermédiaire (perfectionnement) sera offert aux intéressés.



SUIVEZ-NOUS SUR FACEBOOK !

[AREQ Charlesbourg 03E](#)

Non-entrée 2022

ENFIN ! Une non-entrée digne de ce nom.

On annonce de la pluie... pas du tout ! Parfait ça commence bien ! L'autobus arrive tôt dans le stationnement du Home-Depot (un bel autobus bleu, confortable), deuxième étape réussie ! Ça a été comme ça toute la journée, que du bonheur !

Après quelques minutes, on arrive au Woodooliparc, un parc à thème: les dinosaures !

Wow ! Qu'on a appris des choses sur ces êtres d'une autre ère. Le film Jurassic Park en a pris pour son rhume ! Plusieurs incohérences et erreurs nous ont été révélées. On s'attendait à quelque chose d'un peu, comment dire, fixe, puisque les dinosaures sont plutôt loin dans le temps. Et bien non ! Beaucoup de vie et d'animation, et même du son. On se serait cru en face de spécimens vivants.



existent encore aujourd'hui.

L'animatrice nous a donné beaucoup d'informations, en précisant les erreurs qu'on commet souvent en pensant à ces êtres morts il y a plusieurs millions d'années. On a pu comparer les différents dinosaures animés selon les caractéristiques : deux sortes, un peu comme les oiseaux ou comme les lézards. Plusieurs surprises aussi sur les plantes préhistoriques (souvent très grosses), qui, certaines,

Un dinosaure vivant nous a même reçu et permis d'être photographié avec lui !

À la toute fin, on a pu visiter le magasin-boutique qui permet d'acheter quelques souvenirs ou objets sur le thème des dinosaures. Notre chauffeur nous attend toujours et demeure avec nous.



Enfin direction vers le dîner. Ouf que de grosses côtes... qui vont nous permettre de splendides vues. Wow ! Eh oui, on a trouvé le restaurant «l'Introuvable» au détour d'une petite rue dans une côte, il va sans dire ! Que du bon service et une nourriture succulente. On avait choisi notre menu à l'avance : du canard ou du saumon, le tout après un potage. Allez voir les photos, c'était S U C C U L E N T ! J'ai même pris leur menu en photo, si jamais vous désirez vous y rendre ! Que ça fait du bien un bon repas en bonne compagnie... sans masque !



Toujours pas de pluie !

Un fois bien repu, on se dirige vers la Frampton Brasse, une ferme brassicole. On y fabrique, depuis 11 ans, de la bière, blonde, lager et IPA (Indian Pale Ale) et on y apprend que le tout est déterminé par la température pendant le processus de fabrication. On divise le groupe en deux afin de permettre une visite des installations ou de voir une petite vidéo qui nous explique comment se fait la bière. Après un certain temps, on échange les groupes. Tous feront une dégustation de trois bières différentes, naturellement très succulentes dont plusieurs ont gagné des prix. Il y en a même une qui a gagné un prix international en 2022, «La nuit d'automne».



À la toute fin, avant de partir, on passe par la boutique qui nous offre différents agencements de bière, de verres ou de gelées à la bière et plus encore.

Notre retour se fait dans le calme, tellement que certains somnolent. Toute une belle journée ! Une belle découverte ! Un nouveau souvenir !

Vous pouvez télécharger les photos en meilleure définition que sur Facebook à :

<https://photos.app.goo.gl/BJzHfB7r4Mt2XyG49>

Gabriel Blouin



Numéros importants et utiles

AREQ(CSQ) Nationale	Tél: 418-525-0611 1-800-663-2408 Fax: 418-525-0769	info@areq.lacsq.org
Présidente régionale Carole Pedneault	Tél: 418-498-0580 cell: 418-714-4572	caroleareq@gmail.com
RETRAITE QUÉBEC	Région de Québec: 418-643-5185 Sans frais: 1-800-463-5185	MON Dossier (accédez à votre dossier en tout temps) www.retraitequebec.gouv.qc.ca
PSV Pension de la sécurité de la vieillesse	1-800-277-9915	www.hrdc.drhc.gc.ca
RAMQ	1-800-561-9749	www.ramq.gouv.qc.ca
SSQ	1-888-6962/418-651-6962	www.ssq.ca
RÉSAUT– La Personnelle	1-800-363-6344	Www.csq.lapersonnelle.com
CANAssistance Assurance-Voyage (Canada-USA) Assurance-Voyage (ailleurs dans le monde) Assurance-Voyage (remboursement)	1-800-465-2928 0-514-286-08412 1-800-264-1852	



Visitez notre site internet

<http://charlesbourg.areq.lacsq.org>

<u>Conseil sectoriel</u>	
Marie Rancourt, présidente rancourt.marie@gmail.com	418-845-1002
Michel Chatelain, 1 ^{er} vice-président chatelainm2@gmail.com	418-627-4008
Claudette Lortie, 2 ^e vice-présidente claudettelortie45@gmail.com	418-626-9463
Gabriel Blouin, secrétaire areqcharlesbourg2016@gmail.com	418-571-5387
Odette Desharnais, trésorière odettedes@hotmail.com	418-622-4779
1 ^{er} conseiller (ère) (poste vacant)	
Hélène Proulx 2 ^e conseillère heleneproulx1@videotron.ca	418-845-0049
<u>Responsables bénévoles</u>	
Avis de décès: Marie Rancourt rancourt.marie@gmail.com	418-845-1002
Condition féminine: (poste vacant)	
Fondation Laure Gaudreault: Hélène Proulx heleneproulx1@videotron.ca	418-845-0049
Condition masculine: Gervais Soucy soucygervais@videotron.ca	581-742-7797
Retraite : Gervais Soucy soucygervais@videotron.ca	581-742-7797
Assurances: Robert Bédard reeroo@hotmail.ca	418-626-3673
Environnement: (poste vacant)	
Petites quilles : Michel Chatelain chatelainm2@gmail.com	418-627-4008
Vélo: Robert Bédard reeroo@hotmail.ca Michel Pilon metm.pilon@videotron.ca	418-626-3673 418-353-4117
Comité culturel: Françoise Lapierre lapierrefrancois@hotmail.com Nicole Chamberland ncchamberland@gmail.com Lise Paradis lise.par@videotron.ca	418-624-0227 418-254-6298 418-623-5748
Site Web: Gabriel Blouin areqcharlesbourg2016@gmail.com	418-571-5387
Sociopolitique: Gaétan Matte gaetanmatte@ccapcable.com	418-873-3574
Ciné-club: Gervais Soucy soucygervais@videotron.ca	581 742-7797
Club littéraire : Lise Paradis lise.par@videotron.ca	418-623-5748
Communicareq : Jean Lapointe jmlapo@videotron.ca	418-956-2426

**Inscription
RETRouvailles
12 octobre**

Nom : _____

Téléphone : _____

Courriel : _____

Coût :

20 \$ (75 ans et moins au 1^{er} septembre)

15 \$ (entre 76 et 84 ans au 1^{er} septembre)

Gratuit (85 ans et plus)

30 \$ (invité(e))

Faire votre chèque à l'ordre de AREQ *Charlesbourg 03-E*

Complétez et le faire parvenir à :

Michel Chatelain 1200 avenue Rabelais, Québec, G1H 4L3

Date limite d'inscription : 5 octobre

Inscription

Journée internationale des Hommes

18 novembre 2022

Nom : _____

Téléphone : _____

Courriel : _____

Coût :

15 \$ (membre)

30 \$ (non-membre)

Faire votre chèque à l'ordre de *Charlesbourg 03-E*

Complétez et le faire parvenir à :

Marie Rancourt 4163 rue d'Estrées, Québec, G2A-3R4

Date limite d'inscription : 10 novembre