

# AREQ CSQ

Janvier 2025

COMMUNICAREQ

AREQ CHARLESBOURG 03E

- Le babillard.....2
- Mot de la présidente.....3
- Mot du président régional .....4
- Retour sur le Banquet de Noël .....5
- Nouveaux membres .....6
- Visite de la bibliothèque Gabrielle-Roy 7
- Journée internationale des femmes...8
- La cabane à sucre .....9
- Journée de la Terre.....10
- Assemblée générale sectorielle .....11
- Visite au Parlement & Parlons Voyage 12
- Assemblée générale régionale .....13
- Le dîner des Sages .....14
- Portrait d'un membre .....15
- Vélos .....16
- Jeu questionnaire .....17
- Pages littéraires .....18-19
- Etonie Hiver .....20
- Conférence sur l'histoire du tramway 21
- Décès.....22
- Concours d'écriture .....23
- Numéros importants .....24
- Devenir membre.....25
- Coupons - Réponses .....26-27



## Le babillard

### AGENDA

#### JANVIER

- 16 janv. Conférence Jean-François Caron.  
27 janv. Début des rencontres du Club littéraire.

#### FÉVRIER

- 26 fév. Visite de la bibliothèque Gabrielle-Roy et des archives de la ville de Québec.

#### MARS

- 7 mars Journée internationale des droits des femmes.  
28 mars Sortie à la cabane à sucre.

#### AVRIL

- 22 avril Jour de la Terre.  
30 avril Conférence — l'histoire du tramway à Québec.

#### MAI

- 6 mai Début de la saison de vélo.  
7 mai Visite du Parlement.  
22 mai Assemblée générale sectorielle.  
27 mai Assemblée générale régionale.

### Membres recherchés

L'AREQ, doit maintenir à jour les coordonnées de ses membres. Toutefois, certains membres, restent impossible à rejoindre, même après plusieurs tentatives par téléphone, par courrier et par courriel. Conséquemment, ces membres, bien qu'ils paient leur cotisation, ne bénéficient pas des services offerts par l'AREQ. Nous sollicitons donc votre aide pour localiser ces membres. Si vous connaissez quelqu'un parmi cette liste veuillez aviser Marie Rancourt par courriel [rancourt.marie@gmail.com](mailto:rancourt.marie@gmail.com) ou par téléphone 418 571-9554.

Rita Alain,	Carole Gagnon,
Denise Allard,	Denise Lajoie,
Ronald Arsenault,	Ginette L'Italien,
Claire Beaulieu,	Jocelyn Morneau,
Claudette Bolduc,	Dominique Plamondon,
Jean-Guy Boudreau,	Denise Pothier,
Marie-Hélène Caron,	Diane Pronovost,
Diane Clavet,	Yvonne Pruneau,
André Cliche,	Pierre Robitaille,
Line Cloutier	Robert Rousseau,
Nicole Cloutier,	Marcel St-Hilaire,
Monique Dorion,	Gabrielle Villeneuve,
Carolle Gagné,	Charlotte Vuillaume-Barthelet

Merci de votre collaboration.

## Merci!

à toutes les personnes qui ont contribué à la réalisation de ce journal:

Robert Bédard, Gabriel Blouin, Michel Châtelain, Nicole Chamberland, Odette Desharnais, André Gagnon, Nicole Leblanc (notre correctrice), Lise Paradis, Hélène Proulx, Marie Rancourt, Lisette Thériault et bien sûr notre éditeur Raynald Grégoire.

**Bonne lecture !**

### Communicareq en ligne

Vous pouvez faire un geste pour l'environnement en lisant le bulletin Communicareq en ligne. Si cette façon de faire vous intéresse vous n'avez qu'à envoyer un courriel à [rancourt.marie@gmail.com](mailto:rancourt.marie@gmail.com).

En réduisant le nombre de bulletins imprimés et postés, le secteur peut faire des économies et vous n'avez pas à subir les retards de Postes Canada.

## Mot de la présidente

La scène me revient en tête : c'est le 24 décembre. Je suis dans mon lit, avec ma sœur. J'entends le bruit des casseroles dans la cuisine, les déplacements de ma mère qui travaille à la préparation du repas que nous dégusterons au réveillon. Difficile de s'endormir dans cette atmosphère. Quand mon père revenait de la messe de minuit, on nous réveillait pour se rendre au salon. Je m'émerveillais devant le sapin magnifique qui était apparu durant la nuit. Je n'étais que fascination, ravissement, enchantement.

Cette année, j'ai pu voir ces émotions chez ma petite fille qui vivait, à 18 mois, son premier Noël. Quel bonheur de voir cet émerveillement dans ses yeux.

Ce long préambule n'est pas uniquement pour vous parler de la nostalgie du temps des fêtes, qui nous reprend chaque année. Mais aussi une façon de vous inviter à regarder autour de vous pour retrouver une part de cet émerveillement, dans les petites choses de la vie ou dans les rencontres fortuites.

À l'AREQ Charlesbourg, les membres de votre Conseil sectoriel ont à cœur de vous faire vivre des moments enrichissants et fascinants. Comme vous le verrez dans ce journal, l'année 2025 s'annonce bien remplie. Pas moins d'une dizaine d'activités vous sont offertes : sorties culturelles, conférences, journées thématiques, assemblées générales. Tout a été préparé pour vous permettre de vivre des moments d'enthousiasme, d'apprentissage et d'étonnement. C'est ce qui nous permet de rester bien vivants.

Je vous souhaite une année 2025 remplie d'énergie positive, du bonheur, des réalisations et bien sûr, la précieuse santé.



*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 dépendance, comme le jeu, l'alcool et les drogues. Vous pouvez venir porter ces objets au:

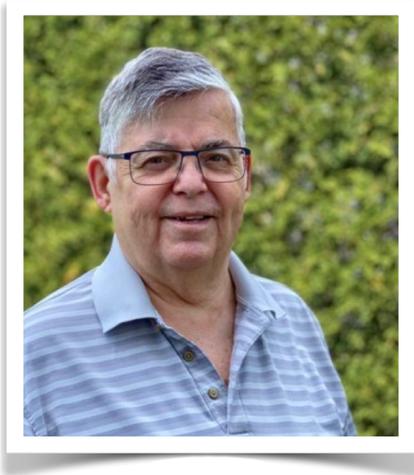
1595, chemin de la Canardière,  
Québec G1L 2C8.

Si vous avez plusieurs boîtes, vous n'avez qu'à appeler au 418-948-3287. Nous pourrions aller les prendre chez vous.

Merci de nous aider

Marcel Allaire, bénévole

## Mot du président régional



Après avoir passé du bon temps avec la famille et les amis, les mois suivant la période des fêtes peuvent parfois sembler un peu calmes. C'est le moment idéal pour participer aux activités de l'AREQ et l'occasion de rencontrer des collègues de travail ou de nouvelles personnes partageant les mêmes valeurs que nous. Ces événements sont l'occasion de s'informer, de se mobiliser, d'élargir notre compréhension des enjeux actuels et s'engager dans des actions concrètes.

Au cours des prochains mois, des événements régionaux seront organisés : la Journée internationale des droits des femmes, le Jour de la Terre et l'Assemblée générale annuelle qui permettra de faire le bilan des actions et de planifier la suite. Ces activités rassemblent souvent des experts, des militants et des bénévoles, tous unis par le désir d'apporter un changement positif. Elles pourraient aussi vous donner l'envie de vous impliquer dans

votre association. Le retour au bénévolat, après les fêtes, n'est pas seulement une façon d'occuper son temps libre, mais surtout une chance de faire une différence tangible dans le monde qui nous entoure.

Informez-vous des dates et lieux de ces événements. Votre présence et votre participation sont essentielles pour que l'AREQ continue de prospérer et de grandir. Je souhaite que nous puissions relever les défis de cette nouvelle année avec passion et détermination.

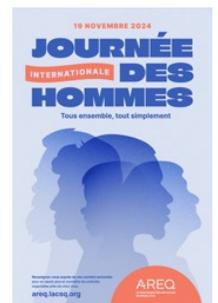
Réjean Lemelin

## Retour sur la journée des hommes 2024

Sous le thème *Tous ensemble tout simplement*, nous avons assisté à deux conférences. D'abord, Jean-Noël Laprise nous a livré un témoignage inspirant sur son cheminement personnel depuis la perte de ses deux parents à un très jeune âge. Un bel exemple de courage et de détermination, malgré les obstacles auxquels il a fait face. Voici trois extraits de son message :

- Soyons reconnaissants de toutes les richesses intérieures que nous possédons.
- Il y a de l'aide disponible pour les hommes âgés qui se sentent mal dans leur peau et vulnérables.
- C'est important de réussir dans la vie, mais surtout de réussir **SA** vie.

Ensuite, Madame Geneviève Léveillé a présenté l'histoire de la maison Michel Sarrazin, un endroit d'apaisement, de sérénité où 350 bénévoles aident le personnel médical à soigner les malades, en prenant également soin des proches. Elle nous a aussi présenté des photos de la nouvelle aile de l'édifice qui pourra ainsi accueillir plus de malades. Après la conférence, des personnes ont témoigné du grand dévouement et de la générosité des membres du personnel œuvrant dans cette institution reconnue mondialement. Il existe aujourd'hui 40 maisons sur le modèle de Michel Sarrazin au Québec.



André Gagnon, Comité des hommes

## Le souper de Noël

Que de belles dames et de beaux messieurs qui arrivent avec de grands sourires. J'ai apporté des crampons au cas où ce serait glissant afin d'aider un peu tout le monde. L'entrée du Manoir Montmorency a été déplacée compte tenu des travaux de rénovation.

À l'entrée, les 91 personnes inscrites sont accueillies par Michel et Odette. Les 75 à 85 ans sont les plus représentés. Les 75 ans et moins sont peu nombreux. Je me sens jeune tout à coup. À l'étage, on retrouve l'organisation des tables.

Quel plaisir de revoir Gaétan Matte, Robert Bédard, Michel Caron, Nicole Leblanc, Denyse Paquet, Céline Tanguay (mon amour !), Lise Villeneuve, Nicole Gendron, Nicole Chamberland, Gervais Soucy et bien d'autres.

Quelques-uns passent par le bar pour se procurer un apéro : bière, vin ou autre. J'en profite pour prendre une bière, la même que le Père Noël, Gaétan Matte. Une bière ambrée de la brasserie l'Esprit de Clocher de Neuville. Très bonne !



Quatre nouveaux membres sont présents. Deux étaient à ma table. Que du bonheur de jaser avec ces personnes.



Je fais le tour des tables pour prendre les photos. Je jase avec Lisette Thériault. Elle me parle de sa fille dont elle est si fière. Content de renouer avec celle qui a été ma spécialiste en musique pendant quelques années.

Quel beau menu ! Voici les plats principaux : Poitrine de volaille manchon rôtie avec sa garniture de courge musquée; enroulés d'aubergines grillées au fondant de fromage végétal et le 3<sup>e</sup> choix, aiguillettes de filet d'épaule de bœuf. Miam ! La bûche à partager pour le dessert a été appréciée de tous.

On termine la soirée avec les tirages de cadeaux. Plusieurs de ceux-ci sont des œuvres d'artisans et d'artistes ayant participé à notre dernière AGS.

Vous pourrez voir toutes les photos à l'adresse :

<https://photos.app.goo.gl/qgDNhBCEQDj9Tv5G9>



Gabriel Blouin

## Accueil des nouveaux



Le 28 novembre dernier, le Conseil sectoriel recevait ses nouveaux retraités pour un dîner au restaurant Pacini de Lebourneuf. Nous avons pu connaître huit personnes dynamiques et enthousiastes, heureuses de débiter cette période intense de leur vie. Vous les verrez sûrement dans nos prochaines activités. Il me fait plaisir de vous les présenter : Marc Gagnon, Nathalie Bédard, Claudine Pelletier, Nicole Allard, Christine Lepage, Hélène Garon, Marie-Josée Lacasse et Gaétan Dionne.



L'AREQ vous offre des services de consultations juridiques gratuits grâce à une entente avec NOVUM. Ces consultations couvrent toutes les questions d'ordre personnel :

- Droit familial : séparation divorce...
- Droit civil : garantie légale, contrat de vente auto et habitation, bail en résidence, faillite...
- Droit de l'immigration

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

Il vous suffit de communiquer par courriel à [novumlegal.ca](mailto:novumlegal.ca) ou par téléphone à 1 844745-4714

# Visite à la bibliothèque Gabrielle Roy et des archives de la ville de Québec



Quand? Mercredi 26 février 2025

Où? Bibliothèque Gabrielle-Roy, 350 rue St-Joseph E

La nouvelle bibliothèque Gabrielle-Roy est une des plus belles bibliothèques au Canada. Des travaux d'envergure l'ont métamorphosée. Plus lumineuse, elle a été agrandie de 25 % de sa capacité et atteint désormais une superficie de 10 500 mètres carrés. À la collection de près de 200,000 documents s'ajoute une collection d'objets que les abonnés peuvent emprunter. Parmi ceux-ci, des instruments de musique, des œuvres d'art, des télescopes ou des jeux et des jouets pour les plus jeunes. Ne manquez pas cette occasion de découvrir ce véritable carrefour de connaissances, de loisirs et de médiation.

## HORAIRE DE LA JOURNÉE

**13 h 15** Visite guidée (15 personnes par groupe, possibilité de 2 groupes)

**14 h 30** Visite accompagnée des Archives de la ville de Québec (45 minutes).

**À propos des archives :** La *Division de la gestion des documents et des archives* conserve plusieurs millions de pages et de documents historiques couvrant les XIX<sup>e</sup> et XX<sup>e</sup> représentant un trésor inestimable. Elle est aussi responsable de la gestion des documents administratifs de la Ville de Québec, qui font une dizaine de kilomètres linéaires. Les archives historiques sont consultées par une clientèle diversifiée. Créée dans cette optique, la *Division de la gestion des documents et des archives* vous convie à un voyage dans le temps où, au gré des escales, vous pourrez découvrir divers volets de l'histoire de la ville de Québec.

**Coût** Membres : 10 \$ et non-membres : 20 \$

**Transport** Si nous avons 30 inscriptions, nous offrirons le service d'autobus.

Départ du Home Dépôt Lebourneuf à 12 h30

Sinon, un covoiturage sera organisé à partir du même endroit.

Cette sortie culturelle ne manquera pas de vous impressionner. On vous y attend.

**S'inscrire à l'aide du coupon-réponse.**

**Date limite d'inscription: mercredi, 19 février 2025**

# Journée internationale des femmes

**Vendredi le 7 mars 2025, vous êtes toutes et tous invités à souligner la journée internationale des droits des femmes qui se tiendra à l'Hôtel Québec, 3115 av. des Hôtels à Québec, G1W-3Z6.**

**Accueil à partir de 8 h 30**

**9 h 30 Conférence : *L'égalité entre les femmes et les hommes : Regard sur 50 ans d'évolution au Québec.***

Le Conseil du statut de la femme (CSF) est créé en 1973, avec pour mission de « donner son avis au ministre sur toute question que celui-ci lui soumet relativement aux sujets qui concernent l'égalité et le respect des droits et du statut de la femme ». Cinq ans plus tard, il rend public un avis intitulé *Pour les Québécoises : égalité et indépendance*, dans lequel il fait le point sur la condition des femmes au Québec et formule plus de 300 recommandations au gouvernement en vue de favoriser l'égalité entre les sexes. En 2023, à l'occasion du 50<sup>e</sup> anniversaire de sa création, le CSF revisitait le portrait de situation brossé en 1978 dans son bilan *L'égalité entre les femmes et les hommes : Regard sur 50 ans d'évolution au Québec*. Lors de cette conférence, la présidente du CSF, Me Louise Cordeau, C. Q., discutera des avancées des Québécoises depuis 50 ans et de leurs préoccupations actuelles, appuyant son analyse sur cet ouvrage.



**10 h 45 Pause**

**11 h 00 Conférence : *Les 50 ans du Comité d'actions féministes CSQ.***

Depuis les années 70, les luttes féministes et syndicales ont contribué à l'amélioration des conditions de vie et de travail des femmes au Québec. Qu'il s'agisse du congé parental, du droit à l'avortement ou de l'équité salariale, les luttes féministes ont permis de tendre vers une plus grande égalité entre les femmes et les hommes. Lors de cette conférence, Julie Pinel, conseillère à l'action féministe à la Centrale des syndicats du Québec (CSQ) depuis 2018, vous propose de revisiter ces luttes par le biais de l'histoire du comité et du réseau d'action féministe de la CSQ.



**12 h 15 Dîner**

**13 h 30 Conte-musical *Le coquillage : Histoires de femmes à l'ouvrage* par Mélanie Demers et Liette Remon**

Inspiré d'un conte breton datant de l'an mille, *Le Coquillage Histoires de femmes à l'ouvrage* est l'histoire des femmes et du textile à travers les époques. Dans son décor feutré et en plusieurs tableaux, Yolaine vous raconte les préoccupations de son temps en histoires et en musique. Des chansons de toile médiévales, paillardes, rap, en passant par celles à répondre, voici un hommage fait à ces dames qui ont cousu, brodé et tissé notre histoire de leurs deux mains. Cette création d'une richesse littéraire et musicale saura vous émouvoir et vous surprendre.



**S'inscrire à l'aide du coupon-réponse.  
Date limite d'inscription: 25 février 2025**

# Sortie à la cabane à sucre

**Le 28 mars 2025**

## **Sortie à la Sucrierie Blouin Saint-Jean, Île d'Orléans**

Située sur le bord du fleuve St-Laurent et dans l'érablière même, nous vous offrons une partie de sucre inoubliable dans un décor enchanteur!



### **Les activités sur place**

- En plus de votre **repas du temps des sucres** à volonté, plusieurs **d'activités** sont offertes :
- Balade en traîneau, tiré par des chevaux, à l'ancienne
- Promenade dans les sentiers pédestres de l'érablière
- Entaillage à la chaudière
- Visite et explication de la production
- Tire sur la neige
- Visite à notre boutique pour rapporter chez vous des mets savoureux.



**Coût de l'inscription :** 35\$ pour les membres  
45\$ pour les non-membres.

**Départ** à 10 heures, en autobus, du stationnement Home Dépôt Lebourgneuf. 300 rue Bouvier.  
Retour prévu à 14 h 15.



**S'inscrire à l'aide du coupon-réponse.  
Date limite d'inscription: 15 mars 2025**

# En avant, pour le Jour de la Terre

**Mardi, 22 avril 2025**

**Hôtel Québec,  
3115 Avenue des Hôtels,  
Québec, QC  
Débute à 9 h00**

**9 h 00**     **Inscription**

**9 h 45**     **Mot de bienvenue.**

**10 h 00**     **Conférence de Mme Johanne Elsener: *De l'air pur pour notre santé.***

Médecin vétérinaire, Johanne Elsener est membre de l'Association québécoise des médecins pour l'environnement (AQME), fondée en 1993. Elle viendra nous parler de la pollution de l'air qui a fait les manchettes plusieurs fois au Québec au cours des dernières années : nickel dans la basse-ville de Québec, arsenic à Rouyn-Noranda, particules fines à Arvida, panache toxique des polluants atmosphériques émis par les autoroutes urbaines, fumée des feux de forêt, émission des poêles à bois. Selon la dernière étude de Santé Canada, la pollution atmosphérique est responsable de 4 200 décès prématurés par année au Québec, soit l'équivalent de la COVID en 2021. Qui affecte-t-elle? Que cause-t-elle comme pathologie? D'où proviennent les émissions de polluants atmosphériques? Où et à quel moment sommes-nous les plus exposés? Cette conférence répond à ces questions mais propose aussi des solutions individuelles et collectives en démontrant leur rentabilité économique. Elle insiste sur l'urgence d'agir pour que le gouvernement provincial adopte une *Politique nationale de l'air* que promis en 2012.



**10 h 45**     **Pause**

**11 h 10**     **Échanges, conclusion et remerciements**

**11 h 45**     **Dîner sur place**

**13 h 00**     **Conférence de M. Serge Lepage: *Les changements climatiques, comment s'y retrouver?***

À l'aide d'illustrations, de graphiques et d'images vidéo, Serge Lepage explique l'évolution du climat, l'évolution naturelle, d'une part, et les changements climatiques causés par les activités humaines, d'autre part. Il répond à des questions que l'on se pose tous : Qu'est-ce que l'effet de serre? Quels sont les facteurs dominants qui influencent l'évolution du climat? Quelles sont les conséquences des changements rapides qui sont observés depuis plusieurs décennies? Comment s'adapter à de tels changements? Quelles sont les avancées technologiques en matière d'énergie renouvelable et de lutte aux changements climatiques? Que donnent les actions entreprises par les différentes nations? Que réserve l'avenir aux générations futures? Que peuvent *faire les citoyens pour aider la situation*?



**S'inscrire à l'aide du coupon-réponse.  
Date limite d'inscription: 14 avril 2025**

# Assemblée générale sectorielle — Convocation

Votre Conseil sectoriel vous invite à son Assemblée générale annuelle, dans une formule « 3 à 7 » à l'Hôtel Double Tree, 7900 Rue Du Marigot, Québec G1G 6T8

## L'horaire est le suivant :

- 15 h 00 Accueil et inscriptions
- 15 h 30 Assemblée générale
- 17 h 00 Remise des prix de présence
- 18 h 00 Coquetel dinatoire accompagné d'une vente de livres usagés, à laquelle s'ajoute cette année une vente de casse-têtes, au profit de la Fondation Laure Gaudreault et d'une projection de photos de nos activités.

Inscription par courriel auprès de Marie Rancourt, [rancourt.marie@gmail.com](mailto:rancourt.marie@gmail.com) en indiquant votre numéro de membre.

*Marie Rancourt, présidente*

### Ordre du jour

1. Mot de bienvenue et ouverture
2. Lecture et adoption de l'ordre du jour
3. Lecture et adoption du procès-verbal de l'AGS du 22 mai 2024
4. Rapport de la présidente et des responsables de comités
5. Périodes de questions
6. Rapport de la trésorière :
  - a. Présentation des États financiers 2024-25
  - b. Présentation et adoption des prévisions budgétaires 2024-25
  - c. Nominations des signataires des états financiers
7. Élections
8. État de réalisation du Plan d'action triennal
9. Mot du président régional
10. Questions diverses
11. Levée de l'assemblée

## IMPORTANT

**Votre contribution c'est d'apporter des livres usagés et des casse-têtes usagés qui s'ennuient chez vous et qui pourraient plaire à un autre membre. Vous pouvez en apporter autant que vous désirez. Les livres seront mis en vente à un faible coût. L'argent amassé ira entièrement à la FLG.**

## Visite du Parlement et dîner au Parlementaire



Mercredi le 7 mai, vous êtes invités à venir visiter la maison du peuple. La visite guidée débutera à 10 h 15. **TRÈS IMPORTANT** : Vous devez prévoir votre arrivée 30 minutes avant l'heure de notre réservation, donc 9 h 45, afin de passer à l'enregistrement et à la détection de la sécurité. Veuillez noter que chaque personne doit **OBLIGATOIREMENT** présenter une pièce d'identité avec photo.

À 11 h 30 nous nous dirigerons vers le restaurant Le Parlementaire. Un menu de groupe (potage, plat principal, dessert et café, thé ou infusion) vous sera offert. Les deux choix pour le plat principal vous seront envoyés **APRÈS** votre inscription.

**Coût** : Membres : 35 \$ ; Non-membres : 45 \$

**Transport** : Si nous avons 40 inscriptions, nous offrirons le service d'autobus.

Départ du Home Dépôt Lebourneuf à 12 h30. Sinon, un covoiturage sera organisé à partir du même endroit.

Inscription auprès de Odette Desharnais — Voir Coupon-réponse

**Date limite d'inscription : mercredi 2 avril 2025**

Parlons Voyage



### Vietnam/Cambodge/Thaïlande

du 13 avril au 6 mai 2025

Départ garanti — Places encore disponibles

(Maximum 22 personnes)

J'accompagnerai ce voyage. Vos amis sont également les bienvenus

Information disponible sur demande

auprès de Nicole Chamberland

[ncchamberland@gmail.com](mailto:ncchamberland@gmail.com)

418 254 6298



# Assemblée générale régionale

Les membres de l'AREQ Région Québec–Chaudière-Appalaches sont convoqués à l'Assemblée générale régionale de l'Association qui aura lieu à

**l'Hôtel Québec,  
3115, Avenue des Hôtels  
Québec G1W 3Z6,  
mardi, 27 mai 2025.**

## **SVP Apportez votre carte de membre**

**Accueil: 9 h 00**

**Assemblée générale régionale: 9 h 30**

### **ORDRE DU JOUR**

1. Ouverture et mot de bienvenue
2. Nomination de la présidence d'assemblée
3. Présentation et adoption de l'ordre du jour de la 35<sup>e</sup> Assemblée générale A2425-AGR-OJ-01
4. Présentation et adoption du procès-verbal de la 34<sup>e</sup> Assemblée générale A2324-AGR-PV-01
5. Réception du rapport de la présidence et des rapports des responsables de comités régionaux
6. Rapport de la trésorière
  - 6.1 Présentation et réception du rapport financier régional 2023-2024
  - 6.2 Présentation et adoption du rapport régional 2024-2025 (au 30 avril 2025)
7. Nomination des personnes scrutatrices (art.18.04)
8. Élections (s'il y a lieu art 14.02 a et b)
9. État de réalisation et adoption du plan d'action régional (art.15.02c)
10. Présentation et mot de la trésorière de l'AREQ (CSQ) et représentante politique de notre région
11. Présentation des artistes et remise de participation
12. Prix de présence
13. Levée de l'assemblée

*Huguelte Lamontagne*  
secrétaire

*Réjean Lemelin*  
président

**S'inscrire par courriel auprès de Marie Rancourt. ([rancourt.marie@gmail.com](mailto:rancourt.marie@gmail.com))  
S.V.P. Indiquez votre numéro de membre**

## Dîner des Sages

Vendredi 22 novembre dernier, les membres de 90 ans et plus ont été invités, par le Conseil sectoriel, à un dîner spécial, à l'Hôtel-Musée de Wendake, pour souligner le 40<sup>e</sup> anniversaire de l'AREQ Charlesbourg.



Huit membres se sont présentés. Mise à part Ginette Legault, ils étaient tous accompagnés de leur conjointe, d'une amie, de leur fille ou leur sœur. Certains ont même profité d'un chauffeur particulier pour leur permettre d'assister à ce dîner. Parmi les participants, il y avait une ancienne présidente, Lucy Hickey et le créateur de notre Communicareq, Marcel Dupont. Thérèse Côté, Brigitte Tremblay, Marie Joseph Tremblay, Claude St-Hilaire et le bout en train Rosaire Tremblay complétaient le groupe. Ils étaient tous très heureux de revoir des collègues de l'enseignement.



En arrivant chaque membre recevait une boutonnière de la présidente. Dans la salle à manger, chaque personne s'est présentée en précisant son parcours professionnel. Elles nous ont parlé de la Régionale Jean-Talon ou la Commission scolaire de Charlesbourg comme on les appelait dans le temps. Que ce soit comme professionnel ou comme enseignant au primaire ou au secondaire, la majorité garde des bons souvenirs de leur carrière.

Quel plaisir de voir ces aînés encore alertes et actifs nous livrer des moments de leur vie, nous parler de leurs valeurs et leurs principes, échanger sur leur nouveau lieu de résidence et sur leurs inquiétudes face aux divers conflits dans le monde.



Un très bon repas en belle compagnie, avec des personnes reconnaissantes de cette pensée pour eux.



## Portrait d'un membre: *Lisette Thériault, jardinière et musicienne accomplie.*



En septembre dernier, j'ai eu le plaisir d'être accueillie par Lisette, chez elle, à Val-Bélair. C'est en 1976, qu'elle commence à enseigner la musique dans les écoles primaire situées au nord de notre territoire. Les écoles La Passerelle, l'Arc-en-ciel, l'Escalade et Montagnac ont bénéficié de ses talents. Dans cette tâche, elle découvre des talents certains chez ses élèves. Ce qui l'a touché le plus, c'est la réalité des enfants en difficulté d'apprentissage, mais tout à fait performants en musique (chant et instrument) où ils ont pu développer leur estime de soi. Passionnée d'enseignement, elle me partage sa croyance : « Le plus important, c'est d'aimer les enfants et de croire en leurs talents ! »

J'étais chez Lisette avant tout pour admirer le grand jardin qu'elle entretient, mais notre discussion a d'abord porté sur son incroyable parcours. Elle m'a confié que, toute petite, elle savait déjà qu'elle s'orienterait vers la musique. Cependant, ses conditions familiales ne lui permettaient pas d'actualiser ce rêve. Femme déterminée et persévérante, elle quitte son Kamouraska natal en 1970 pour venir étudier à l'École de musique de Québec. Elle poursuivra ensuite au Baccalauréat pendant trois ans. L'instrument choisi est l'orgue. Pour subvenir à ses besoins, elle travaille pendant l'été au Camp musical de St-Alexandre, à la direction des chorales. Pendant le reste de l'année, elle est chef de chœur à l'église St-Dominique, à Québec.

Lors de son passage à l'École de musique, elle fait partie du Chœur polyphonique, dirigé par Chantal Masson. Un jour, cette dernière pose la question : « Qui d'entre vous aimerait faire partie du Chœur symphonique de l'Orchestre symphonique ? » Lisette est la seule à lever la main et à manifester son enthousiasme. Cinquante-trois ans plus tard, elle y chante toujours. Elle est la talentueuse doyenne, pas en âge mais en fidélité. Douée d'une oreille et d'une voix rare de soprano colorature, elle poursuit son implication à raison de deux concerts classiques par année en plus du concert de Noël. À travers le temps, l'ensemble a exécuté des œuvres incontournables de Haendel, Brahms, Mozart, Verdi et bien d'autres. Cet art nécessite la maîtrise de la lecture musicale mais aussi de l'italien et de l'allemand.

Revenons au premier objet de ma visite : le jardin magnifique qu'elle a élaboré joutant sa résidence et débordant sur un terrain appartenant à la municipalité. Un boisé avec des sentiers est embelli de plantes, de superbes fleurs et de vitraux réalisés par son mari, un autre artiste. Des pergolas et un kiosque lui permettent de se réfugier pour lire ou réfléchir. Un peu partout, il y a des traces des petits-enfants, maintenant devenus grands : roches colorées, petits personnages, messages.

Je considère avoir rencontré une personne exceptionnelle qui a su exploiter ses talents. Musique et jardin, voilà de quoi nourrir une belle retraite.

Merci Lisette pour ta grande générosité. La musique te porte, je te souhaite de chanter encore longtemps !



*Hélène Proulx*

# Activité Vélo

## Coup d'œil sur l'année 2024

La saison 2024 comprenait 21 sorties, de mai à 24 septembre. Dans les faits, nous avons roulé 19 fois car 2 sorties ont été annulées en raison de la pluie. Température aidant, nous avons roulé une 20<sup>e</sup> fois, le 1<sup>er</sup> octobre. Nous étions 16 participants. Nous avons parcouru 4862 kilomètres au total. La vitesse moyenne du groupe se situe entre 15 et 18 km/heure. La majorité du temps, nous roulions sur des pistes ou des bandes cyclables. La saison s'est terminée par un souper au restaurant le Grand Bourg. À cette occasion, les participants ont reçu des cartes-cadeaux en fonction de leur assiduité. Cette activité est ouverte à toutes et tous et surtout il n'y a AUCUN FRAIS pour y participer. À la prochaine saison.

### Horaire et itinéraires pour le début de saison 2025

	DATE	HEURE	PARCOURS	Km
MAI	6	10 h 00	Maxi • À déterminer	20
	13	10 h00	Maxi • À déterminer	20
	20	10 h 00	Maxi • À déterminer	25
	27	10 h 00	Maxi • À déterminer	25
JUIN	3	9 h 30	Maxi • CC • DM • BB (retour vers DM) • CC ou 8e avenue	25
	10	9 h 30	Maxi • CC • PL • RSC • VP • NDG	25
	17	9 h 30	Maxi • CC • PL • CM	25
	24	9 h 30	Maxi • CC • Vers Boul. Henri IV (Val-Bélair)	30
JUILLET	1	9 h 30	Maxi • Les deux rives de la riv. St-Charles • VP • NDG • DM	32
	8	9 h 30	Maxi • Hydro • PLB • SJ (Secteur) • BPL • RSC • VP • NDG • A	40
	15	9 h 30	Maxi • CC • Piste du littoral Petit Pré (au Vieux Moulin)	47
	22	8 h 45	Maxi • CC • Traverse Lauzon vers St-Henri par la passerelle (côté Est)	30
	29	9 h 30	Maxi • CC • Hydro • Morille • PRB • PLB • SJ • MO •Foucault • PT • BPASF • PT • FC • SS • RJ • Verdun • RSC	35

A	Aquarium de Québec	DM	Domaine Maizerets	PRB	Piste Robert Bourassa
BB	Baie de Beauport	NDG	N.-D. de la Garde	RSC	Rivière St-Charles
BC	Boischatel	PB	Piste Beauportois	SJ	St-Jacques
BPL	Boul. Père Lelièvre	PBR	Piste Bourg-Royal	VQc	Vieux-Québec
CC	Corridor des Cheminots	PL	Piste du Littoral	VP	Vieux Port
CM	Chute Montmorency	PLB	Piste Lebourgneuf		

**Robert Bédard**      tél.: 418-626-3673      cell.: 418-264-6851      courriel: reeroo@hotmail.ca

**Michel Pilon**      tél.: 418-353-4117      courriel: [michelpilon212@gmail.com](mailto:michelpilon212@gmail.com)



## Jeu-questionnaire 40<sup>e</sup> anniversaire

AREQ Charlesbourg • 03E

1. Quel est l'instigateur et le fondateur de l'AREQ Charlesbourg ?  
A) Marcel Dupont                      B) André Gagnon                      C) Laurent Perrier
2. Quelle est la date de naissance officielle de l'AREQ Charlesbourg ?  
A) 4 novembre 1984                      B) 10 juin 1984                      C) 1<sup>er</sup> janvier 1984
3. Lucy Hickey a été la 1<sup>re</sup> femme présidente de l'AREQ Charlesbourg. Durant quelles années a-t-elle occupé ce poste ?  
A) De 1988 à 1994                      B) De 1990 à 1996                      C) De 1998 à 2004
4. Qui a édité le premier journal COMMUNICAREQ ?  
A) Denis Arsenault                      B) Marcel Dupont                      C) Raynald Grégoire
5. Parmi ces deux personnes, qui a été président de l'AREQ Charlesbourg ?  
A) Jean-Claude Barrette                      B) Gilles Martin                      C) Les deux personnes
6. Combien de membres comptait l'AREQ Charlesbourg en 2008 ?  
A) 900 membres                      B) 1000 membres                      C) 1500 membres
7. Qui a été à l'origine des randonnées cyclistes ?  
A) Louis Garneau                      B) Jean Laforest                      C) Yvon Desrosiers
8. Qui est la personne qui était en charge le comité Environnement avant Sylvie Tremblay ?  
A) Gaétan Matte                      B) Jean-Louis Hellstroffer                      C) Gervais Soucy
9. Qui sont les trois personnes qui se sont occupées de la chaîne téléphonique pendant des années ?  
A) Monique Chabot, Fernande Fortier, Lucy Hickey  
B) Monique Chabot, Micheline Villeneuve, Monique Kirouac  
C) Claudette Lortie, Hélène Jacques, Édith Vachon



Pour ceux et celles qui étaient au Brunch des Retrouvailles, vous connaissez les réponses.  
Pour les autres, vous trouverez celles-ci à la page 27.

Merci d'avoir joué avec nous

Merci à tous nos collaborateurs

## Lire, un plaisir qui se partage...

Si vous avez le goût de partager dans le plaisir vos passionnantes découvertes littéraires, vous êtes cordialement invité.e.s à rejoindre notre club littéraire.

Dates: Les 27 janvier, 24 février, 31 mars, 28 avril, 26 mai.

Heure: 13 h

Endroit : Local des fermières, Centre Pierre-Garon,  
7985, 1ère avenue.

Stationnement: Derrière le local.

Les membres vous suggèrent plusieurs lectures intéressantes:

**Ces esprits qui dorment dans les semences: Ma grand-mère disait**, *Boucar Diouf*, 285 p.

Tour du monde des végétaux qui nous ont envoûtés. De l'histoire, de la science, de la mythologie.

**Leçons de chimie; la brillante destinée d'Élizabeth Zott**, *Bonnie Garmus*, 587 p.

Une chimiste devient la vedette d'une émission de télévision. Un livre féministe, drôle et même instructif.

**La ricaneuse**, *Éric Dupont*, 452 p.

Un formidable et inquiétant voyage dans le temps. Saga familiale, anecdotes historiques, cocasseries, plaisir.

**La part de l'océan**, *Dominique Fortier*, 322 p.

L'auteure entremêle la vie de deux célèbres écrivains américains avec la sienne. Une histoire qui en cache une autre. Sensible et brillant.

**L'Hôtel Nantucket**, *Elin Hilderbrand*, 416 p.

Y a-t-il un fantôme? Oui! Il est même très intéressé par les personnages de l'Hôtel. Une lecture de bord de mer ou piscine...

**La femme Papillon**, *Jean-Louis Blanchard*, 352 p.

Qui est le chef de l'Ordre des Monarques? Cherchez l'erreur! Roman policier, gagnant du prix St-Pacôme 2024.

**Dix jours**, *Marie Laberge*, 163 p.

Les dix derniers jours d'une vie quand on choisit l'aide médicale à mourir. Réflexions, vérités, lucidité. Roman percutant, un coup de coeur.

**Trop et jamais assez : Comment ma famille a fabriqué l'homme le plus dangereux du monde**, *Mary L.Trump*, 331 p.

Biographie de Donald Trump par sa nièce. Portrait d'un menteur...

**Chartier de Lotbinière**, *Dave Noël*, 318 p.

Pour en apprendre davantage sur cet ingénieur, astronome, soldat, explorateur, etc. qui a contribué à façonner notre histoire.

**Un animal sauvage**, *Joël Dicker*, 398 p.

Un polar doublé d'un thriller captivant.

**Par la faute d'Emmèlie**, *Louise Chevrier*, 448 p.

Emmèlie fonde un pensionnat pour filles en 1820. Une tragédie survient. Elle devra faire un choix déchirant.

**Nos gloires secrètes**, *Tonino Benacquista*, 272 p.

Ces six nouvelles ont un point commun : leur vie intérieure est bien plus exaltante que leur vie quotidienne.

**Urushi**, *Aki Shimazaki*, 144 p.

Suzuko éprouve une immense tristesse de ne pas vivre aux côtés de son frère adoptif Tôru qu'elle aime d'un amour dévorant. Écriture fine et épurée.

**L'Infini dans un roseau: l'invention des livres dans l'Antiquité**, Irene Vallejo, 558 p.

Ode à l'immense pouvoir des livres. Une leçon d'histoire qui se lit comme un magnifique conte.

**La vie de ma mère**, Nathalie Petrowski, 134 p.

L'autrice nous partage sa vie avec sa mère. Plusieurs passages douloureux, mais on sent deux femmes soudées. Ce n'est pas revanchard.

**Ta langue**, David Goudreault, 208 p.

Prise de conscience et réflexion sur l'avenir du français au Québec. Douze personnes partagent leur héritage linguistique, parfois avec humour.

**La Callas et Pasolini, un amour impossible**, Briotti/Dufaux, 104 p.

Cette BD raconte l'histoire romancée de deux icônes de la scène artistique dont l'étoile a pâli.

**La bibliothèque ambulante des Appalaches**, Kim Michèle Richardson, 464 p.

Une loi votée en 1935 visait à créer des emplois pour les femmes et à distribuer des livres aux montagnards.

**La Bibliothèque de Minuit**, Matt Haig, 401 p.

Dans cette bibliothèque, Nora Seed retrouve les livres des choix de vie et surtout celui où on choisit de vivre.

**Les deux saisons du faubourg**, Mylène Gilbert Dumas, 360 p.

**Houris**, Kamel Daoud, 411 p.

Aube, une jeune Algérienne égorgée lors de la guerre civile décide de retourner dans son village natal pour questionner les morts. Troublant, émouvant.

**Promets-moi un printemps, trilogie**, Mélissa Perron, 242 p.

Une jeune femme découvre qu'elle est autiste et comprend bien des choses sur sa personnalité. Très bien écrit.

## GRANDS PRIX LITTÉRAIRES 2024

### Au Québec:

- ★ Des libraires: **La version qui n'intéresse personne**, Emmanuelle Pierrot
- ★ Bibliothèque de Québec - Salon international du livre: **Jyothi**, Elsa Simone
- ★ Robert Cliche, premier roman: **Rue Escalei**, Laura Nicolae
- ★ St-Pacôme, roman policier: **La femme papillon**, Jean-Louis Blanchard
- ★ Québec-France, Marie-Claire Blais: **Berline**, Céline Righi
- ★ Gouverneure-générale: **Lait cru**, Steve Poutré

### En France:

- ★ Goncourt: **Houris**, Kamel Daoud
- ★ Renaudot: **Jacaranda**, Gaël Faye
- ★ Médicis: **Ann d'Angleterre**, Julia Deck
- ★ Femina: **Le rêve du jaguar**, Miguel Bonnefoy
- ★ Académie française: **Le rêve du jaguar**, Miguel Bonnefoy
- ★ France- Québec: **Ce que je sais de toi**, Éric Chacour

Nobel de littérature : **Impossibles adieux**, Han Kang

Cinq continents de la francophonie : **Ce que je sais de toi**, Éric Chacour

Lise Paradis, pour le club littéraire

## Session EUTONIE — Hiver 2025

Quel bonheur de constater que la majorité des personnes inscrites à la session Automne 2024 réclame une autre session Hiver 2025.

Profitez de ce privilège que vous propose l'AREQ de Charlesbourg et venez rejoindre les personnes déjà intéressées. Offrez-vous ce cadeau d'une expérience en Eutonie afin de découvrir toutes vos ressources pour intervenir sur votre corps afin d'être plus en forme.



**Lieu:** Chalet des Loisirs Guillaume Mathieu situé au 720 Avenue de Gironde, dans l'arrondissement de Charlesbourg.

**Dates:** Du 6 février au 27 mars 2025 (8 semaines)

Les cours seront d'une durée de 1h30, soit de 9h30 à 11h00, tous les jeudis de février et de mars.

**Coût de l'inscription :** 144\$ pour les membres;  
150\$ pour les non-membres

Faites votre chèque à l'ordre de Charline Michaud. Postez-le à Nicole Chamberland en utilisant le coupon réponse. Vous pouvez confirmer votre inscription en communiquant avec Nicole Chamberland à [ncchamberland@icloud.com](mailto:ncchamberland@icloud.com) ou par téléphone avec Charline Michaud au 418 953-9711.

Au plaisir de vous accueillir

*Charline Michaud, eutoniste*

### Session d'hiver — Eutonie

du 6 février au 27 mars 2025

Nom: \_\_\_\_\_

Téléphone: \_\_\_\_\_ Courriel: \_\_\_\_\_

Invité.e: \_\_\_\_\_

Coût de l'inscription pour les membres:	membres	non-membres
	<b>144 \$</b>	<b>150 \$</b>

Faire un chèque à l'ordre de  
Charline Michaud

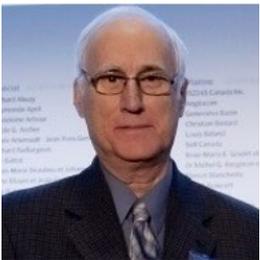
Compléter et faire parvenir à  
Nicole Chamberland  
205 — 1180 rue Moncton  
Québec, Qc, G1S 4T8

**Date limite d'inscription**  
**30 janvier 2025**

# Conférence sur l'histoire du tramway à Québec

**Mercredi le 30 avril 2025**

**Salle AGAM,  
773, boul. Louis XIV,  
Québec, QC  
Débute à 9 h00**



Monsieur Jean Breton est considéré par les gens œuvrant dans le milieu du tramway comme étant la source de connaissances la plus complète sur ce sujet. Dès son jeune âge, il fut employé de la *Compagnie du transport provincial* à Montréal, qui deviendra *Voyageur* en 1964. C'est à cette époque qu'il recueille des archives sur le tramway et les autobus, constituant ainsi une abondante collection. En 2007, il fonde la *Société d'histoire d'autobus du Québec* dont il est président.

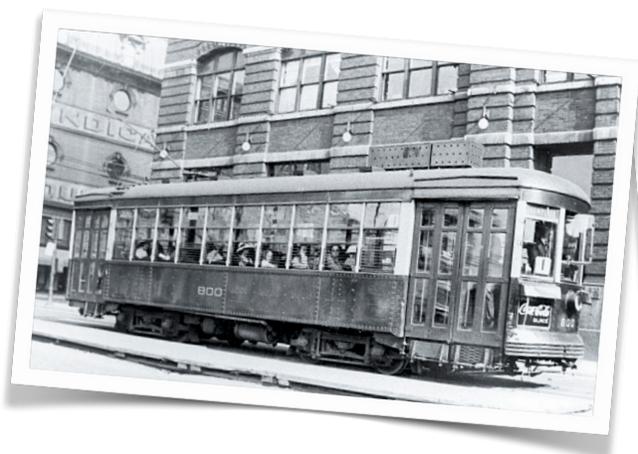
## Horaire de la journée

9 h 30 Accueil suivi d'un café, croissants et viennoiseries

10 h 00 Conférence : À l'aide d'illustrations, Monsieur Breton raconte l'histoire des anciens tramways de Québec. Elle débute en 1865 avec des tramways tirés par des chevaux. En 1897 les tramways électriques prennent la relève jusqu'à ce que les circuits couvrent toute la ville. Le remplacement des tramways par les autobus s'étendra de 1938 à Sillery jusqu'en 1948 à St-Malo.

10 h 45 Questions et commentaires

Nous vous attendons en grand nombre pour cette captivante conférence bien d'actualité.



**S'inscrire à l'aide du coupon-réponse.  
Date limite d'inscription: Vendredi, 18 avril 2025**

# Décès

*Lucienne Villeneuve*, le 11 février 2024, soeur de Micheline Villeneuve★



*Hélène Girard*★,  
le 25 juillet 2024.



*Monique Doyon-Renaud*★  
le 23 août 2024



*Jeannine Couture-Verret*★  
le 30 août 2024

*Gilles Cantin*, le 20 août 2024, conjoint de Denise Paquet★.

*Suzanne Giroux*, le 19 septembre 2024, soeur de Madeleine Giroux★.

*Marie-Paule Villeneuve*, le 7 octobre 2024, soeur de Micheline Villeneuve★.

*« Les gens ont des étoiles qui ne sont pas les mêmes...  
Quand tu regarderas le ciel, la nuit, puisque j'habiterai dans l'une d'elles,  
alors ce sera pour toi comme si riaient toutes les étoiles.  
Et quand tu seras consolé, tu seras content de m'avoir connu. »*

Antoine de Saint-Exupéry

Le Conseil sectoriel offre ses plus sincères condoléances aux familles éprouvées.  
Pour informer les membres du secteur d'un décès, contactez:

Marie Rancourt, au 418 571-9554 ou par courriel à [rancourt.marie@gmail.com](mailto:rancourt.marie@gmail.com)

Le signe ★ signifie que la personne est membre de l'AREQ Charlesbourg.  
Les photos concernent uniquement les membres,

## Concours d'écriture

### *Avoir 40 ans....*



À l'occasion du 40<sup>e</sup> anniversaire de l'AREQ Charlesbourg nous vous proposons un concours d'écriture sur le thème **Avoir 40 ans....**

À tous les membres qui ont un petit ou un grand talent d'écriture, vous êtes invités à écrire un texte, entre 50 et 150 mots, pour nous présenter ce que vous feriez ou ne feriez pas, si vous aviez, comme par magie, cet âge à nouveau.

Les textes sélectionnés seront présentés dans le prochain journal et le texte gagnant recevra un prix lors de l'Assemblée générale sectorielle, le 22 mai prochain.

Toutes et tous, osez devenir l'écrivain d'un jour.



Envoyez votre texte par courriel ou par la poste à Marie Rancourt:

[rancourt.marie@gmail.com](mailto:rancourt.marie@gmail.com)

OU 4163, rue d'Estrées, Québec, Qc, G2A 3R4

## Quilleurs et quilleuses RECHERCHÉ.E.S

La ligue de petites quilles de l'AREQ est continuellement à la recherche de joueurs et joueuses. Nous sommes un groupe de personnes, âgées de 63 à 90 ans, participant à cette activité pour le plaisir de bouger et de socialiser. Certains jouent depuis plus de 50 ans, alors que d'autres ont commencé il y a à peine 1 ou 3 ans. Pas besoin d'être un pro pour s'amuser, les moyennes vont de 90 à 180 chez les joueurs réguliers et de 70 à 136 chez les substituts.

Nous jouons toujours le mardi matin, à la salle de l'AGAM, 773, boul. Louis XIV. La saison 2024-2025 se terminera le 29 avril.

Je vous invite donc à communiquer avec moi au 418-627-4008 pour qu'on organise votre participation lors de l'un de nos prochains programmes!

Michel Chatelain, responsable

**CONSEIL SECTORIEL**

présidente	Marie Rancourt	rancourt.marie@gmail.com	418-571-9554
1 <sup>er</sup> vice-président	Michel Chatelain	chatelainm2@gmail.com	418-627-4008
2 <sup>e</sup> vice-présidence	André Gagnon	coachgagnon13@gmail.com	514-969-5751
secrétaire	Gabriel Blouin	areqcharlesbourg2016@gmail.com	418-571-5387
trésorière	Odette Desharnais	odettedes@hotmail.com	581-398-1588
1 <sup>re</sup> conseillère	Sylvie Tremblay	syltrem5@hotmail.com	418-663-4771
2 <sup>e</sup> conseillère	Hélène Proulx	heleneproulx1@videotron.ca	418-845-0049

**REPRÉSENTANT.E.S AUX COMITÉS RÉGIONAUX**

Comité des femmes	Marie Rancourt	rancourt.marie@gmail.com
Fondation Laure Gaudreault	Hélène Proulx	heleneproulx1@videotron.ca
Comité des hommes	André Gagnon	coachgagnon13@gmail.com
Comité retraite	<b>POSTE VACANT</b>	
Comité Assurances	Robert Bédard	reeroo@hotmail.ca
Comité Environnement	Sylvie Tremblay	syltrem5@hotmail.com
Comité Socio-politique	Gaétan Matte	gaetanmatte47@gmail.com

**RESPONSABLES LOCAUX**

Avis de décès	Marie Rancourt	rancourt.marie@gmail.com
Petites quilles	Michel Chatelain	chatelainm2@gmail.com
Vélo	Robert Bédard	reeroo@hotmail.ca
	Michel Pilon	metm.pilon@videotron.ca
Comité culturel	Nicole Chamberland	ncchamberland@gmail.com
Site Web	Gabriel Blouin	areqcharlesbourg2016@gmail.com
Ciné-club	Gervais Soucy	soucygervais@videotron.ca
Club littéraire	Lise Paradis	lise.par@videotron.ca
Chaîne téléphonique	Hélène Jacques	jacqueshca@yahoo.ca
	Édith Vachon	edithv@ccapcable.com
Communicareq	Raynald Grégoire	raynald.gregoire@gmail.com

**INFORMATIONS PRATIQUES**

AREQ-CSQ (national)	info@areq.lacsq.org	418-525-0611
AREQ, région 03, Réjean Lemelin, prés.	rejlemelin@gmail.com	
Retraite Québec	www.retraitequebec.gouv.qc.ca	418-643-5185
Sécurité de la vieillesse	www.hrdc.drhc.gc.ca	1-800-277-9915
RAMQ	www.ramq.gouv.qc.ca	1-800-561-9749
Beneva	www.beneva.ca/fr	418-651-6962
Protection Résault	www.csq.lapersonnelle.com	1-800-363-6344
CAN-Assistance (assurance voyage)	Canada -USA	1-800-465-2928
	Ailleurs (à frais virés)	514-286-8412

## Devenir membre, rien de plus simple !

Vous connaissez quelqu'un qui n'a pas adhéré à l'AREQ au moment de sa retraite et qui le regrette? Bonne nouvelle, il peut maintenant le faire. Il suffit d'avoir été membre, au moins un jour, d'un syndicat affilié à la CSQ. La période de temps n'a pas d'importance et même si ça fait longtemps. Pour plus de détails, vous n'avez qu'à inviter les personnes de votre entourage à communiquer avec L'AREQ au 418 525-0611 ou par courriel à [info@areq.lacsq.org](mailto:info@areq.lacsq.org).

## Saviez-vous que votre conjoint ou conjointe pourrait devenir membre de l'AREQ, même s'il n'a pas été membre d'un syndicat affilié à la CSQ ?

### Comment ? En devenant membre associé

Selon nos Statuts et règlements, art. 1.04, la conjointe ou le conjoint retraité d'un membre régulier, peut devenir membre associé. Pour se faire, il doit :

- a. Communiquer avec l'AREQ nationale pour obtenir un formulaire d'adhésion;
- b. Signer le formulaire;
- c. Payer un droit d'entrée d'un (1 \$) dollar;
- d. Accepter de se conformer aux Statuts et règlements;
- e. Être accepté par le Conseil exécutif;
- f. Bénéficier d'une rente de retraite provenant d'un régime de retraite du secteur public versé par Retraite Québec;
- g. Si c'est le cas, il devra :
  - Autoriser la retenue à la source de la cotisation régulière annuelle,
  - Divulguer le montant de sa rente de retraite versée par Retraite Québec au moment de son adhésion.

Le membre associé peut assister aux réunions sectorielles et régionales, avec droit de parole, sans droit de vote. Il ne peut se présenter à un poste électif, ni être délégué officiel de l'Association. Il peut cependant faire partie d'un comité et d'un sous-comité. Le membre associé a droit aux mêmes services que le membre régulier.

## Diminution du plastique

Vous avez tous remarqué que votre dernier journal, comme celui-ci, n'était pas, comme vous l'aviez toujours reçu, emballé dans un sachet de plastique. Ce choix a été pris par votre Conseil sectoriel dans un souci environnemental.

Réduire les déchets est devenu une priorité et nous voulions faire notre part pour diminuer les effets nocifs du plastique, d'autant que celui-ci n'était pas recyclable. C'est pourquoi les coupons-réponses ont dû être intégrés à votre journal. J'espère que vous comprendrez notre choix.

## Réponses du jeu questionnaire 40<sup>e</sup>

1. (C) 2. (A) 3. (A) 4. (B) 5. (C) 6. (B) 7. (C) 8. (B) 9. (A)

**Visite de la bibliothèque Gabrielle Roy****Mercredi, 26 février 2025**

Nom: \_\_\_\_\_

Téléphone: \_\_\_\_\_

Courriel: \_\_\_\_\_

Nom du non-membre (s'il y a lieu): \_\_\_\_\_

Coût de l'inscription pour les membres:	membres	non-membres
	<b>10\$</b>	<b>20\$</b>

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

**Compléter et faire parvenir à**  
Mme Lise Paradis  
970, rue Marie Parent,  
Québec, Qc, G2K 1K1

**Date limite d'inscription**  
**19 février 2025**

**Visite du Parlement et dîner au Parlementaire****Mercredi, 7 mai 2025**

Nom: \_\_\_\_\_

Téléphone: \_\_\_\_\_

Courriel: \_\_\_\_\_

Invité.e: \_\_\_\_\_

Coût de l'inscription pour les membres:	membres	non-membres
	<b>35\$</b>	<b>45\$</b>

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

**Compléter et faire parvenir à**  
Mme Odette Desharnais  
8236 Le Trait Carré Ouest,  
Québec G1G 2Z7

**Date limite d'inscription**  
**2 avril 2025**

**Journée internationale des femmes****Vendredi, 7 mars 2025**

Nom: \_\_\_\_\_

Numéro du membre: \_\_\_\_\_ Téléphone: \_\_\_\_\_

Courriel: \_\_\_\_\_

Coût de l'inscription pour les membres:	membres	non-membres
	<b>20\$</b>	<b>40\$</b>

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

**Compléter et faire parvenir à**  
Mme Marie Rancourt  
4163, rue d'Estrées,  
Québec, Qc, G2A 3R4

**Date limite d'inscription**  
**25 février 2025**

**Sortie à la cabane à sucre****Vendredi, 28 mars 2025**

Nom: \_\_\_\_\_

Téléphone: \_\_\_\_\_

Courriel: \_\_\_\_\_

Invité.e.: \_\_\_\_\_

Coût de l'inscription pour les membres: 35\$

Coût de l'inscription pour les membres: 45\$

**Faire un chèque à l'ordre de**  
AREQ - Charlesbourg 03-E**Compléter et faire parvenir à:**  
Mme Odette Desharnais  
8236 Le Trait Carré Ouest,  
Québec G1G 2Z7**Date limite d'inscription**  
**15 mars 2025****Jour de la Terre****Mardi, 22 avril 2025**

Nom: \_\_\_\_\_

Numéro du membre: \_\_\_\_\_ Téléphone: \_\_\_\_\_

Courriel: \_\_\_\_\_

Invité.e.: \_\_\_\_\_

Coût de l'inscription pour les membres:

membres

Invité.e.

**20\$****40\$****Faire un chèque à l'ordre de**  
AREQ - Charlesbourg 03-E**Compléter et faire parvenir à**  
Mme Hélène Proulx  
4086, rue Blain  
Québec, Qc, G2B 5H3**Date limite d'inscription**  
**14 avril 2025****Conférence: L'histoire du tramway à Québec****Mercredi, 30 avril 2025**

Nom: \_\_\_\_\_

Téléphone: \_\_\_\_\_

Courriel: \_\_\_\_\_

Invité.e.: \_\_\_\_\_

Coût de l'inscription pour les membres:

membres

non-membres

**15\$****30\$****Faire un chèque à l'ordre de**  
AREQ - Charlesbourg 03-E**Compléter et faire parvenir à**  
Mme Lise Paradis  
9470, rue Marie-Parent  
Québec, Qc, G2K 1K1**Date limite d'inscription**  
**18 avril 2025**



AREQ Charlebourg 03 E  
4163 rue d'Estreées,  
Québec, QC  
G2A 3R4

POSTES		CANADA
CANADA		POST
Port payé		Postage paid
Poste-publications		Publications Mail
4005371		