



AREQ Région 07 *secteur D*

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

VOL.24 no 1

Petite - Nation

mai 2022



<http://petite-nation.araq.lacsq.org/>

LE SOMMAIRE

LE DROIT FIL- Mot du président , Secteur D Petite-Nation	3
LE FIL RÉGIONAL- Mot de la présidente régionale	4
LE FIL NATIONAL	5-9
LE FIL DES RENCONTRES	10-12
LE FIL DE LA RECONNAISSANCE	13
LE FIL BRISÉ	14
LE FIL HISTORIQUE	15

L'ÉQUIPE DU JOURNAL

Denise Fahey	Suzanne Gauthier-Lalonde
Lucie Lacoste-Monfils	Rolande Hébert Corbeil
Maurice Deschênes	Suzanne Séguin
Ginette Labrosse Lafleur, responsable	

NOS COLLABORATEURS ET COLLABORATRICES

Samuel Labrecque	Nicole Tremblay
Maurice Deschênes	Lise Lapointe

PHOTO-COUVERTURE

Sérénité de Philippe Lafleur un matin dans Sainte-Julie Est

« *Crocus vernus* » première fleur du printemps .



MOT DU PRÉSIDENT

LE BÉNÉVOLAT

Si je vous posais la question « C'est quoi le bénévolat pour vous ? », il y aurait autant de réponses que de personnes. Nous exerçons notre bénévolat dans divers lieux selon nos choix. Beaucoup d'entre nous font du bénévolat depuis plusieurs années. Quand nous exerçons ces activités, c'est que ça a du sens pour nous, sinon nous changeons de bénévolat. Celui-ci nous permet d'utiliser nos talents et nos compétences, c'est ce qui a du sens pour nous. Une action

bénévole nous permet parfois d'apprendre..., j'en sais quelque chose ! Mais nous ne l'exerçons pas pour y laisser notre peau.

Nous devons y trouver de l'intérêt. Les principales qualités sont : ai-je le goût de faire cette action bénévole ? En ai-je le temps et la capacité ? Est-ce que j'apporte quelque chose ? Dans le cas de notre association, qu'est-ce que je peux apporter à notre organisation ? Il n'y a pas de petites ou de grandes actions pour aider notre secteur ou notre région. Ça peut être une action ponctuelle ou une implication qui s'étend dans le temps, c'est toujours selon nos disponibilités et notre goût d'apporter quelque chose à l'AREQ.

Il y a beaucoup de manières d'apporter notre pierre au maintien de notre association : ça va de simples tâches ponctuelles, en passant par l'animation de différentes activités comme « Lire tout à fait », « Lire et faire lire », « Gardons le contact », « les Projets Toujours En Action (PTEA) », etc. Je pourrais vous en nommer beaucoup d'autres. Il y a aussi les différents comités qui apportent de la vie dans notre secteur (comité des femmes, comité des hommes, environnement).

Il y a bien sûr les structures de l'AREQ : Conseil sectoriel, Conseil régional, Conseil national, etc.

Le bénévolat dans notre association peut commencer par de simples tâches d'aide lors d'activités. Il faut bien sûr savoir dans quoi l'on s'engage si l'on veut le faire à moyen ou long terme. L'important, c'est de se faire confiance et de faire confiance à l'équipe, nous ne sommes jamais seuls dans une activité associative. Si vous vous engagez, c'est sûr que vous serez accompagné et soutenu comme je l'ai été et comme je le suis toujours. Il existe aussi des formations pour se préparer à occuper certains postes à l'intérieur de l'AREQ.

Nous sommes une équipe et nous travaillons en équipe, nous ne sommes jamais seuls avec l'AREQ.

Bienvenue à vous toutes et tous. Bienvenue aux bénévoles qui vont s'impliquer un peu, beaucoup passionnément... dans notre association !

Maurice Deschênes, président sectoriel



Le fil du régional...

Mot de la présidente



Bonjour à vous toutes et tous,

Quelle traversée nous avons eue depuis deux ans ! Nous sommes faits forts, on continue.

Du début de cette année 2021-2022 jusqu'à Noël, les secteurs et la région ont pu bénéficier d'une courte période pour vous proposer quelques rencontres « en présence ». Nous avons hâte de vous revoir et nous avons senti que c'était réciproque.

Durant la période où nous ne pouvions nous rencontrer en présence, les différents paliers de l'AREQ ont fait appel au virtuel sur la plateforme Zoom. Pour ma part, j'ai assisté à trois rencontres du Conseil d'administration ainsi qu'aux rencontres de formation des responsables régionaux des comités. Vous avez sûrement vu aussi plusieurs nouvelles de l'implication de l'AREQ nationale face à la dignité des personnes âgées. À la suite de cette campagne, surveillons les États généraux de la Coalition des personnes âgées qui se tiendront à Québec le 3 mai 2022 et où sont convoqués des personnes élues au gouvernement, des responsables syndicaux et des responsables étudiants. Ça bouge à l'AREQ!

À la suite de cette autre pause en présentiel, au régional, nous revoilà! Enfin, la situation actuelle le permettant, à l'AREQ Outaouais, nous reprenons les activités prévues au calendrier, en respectant toutes les mesures sanitaires requises. Surveillez vos courriels, vous recevrez des invitations, informez vos amis et inscrivez-vous. Dans l'ambiance actuelle, vous avez sûrement, comme nous, ce besoin de sentir la présence des autres.

Ici, j'ai une pensée bien spéciale pour le peuple ukrainien qui vit de graves moments; ensemble, lors de nos rencontres, nous déciderons ce que nous aimerions faire pour ce peuple bien éprouvé.

Je vous rencontrerai aux différentes activités déjà affichées au calendrier sur le site : regionoutaouais.areq.ca. En terminant, je vous demanderais de mettre déjà, à la date du 17 mai de votre agenda, « l'Assemblée générale régionale » (AGR). À la mi-avril, vous recevrez la convocation officielle.

Vieillir, c'est être occupée, occupé : voilà une pensée qui reflète bien ce qui se passe à l'AREQ.

« Il n'est pas d'hiver sans neige, de printemps sans soleil et de joie sans être partagée ». Proverbe serbe

Le printemps est à nos portes; profitons-en !

Nicole Tremblay, présidente régionale



Des états généraux organisés par et pour les aînés¹

Lise Lapointe, présidente

Le vieillissement de la population au Québec pose un défi de société que nous devons relever collectivement. Après le Japon et la Corée du Sud, le Québec figure parmi les sociétés qui connaissent un vieillissement des plus rapides, un défi démographique qui atteindra son sommet en 2030.

Ce n'est pas une mauvaise chose, cela signifie notamment que l'espérance de vie augmente. Or, vivre, c'est aussi vieillir. Et si nous souhaitons toutes et tous vieillir dans la dignité, nous devons impérativement adapter notre société.

Depuis des années, nous revendiquons des états généraux pour y parvenir. Aucun gouvernement n'a voulu donner suite à nos demandes répétées. Ainsi, la Coalition pour la dignité des aînés (CDA), dont l'AREQ est membre, a décidé de prendre les choses en main et d'organiser ces états généraux une fois pour toutes. **Cet événement aura lieu le 3 mai 2022.**

POURQUOI DES ÉTATS GÉNÉRAUX ?

Les enjeux liés au vieillissement de la population sont divers et complexes :

- La santé ;
- La défense des droits ;
- Les finances et l'emploi ;
- La participation citoyenne

Il n'y a pas de solution mur à mur qui puisse répondre adéquatement à l'ensemble de ces enjeux à moyen et à long termes.

C'est pourquoi il est nécessaire de rassembler des groupes et des experts provenant de milieux pertinents afin de trouver des consensus autour de ces enjeux et de poser les jalons d'une démarche collective à entreprendre, tant par le gouvernement que par la société civile.

LES ÉTAPES

1. Invitations

La CDA invitera des représentantes et représentants de tous les milieux : gouvernemental, syndical, universitaire, etc.

¹ Article paru dans le « Quoi de neuf » du printemps 2022

Les groupes et les experts qui accepteront de participer auront préalablement à travailler à trouver des solutions pour chaque enjeu soulevé dans le cadre des états généraux.

2. États généraux

Le 3 mai 2022, les invités seront conviés autour d'une table afin d'aborder tous les enjeux, d'étudier les solutions proposées par tout un chacun et d'en dégager les consensus.

3. Déclaration commune

La force et la crédibilité de cet événement reposent particulièrement sur la diversité et la qualité des participants et participantes. Ce sera une première au Québec !

D'un commun accord, nous élaborerons une déclaration à partir des consensus. Cette déclaration commune servira notamment à faire pression sur les décideurs à partir de solutions concrètes, réalistes, exprimées par des experts et la société civile, puis avalisées par les aînés.

PAR ET POUR LES AÎNÉS

Enfin, plusieurs de nos membres ont à cœur que les associations d'aînés travaillent conjointement pour le mieux-être des aînés. C'est ce que nous ferons dans une vaste action non partisane. Nous vous informerons du processus lors de chaque étape.



Cap sur la dignité²
l'AREQ souhaite
provoquer un véritable
mouvement partout au
Québec

Samuel Labrecque

Conseiller en communication

² Cet article est tiré du magazine « Quoi de neuf » de l'automne 2021

Depuis plus de 20 ans, les rapports « tablettés » sur les conditions de vie des aînés s'accumulent et prennent la poussière. Dans un vaste travail d'analyse, l'AREQ a recensé 17 rapports contenant 153 recommandations pour remédier aux lacunes et améliorer les services et les soins aux aînés. C'est beaucoup. Or, les gouvernements qui se sont succédé depuis n'ont donné suite qu'à un dixième de ces recommandations. Et on dit que les personnes aînées sont importantes dans la société, qu'elles ont apporté beaucoup, etc, etc. Ces personnes qui ont bâti le Québec d'aujourd'hui méritent pourtant plus que 10 % de l'attention des élus et de la population. C'est pourquoi l'AREQ a choisi de lancer la toute première campagne publicitaire de son histoire : Cap sur la dignité.

**SENSIBILISER LA POPULATION ET LES ÉLUS AU SORT FAIT AUX AÎNÉS AU
QUÉBEC
BIEN PLUS QUE DE LA « PUB », UN MOUVEMENT !**

La pandémie a propulsé à l'avant-plan de la scène médiatique ces années de négligence envers les personnes aînées, confirmant la nécessité de ses revendications.

Les histoires d'horreur dans les CHSLD, le manque criant de soins à domicile et la pression croissante sur les proches aidants ont mené l'AREQ à instiguer un véritable mouvement général avec la campagne **Cap sur la dignité**.

L'objectif d'une telle action médiatique est clair : sensibiliser la population et les élus au sort fait aux aînés au Québec et inviter la société à opérer un véritable changement en mettant sur pied un vaste chantier pour enfin agir.

PARCE QUE NOUS SOMMES TOUTES ET TOUS LES AÎNÉS DE DEMAIN

Pour parvenir à cet objectif, nous avons pu compter sur la participation de la comédienne Marie-Chantal Perron. Figure connue du grand – et petit – écran (L'incomparable

mademoiselle C.), elle était toute désignée pour diffuser un message rassembleur et porteur d'espoir auprès du grand public et des élus. Cette femme de cœur, dans la mi-cinquantaine, a été particulièrement touchée par le sort des aînés durant la pandémie.

Elle a compris que nous sommes toutes et tous les aînés de demain et que les jeunes cinquantenaires, tout autant que ceux qui les précèdent, sont appelés à devenir proches aidants. Notre tour viendra de vieillir, nous forçant parfois à vivre en situations de vulnérabilité, qu'elles soient dues à une perte d'autonomie, à de l'isolement ou à de la précarité financière.

IL FAUT AGIR, ÇA PRESSE !

Notre société n'est tout simplement pas prête à répondre à ce défi de taille, celui d'offrir à une population vieillissante des services et des soins à la hauteur de ce qu'elle mérite. Rappelons qu'en 2030, on prévoit que 25 % de la population sera âgée de 65 ans et plus. En fait, le Québec est la deuxième population qui connaît un vieillissement démographique aussi rapide, après le Japon Il est plus que temps d'agir.

Cette campagne publicitaire n'a pas pour but d'accuser qui que ce soit d'inaction, un gouvernement, des partis politiques ou des organisations. L'objectif est de faire en sorte que collectivement nous nous attelions dès maintenant à la tâche pour rattraper le temps perdu.

L'un des exemples les plus criants est le manque de services et de soins à domicile. Plusieurs rapports remisés au fil des ans ont recommandé d'accroître le soutien à l'autonomie des personnes âgées pour offrir des soins plus humains. De plus en plus d'aînés et de futurs aînés manifestent d'ailleurs le désir de rester le plus longtemps possible à leur domicile (maison, appartement, condo, OSBL d'habitation, etc). Un sondage CROP commandé par l'AREQ révèle que 80 % des répondants souhaitent vieillir

chez eux et y recevoir des services alors que 15 % avaient l'intention d'aller vivre en résidence pour aînés et ont changé d'idée durant la pandémie.

Malheureusement, la non-disponibilité des services dans plusieurs régions du Québec précipite souvent le recours à l'hébergement et aux résidences privées pour aînés, qui peuvent s'avérer très coûteuses. Comme la preuve est faite que le pouvoir d'achat s'amenuise avec l'âge, miser de façon aussi importante sur l'hébergement privé lucratif pour prendre soin des personnes en situation de vulnérabilité demeure un pari risqué.

Vous voulez en savoir davantage sur la campagne Cap sur la dignité et le recensement des rapports remis effectués par l'AREQ ?

Visitez le site www.capsurladignite.org



Le fil des rencontres...



Région 07- Outaouais, secteur D, Petite-Nation

Convocation à l'Assemblée générale sectorielle 2022

Par la présente, nous vous convoquons officiellement à l'Assemblée générale sectorielle (AGS) de l'AREQ Petite-Nation, le jeudi 5 mai 2022 à 9 h 30 au Restaurant Le Bistro de Montebello.

Projet d'ordre du jour

1. Mot de bienvenue du président et nomination d'une présidence d'élection
2. Lecture et adoption du projet d'ordre du jour
3. Lecture et adoption du procès-verbal du 8 avril 2021
4. Affaires financières :
 - a) Adoption du rapport annuel 2020-2021
 - b) Dépôt du rapport financier au 30 avril 2022
5. Présentation et réception du rapport de la présidence
6. Présentation et réception des rapports des responsables de comités
7. Nomination des délégués au congrès 2023
8. Parole aux membres
9. Élection
Postes à remplir :
 - a) 1re vice-présidence
 - b) Trésorerie
 - c) Personne conseillère
9. Mot de la présidente régionale
10. Levée de l'Assemblée

Maurice Deschênes, président sectoriel

Bonjour à tous les membres de l'AREQ région Outaouais,

L'année 2021-2022 tire à sa fin. Vous trouverez donc en deuxième page la convocation pour l'Assemblée générale régionale du 17 mai prochain. À la présentation *PowerPoint* du bilan de cette année, vous pourrez découvrir que l'AREQ de votre région a été bien vivante, malgré les nombreux inconvénients causés par la Covid 19.

De nombreux tirages viendront clore l'Assemblée.

À la suite de ceux-ci se tiendra l'Assemblée générale de la Fondation Laure-Gaudreault, pour une durée de 20 minutes.

Nouveauté au régional : nous vous proposons cette année un choix de menus. Choisir sera difficile, car les deux menus proposés semblent tout aussi alléchants. Nous apprécions toujours nous retrouver entre nous pour échanger autour d'un bon repas. Venez en profiter!

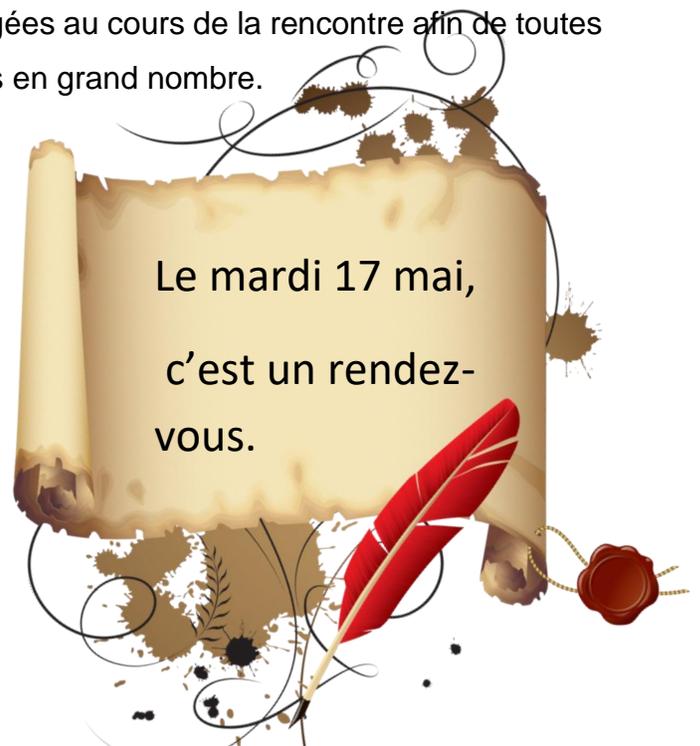
Pourquoi ne pas terminer cette belle journée de façon festive? Un spectacle de monsieur Guy Perreault, auteur-compositeur-interprète, est à l'horaire en après-midi.

Les mesures sanitaires habituelles seront exigées au cours de la rencontre afin de toutes et tous être en sécurité. Nous vous attendons en grand nombre.

Le mardi 17 mai, c'est un rendez-vous.

Nicole Tremblay

Présidente régionale





Convocation
Assemblée **Générale Régionale**

Le Conseil régional vous convie, avec grand plaisir, à l'AGR Outaouais qui se tiendra au Domaine de l'Ange-Gardien.

Date: le mardi 17 mai 2022

Endroit : Domaine de l'Ange-Gardien ; 1031, chemin Pierre-Laporte;
L'Ange-Gardien

Accueil : 9 h

Assemblée générale régionale : 9 h 30 à 11 h 15

Assemblée FLG : 11 h 20

Dîner : 12 h

Partie récréative : 13 h

Coût : Gratuit pour les **membres**

Choix de menu : « Suprême de poulet laqué à l'érable » ou « Pavé de saumon sauce Florentine »

Inscription et choix de votre menu : le ou avant le 4 mai (selon vos arrangements de secteur)

Nicole Tremblay
Présidente régionale

Bon printemps!



Le fil de la reconnaissance...



Madame Nathalie Faubert était heureuse de recevoir les dons que des membres ont faits à la Banque Alimentaire de la Petite-Nation lors de notre dîner de Noël.

Encore une fois, merci de votre grande générosité.

*Maurice Deschênes
Président de l'AREQ Petite-Nation*

À NOS AMIS(ES) MALADES

*Après ces vacances forcées,
tu retrouveras l'énergie
qui te fera avancer
et croquer la vie.
Encore quelques vitamines
et aussi un peu de repos
pour que tu aies bonne mine
À ton retour, bientôt...*

Le fil brisé...



Monsieur Yolain Bianchi, décédé le 23 janvier 2022, membre de l'AREQ Petite-Nation

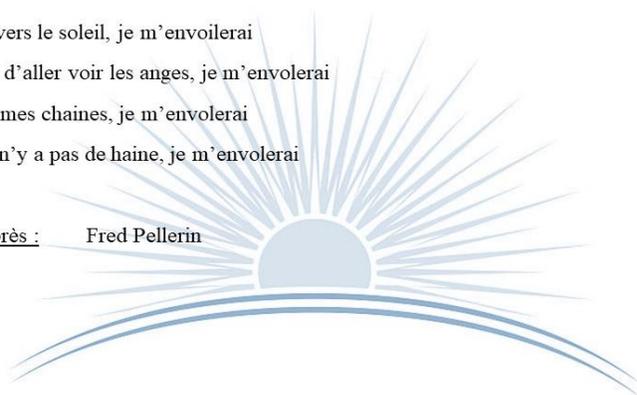
Madame Agathe St-Denis Beauchamp, décédée le 24 janvier 2022, membre de l'AREQ Petite-Nation

Monsieur Jacques Cloutier, décédé le 17 février 2022, beau-frère de Margot Lalonde-Cloutier

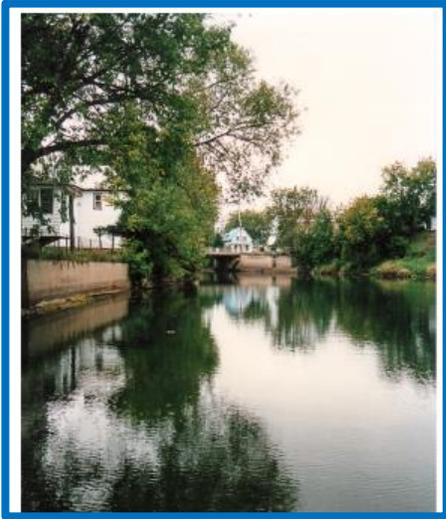
Monsieur Paul Monfils, décédé le 28 mars 2022, frère d'Irénée Monfils.

Je m'envolerai vers le soleil, je m'envoierai
Quand mon tour viendra d'aller voir les anges, je m'envolerai
Enfin libéré de mes chaînes, je m'envolerai
Pour un monde où il n'y a pas de haine, je m'envolerai

Album Après : Fred Pellerin



Le fil historique ...



Rivière de mon village³

*Bien loin et bien haut tu vas quérir ton eau.
Tu contournes les montagnes et sillonnes les vallées.
Des lacs qui te voisinent se marient à ton cours.
Tu t'élargis pour former des espaces grandioses.
Sur ton parcours de nombreux ruisseaux te disent
« bonjour »
Avec fracas tes chutes confirment ta vigueur.
Tu te reposes, mais ton silence impressionne.
À chaque reprise de souffle, tu cours à la recherche de
l'Outaouais.
À ton entrée chez-nous, tu frôles le vieux cimetière.*

*Là des croix centenaires racontent le passé.
Près de toi l'écho des Angelus roule sur tes eaux.
Puis se dresse un ange, gardien de nos enfants.
Ton nom Petite-Nation te rattache à l'histoire.
En algonquin il se traduit par Oueskarinis.
Sur tes bords se sont blotties les chaumières de nos pionniers.
Durant des décades tu as flotté les billes de nos forêts.
Des moulins ont requis ta force pour scier le bois et moudre les grains.
Avec les montagnes qui bornent nos horizons,
Tu envoûtes le visiteur et l'invites à te revoir.
Rivière de mon village, aux jours d'ennui, je songe à toi.
J'y revois mon foyer.
J'y revois des figures aimées... des figures disparues.*

*Romuald Aubry - 1976,
oncle de Nicole et Rachel Aubry*

³ Bribe #13, page 30, Archives Société Historique de Saint-André-Avellin.Inc.



Les membres de l'AREQ* Petite-Nation désirent remercier la Société historique de *Saint-André-Avellin Inc.* pour le prêt d'un local de travail.



*AREQ(CSQ) Association des retraitées et des retraités de l'éducation et des autres services publics du Québec
320, rue Saint-Joseph Est, bureau 100, Québec G1K9E7
Tel. : 418-525-0611/1 800 663-2408 Courriel : info@areq.lacsq.org Internet : www.areq.lacsq.org