

AREQ

Le mouvement des personnes
retraitées CSQ

Région 07 *secteur D*

Vol. 27 no 3

Petite-Nation

juin 2025



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

LE SOMMAIRE

Le droit fil...	3
MOT DU PRÉSIDENT	3
MOT DE LA PRÉSIDENTE RÉGIONALE	4
Le fil sectoriel...	5
DU NOUVEAU À NOTRE ASSEMBLÉE GÉNÉRALE SECTORIELLE	5
RAPPORTS FINANCIERS	7
RAPPORT DU SECTEUR	9
RAPPORT SOCIOPOLITIQUE	10
RAPPORT DU COMITÉ D'ACCUEIL	11
RAPPORT DU COMITÉ DES ASSURANCES	11
RAPPORT DU COMITÉ DES FEMMES	12
RAPPORT DE LA FLG	13
RAPPORT DE LA CHORALE « LE CHŒUR JOYEUX »	13
NOTRE BULLETIN	14
ÉLECTIONS, POSTES À COMBLER ET EN POSTE POUR 2025	15
DÉLÉGATION CONGRÈS NATIONAL DE JUIN 2026	15
PROJET TOUJOURS EN ACTION	16
LES BÉNÉVOLES	17
Le fil régional...	18
AGR, MANOIR DES TREMBLES	18
Le fil informateur...	19
LE PLAN DE DÉVELOPPEMENT DE L'AREQ EST EN MARCHÉ	19
INSTANCES DE L'AREQ	19
Le fil reconnaissance...	21
LA FLAMME DE L'ANNÉE	21
REMERCIEMENT	23
Le fil cassé...	25
Information AREQ nationale	28

Le droit fil...

MOT DU PRÉSIDENT



Bonjour et bienvenue à tous et à toutes sur notre bulletin.

L'année 2024-2025 a été marquée par une série d'activités enrichissantes et de rencontres significatives, reflétant l'engagement et la vitalité de notre secteur.

Des déjeuners aux dîners, en passant par l'envol, sans oublier le dîner de Noël et notre Assemblée générale annuelle, nous avons eu de nombreux moments pour fraterniser et constater la présence constante du bénévolat au sein de notre secteur.

Nous avons également eu l'occasion d'assister à une conférence sur les soins de fin de vie au mois de février dernier. D'autres conférences seront organisées au cours de la prochaine année, qui marquera la fin de ce triennat.

Lors de notre Assemblée générale annuelle du mois d'avril dernier, nous avons accueilli deux nouveaux membres au sein de notre conseil sectoriel : monsieur Serge Lamarche, qui occupe le poste de premier conseiller, et madame France Lefebvre, qui occupe le poste de deuxième conseillère. Nous sommes heureux de les compter parmi nous.

Cependant, deux personnes ont quitté notre conseil : mesdames Nicole Aubry-Hébert et Lucie Sabourin. En tant que président, j'ai eu la chance de bénéficier de leur précieuse collaboration. Je les remercie sincèrement pour leur aide tout au long de ces années. Elles continueront, à leur manière, d'apporter leur contribution au secteur au cours des prochaines années. Merci infiniment chères amies !

Certes, la fonction de président n'est pas toujours aisée, mais avec une équipe et des membres tels que vous, il est agréable d'assumer ce rôle. Je suis actuellement en train de terminer mon deuxième mandat, ce qui signifie que je devrai céder ma place en 2026.

Il nous reste une année à consacrer à l'ajout de nouvelles activités à notre secteur. Nous avons déjà commencé avec un PTEA (Projet toujours en action) intitulé « À la découverte de l'aquarelle » qui a eu lieu le 1^{er} mai dernier et qui était animé par madame Noëlla Lévesque. Il s'agissait de la première activité artistique que nous organisons, et nous comptons bien en proposer d'autres du même type. Si vous avez des suggestions d'activités, n'hésitez pas à communiquer avec un membre de votre conseil sectoriel.

Nous terminerons l'année avec le dîner des bénévoles en juin. C'est toujours un plaisir de souligner l'implication de tous ces membres qui contribuent à la vitalité de notre association.

Cette année a été une excellente occasion de renforcer les liens entre membres, de partager des moments mémorables et de faire progresser nos projets collectifs. Je vous remercie tous pour votre précieuse participation.

Maurice Deschênes, président de l'AREQ Petite-Nation.



MOT DE LA PRÉSIDENTE RÉGIONALE



Bonjour,

La deuxième année du triennat 2023-2026 s'achève. Votre conseil sectoriel de la Petite-Nation met beaucoup d'énergie pour répondre à vos besoins. Celui-ci n'est pas le seul à vivre un temps plus difficile en termes de recrutement. Votre participation et votre implication sont donc très appréciées et très importantes.

De son côté, l'AREQ régionale est très présente lors de rencontres avec la coordination régionale des affiliés CSQ, de la Table des Aînés de Gatineau et de la Table de Concertation des Aînés Régionale de l'Outaouais. La visibilité de l'AREQ est de plus en plus grande. C'est ainsi qu'on a pu la voir, regroupée avec d'autres associations régionales, participer à un débat électoral régional sur les besoins des aînés.

L'AREQ nationale a un plan de développement sur cinq ans afin de répondre encore plus aux besoins de ses membres. Entre autres, un

groupe de travail sur l'intégration des nouveaux membres a été formé et madame Manon Martin, 1re vice-présidente du secteur Hull-Aylmer, y siège pour y apporter vos besoins et en identifier de nouveaux. Elle sera heureuse de vous écouter.

Madame Micheline Germain, présidente nationale, est de plus en plus présente dans les médias. Elle fait la tournée des affiliés nationaux de la CSQ pour faire connaître l'AREQ aux membres de ce syndicat. Elle a, avec grand plaisir, accepté d'être présente avec moi le 30 juin à la journée des professionnels de l'éducation où nous rencontrerons 130 personnes, dont les personnes retraitées de l'année. Nous savons que nous avons plus à offrir à nos futurs retraités que les assurances et que tous les membres ont beaucoup à apporter. Cette enrichissante association gagnera à se faire connaître.

En conclusion, je vous dirai : « Nous avons besoin de vos propositions, de vos avis et de vos commentaires pour répondre à vos attentes » et je terminerai par cette belle pensée :

« Accepte ce qui est, laisse aller ce qui était et aie confiance en ce qui sera ! » Bouddha

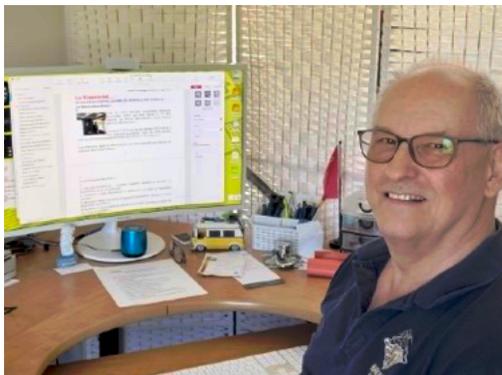
Je vous souhaite un bel été dans votre beau secteur enchanteur.

Nicole Tremblay, présidente régionale

Le fil sectoriel...

DU NOUVEAU À NOTRE ASSEMBLÉE GÉNÉRALE SECTORIELLE

par Maurice Deschênes



Lors de notre dernière Assemblée Générale Sectorielle (AGS) qui s'est tenue le 17 avril dernier au Bistro Montebello, nous étions environ 25 membres.

Le rapport financier de l'an dernier 2023-2024 a été présenté et

adopté. Celui de cette année, avec les prévisions jusqu'à la fin du mois de juin, a été déposé.

Les différents rapports des comités ont été présentés par chacun et chacune des responsables.

Il y avait des élections à 4 postes :

1. 1^{re} vice-présidence : madame Paulette Lalande a accepté un deuxième mandat de trois ans.
2. Madame Louise Boudreault a également accepté un deuxième mandat.
3. Monsieur Serge Lamarche entreprend un premier mandat au poste de premier conseiller.
4. Madame France Lefebvre débute un premier mandat au poste de deuxième conseillère.

Madame Nicole Tremblay, présidente régionale, nous a entretenus sur le rapprochement des secteurs avec des activités intersectorielles. Elle nous a également mentionné que le principal défi dans tous les secteurs est le manque de relève. Nous sommes chanceux dans notre secteur avec deux nouvelles personnes au conseil sectoriel. Notre présidente régionale nous a invités à une fête d'été qui aura lieu le 18 juin prochain au Domaine des Trembles.

La rencontre s'est poursuivie avec le tirage de 4 prix de présence qui ont été gagnés par mesdames : Nicole Aubry-Hébert, Suzanne Séguin, Rachel Aubry et Denise Fahey. Félicitations à ces gagnantes !

RAPPORTS FINANCIERS

Par Louise Boudreault



A2324-RS-07

RAPPORT SECTORIEL CUMULATIF AU:

30 juin 2024

Région

Outaouais

Secteur

Petite Nation

Pour l'exercice 2023-2024

Disponibilités *1er juillet 2023*

4 490,48 \$

PLUS: PRODUITS

Sommes reçues du régional

3 163,25 \$

Sommes reçues du national

2 956,00 \$

Autres sommes

5 075,81 \$

TOTAL DES PRODUITS

11 195,06 \$

MOINS: CHARGES

Repas

8 795,96 \$

Transport et hébergement

921,42 \$

Salles et invités

1 238,10 \$

Matériels et fournitures

940,95 \$

Photocopies et affranchissements

216,92 \$

Communications

0,00 \$

Reconnaisances et dons

195,32 \$

Autres charges

35,40 \$

TOTAL DES CHARGES

12 344,07 \$

Disponibilités à la fin de cet exercice

3 341,47 \$

Rapport préparé par

Personne présidente sectorielle

Personne présidente régionale

RAPPORT ANNUEL SECTORIEL POUR ASSEMBLÉE GÉNÉRALE

Région	OUTAOUAIS
Secteur	Petite-Nation secteur 7D

	RÉEL au	À prévoir jusqu'au 30 juin	Grand total **ESTIMÉ**
Disponibilités au 1er juillet 2024	3 336,47 \$		3 336,47 \$
PLUS: PRODUITS			
Sommes reçues du régional	3 199,50 \$		3 199,50 \$
Sommes reçues du national	1 475,00 \$	1 475,00 \$	2 950,00 \$
Autres sommes	4 829,00 \$	800,00 \$	5 629,00 \$
TOTAL DES PRODUITS	9 503,50 \$	2 275,00 \$	11 778,50 \$
MOINS: CHARGES			
Repas	6 315,39 \$	2 455,00 \$	8 770,39 \$
Transport et hébergement	420,00 \$	596,42 \$	1 016,42 \$
Salles et invités	290,00 \$	299,80 \$	589,80 \$
Matériels et fournitures	272,52 \$	263,00 \$	535,52 \$
Photocopies et affranchissements	152,22 \$	106,36 \$	258,58 \$
Communications	0,00 \$		0,00 \$
Reconnaisances et dons	895,47 \$	132,51 \$	1 027,98 \$
Autres charges	54,55 \$	10,00 \$	64,55 \$
TOTAL DES CHARGES	8 400,15 \$	3 863,09 \$	12 263,24 \$
Disponibilités estimé au 30 juin 2025	4 439,82 \$	-1 588,09 \$	2 851,73 \$

Rapport préparé par

Date

Personne présidente sectorielle

Personne présidente régionale

RAPPORT DU SECTEUR

Par Maurice Deschênes

L'année 2024-2025 a été marquée par une série d'activités enrichissantes et de rencontres significatives, reflétant l'engagement et la vitalité de notre secteur.

Plusieurs rencontres du conseil sectoriel et du conseil régional ont eu lieu tout au long de l'année, permettant de discuter des enjeux importants pour notre secteur et notre région.

Événements marquants de 2024

- 25 septembre : Envol de notre secteur au Club de golf Héritage
- 8 octobre : Dîner convivial au Steakhouse, Chénéville
- 10 octobre : Activité environnementale au parc de Plaisance, avec le comité régional
- 15 octobre : Envol régional au Club de golf Héritage
- Fin octobre : Participation au Conseil national à Québec
- 7 novembre : Messe commémorative à Papineauville, suivie d'un souper au restaurant Cité Lyn
- 11 décembre : Dîner de Noël festif au Club de golf Héritage

Activités de 2025

- 9 janvier : Déjeuner à Plaisance chez Gauffre'n Go
- 6 février : Dîner au Bistro de Montebello
- 5 mars : Déjeuner chez Angèle à Papineauville
- Fin mars : Participation au Conseil national à Saint-Hyacinthe
- 17 avril : Assemblée générale sectorielle (AGS) au Bistro de Montebello
- 8 mai : Déjeuner au Moulin du Temps à Namur
- 13 mai : Assemblée générale régionale (AGR) du secteur du Lièvre (Domaine de l'Ange-Gardien)
- 12 juin : Fête des bénévoles au Club de golf de Montpellier

Cette année a été une belle occasion de renforcer les liens entre membres, de partager des moments mémorables et de faire avancer nos projets collectifs. Merci à tous et à toutes pour votre précieuse participation.

RAPPORT SOCIOPOLITIQUE

Par Maurice Deschênes

Au niveau national :

- L'année 2024-2025 a commencé par une présentation sur le soutien à domicile présentée par l'IRIS lors du Conseil national de l'automne dernier.
- Par la suite, il y a eu la rencontre des responsables régionaux du dossier sociopolitique à Québec, le 19 février dernier sur les sujets suivants :
- Conférence de Guillaume Hébert de l'Institut de recherche et d'informations socioéconomiques : « Réussir le virage vers le soutien à domicile au Québec. »
- Présentation du mémoire de l'AREQ sur la nouvelle politique en soutien à domicile : « Pour un virage audacieux en soutien à domicile. » Le Québec n'a plus le luxe d'attendre.
- Présentation du jeu de société de l'AREQ sur la retraite et phases de tests avec Kevin Bouchard de Viviludi.

Au niveau régional :

Présentation de la conférence sur les soins de fin de vie présentée en février 2025 par monsieur Samuel Labrecque, conseiller à l'AREQ nationale. Par la même occasion, madame Manon Latour est venue nous présenter l'organisme Albatros Outaouais.

Pour l'an prochain,

- Je compte organiser une conférence sur le soutien à domicile.

RAPPORT DU COMITÉ D'ACCUEIL

Par Nicole Aubry-Hébert



Pour l'Envol, en octobre 2024, nous avons imaginé un pot Mason enrobé à demi de jute, orné de feuilles d'érable, brillantes, ficelées avec un cordon et à l'intérieur, une bougie ! Chanceux furent les membres qui ont pu repartir avec un de ces centres de table.

Les membres du comité soient Rachel Aubry, Lucie Lacoste Monfils, Monique Whissell et moi-même, après mûre réflexion, nous avons décidé que cette année, à cause de désagréments de santé, on ne confectionnerait pas de centres de table ni de décorations pour agrémenter l'arbre de Noël. Ce n'est que partie remise.

RAPPORT DU COMITÉ DES ASSURANCES

par Lucie Sabourin



Les membres du comité se sont réunis pour une rencontre régionale, chez Mme Pierrette Barrette, la responsable régionale.

N'oubliez pas de lire le feuillet qui nous permet de comprendre rapidement les assurances. Il contient des informations pertinentes.

Beneva a corrigé ses erreurs lors de nos réclamations. On peut le faire facilement, au besoin, on communique avec un assistant téléphonique.

Projet : Une demande a été faite par Pierrette Barrette pour que Johanne Freire puisse venir une demi-journée (3 secteurs regroupés, ex : Petite-Nation, Le Lièvre et Gatineau-Hull) pour transmettre les informations importantes et permettre aux assurés de poser leurs questions.

Johanne Freire demeure à notre disposition pour toutes questions.

Ajout à notre assurance :

Durotane : traitement de viscoses-suppléance. (genoux). Vous devez payer le médicament à la pharmacie, ensuite vous le réclamez via la clause « articles médicaux » et non la clause « médicaments »

VRS : vaccin respiratoire syncytial.

Remboursement à 80 % Billet médical requis. Montant admissible à 200,00 \$ par année.

N'hésitez pas à me téléphoner si vous avez besoin de renseignements.

RAPPORT DU COMITÉ DES FEMMES **par Rollande Hébert-Corbeil**



Ce comité est supervisé par Carmen Langlais du secteur B Pontiac. Elle est responsable régionale de la région 07, Outaouais.

Le comité est formé des représentantes des 6 secteurs de l'Outaouais :

Secteur A : Haute Gatineau : Claudette Caron-Vaillancourt

Secteur B : Pontiac : Huguette Charrette

Secteur C : Du Lièvre : Micheline Lacoste

Secteur D. Petite-Nation : Rollande Hébert-Corbeil

Secteur E : Hull-Aylmer : Francesca Alencar Sousa

Secteur G : Draveurs : Gisèle Sicard Ericksen

Le comité s'est réuni le jeudi 24 octobre 2024, au Domaine des Trembles, 250, boul. Saint-Raymond, Gatineau, secteur Hull.

Cette rencontre avait pour but de connaître les nouvelles personnes qui se sont ajoutées au comité des femmes pour l'année 2024-2025 et pour réaliser les actions que notre responsable régionale, Carmen Langlais, réussira à combler et aussi à planifier les activités à venir.

Deux rencontres sont à souligner durant l'année 2024-2025.

D'abord, la vigile de la non-violence faite aux femmes, débutant le 25 novembre de chaque année, nous rappelant la tuerie du 6 décembre 1989 où 14 femmes ont été tuées à l'École Polytechnique de Montréal par Marc Lépine. Une invitation à porter le ruban blanc est lancée.

Aussi, la Journée internationale des droits des femmes, le 8 mars de chaque année, soulignée par un grand rassemblement avec

conférencier.ère ; le tout se passe au Centre communautaire Père—Arthur-Guertin, au 16, rue Bériault, Gatineau, secteur Hull, salle Bolduc. Très belle salle éclairée, avec un ascenseur disponible pour s’y rendre.

Cette année, j’avais la responsabilité de réserver : Les Fins Traiteurs de l’Outaouais, de Thurso, pour le repas du 7 mars 2025.

RAPPORT DE LA FLG

Par Nicole Aubry-Hébert



Malgré le nombre de participants moins nombreux lors de nos rencontres mensuelles, la somme de 840,75 \$ a été récoltée. Merci de votre générosité.

Cette année, la Fondation a reçu une demande de l’Atelier F.S.P.N. Leur objectif est d’offrir un accompagnement personnalisé par un intervenant afin de guider les participant.es dans leur développement personnel et professionnel.

Le 18 avril, j’ai eu une rencontre au Domaine des Trembles avec le Comité régional de sélection afin de choisir ensemble le montant alloué à chacune des demandes.

RAPPORT DE LA CHORALE « LE CHŒUR JOYEUX »

Par Nicole Aubry-Hébert



Le Chœur Joyeux a égayé les gens à 12 occasions lors de leurs prestations en 2024. Pour mettre toutes ces belles voix à l’unisson, une pratique avec musiciens, choristes et maestro a eu lieu à la sacristie de l’église de Saint-André-Avellin.

Comme la COVID est toujours présente, la chorale a évité de chanter dans les résidences où l’espace est restreint. Donc, églises, salles communautaires, Château Saint-André, Les Résidences Roy & Fils, CHSLD, etc., ainsi que lors de l’Evol et au repas de Noël, la chorale a prodigué des instants de bonheur en mettant de la gaieté.

Le samedi 28 septembre 2024, le Chœur Joyeux fut invité par le Club de l'Amitié de Plaisance pour donner une représentation. Les spectateurs ont grandement apprécié notre prestation.

Le calendrier des activités de la chorale s'est bouclé en décembre 2024 avec des chants de Noël à l'Atelier FSPN. La rencontre s'est terminée avec un bon dîner en présence des participants.

Ce beau groupe se retrouvera en septembre 2025 pour entamer une nouvelle saison.

Il est à noter que cette chorale garde notre association vivante et bien en vue à travers la Petite-Nation.

NOTRE BULLETIN

Par Denise Fahey



Je vous rappelle les membres de l'équipe de notre bulletin : Maurice Deschênes, Ginette Labrosse qui fait la mise en page, Suzanne Gauthier Lalonde, Micheline Maillé, Lucie Lacoste Monfils et moi-même représentante du CS pour le bulletin. Une autre personne avec une grosse tâche qui travaille dans l'ombre est à mentionner : notre camelot : Suzanne Séguin.

Le bulletin vous parvient deux fois par année soit lors de l'Envol, au début de l'année et à la fête des Bénévoles, en juin. À l'Envol de septembre 2024, pour souligner le 25e anniversaire de la parution du bulletin, la première édition du bulletin de 1999 a été réimprimée et remise à chaque membre de notre secteur.

Le bulletin vous tient au courant des nouvelles nationales, régionales et sectorielles de notre association. Celui de l'Envol contient toutes les activités prévues pour l'année en cours.

Le comité espère avoir la surprise, un jour, de recevoir un écrit d'un de ses membres qui aurait le goût de partager un texte, un voyage, un livre, une pièce de théâtre ou quoi que ce soit. Pas besoin d'être un.e écrivain.e pour cela. Personne parmi nous ne détient ce titre. Faites-vous confiance et nous, on est là pour vous aider au cas où...

Alors, c'est pour quand cette belle surprise ?

PS : Le bulletin Enfilant le temps se retrouve en couleurs sur le site de l'AREQ. <https://petite-nation.araq.lacsq.org/> Ça vaut le détour !

Entretemps, bonne réflexion et bonne lecture!

ÉLECTIONS, POSTES À COMBLER ET EN POSTE POUR 2025

A) PREMIÈRE VICE-PRÉSIDENTE :

Paulette Lalande a accepté de continuer son mandat.



B) TRÉSORIÈRE :

Louise Boudreault a accepté de continuer son mandat



C) PREMIER CONSEILLER :

Serge Lamarche accepte le poste



D) DEUXIÈME CONSEILLÈRE :

France Lefebvre accepte le poste.



Félicitations à tous les élus.

Maurice en profite pour féliciter Lucie Sabourin et Nicole Aubry-Hébert qui quittent. Il mentionne leur excellent travail et leur engagement au sein du conseil sectoriel.

DÉLÉGATION CONGRÈS NATIONAL DE JUIN 2026

Lors de l'Assemblée générale sectorielle du 17 avril 2025, les personnes suivantes ont été nommées :

Maurice Deschênes

Francine Lemon,

Serge Lamarche,

France Lefebvre sera substitut.

La 1re réunion se tiendra à Saint-Sauveur en octobre 2025 et les membres délégué.es des Conseils sectoriels doivent être présents.

PROJET TOUJOURS EN ACTION

Par Nicole Aubry-Hébert



Ce projet « Toujours en action » a pris naissance lorsque j'ai rencontré, par hasard, à Montpellier, Noëlla Lévesque, artiste peintre de la Petite-Nation. Elle m'a informée qu'elle donnait des cours d'aquarelle. Je lui ai dit : « Il faudrait qu'un jour, tu viennes donner un cours aux gens de l'AREQ afin qu'ils profitent de ton grand talent. » Cela se passait avant la pandémie.

Lors d'une réunion du conseil sectoriel en 2024, quand il fut question du PTEA, j'ai suggéré un projet avec l'artiste Noëlla. Avec l'aide du président Maurice Deschênes, le secteur a obtenu l'approbation du National.

Alors, 10 personnes ont eu la chance de manipuler le pinceau en assistant au cours intitulé : « À la découverte de l'aquarelle. » Cet événement a eu lieu à Papineauville le 1er mai dernier. L'artiste peintre, Noëlla, 87 ans, a su démystifier et décortiquer les secrets du lavis et de la nature de cet art, livrant sa passion du métier avec un doigté d'une grande compétence,

chaque participant a beaucoup apprécié cette journée consacrée à ce passe-temps en présence de cette aquarelliste, excellente pédagogue. Certains artistes en herbe, suite à cette journée mémorable, songent même à poursuivre cette technique avec elle.

Merci Noëlla ! Un air d'été



DÉFINITIONS DU BÉNÉVOLAT

*Le Bénévolat,
c'est l'art de la gratuité du cœur, du geste et du temps.*

*Le bénévolat
ne connaît d'autres lois que le besoin de l'autre :
percevoir avec lui et trouver ensemble les solutions nécessaires.*

*L'engagement bénévole,
ne serait-ce pas là une façon d'humaniser une société
qui s'individualise de plus en plus?*

*Le bénévolat,
c'est une fleur que l'on s'offre.*

*Le bénévolat,
c'est un cheminement personnel,
c'est une fenêtre ouverte sur le monde*

*Le bénévolat
A tellement de valeur
Qu'il n'a pas de prix*

Le fil régional...



AGR, MANOIR DES TREMBLES

Par Maurice Deschênes



L'assemblée générale régionale (AGR) s'est tenue le 13 mai dernier au Domaine de l'Ange-Gardien, dans le secteur de la Lièvre. Notre secteur était bien représenté par douze membres, un nombre record depuis le début de ma présidence.

L'événement a débuté par un mot de bienvenue de madame Nicole Tremblay, présidente régionale, et de madame Michelle Charlebois, présidente du secteur de la Lièvre.

La présentation des états financiers de notre région a suivi.

Comme à chaque assemblée régionale, les rapports de la présidente ainsi que ceux des différents comités régionaux ont été présentés.

Monsieur Martin St-Pierre, du Conseil exécutif de l'AREQ nationale, nous a fait l'honneur de sa présence.

Un dîner gastronomique a été servi.

L'assemblée de la Fondation Laure-Gaudreault a conclu la journée.

Ce fut une journée riche en activités qui a permis aux membres de se retrouver et d'échanger.

Je remercie les membres présents et j'espère que nous serons encore plus nombreux l'an prochain.

Le fil informateur...

LE PLAN DE DÉVELOPPEMENT DE L'AREQ EST EN MARCHÉ

Comme annoncé en février dernier, l'AREQ s'est doté d'un plan de développement visant à se faire connaître d'un plus grand nombre de membres de la CSQ et, à terme, à augmenter le nombre de personnes qui bénéficieront des avantages d'adhérer à l'AREQ et à diversifier le portrait de ses membres.

La mise en œuvre de ce plan va bon train et les demandes des fédérations et syndicats se multiplient. En effet, dans les dernières semaines, les personnes élues des fédérations suivantes ont été rencontrées :

- Fédération du personnel professionnel des collèges (FPPC-CSQ)
- Fédération du personnel de soutien de l'enseignement supérieur (FPSES-CSQ)
- Fédération des professionnelles et professionnels de l'éducation (FPPE-CSQ)

De plus, les membres de plusieurs syndicats provenant d'un large horizon de corps d'emplois (enseignantes et enseignants des niveaux scolaire et collégial, personnel de soutien, éducatrices en services de garde), notamment, ont également reçu de l'information sur notre association. Ces rencontres ont eu lieu en présentiel ou en virtuel, selon le cas.

De nombreuses autres occasions de rencontrer les membres et les personnes élues de la CSQ sont également prévues dans les prochaines semaines.

INSTANCES DE L'AREQ

Palier national

La structure de l'AREQ permet de rejoindre facilement l'ensemble des membres sur tout le territoire québécois.

Le **CONGRÈS** (CO) est l'instance suprême de l'Association qui réunit, tous les trois ans, quelque 630 membres délégués incluant les membres du Conseil national. Il détermine les politiques générales et les grandes

orientations, élit les membres du conseil exécutif, fixe la cotisation annuelle et adopte les statuts et règlements.

Le **CONSEIL NATIONAL** (CN) est l'autorité première entre les congrès. Il est formé des membres du conseil d'administration et des personnes présidentes des secteurs. Il se réunit deux fois par an. Ses sujets sont déterminés par le conseil d'administration. Le Conseil national adopte le plan.

Le **CONSEIL D'ADMINISTRATION** (CA) se compose des cinq membres du conseil exécutif et de dix conseillères ou conseillers qui ont été élus à la présidence de chaque région. Il s'occupe activement de la mise en application des décisions du Congrès.

Le **CONSEIL EXÉCUTIF** (CE) se compose des cinq personnes élues par le Congrès. Il administre les biens de l'Association, maintient un secrétariat, voit à la bonne marche des différents services et exécute les décisions du conseil d'administration.

Palier régional

La région est la première subdivision de l'Association et son territoire est déterminé par résolution du conseil d'administration. Elle se compose de tous les membres de chaque secteur. L'AREQ est subdivisée en dix régions.

L'**ASSEMBLÉE GÉNÉRALE RÉGIONALE** (AGR) se compose de tous les membres de la région. Elle se réunit une fois par année. L'assemblée générale élit les membres du comité exécutif régional et vote la planification régionale. Elle est consultative au regard des grandes orientations de l'Association.

Le **CONSEIL RÉGIONAL** (CR) se compose de la présidence régionale et de toutes les présidences de secteur de la région. Il planifie, coordonne et soutient la mise en œuvre du plan d'action de l'AREQ dans la région et les secteurs. Il établit les politiques de répartition des sommes reçues de l'Association et fait connaître au conseil d'administration les besoins et les attentes des membres et des secteurs.

Palier sectoriel

Le secteur est la structure de base de l'Association. Le secteur est formé de l'ensemble des membres habitant un territoire de la région, déterminé par le conseil d'administration de l'AREQ.

L'ASSEMBLÉE GÉNÉRALE DU SECTEUR (AGS) se compose de tous les membres d'un secteur. Elle se réunit au moins une fois l'an pour élire les membres du comité directeur et prendre, à l'intérieur du plan d'action de l'Association, les mesures qu'elle juge opportunes pour réaliser ce plan d'action dans son milieu.

Le **CONSEIL SECTORIEL** (CS) se compose de cinq personnes élues lors de l'Assemblée générale du secteur. Il administre les biens du secteur et prépare le plan d'action annuel à être soumis à l'Assemblée. L'assemblée générale du secteur peut élire deux autres membres lors du conseil sectoriel.

© <https://areq.lacsq.org/a-propos/instances/>

Le fil reconnaissance...

LA FLAMME DE L'ANNÉE par Micheline Maillé

Depuis quelques années, les membres du conseil d'administration de notre association décernent à un ou une de ses membres une reconnaissance soit le titre de Flamme de l'année.

Cette année, on a eu un coup de cœur, je dirais un coup de foudre local, pour cette personne qui a le mot bénévolat tatoué sur le cœur.

Qui est notre Flamme 2025?

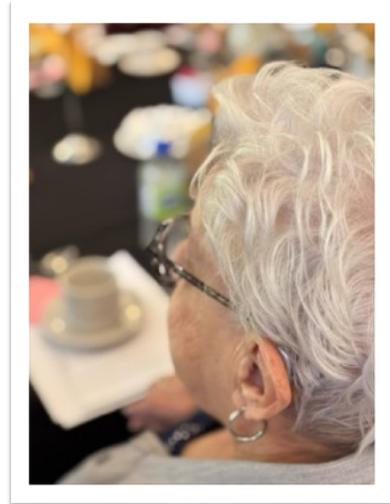
J'aimerais d'abord paraphraser la chanson de Jean Lapointe en disant, Chante-la ta chanson... Oui, tu l'as chanté ta chanson, tu l'as fait chanter aussi...

Tu n'as pas eu peur. Tu as la mélodie au fond de toi et tu sais... qu'il y a un soleil derrière chaque nuage.

Ta chanson, tes chansons, on va y revenir...

Retraitée depuis 1998, notre flamme s'est engagée rapidement dans notre association avec le comité d'accueil. Rien d'étonnant quand on la connaît.

Son empathie pour les plus démunis de notre région l'a aussi amenée à s'investir dans la Fondation Laure-Gaudreault et à nous représenter à



l'AREQ régionale. Ainsi, plusieurs organismes locaux ont pu bénéficier des retombées de la petite poche de notre Laure. Elle a également participé à la distribution de l'aide alimentaire...

Elle a été choisie deux fois Bénévole de l'année par les membres du conseil régional de l'AREQ Outaouais et honorée à la TCARO pour l'année 2014-2015 et l'année 2023-2024.

Elle a représenté les personnes retraitées à la table des politiques familiales de la municipalité de Papineauville de 2019 à 2024.

Elle s'est surtout démarquée en animant la Chorale Le Chœur joyeux dont elle fait partie depuis son tout début en 2001. Grâce aux déplacements de ses membres, à leur répertoire de chansons françaises et à leur enthousiasme, plusieurs personnes des maisons du 3e âge ont reçu des instants de bonheur et ont pu rire en attendant la maitre de chorale raconter ses histoires. Les Choralies de Plaisance en 2016 font aussi partie de son bilan au niveau de ses engagements.

Elle a occupé, depuis 2009, plusieurs postes au sein de notre conseil sectoriel. Quand il y a un besoin, elle lève la main.

Aujourd'hui, elle est montée en grade et veut se prévaloir du titre de châtelaine.

Elle est retournée à son alma mater et est maintenant citoyenne de Saint-André-Avellin.

Vous l'avez sans doute déjà reconnue.

Le conseil sectoriel sous la présidence de M. Maurice Deschênes décerne la flamme de l'année 2025 à Mme Nicole Aubry-Hébert et les membres tiennent à la remercier pour ses nombreuses années au sein du conseil sectoriel.

J'aimerais rajouter qu'à titre de présidente de 2014 à 2019, j'ai eu le privilège de travailler avec Nicole et je retiens d'elle son optimisme, sa résilience et son ouverture aux autres.

Merci Nicole, pour ce que tu nous inspires. Dans un monde où les valeurs sont bafouées, il fait bon d'avoir une flamme pour nous éclairer.

Maintenant, tu fais aussi partie de notre boîte à chansons.

REMERCIEMENT

par Denise Fahey



C'est avec regret que nous voyons Nicole Aubry-Hébert et Lucie Sabourin quitter leur poste au sein du Conseil sectoriel. Deux grandes dames très dévouées qui ont donné leur meilleur à l'AREQ.

Nous les remercions chaleureusement et leur disons qu'elles seront longtemps dans notre mémoire!

Merci généreuses dames!



Par la même occasion, deux nouveaux membres ont été élus au Conseil sectoriel lors de l'AGS du 17 avril, au Bistro Montebello.

Alors, c'est avec plaisir que nous souhaitons la bienvenue à France Lefebvre et à Serge Lamarche au poste de conseillère et conseiller. Aucun doute, elle et il viendront rajeunir le CS car, plusieurs de ce groupe sont des séniors «avancés».

Merci de vous joindre à nous!

LA BEAUTÉ DANS CE QUI RESTE

Il fut un temps où je regardais ce que je n'avais plus.

Mon corps d'avant.

Ma maison pleine.

Le bruit des enfants se chamaillant.

Les éclats de rire au téléphone.

Les projets, les promesses, les premières fois.

Je comptais ce qui était parti. Et plus je comptais,

Plus mon cœur devenait lourd.

Mais maintenant...

Je regarde autrement.

Il reste la lumière du matin sur le coin de la table.

Le silence paisible, juste après le café.

Le chant d'un oiseau que je reconnais sans le nommer.

Il reste la main sur le tissu chaud d'un pull qu'on aime encore.

Le gout d'un plat simple.

La mémoire d'un parfum qui revient sans prévenir.

Il reste mes mains.

Moins fermes mais plus tendres.

Mes yeux moins vifs.

Mais plus profonds.

Et ce cœur-là...

Ce cœur qui a tenu bon

Malgré tout ce qui a été perdu.

Je commence à trouver la beauté

Dans ce qui reste.

Dans ce qui ne fait pas de bruit.

Dans ce qui ne brille pas.

Mais qui tient chaud

Longtemps.

Doucement.

Et c'est peut-être ça,

Vieillir avec grâce...

Texte tiré de l'Internet par Nicole A.Hébert. Il est inspiré de celles et ceux qui portent dans le silence un amour plus fort que les mots.

Le fil cassé...

L'équipe du bulletin, composée de Denise Fahey, Suzanne Gauthier Lalonde, Lucie Lacoste Monfils, Micheline Maillé, Suzanne Séguin, Ginette Labrosse Lafleur et Maurice Deschênes, incarne une diversité de talents et de compétences. Chacun de ses membres apporte sa propre expertise et sa passion pour l'information, ce qui permet de créer un contenu riche et varié pour leurs lecteurs.

La santé est toujours souhaitée à ceux et celles que nous aimons...



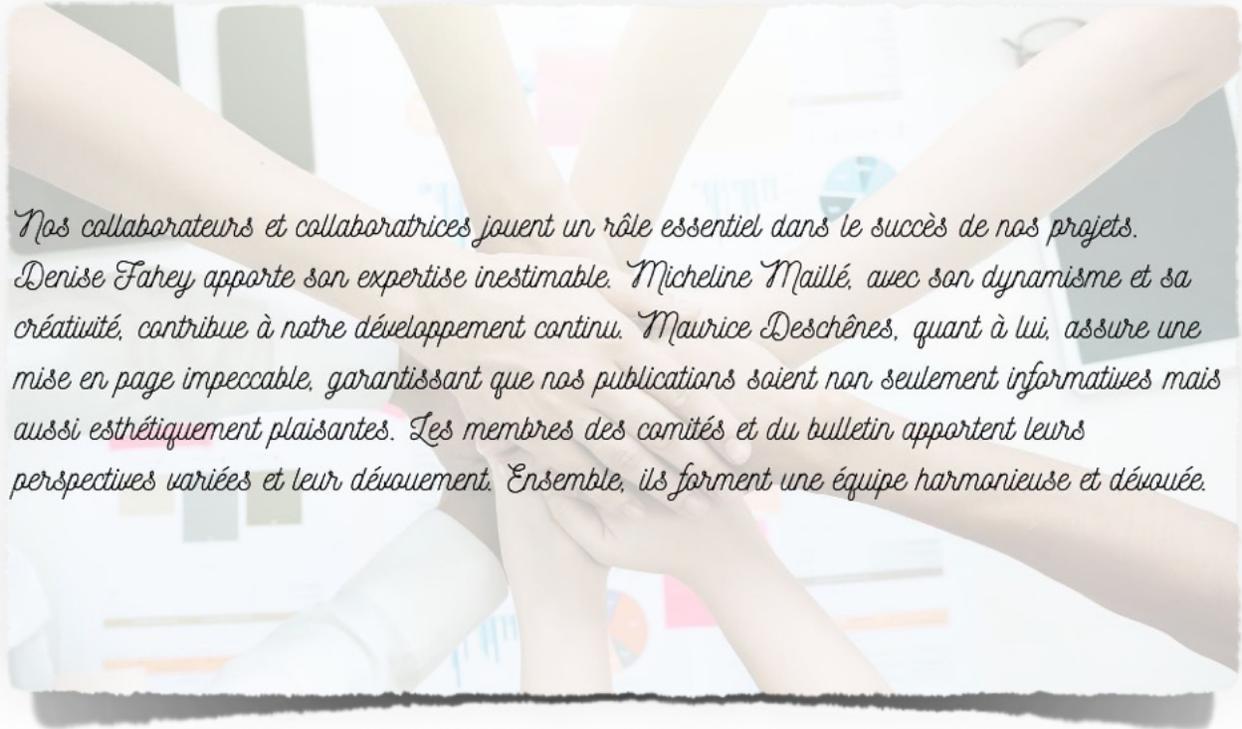
Annette Bélisle-Lesieur, membre de l'AREQ

Monique Dumas, membre de l'AREQ

André Caron conjoint de Pauline Lacoste, beau-frère de Lucie
Lacoste Monfils et d'Irénée Monfils

Ginette Dufresne, ancienne membre de la chorale

L'ÉQUIPE DU BULLETIN



Nos collaborateurs et collaboratrices jouent un rôle essentiel dans le succès de nos projets. Denise Fahey apporte son expertise inestimable. Micheline Maillé, avec son dynamisme et sa créativité, contribue à notre développement continu. Maurice Deschênes, quant à lui, assure une mise en page impeccable, garantissant que nos publications soient non seulement informatives mais aussi esthétiquement plaisantes. Les membres des comités et du bulletin apportent leurs perspectives variées et leur dévouement. Ensemble, ils forment une équipe harmonieuse et dévouée.

*J'espère que vous passerez un été agréable et mémorable.
Profitez du soleil, des moments en plein air et des aventures estivales.
C'est le moment idéal pour se détendre, explorer de nouveaux horizons
et passer du temps de qualité avec vos proches.*



Information AREQ nationale

QUI FAIT QUOI À L'AREQ

Aux personnes présidentes de région ou de secteur

Liste non exhaustive, afin que vous sachiez avec qui communiquer pour les affaires courantes.

Si vous ne trouvez pas dans ce tableau à qui adresser votre questionnement, bien vouloir le transmettre à info@areq.lacsq.org afin que votre demande soit acheminée à la personne concernée par l'entremise de la réceptionniste.

Quoi	Qui	Adresse courriel
Accès CELMA (code d'utilisateur et mot de passe)	Stéphanie Trudel	trudel.stefanie@areq.lacsq.org
Atelier CELMA	Véronique Bilodeau	bilodeau.veronique@areq.lacsq.org
Adhésions des nouveaux membres, groupe hors délai et membre conjoint	Stéphanie Trudel	trudel.stefanie@areq.lacsq.org
Assurances (service aux membres - 1 ^{er} niveau)	Stéphanie Trudel	trudel.stefanie@areq.lacsq.org
Avantages et rabais	Audrey Roy	roy.audrey@areq.lacsq.org
Avis de changement / conseil exécutif régional, sectoriel et responsable régional	Stéphanie Trudel	trudel.stefanie@areq.lacsq.org
Avis de décès	Stéphanie Trudel	trudel.stefanie@areq.lacsq.org
Bourse AREQ (pour information) Transmettre les formulaires à la présidence de région	Valérie Martin	martin.valerie@areq.lacsq.org
Bourse en soutien à l'aide humanitaire (pour information) Transmettre les formulaires à la présidence de région	Valérie Martin	martin.valerie@areq.lacsq.org
Bulletins sectoriels (vous êtes invités à les déposer directement dans l'extranet)	Audrey Roy	roy.audrey@areq.lacsq.org
Cartes de membre	Réception	info@areq.lacsq.org
Changements d'adresses, numéros de téléphone et courriels (dossiers membres)	Réception	info@areq.lacsq.org
Démissions	Stéphanie Trudel	trudel.stefanie@areq.lacsq.org
Étiquettes et listes de membres	Réception	info@areq.lacsq.org
Extranet de l'AREQ (accès)	Audrey Roy	roy.audrey@areq.lacsq.org
Nos membres publient	Martine Faguy	faquy.martine@areq.lacsq.org
Objets promotionnels et papeterie (commandes et suivis)	Véronique Bilodeau	bilodeau.veronique@areq.lacsq.org
Offres de bénévolat (demandes d'organismes externes)	Valérie Martin	martin.valerie@areq.lacsq.org
Programme <i>Toujours en action</i> (PTEA)	Catheryne Ouellette	ouellette.catheryne@areq.lacsq.org
Réservations de chambres : RRR, CN et CO	Véronique Bilodeau	bilodeau.veronique@areq.lacsq.org
Réservations de chambres : CG et CGN	Valérie Martin	martin.valerie@areq.lacsq.org
Réservations de chambres : CE et CA	Valérie Martin	martin.valerie@areq.lacsq.org
Sessions de préparation à la retraite (SPR)	Audrey Roy	roy.audrey@areq.lacsq.org
Soutien financier (demandes d'organismes externes)	Valérie Martin	martin.valerie@areq.lacsq.org
Support informatique extranet	Audrey Roy	roy.audrey@areq.lacsq.org
Support informatique Zoom	Véronique Bilodeau	bilodeau.veronique@areq.lacsq.org
Trésorerie des régions et des secteurs, rapport de dépenses	Marie-Élaine Boutin-Mainguay	boutin-mainguay.marie-elaine@areq.lacsq.org
Fondation Laure-Gaudreault	Marie-Élaine Boutin-Mainguay	FondationLG@areq.lacsq.org