



Association des retraités  
et retraitées de l'enseignement  
du Québec (CSQ)

A.R.E.Q. Région 07 \* Secteur D \*

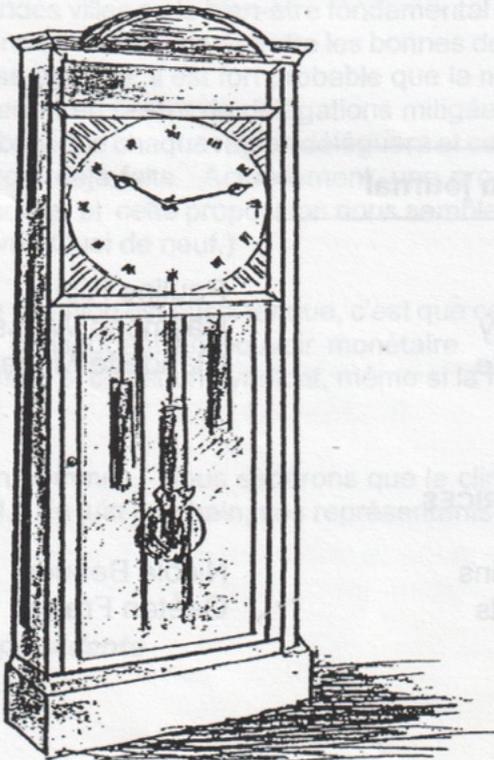
Vol. 6 no 1

*Petite-Nation*

Mars 2004

# Enfilant

# le temps...



---

## Sommaire

---

LE DROIT FIL - Mot de la présidente - Les enjeux sont grands... et pourtant...	page 3
LE FIL CONDUCTEUR - La loi 111	pages 4-5-6
- Indexation	pages 7-8-9-10
- Nouvelles: secteur, élections	pages 11-12-13-14
AU FIL DE L'HISTOIRE - De l'arrivée des Français à la découverte de la Petite-Nation	pages 15-16-17
LE FIL CASSÉ - Décès	page 17
AU FIL DES ANS - Les écoles de Namur et de St-Émile	pages 18-19
ON FILE À TOUTE ALLURE - Assemblée générale à Maniwaki	page 19
DE FIL EN AIGUILLE - Des instants de bonheur	page 20
LE FIL S'ÉTIRE - Mot des nouveaux et nouvelles retraités(es)	pages 21-22-23
LE FIL NOUÉ - Appel à tous	page 23
ENVIRO-FIL - Dossier de l'environnement	page 24
AIGUILLÉE DE MOTS PEAUFINÉS - Doux printemps	page 25
FIL D'ELLES - J'ai reçu des fleurs aujourd'hui...	page 26
LE FIL SE TORD - Ça fait mal	page 27
LA COULEUR DU FIL - Commanditaires	page 28

---

## Équipe du journal

---

Lucie Lacoste-Monfils  
Nicole Thomas  
Diane Modéry  
Suzanne Gauthier-Lalonde

Denise Fahey  
Louise Lyrette

Pauline Rioux  
Raymond Whissell  
Claudette Ménard

### NOS COLLABORATEURS ET NOS COLLABORATRICES

Pierrette Gerard  
Henriette Villesèche  
Paul Lalonde

Lise Desjardins  
Irénee Monfils

Nicole Beaudry  
Gaétan Franc



### Les enjeux sont grands... et pourtant...

Notre association, l'A.R.E.Q., devient de plus en plus importante et de plus en plus imposante. En effet, le nombre de nos membres croît de mois en mois et nous sommes maintenant plus de 42 400 membres.

Cependant, le nombre de régions et de secteurs, l'âme de notre association, n'a pas changé. Il y a donc, actuellement, des secteurs qui dépassent 500 membres, parfois même 1 000 membres. Il va de soi que les grandes régions urbaines de l'A.R.E.Q. comptent de plus en plus de professeur(e)s retraité(e)s.

Alors qu'arrive-t-il? Comme il devient difficile de tenir un Congrès ouvert à tous à cause du nombre de personnes qui veulent y assister, nous devons penser à envoyer des délégations. Ces délégations pourraient être homogènes i.e. que chaque secteur serait représenté par un même nombre de membres et chaque région pourrait déléguer un même nombre de membres supplémentaires (exemple: les responsables des différents comités). Ces délégations pourraient aussi être mitigées i.e. qu'elles seraient formées selon un calcul basé sur le nombre de membres dans les secteurs et dans les régions, autrement dit elles seraient proportionnelles au nombre de membres que comprennent les différents secteurs et les différentes régions. Il va de soi que cette façon de concevoir les délégations avantage les grandes régions.

Le Congrès spécial de juin 2004 vise à nous sortir de l'impasse que nous avons vécu l'an dernier, lors du Congrès 2003, à Trois-Rivières. En effet, pour que le Congrès par délégation soit entériné, nous devons voter en faveur à 66.66%. Ceci a été accepté. Ce taux de 66.66% devait aussi être maintenu en ce qui concerne le genre de délégation et c'est là que nous nous sommes accrochés. Il n'y a pas eu de consensus assez fort pour faire «pencher la balance» dans un sens ou dans l'autre.

Quant à nous, notre position est la suivante: si l'A.R.E.Q. est une association dans laquelle les principaux enjeux concernent le bien de nos membres, nous croyons que toutes les régions, que tous les secteurs, quelle que soit leur densité, visent ces objectifs. Nous croyons aussi que le bien-être fondamental des retraités des grandes villes ou le bien-être fondamental des retraités de la Petite-Nation est le même. Nous nous croyons donc en mesure de prendre les bonnes décisions qui s'imposent pour tous. Cependant, pour sortir de l'impasse actuelle, il est fort probable que la majorité des membres présents au Congrès spécial de juin 2004 voteront en faveur de délégations mitigées. Il nous restera alors une autre porte ouverte: le nombre de membres que chaque région déléguera et ce nombre peut être différent selon les calculs savants que certains auront déjà faits. Actuellement, une proposition a été présentée par Adrienne Carpentier, secrétaire provinciale, et cette proposition nous semble la plus équitable pour notre région. (Voir le dernier numéro de la revue Quoi de neuf.)

À notre avis, si la situation est aussi tendue, c'est que certaines personnes désirent s'approprier un pouvoir politique, et par conséquent un pouvoir monétaire. Parfois, je me demande si on ne veut pas gérer l'association comme si c'était un syndicat, même si la majorité de nos objectifs sont différents de ceux du monde syndical.

Voilà où nous en sommes. Nous espérons que le climat de notre association n'en souffrira pas trop au niveau provincial. En juin prochain, vos représentants iront débattre de la chose encore une fois à Trois-Rivières.

**Diane Modéry, présidente**





## Le fil conducteur

### LA LOI 111 C'EST RÉGLÉ !

#### AUX ENSEIGNANTES ET ENSEIGNANTS QUI ONT FAIT LA GRÈVE LE 17 OU LE 18 FÉVRIER 1983.

=====

#### HISTORIQUE

Rappelons que l'année 1982-83 a été une année difficile au niveau de la conjoncture économique.

Le gouvernement avait décrété trois (3) lois :

- la loi 68, indexation partielle des rentes de retraite
- la loi 70, coupure de 20% et gel des salaires
- la loi 72, Conseil des services essentiels

#### Grève de 1982

- la loi 105 – décret pour 3 ans, convention collective et enfin la loi 111. Sans entrer dans tous les détails, elle est déclarée inconstitutionnelle le 27 septembre 1994 et en 2001, la Cour Suprême refuse au gouvernement d'aller en appel.

Commencent les travaux pour indemniser toutes les personnes qui ont subi une double coupure, même sans grief, et pour trouver une solution collective.

#### ENTENTE INTERVENUE

Une entente est intervenue en janvier 2004 entre le Ministère de l'Éducation et la Centrale des syndicats du Québec (CSQ) concernant les coupures en double des journées de grève des 17 et 18 février 1983.

#### DÉMARCHES

Un plan de mise en œuvre concernant ce règlement a été mis en place. En voici, en résumé les démarches.

##### 1. COMPENSATION

Le montant de la compensation est de 318 \$ multiplié par le nombre de jours entiers ou par la ou les parties de jours de grève auxquelles la personne a participé les 17 ou 18 février 1983. Ce montant comprend le capital et les intérêts.



## Le fil conducteur (suite)

### Question :

Y a-t-il des déductions sur ce montant ?

Oui, sur le capital : seulement l'impôt provincial et fédéral et la cotisation syndicale.  
Sur les intérêts : la cotisation syndicale seulement.

## 2. RÉCLAMATION

Chaque personne membre de l'A.R.E.Q. recevra par la poste, de son ancien syndicat, (non, cette correspondance ne provient pas de l'A.R.E.Q.) une lettre et des formulaires à compléter.

### IMPORTANT :

Toute demande de réclamation doit être retournée AVANT LE 15 AVRIL 2004 SOUS PLI RECOMMANDÉ À VOTRE COMMISSION SCOLAIRE AVEC UNE COPIE À VOTRE SYNDICAT. (Conservez une copie pour vos dossiers.)

**Note :** Il est important que vous sachiez que toutes les informations que vous allez indiquer sur le formulaire seront comparées avec les données qui pourraient être fournies par la CARRA, les commissions scolaires, votre syndicat et la FSE.

**Question :** J'ai déjà envoyé une lettre à mon syndicat, dois-je envoyer cette demande de réclamation quand même ?

Oui, vous devez obligatoirement faire une demande écrite de réclamation, sous pli recommandé à la commission scolaire. Cette procédure est prévue dans l'entente et elle doit être exécutée pour recevoir votre chèque.

**Question :** Quand vais-je recevoir ce courrier ?

D'ici quelques semaines et au plus tard à la fin de février.

## 3. QUI VA ÉMETTRE LE CHÈQUE ?

Les commissions scolaires visées sont responsables du paiement des sommes dues aux enseignantes et enseignants. Une commission scolaire effectue le paiement dans les 60 jours suivant la réception de l'autorisation par le comité prévu à l'entente.



## Le fil conducteur (suite)

**Question :** Quand vais-je recevoir mon chèque ?

Près de 69 000 personnes sont touchées par ce règlement. L'émission des chèques devrait débiter en mai pour ceux et celles qui sont au travail (les vérifications seront plus rapides pour les personnes salariées en place). Pour les autres, en juin, mais à cause des vacances, il faudra peut-être attendre l'automne.

### 4. POUR LES PERSONNES DÉCÉDÉES

Les personnes décédées, leurs ayants droit doivent faire une demande écrite de réclamation et l'acheminer à la commission scolaire, tel qu'indiqué sur le formulaire. **CETTE DEMANDE DOIT ÉGALEMENT ÊTRE EFFECTUÉE AVANT LE 15 AVRIL 2004 SOUS PLI RECOMMANDÉ.**

Les ayants droit doivent accompagner leur demande écrite de réclamation d'une preuve officielle confirmant leur statut d'héritier légal et d'un certificat de décès.

### 5. PUBLICITÉ

Pour les personnes qui n'auront pas été rejointes, une publicité paraîtra dans les principaux journaux.

### CONCLUSION

Nous vous invitons à lire attentivement votre correspondance avant d'appeler l'A.R.E.Q. ou votre syndicat dans le but d'éviter de surcharger les lignes téléphoniques. N'oubliez pas que 69 000 personnes sont touchées par ce règlement.

Merci de votre collaboration.



On ne peut s'empêcher de vieillir, mais on n'est pas obligé de vivre en vieux.

*Joseph Rony*



### Indexation

Voici un texte rédigé par Rose Cousineau, secteur Des Draveurs, qui vous explique bien la situation. À la suite de ce texte, nous vous reproduisons un tableau qui résume les trois positions: celle que nous vivons actuellement; celle de la CEQ; celle de l'A.R.E.Q.

### Dossier indexation

ou

#### La non-indexation pleine et entière de régimes de retraite

«Les personnes retraitées s'appauvrissent.» Pourquoi? Nos pensions n'augmentent pas au même rythme que le coût de la vie.

Jusqu'à 1982, les pensions des retraités étaient entièrement indexées au coût de la vie, mais cette année-là, on a mis fin à cette pratique par un décret qui stipulait que, pour les années de service reconnues après le 1<sup>er</sup> juillet 1982, les régimes de retraite (RREGOP et RRE) ne seraient indexés que lorsque l'I.P.C. (Indice des prix à la Consommation) serait supérieur à 3% et que le pourcentage d'indexation serait égal au pourcentage de l'IPC -3%. Entre les années 1982 et 1993, ce calcul permit aux personnes retraitées de recevoir de légères augmentations, mais entre les années 1993 et 2000, l'IPC ayant toujours été moindre que 3%, aucune somme n'a été ajoutée à nos pensions.

Quant à l'indexation de la rente des personnes qui se sont retirées des fonctions publiques ou parapubliques après janvier 2000, on la calcule en retenant la formule la plus avantageuse parmi les deux suivantes: **IPC-3% OU 50% de l'IPC**. Ce léger correctif à la situation des retraités a été obtenu par les syndicats lors des dernières négociations collectives. Mais ce gain demeure une demi-victoire, car pour ceux et celles qui ont pris leur retraite entre juillet 1982 et janvier 2000, le décret s'applique toujours et continue de les appauvrir année après année. Ci-dessous, vous trouverez trois cas qui vous démontreront que les retraitées et retraités ne sont pas tous égaux au regard de l'indexation de leur pension.

1. L'enseignante ou l'enseignant qui a pris sa retraite avant le décret de 1982, bénéficie d'une indexation pleine et entière (égale à l'IPC) pour toutes ses années de service.
2. L'enseignante ou l'enseignant qui a pris sa retraite après 1982, mais avant janvier 2000, bénéficie d'une indexation pleine et entière pour ses années de service antérieures à 1982. Pour ses années après 1982, c'est le décret qui s'applique (IPC-3%).



## Le fil conducteur (suite)

3. L'enseignante ou l'enseignant qui a pris sa retraite après janvier 2000 bénéficie d'une indexation pleine et entière pour ses années antérieures à 1982. Pour ses années de service de 1982 à 2000, c'est le décret qui s'applique (IPC-3%), mais pour ses années de service entre l'an 2000 et l'année de sa retraite, on calcule l'indexation qui lui est versée en retenant la formule la plus avantageuse parmi les deux suivantes: IPC-3% ou 50% de l'IPC.

Malheureusement, l'A.R.E.Q. n'a aucun pouvoir direct pour faire changer les choses, car c'est aux tables de négociations que ce dossier est traité. Si l'on veut faire corriger cette injustice, il nous faudra sensibiliser les enseignants et les enseignantes sur le sort qui les attend lorsqu'ils seront à la retraite.

Quelle est la demande de l'A.R.E.Q. à ce chapitre?

Que l'indexation des pensions de tous les retraités et retraitées (RRE et RREGOP) soit calculée de la même façon qu'on le fait depuis janvier 2000 pour les employés des secteurs publics et parapublics qui prennent leur retraite, c'est-à-dire qu'on utilise la plus avantageuse des 2 formules suivantes: IPC-3% ou 50% de l'IPC.

Les négociations sont en cours; que gagnerons-nous? Ce dossier, qui est évidemment politique, est donc à suivre.

**Attention! Attention!**

**Le déjeuner du 8 avril se  
fera au Bistro à  
Montebello à 9 h 30**





## Le fil conducteur (suite)

EXEMPLE AVEC LA FORMULE (IPC-3 %, MINIMUM 50%) AVEC L'APPLICATION CSQ ET L'APPLICATION A.R.E.Q.

Une prise de retraite en juin 2002 après 35 ans de service avec une rente de 32 000 \$.  
Début dans l'enseignement en 1967. INDEXATION AU 1<sup>ER</sup> JANVIER 2004 : 3,2%

FORMULES ACTUELLES (A)	FORMULES PROPOSÉES CSQ (B)	FORMULES PROPOSÉES A.R.E.Q. (C)
<p>1967 à 1982 = 15 ans pleine indexation 1982 à 1999 = 17,5 ans (IPC-3%) 2000 à 2002 = 2,5 ans (IPC-3%, minimum 50%) (1<sup>er</sup> janvier 2002 au 30 juin 2002) total: 35 années de service</p> <p>➤ 15/35 de 32 000 \$ = 13 714,28 \$ 13 714,28 \$ X 3,2 % = <b>438,86 \$</b></p> <p>➤ 17,5/35 de 32 000 \$ = 16 000 \$ (3,2% - 3%) = 0,2% 16 000 \$ x 0,2% = <b>32,00 \$</b></p> <p>➤ 2,5/35 de sa rente sont indexés à IPC - 3% minimum 50 % de l'IPC 2,5/35 de 32 000 \$ = 2285,71 \$ 2285,71 X 1,6% (50 % de l'IPC) = <b>36,57 \$</b></p> <p>Sa rente totale sera de: 32 000 \$ + 438,86\$ + 32,00\$ + 36,57 \$ = <b>32 507,43 \$</b></p> <p>Augmentation acquise : 507,43 (A)</p>	<p>« IPC-3%, minimum 50%) sur toutes les années cotisées, sauf si l'application des règles que nous connaissons présentement leur était plus avantageuse. Donc, concrètement pour les personnes dont la moitié ou plus de leurs années cotisées se situent avant le 1<sup>er</sup> juillet 1982, AUCUN CHANGEMENT ».</p> <p>RÈGLES ACTUELLES</p> <p>➤ 15/35 de 32 000 \$ = 13 714,28 \$ 13 714,28 \$ X 3,2 % = <b>438,86 \$</b></p> <p>➤ 17,5/35 de 32 000 \$ = 16 000 \$ (3,2% - 3%) = 0,2% 16 000 \$ x 0,2% = <b>32,00 \$</b></p> <p>➤ 2,5/35 de sa rente sont indexés à IPC - 3% minimum 50 % de l'IPC 2,5/35 de 32 000 \$ = 2285,71 \$ 2285,71 X 1,6% (50 % de l'IPC) = <b>36,57 \$</b></p> <p>Sa rente totale au 1<sup>er</sup> janvier 2004 serait de 32 000 \$ + 438,86\$ + 32,00\$ + 36,57 \$ = 32 507,43 \$</p> <p>Augmentation acquise : 507,43 (A) C'EST QUOI (IPC-3%, MINIMUM DE 50%) ? À chaque 1<sup>er</sup> janvier un test sera effectué pour vérifier si la rente totale est indexée à plus de IPC-3%, minimum 50%.</p> <p>Rente totale : 32 000\$ et (l'IPC -3% minimum 50%) = 512 \$ (B)</p> <p>Déjà acquis : 507,43 \$ (A) Minimum de 50% est égal à 512,00 \$ (B) C'est une augmentation de 4,57 \$ (B-A)</p>	<p>« IPC-3%, minimum 50% pour les années à compter de 1982. (soit correction des années 1982 à 1999) »</p> <p>1967 à 1982 = 1 minimum 50%)</p> <p>➤ 15/35 de 32 000 \$ = 13 714,28 \$ 13 714,28 \$ X 3,2 % = <b>438,86 \$</b></p> <p>➤ 20 années ont été travaillées entre 1982 et 2002, donc 20/35 de sa rente sont partiellement indexés (IPC - 3 %, minimum 50%) 2/35 x 32 000 \$ = 18 285,71 \$ 18 285,71 \$ x (IPC - 3%, minimum 50%) 18 285,71 \$ x 1,6 % = <b>292,57 \$</b></p> <p>Sa rente au 1<sup>er</sup> janvier 2004 serait donc de : 32 000 \$ + 438,86 \$ + 292,57 \$ = <b>32 731,43 \$</b></p> <p>Déjà acquis : 507,43 \$ (A) IPC-3%, minimum 50% (82 à 2002) 731,43 \$ (C)</p> <p>C'est une augmentation de 224 \$ (C-A)</p>



## Le fil conducteur (suite)

EN RÉSUMÉ :

situation A)	situation B)	situation C)
<b>FORMULES ACTUELLES :</b>	<b>FORMULES CSQ :</b>	<b>FORMULES A.R.E.Q.</b>
la rente de 32 000 \$ augmenterait de 507,43 \$	La rente de 32 000\$ augmenterait de 512,00 \$ Augmentation de <b>4,57 \$</b> par rapport à A) <b>voir note (1)</b>	La rente de 32 000 \$ augmenterait de 731,23 \$ Augmentation de <b>224 \$</b> par rapport à A)

Note (1) :

Formule CSQ : pour les personnes qui ont la moitié (17,5) ou plus de leurs années cotisées avant 1982, aucun changement, puisqu'elles auront un minimum de 50% de l'indexation.  $17,5/35 \times 32\ 000 \$ = 16\ 000 \$ \times 3,2\% = 512 \$$ .

29 janvier 2004

A.R.E.Q.



## Nouvelles du secteur

### Annuaire de L'A.R.E.Q. Petite-Nation...

Nous vous rappelons le message que nous vous avons fait parvenir avec nos voeux de Noël. Ce message s'adresse aux personnes qui ont reçu le bottin téléphonique par la poste, en même temps que le journal *En filant le temps*, septembre 2004.

En septembre 2003, nous avons réédité l'annuaire téléphonique de nos membres en faisant les mises à jour appropriées. Cependant nous avons omis de vous mentionner que le bottin coûtait seulement 2\$.

Évidemment, deux dollars, ce n'est pas une grosse somme, mais si on la multiplie par 100, nous arrivons à deux cents dollars. Dans un but d'équité envers ceux et celles qui ont payé le montant demandé lors de l'Accueil des nouveaux retraités, nous vous serions reconnaissants d'envoyer le petit 2\$ à **Suzanne Séguin, 175, rue Clément, Papineauville (Québec), J0V 1R0.**

Il va de soi que vous n'êtes pas obligés d'acheter ce bottin. Si c'est le cas, auriez-vous la gentillesse de le retourner à Suzanne, à l'adresse ci-haut mentionnée.



## Le fil conducteur (suite)

### Scrabble...

Enfin, nous sommes presque prêtes à démarrer notre Club de scrabble de l'A.R.E.Q. Petite-Nation. En effet, Denise Fahey, Lucie Lacoste-Monfils et moi-même sommes allées, avant la période des fêtes, à Buckingham, pour participer à une rencontre de scrabble. Gisèle Brazeau, une experte en la matière, nous a accueillies avec son groupe et nous avons joué une partie avec elles. Quel plaisir!

Emballées, nous nous sommes équipées au complet et nous sommes prêtes à démarrer. Ce qui nous manque c'est un tableau pour le meneur de jeu et surtout des candidats (tes) qui aimeraient former une équipe avec nous.

Présentement, nous prévoyons attendre le beau temps (mars-avril) pour commencer les rencontres du jeudi après midi (ou le jour qui va convenir le mieux à la majorité).

Nous avons décidé de faire une équipe volante i.e. que nous nous déplacerons vers chaque village où il y aura des participants(tes). Ainsi, si quelqu'un de Ripon s'inscrit, nous irons jouer dans ce village une semaine. La fois suivante, nous irons à Plaisance, etc.

### Tournoi de golf

En septembre 2004, nous tiendrons la 3<sup>e</sup> édition de notre tournoi de golf au profit de la Fondation Laure-Gaudreault et du Volet d'aide humanitaire de la C.S.C.V. Cette année, la Zone des Caisses Desjardins des Deux-Vallées a accepté d'être notre commanditaire majeur, sous la présidence d'honneur de monsieur Pierre Lalonde, président de la Zone. Notre tournoi se fera en collaboration avec le secteur Lièvre dont la présidente est une ancienne consœur de plusieurs d'entre nous, Nicole Morin-Laplante.

Nous vous enverrons des informations plus tard dans la saison. Cependant, vous pouvez commencer à organiser vos quatuors.



## Élections...

### EN MAI PROCHAIN, IL Y AURA DES ÉLECTIONS

Cette année encore, nous aurons des élections, afin de nommer des représentants (tes) qui feront partie de l'équipe du Comité directeur. Les postes ouverts sont: 1<sup>re</sup> vice-présidence, secrétariat et trésorerie.

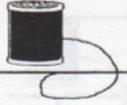
De plus, comme nous avons de plus en plus de travail, il est possible (mais pas encore certain) que nous procédions à l'ouverture d'un poste (temporaire) de conseiller(ère). Nous avons pensé ouvrir ce poste pour une période de deux ans. Par la suite, nous évaluerons les besoins et nous déciderons s'il y a encore le même besoin que nous prévoyons pour 2004-2005. Dans les Statuts et règlements, il est stipulé que le Comité directeur peut être formé de sept membres dont deux ont le titre de conseiller (ère).

Désireuses de vous permettre de réfléchir à la possibilité de poser votre candidature, nous insérons dans le journal, une feuille de mise en candidature.

En ce qui concerne les rôles que doivent jouer les personnes détentrices des postes ci-haut mentionnés, les réunions, l'éligibilité et la durée du mandat, nous vous résumons les pages de votre document *Statuts et règlements*.

«Les devoirs des autres membres du Comité directeur sont les suivants: (22.03 B)

- a) diriger le secteur avec la présidence;
- b) assurer une surveillance générale des activités sectorielles;
- c) assister à la Session régionale;
- d) assumer les tâches qui leur sont dévolues par l'Assemblée générale du secteur;
- e) en sus de ce qui précède, la ou le secrétaire est de droit secrétaire du Comité directeur de l'Assemblée générale du secteur. Cette personne rédige ou vérifie, fait approuver et signe les procès-verbaux de ces instances;
- f) en sus de ce qui précède, la trésorière ou le trésorier a la responsabilité: i) de tenir les comptes du secteur - ii) de présenter les rapports financiers - iii) de signer conjointement avec la présidence du secteur, à moins qu'une autre personne du Comité directeur ne soit nommément chargée par une résolution de l'Assemblée générale de le faire à la place de l'une ou l'autre, les chèques et autres effets négociables sur le compte du secteur - et iv) d'exécuter tous les devoirs spécifiques de contrôle qu'exige cette fonction.



## Le fil conducteur (suite)



### Réunion du Comité directeur (22.04)

Le Comité directeur du secteur doit se réunir aussi souvent que l'exigent les affaires du secteur mais au moins trois fois par année; il doit se réunir à la demande de trois de ses membres.

### Éligibilité (23.01)

Tout membre régulier et en règle de l'Association inscrit dans un secteur est éligible au poste de présidence de secteur ou à l'un ou l'autre des postes du Comité directeur.

### Durée du mandat (23.02)

Les membres du Comité directeur sont élus pour deux ans sous réserve de la limite de trois mandats consécutifs complets à un même poste.»

### Disponibilité

Il va de soi que vous devez être prêts(tes) à participer (dans la mesure du possible) aux activités que l'A.R.E.Q. organise à l'intérieur du secteur et à l'occasion, au niveau régional ou provincial. Ceci demande une certaine disponibilité dans votre horaire de retraite.

### **Diane Modéry**

*Retraité(e)s de l'enseignement, venez enseigner le français quelques heures par semaine... Horaire très flexible.*

*Centre de Langues Internationales Charpentier*

*Natacha Ballager*

*4, rue Taschereau - 430 / Hull (Québec) J8Y 2V5*

*Tél. (819) 772-2542 - Tél. (819) 772-4543*

*[Clic-hull@qc.aibn.com](mailto:Clic-hull@qc.aibn.com) - [www.clinetwork.com](http://www.clinetwork.com)*



## BULLETIN DE PRÉSENTATION DE CANDIDATURE

CANDIDAT OU  
CANDIDATE

(Nom)

(Adresse)

(Région)

(Code postal)

à la fonction de:

(Fonction)

candidature  
présentée par:

(Nom en majuscules)

(Signature)

avec l'appui de:

1)

(Nom en majuscules)

(Signature)

2)

(Nom en majuscules)

(Signature)

J'accepte de poser ma candidature et d'exercer cette fonction si telle est la volonté de l'Assemblée.

Date

(Signature)



### De l'arrivée des Français à la découverte de la Petite-Nation

À l'arrivée des Européens en Amérique, des Amérindiens, installés sur notre continent depuis plus de 20 000 ans, y vivent. L'origine de leur venue en Amérique est peu connue. Plusieurs hypothèses tentent d'expliquer leur arrivée. L'hypothèse, la plus connue et la plus acceptée dans l'historiographie occidentale actuelle, explique que les Amérindiens ont traversé, à l'époque des glaciations, le détroit de Behring, qui sépare actuellement l'Amérique de l'Asie. Suite à leur traversée de ce désert de glace, les Amérindiens se sont essaimés partout sur le territoire.

Quand les Européens abordent en Amérique à la recherche d'une nouvelle route pour se rendre aux Indes chercher des épices et de la soie, ils abordent donc un continent habité. Les Européens s'y installent en conquérants. Ils se proclament les nouveaux maîtres de l'Amérique. Que cela ressemble à l'impérialisme américain actuel !

C'est dans ce contexte de conquêtes que François Ier, roi de France, financera les premières expéditions françaises en Amérique. Arrêtons-nous sur le plus connu des explorateurs français, Jacques Cartier.

À l'arrivée de Jacques Cartier dans l'est du Canada en 1534, trois nations principales habitent notre territoire: les Iroquoïens, les Algonkiens et les Inuits. Étant donné que Jacques Cartier et ses successeurs ont pénétré à l'intérieur du continent par le fleuve Saint-Laurent, les premiers contacts ont été établis avec les Iroquoïens qui habitaient la vallée du Saint-Laurent et des Grands Lacs et avec les Algonkiens qui habitaient surtout dans le Bouclier canadien. Les premiers étaient sédentaires et cultivaient la terre tandis que les seconds étaient nomades et vivaient de chasse, de pêche et de cueillette. Les Amérindiens de l'est du Canada à l'arrivée des Blancs ne connaissaient pas l'usage du métal et encore moins celui de l'écriture.

Cartier ne se rend pas plus loin qu'Hochelaga, bourgade située sur l'Île de Montréal, et ne prend pas contact avec les tribus algonkiennes qui habitent notre région.

Après une décennie de voyages sous les directions de Cartier et de Roberval, les rois français, préoccupés et intéressés surtout par des problèmes européens, délaissent le financement de nouvelles expéditions vers le Canada, ce territoire ingrat, inhospitalier, pauvre et sans avenir.

Pendant que la France, divisée entre catholiques et protestants, s'épuise et se ruine en guerres internes, des pêcheurs français fréquentent (comme ils le faisaient probablement avant la venue de Cartier) le golfe et l'estuaire du Saint-Laurent afin de fournir leur pays en toutes sortes d'espèces poissonnières, principalement en morues.



## Au fil de l'histoire (suite)

Commerce fort lucratif, car l'Église multipliait les jours où les fidèles devaient faire maigre et abstinence... de gras bien sûr. Ces pêcheurs débarquent sur les rives du Saint-Laurent et construisent des séchoirs afin de faire sécher leurs morues avant le retour en France. Ils prennent ainsi contact avec les autochtones et échangent de bons procédés, ( le % de la commission n'a jamais été révélé, certainement moins que celui des firmes de relations publiques actuelles) les pêcheurs de morues découvrent une nouvelle source de revenus à ajouter à la pêche, le commerce des pelleteries.

Henri IV, roi de France, met fin aux interminables guerres de religion en France, mais son état n'a pas les moyens de financer de nouvelles expéditions malgré l'émergence d'une richesse à exploiter au Canada, les fourrures de castor.

Néanmoins, Henri IV, afin de se réserver le territoire du Canada dont Cartier avait pris possession en son nom, met en place un plan de développement pour son territoire en Amérique. Il confie à des compagnies le soin de peupler la Nouvelle-France et en retour, il octroie à ses mêmes compagnies le monopole du commerce des fourrures sur des portions du territoire ou sur le territoire entier.

Ce système, beau sur papier, ne donne pas les résultats escomptés, car les compagnies étaient trop avides de s'enrichir. Les compagnies, les unes après les autres, négligent leurs obligations de peuplement. Elles donnent néanmoins naissance aux premières tentatives d'établissement en Nouvelle-France. Si certaines tentatives étaient vouées à l'échec comme l'Île de Sable, d'autres auraient pu subsister comme Port-Royal. Pourquoi tous ces échecs ? Peut-être parce que les compagnies voulaient s'enrichir trop rapidement, mais aussi parce que les rois de France n'ont pas été des modèles de constance et de fidélité dans les affaires de l'état comme dans leurs affaires domestiques. De Monts, qui avait reçu l'exclusivité du commerce des fourrures en Amérique du Nord française, ferme son établissement de Port-Royal parce que le roi de France lui retire son monopole.

Cette fermeture d'établissement et le retour à la liberté commerciale ne découragent pas le géographe Samuel de Champlain. Il convainc De Monts de financer la fondation d'un nouvel établissement en Amérique. Ses arguments ont dû être percutants. Champlain, qui a exploré le fleuve Saint-Laurent à fond durant son séjour à Port-Royal, est convaincu qu'en s'installant au centre du territoire plutôt que sur les côtes, les Français seront mieux en mesure de drainer le commerce des fourrures et de rentabiliser leur entreprise sans aide de l'État. Champlain gagne son pari et ainsi naît le premier établissement permanent en Amérique, l'Abitation de Québec. Une bonne stratégie et une saine administration valent donc mieux que l'aide de l'État. Certaines compagnies actuelles pourraient en tirer des leçons fort salutaires.



## Au fil de l'histoire (suite)

À la fondation de l'Abitation de Québec, les deux grandes nations amérindiennes sont en guerre. Bien involontairement, mais probablement aussi par calcul stratégique, Champlain prend position pour les Algonkiens. En compagnie de ses nouveaux alliés, il livre deux expéditions guerrières en pays iroquois, une première en 1609 et une deuxième en 1613.

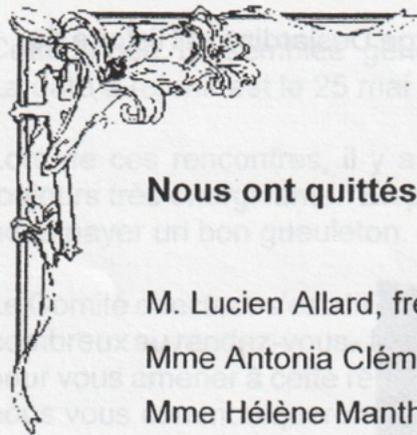
Décision lourde de conséquences pour l'avenir de la Nouvelle-France. Au cours de sa deuxième expédition, Champlain remonte la rivière Outaouais jusqu'à l'Île-aux-Allumettes. C'est au cours de ce voyage que Champlain note au passage l'existence de la rivière Petite-Nation dont il remarque l'embouchure. Dès lors, les Amérindiens qui habitent notre territoire entrent dans l'histoire.

À suivre...

**Raymond Whissell**



## Le fil cassé



### Nous ont quittés...

M. Lucien Allard, frère de Fleurette Allard Poirier

Mme Antonia Clément Demers, soeur de Lorraine Clément Labrosse

Mme Hélène Mantha Tétreault, soeur de Michèle Mantha Simon

Mme Gyslaine Pilon, membre de l'A.R.E.Q.

M. Fernand Lauzon, membre de l'A.R.E.Q.

Mme Gaby Belisle-Benoît, soeur d'Annette Benoît-Lessieur

Mme Marguerite Daigneault, belle-mère de Claire Paquette-Daigneault



### Les écoles de Namur

La commission scolaire de Namur vit le jour en 1888. Ce n'est qu'en 1896 que la première école protestante anglaise fut construite presque en face de l'église Unie St-Paul. Pour satisfaire aux besoins de nombreux enfants qui étaient trop loin pour se rendre à l'école à pied, un pensionnat ouvrit ses portes vers les années 1911-1912. Cette maison de pension fut ouverte sous la surveillance de bonne maman Lemesurier, qui en fut matronne de 1911 à 1916 approximativement. Elle abritait une vingtaine d'élèves.

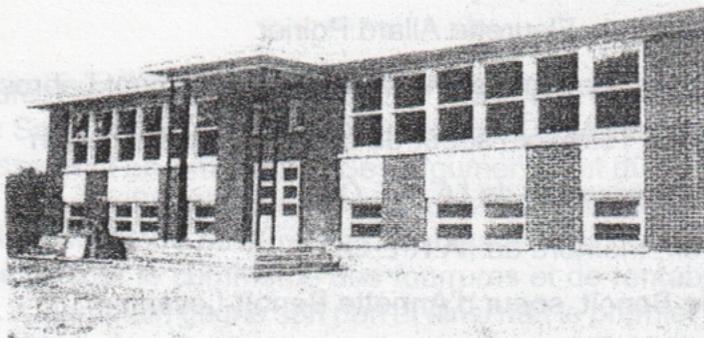
Une nouvelle école fut construite en 1924, celle-ci pouvant recevoir un plus grand nombre d'élèves. Elle se situait à l'ouest de l'église. Deux classes durent être ajoutées lorsqu'en 1946, la municipalité scolaire de Sainte-Valérie-de-Boileau (Brookdale et Gramont) fut incorporée à celle de Namur.

L'école actuelle a été érigée en 1967, soit trois ans après que la municipalité de Namur se soit détachée des Cantons-Unis. L'école a été agrandie pour répondre aux besoins des étudiants de même qu'aux normes du gouvernement. Les élèves jouissent maintenant d'un gymnase, d'une cuisinette: le tout partagé avec la communauté.

Faits intéressants: M. Ian MacWhirter a fait toute sa carrière (35ans) à Namur. Tantôt enseignant, tantôt directeur, enseignant/directeur. J'y ai moi-même passé 21 ans. Lui et moi, faisons partie des meubles.

Extrait du livre du centenaire de Namur (1870-1970) par George Desjardins et Histoire de la Vallée de la Petite-Nation par Claude Lamarche.

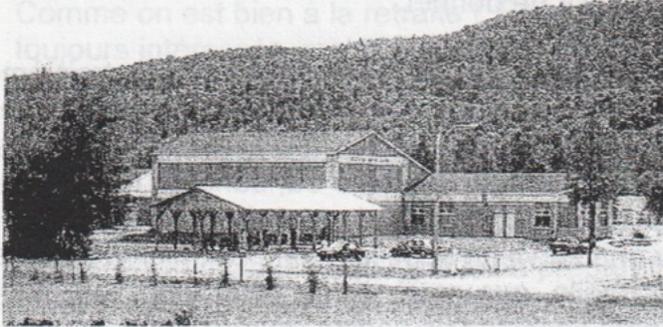
Recherche: **Pierrette Gerard**



École de St-Émile de Suffolk



## Au fil des ans (suite)



École de Namur



École de Namur



## On file à toute allure

Cette année, l'assemblée générale régionale se tiendra au *Château Logue*, à Maniwaki. La date à retenir est le 25 mai 2004.

Lors de ces rencontres, il y a la partie officielle de l'assemblée et la partie récréative toujours très énergisante. En plus, c'est l'occasion de visiter une magnifique région et de nous payer un bon gueuleton.

Le Comité directeur s'est dit qu'il serait intéressant de voir les membres de la Petite-Nation nombreux au rendez-vous. Ne reculant devant rien, nous vous offrons de louer un autobus pour vous amener à cette réunion. Nous ferons les démarches nécessaires et par la suite nous vous communiquerons les résultats.

Il va de soi que nous devons être assez nombreux pour que la location de l'autobus en vaille la peine.

La « balle est dans votre camp »!

**Diane Modéry**



### Des instants de bonheur

Cette année encore, un groupe de l'A.R.E.Q. accompagné d'excellents musiciens, a repris la tournée des foyers d'accueil des personnes âgées. Ces moments passés en leur compagnie nous comblent de petits bonheurs qui alimentent notre plaisir de donner.

En effet, nous recevons beaucoup d'amour et de tendresse de toutes ces personnes du troisième âge qui en ont à revendre. De plus, voir leurs yeux s'illuminer et le sourire revenir sur leurs lèvres quand on leur chante des airs, nouveaux et anciens, tirés de notre folklore et de nos traditions, nous donne le goût de continuer. Je me rappelle un moment magique où, dans un foyer, nous avons turluter «Viva Espanola» avec les résidents. Ils étaient tous debout et faisaient tourner un kleenex dans les airs, faute d'avoir un foulard ou une serviette sous la main. C'était magnifique! Je me souviens aussi de ce moment précieux, fragile, que nous avons vécu alors que nous chantions «Il y a une étoile pour vous...». Une dame atteinte d'un cancer généralisé et en phase terminale, tenait la main de sa fille qu'elle a porté à sa joue, alors que de grosses larmes inondaient sa figure. Le geste disait tout. L'amour qui remplit ces minutes est impayable. C'est le cas de dire que je n'échangerais pas «un royaume» pour de tels instants.

Nous avons aussi la chance de saluer nos propres retraitées qui ont décidé d'aller vivre dans l'une ou l'autre de ces résidences. Ainsi, sur notre parcours, nous avons rencontré madame Béatrice Rieux et madame Ghyslaine Pilon (décédée depuis) à la résidence Bernard, madame Lucille Charron à la Villa des Pins, madame Jeanne Beauchamp à la résidence Montebello et madame Lucia Boyer au CHSLD. Malheureusement cette année, nous n'avons pas vu madame Lauzon, car nous avons dû annuler notre visite à la résidence Lauzon.

En plus de la tendresse, de la reconnaissance que nous sentons de la part de nos aînés(es), nous avons développé entre les membres du groupe, une camaraderie et une connivence qui nous donnent le goût de continuer. Chaque semaine, c'est la fête. Nous nous efforçons de renouveler notre répertoire d'histoires afin de surprendre les autres. De plus en plus, nous avons le goût d'améliorer notre performance comme chorale. D'ailleurs, je peux vous dire que les chanteurs et les chanteuses tirent très bien leur épingle du jeu. Ils (elles) donnent un très beau concert. Yves est toujours au rendez-vous et nous apporte son expérience et ses chansons. Darquise Provencher et Robert St-Germain le soutiennent et les trois nous bercent de leurs douces mélodies ou nous font «swinger» au son des rigodons.

Cette année, nous avons pu gâter nos aînés(es) en leur offrant un petit souvenir, grâce à la générosité des Caisses Desjardins de la Petite-Nation qui nous ont fait un don afin de nous aider à défrayer les coûts rattachés à l'achat de ces cadeaux. Merci !

Bref, l'expérience va se poursuivre l'an prochain. Nous vous donnerons plus d'informations à l'ouverture de la saison 2004-2005.

**Diane Modéry**



### La retraite

Comme on est bien à la retraite ! Enfin on a le loisir de faire des activités qui nous ont toujours intéressés, mais que le manque de temps nous empêchait de réaliser. On peut penser à d'autres choses que le travail scolaire. Il y a tellement de belles activités qui nous sont proposées un peu partout. On ne risque pas de s'ennuyer si on veut. Les journées passent trop vite.

Une partie du stress a disparu avec le travail scolaire. Il n'y a plus le stress du dimanche avec tout ce qu'il y avait à préparer pour la semaine qui s'en venait. Quel plaisir de ne pas se sentir pressé le matin ! Boire un café tranquillement tout en lisant un livre ou en naviguant dans Internet à la recherche de sites intéressants ou en lisant les messages de nos amis est vraiment agréable.

On est vraiment très bien à la retraite. C'est un moment merveilleux de notre vie.

### Lise Desjardins



Déjà six mois! Mon Dieu que le temps fuit!

Je ne suis pas une de celles qui craignaient s'ennuyer à la retraite. J'avais mille projets qui m'attendaient et ils attendent toujours. Ce n'est plus le temps qui manque. J'avais mille voyages qui me tentaient et j'ai déjà commencé à me laisser tenter.

Sous ces amas de neige, mes jardins endormis m'accueilleront bientôt.

Autant cela était dans mes habitudes de me lever pour aller travailler, autant cela est maintenant normal de ne PAS le faire.

Je me sens bien!

À la question: "Votre occupation?", je prends beaucoup de plaisir à répondre :

"Retraitée"

J'ai écrit dans un style assez "coq-à-l'âne"... Ça doit être parce que c'est comme ça la vie de retraitée!

### Nicole Beaudry





## Le fil s'étire (suite)

On décide de prendre sa retraite pour toutes sortes de raisons. Pour moi, c'était très important et je suis très contente d'avoir pris cette décision et d'avoir eu la possibilité de le faire. Celle-ci m'a permis de pouvoir passer le plus de temps possible avec mon mari, il était atteint d'un cancer depuis deux ans déjà et son état de santé se détériorait. D'être présente pour lui, sans avoir à me préoccuper d'autres choses m'a permis de l'aider à vivre ces derniers mois à la maison avec sa famille, comme il le désirait. Et maintenant, ma retraite me permet de me reposer et de laisser le temps soigner les blessures du cœur.

**Henriette Villesèche**



À la fin de juin, j'hésite à prendre ma retraite. Je suis fatigué comme à chaque fin d'année, j' imagine. Je me dis qu'après 3 ou 4 semaines de repos et d'exercices, ça ira. Mais j'ai une blessure au pied qui m'empêche de faire de l'exercice et qui m'épuise. Arrive la fin d'août, je décide de prendre ma retraite.

Bonne décision: je reprends le dessus. Nous avons déjà eu le temps de faire deux beaux voyages parmi nos nombreuses sorties.

J'aime chanter en groupe. Je chante avec "Choeur de Pom", la chorale de l'église de St-André-Avellin et le groupe de l'AREQ.

Si mes yeux, ma tête et mon corps me le permettaient, je lirais tout le temps. Mais je fais du ski pour ne pas ankyloser et quelques exercices pour éviter les courbatures.

Pour ce qui est de la lecture, il paraît qu'il s'éditionne un livre à toutes les 5 minutes dans le monde... Je manque de temps et je ne lis pas vite. Heureusement, la retraite m'en donne un peu plus qu'avant.

**Irénée Monfils**





## Le fil s'étire (suite)

Ayant décidé tardivement de prendre ma retraite, je n'ai guère eu le temps de me créer des attentes. Mais pour moi, au départ, il s'agissait plutôt d'une année sabbatique en vue de me préparer à un travail à temps partiel pour me permettre de voyager davantage.

J'ai d'abord pris le temps de me reposer. Ensuite, je me suis lancé dans quelques projets qui me tenaient à cœur en me limitant à trois jours de travail par semaine. J'ai démarré une entreprise de consultation en informatique et en administration. Entre-temps, j'ai commencé une base de données sur Internet pour la société historique de Saint-André-Avellin. J'ai créé un journal pour l'AREQ Petite-Nation qui peut être en opération, et finalement un site web pour les familles Franc-Roy-Labrosse. Une chose est sûre c'est que je ne regrette aucunement ma décision de prendre ma retraite de l'enseignement malgré mon jeune âge. Ma plus grande surprise c'est que même à la retraite on manque toujours de temps.

En terminant, je ne pensais pas qu'il y avait une association de retraités si dynamique. Il est agréable de pouvoir se rencontrer et d'échanger d'une façon chaleureuse.

**Gaétan Franc**



## Le fil noué

Par le biais de cette chronique, nous voulons souligner à nos membres qui éprouvent des problèmes de santé qu'ils sont dans nos pensées et que nos vœux de bon rétablissement les accompagnent.

Il nous faut donc connaître ces gens qui subissent maladie ou blessure. Donc n'hésitez pas à nous les faire connaître.



## Dossier de l'environnement

Deux thèmes ont été retenus cette année: l'eau et les déchets recyclables.

Débutons par le thème de l'eau: quelques actions vous seront proposées:

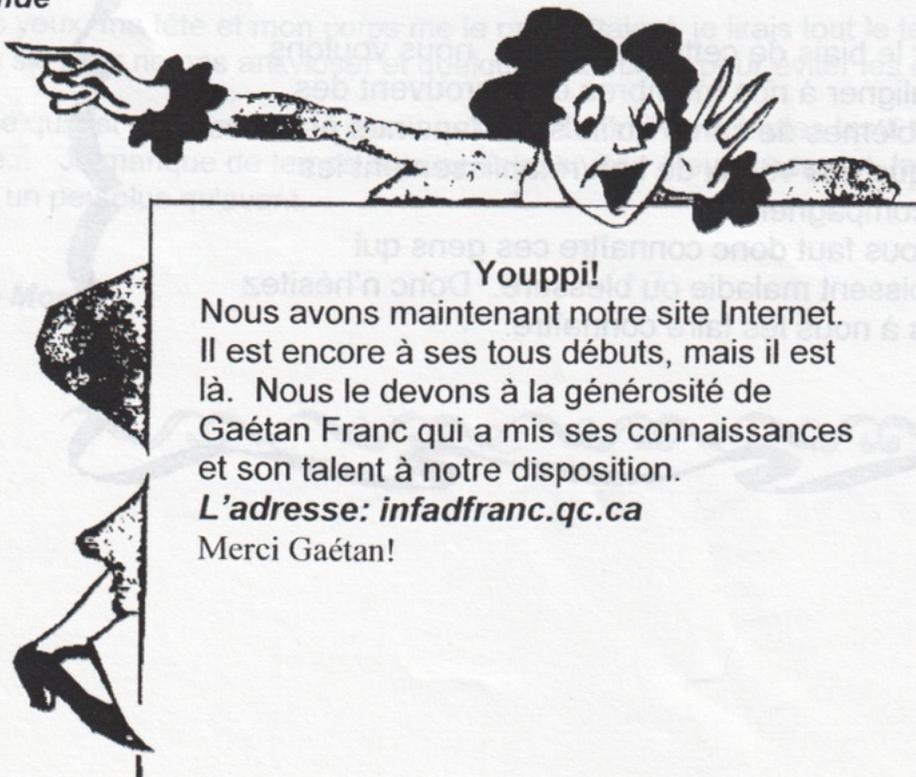
- A. Une journée régionale, le 22 avril prochain, à la Maison du Citoyen, pour toutes les personnes retraitées de l'enseignement. Conservez en mémoire cet événement. Je vous en reparle.
- B. Journée internationale de la Terre: je préparerai une lettre à déposer à chacune des municipalités de la MRC Papineau avec les signatures des résidents locaux afin que les conseils nous supportent dans des activités reliées au thème de l'eau.
- C. Nettoyage d'un endroit public: ruisseau, rivière, parc municipal... Des suggestions à cet effet seraient souhaitables.

Poursuivons avec le thème du recyclage.

Je vous remercie pour les efforts actuels que vous faites dans la cueillette des décapsuleurs, des attache-à-pain, des cartouches d'imprimantes, des lunettes. Je vous encourage à continuer vos bonnes actions, car les profits de ces cueillettes seront déposés pour la campagne de Développement et Paix de notre région afin de venir en aide à des pays sous-développés.

Merci de votre collaboration,

**Paul Lalonde**

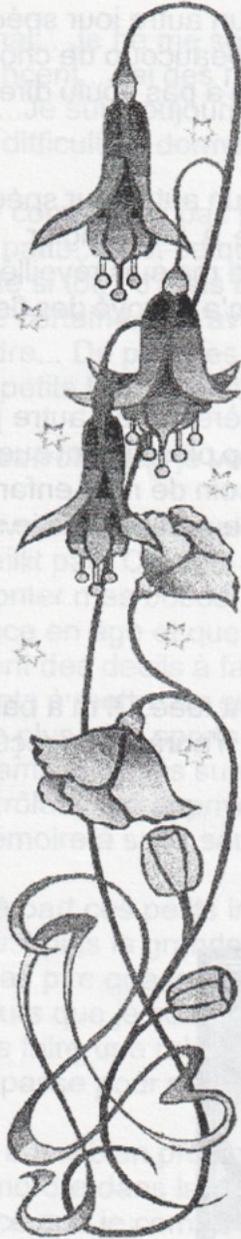


### **Youppi!**

Nous avons maintenant notre site Internet. Il est encore à ses tous débuts, mais il est là. Nous le devons à la générosité de Gaétan Franc qui a mis ses connaissances et son talent à notre disposition.

**L'adresse: [infadfranc.qc.ca](http://infadfranc.qc.ca)**

Merci Gaétan!



## Doux printemps

Enfant, je me souviens,  
Respirer le printemps  
Me faisait le plus grand bien.

Tuque, foulard et mitaines remisés  
Nous voilà plus légers.

Dès les premiers vents chauds  
Qui nous chatouillaient la peau,  
Nous sortions aussitôt  
Billes, vélo et bolo,  
Ballon et cerf-volant,  
Avec empressement;  
Corde à danser, ritournelles  
Et jeu de marelle.

Aux jours de pluie,  
Jouer dans l'eau  
Rien n'était plus beau.  
Le bruit des clapotis  
Si je m'en souviens? Ah oui!

C'est en observant jouer des enfants  
Y'a pas si longtemps  
En ce jour de printemps,  
Que je me suis laissé envahir  
Par tous ces souvenirs.

À voir jouer ces enfants,  
Libres, joyeux, exubérants...  
Ces enfants à la voix énergique  
Aux accents mélodiques,  
J'ai eu le sentiment  
De retrouver mon cœur d'enfant.  
Et me suis dit:  
Que de garder l'émerveillement d'un enfant,  
C'est peut-être ça le bonheur,  
Tout simplement.

Louise Lyrette

Denise Fahey



## J'ai reçu des fleurs aujourd'hui...

J'ai reçu des fleurs aujourd'hui. Ce n'était pas mon anniversaire ni un autre jour spécial. Nous avons eu notre première dispute. Hier, dans la nuit, il m'a dit beaucoup de choses cruelles qui m'ont vraiment blessée. Je sais qu'il est désolé et qu'il n'a pas voulu dire les choses qu'il a dites parce qu'il m'a envoyé des fleurs aujourd'hui...

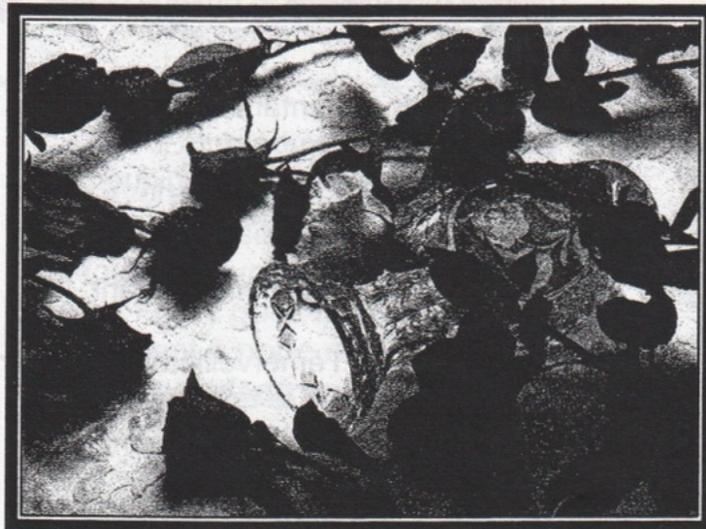
J'ai reçu des fleurs aujourd'hui. Ce n'était pas notre anniversaire ni un autre jour spécial. Hier, dans la nuit, il m'a poussée contre un mur et a commencé à m'étrangler. Ça ressemblait à un cauchemar, je ne pouvais croire que c'était réel. Je me suis réveillée le corps douloureux et meurtri. Je sais qu'il doit être désolé parce qu'il m'a envoyé des fleurs aujourd'hui...

J'ai reçu des fleurs aujourd'hui et ce n'était pas pour la fête des Mères ni un autre jour spécial. Hier, dans la nuit, il m'a de nouveau battue. C'était beaucoup plus violent que les autres fois. Si je le quitte, que deviendrais-je? Comment prendre soin de mes enfants? Et les problèmes financiers? J'ai peur de lui mais je suis effrayée de partir. Mais je sais qu'il doit être désolé car il m'a envoyé des fleurs, aujourd'hui...

J'ai reçu des fleurs aujourd'hui. Aujourd'hui, c'était un jour spécial...

C'était le jour de mes funérailles. Hier, dans la nuit, il m'a finalement tuée. Il m'a battue à mort. Si seulement j'avais eu assez de courage pour le quitter, je n'aurais pas reçu de fleurs aujourd'hui...

**Nicole Thomas**, Extrait venant d'un site Internet.





## Je me sens mal... J'ai mal...

J'ai mal... Je ne me sens pas bien... Je n'ai plus le goût de sortir... Les genoux m'élancent... J'ai des raideurs dans les bras et dans les jambes... Je n'ai plus de force... Je suis toujours fatigué(e)... Je digère mal... J'oublie tout.. Je cherche tout... J'ai de la difficulté à dormir...

Je ne comprends pas ça... Je prends pourtant *beaucoup de pilules* et je traîne toujours de la patte... Est-ce que je suis en train de vieillir? Avoir su, je n'aurais pas pris ma retraite si tôt... J'étais bien, avant la retraite... J'avais peut-être des petits malaises mais chose certaine, je n'avais pas le temps d'y penser et encore moins le temps de me plaindre... De plus, les gens que je côtoyais dans ce temps-là n'étaient pas tellement leurs petits troubles intimes...

Pensez-vous que je vous dis la vérité? Bien sûr que non! En tout cas, pas tout à fait...

C'est vrai que je n'ai plus vingt ans, mais mon coeur, lui, ne vieillit pas. C'est lui qui me donne le courage et la force d'affronter mes *bobos*. C'est lui qui me répète que j'avance en âge et que pour franchir la soixantaine, il y a souvent des deuils à faire pour ma souplesse, des bons aliments à mettre en quarantaine parce que je ne les digère plus, des sports à bannir parce que mes genoux et mes jambes ne les supportent plus, des lenteurs incontrôlables à apprivoiser de plus en plus, des troubles de mémoire à subir sans fausse gêne... Et j'en passe...

Mais à part ces petits inconvénients, ce n'est pas si mal... Ce n'est plus la grande forme, mais à bien y penser, je ne suis pas pire que les autres... Je suis même mieux que plusieurs que je connais.... En fin de compte, je pense qu'il faut se faire une raison. Je vieillis et c'est comme ça que ça se passe pour moi... et pour la plupart d'entre nous.

Alors, aussi bien profiter du temps qui m'est encore alloué pour mordre dans la vie et tirer profit de chaque instant. C'est ce que je compte faire dès aujourd'hui. Les *bobos* n'auront qu'à se mettre au pas ou aller ailleurs si ça ne leur plaît pas... Je suis décidée!

C'est drôle, seulement vous en avoir parlé, je me sens déjà mieux...

**Denise Fahey**





**Commission scolaire**  
*Cœur-des-Vallées*

Les retraités et les retraitées de la région 07, secteur D, de la Petite-Nation tiennent à remercier la Commission scolaire au Cœur-des-Vallées pour l'aide technique et matérielle dans la réalisation du journal **Enfilant le temps**.

L'Association des retraités(es) apprécie fortement le confort d'un local toujours gracieusement mis à sa disposition.



**Merci pour votre soutien!**

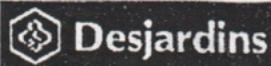
[www.inovesco.com](http://www.inovesco.com)

Assurances de dommages et services financiers

Téléphone: **(819) 983-7366**

Sans frais: **1-888-827-7777**

Télécopieur: **1-(819) 983-2430**



**Les Caisses populaires Desjardins  
de la Zone des Deux-Vallées**

Nous désirons remercier les Caisses populaires Desjardins de leur précieuse collaboration monétaire pour la création de l'Annuaire des retraités(es).