

# Les Échos de l'Île



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

Bulletin régional  
d'information de l'A.R.E.Q.

Île de Montréal • Septembre 2003  
Vol. 2, numéro 1

## Un premier *billet*

D'entrée de jeu, je profite de ce premier billet pour souhaiter à nos membres nouvellement retraités la plus cordiale des bienvenues. Que cette étape de la vie au cours de laquelle vous serez seul maître de votre agenda soit aussi active et aussi enrichissante que la précédente. Puissiez-vous profiter pleinement de votre appartenance à l'A.R.E.Q. À ceux et celles qui sont à la retraite depuis un moment ou depuis longtemps, je vous transmets mes salutations amicales.

Au moment où vous recevez ce numéro des « Échos de l'Île », plusieurs parmi vous ont peut-être déjà participé, qui à un déjeuner de la non-rentree, qui à un dîner, qui à une rencontre de téléphonistes. Quant à vos comités directeurs, depuis quelque temps déjà, ils planifient les activités sectorielles de l'année alors que les présidences sectorielles ont participé, à ce jour, à deux rencontres du conseil régional.

Au cours de l'année, le conseil régional, en vertu des statuts et règlements de l'A.R.E.Q., doit s'acquitter d'un certain nombre de responsabilités : la réalisation du plan d'action voté par l'assemblée générale, les mandats et l'appui à offrir aux comités régionaux tels celui de la condition des femmes et celui de l'environnement. À cause d'un contexte particulier, cette année, à l'agenda du conseil régional s'inscriront d'autres tâches : la création du comité régional des assurances et la consultation sur les sujets à l'ordre du jour du conseil d'administration comme la délégation aux futurs congrès de l'A.R.E.Q.

Vous percevez sûrement que les activités reprennent, au sein de notre association, et ce, à tous les niveaux. C'est donc avec enthousiasme que je vous invite à participer aux activités sectorielles et régionales qui vous seront présentées ; la meilleure façon d'encourager vos responsables sectoriels ou régionaux, c'est votre participation et votre implication. De plus, je vous invite à faire part de vos attentes, de vos suggestions ou de vos critiques aux élus, membres des comités directeurs ou membres de l'exécutif régional. Nous tenterons d'y répondre le mieux possible. Enfin, je souhaite à toutes et à tous, santé, bonheur et joie de vivre afin de bien profiter de votre retraite.

*André Pelletier, président régional*

## Reconnaissance

L'A.R.E.Q., région 06, Île de Montréal compte 81 responsables politiques, tous bénévoles, qui, afin d'assurer la vitalité de notre association, assument différentes responsabilités : réalisation des plans d'action, représentation des membres aux instances régionales et provinciales, communication de l'information émanant de l'une ou l'autre des instances, soit par le bulletin régional, les bulletins sectoriels ou la chaîne téléphonique.

Chaque année, lors des assemblées générales, des élections permettent de renouveler une partie des comités directeurs en remplaçant les membres qui ont terminé leur mandat et qui ne peuvent ou ne veulent en solliciter un autre. Le conseil régional vit le même renouvellement aux deux ans. Avril, mai et juin 2003 n'ont pas fait exception. Certains ont vu leurs trois termes de deux ans écoulés, d'autres ont décidé de ne pas demander de renouvellement de mandat.

Tous et toutes ont joué un rôle extrêmement important. Il m'importe aujourd'hui de vous faire connaître ceux et celles qui ont quitté le conseil régional au printemps 2003 : Marcelle Proulx-Jolicoeur du secteur Saint-Léonard, Mona Joseph du secteur Rosemont (durant l'attente d'un remplaçant, Mona Joseph assure l'intérim), Jean-Claude Duclos du secteur Angrignon, Georges Provencher du secteur Mercier, Thérèse Lavoie du secteur Lachine et 2<sup>e</sup> vice-présidente, Pierre Ménard qui fut président du secteur Parc-Lafontaine durant 13 ans et trésorier régional durant 9 ans, et Camille Bourdon qui fut président régional de la dernière biennale et membre du conseil d'administration de l'A.R.E.Q.

En votre nom, je les remercie chaleureusement pour leur engagement sincère et le travail accompli.

*André Pelletier, président régional*



Le nouvel exécutif régional se compose de Angèle Berger (secrétaire), Victor Langlois (vice-président), André Pelletier (président), Micheline Jourdain (vice-présidente) et André Blanchard (trésorier).

# Sommaire

Un premier billet .....	1
Reconnaissance .....	1
C'est reparti!.....	2
L'assemblée générale régionale .....	2
Un travail à terminer.....	3
Un débat à poursuivre.....	3
Hommage rendu à ..... Anne-Marie Dupont	3
Sortie en octobre .....	4
Toute une première exposition!.....	4
La marche du Club 2/3 Une belle solidarité internationale et intergénérationnelle.....	5
Je me suis aventurée! .....	5
Index A.R.E.Q. ....	5
Chronique Internet Fichiers et cookies inutilés.....	6
Dîner-bénéfice .....	6

## Les Échos de l'île

Conception et infographie:  
Rive-Sud Typo Service Inc.

Impression: L'Imprimé  
Imprimé en 5 700 copies

### Équipe de rédaction

Angèle Berger, Gilles Ducharme, André Pelletier,  
Georges Provencher

### Collaborateurs

Monique Asselin-Gobeil, Eva Bury, Jean-Claude  
Duclou, Nicole Grondines, Jean-Pierre Harvey,  
Micheline Jourdain, Lise Labelle, Edmond Pauly,  
Janine St-Pierre, Sonia Trépanier

## Musée du Château Ramezay 280, rue Notre-Dame est Montréal, QC H2Y 1C5

Vous êtes intéressé(e)s par...  
la vie de château... ?  
le travail bénévole... ?

- ◆ Vous aimez l'histoire.
- ◆ Vous croyez que le travail  
bénévole enrichit.
- ◆ Vous communiquez  
facilement avec les enfants  
et les adultes.
- ◆ Vous avez des heures libres.

Appelez-nous au numéro :  
**(514) 861-3708**

## C'EST REPARTI!



Une nouvelle année d'activités démarre. Elle est sous le signe de changements au sein de notre association de retraités. L'assemblée générale a confirmé l'arrivée d'une toute nouvelle équipe à la direction de notre regroupement régional. On constate aussi l'élection de plusieurs nouvelles présidences à la tête de nos différents secteurs. Tous ces changements vous sont détaillés dans ce bulletin. J'en profite pour remercier deux membres de l'équipe du bulletin qui nous quittent, mais continuent d'œuvrer au sein de l'association: à Camille Bourdon et Judith Désilets, merci pour votre implication.

Nous en profitons pour accueillir une cohorte de nouveaux retraités. Nous nous joignons aux secteurs qui personnalisent l'accueil de ces nouveaux membres pour les inviter à nous rejoindre dans nos activités. C'est en pensant à ces nouveaux membres que je vous propose les commentaires tenus dans « La Presse » du 16 novembre 2002, à propos de l'ancien ministre Jacques Brassard :

*« Il a cet air détendu et frais, caractéristique des gens qui, après une longue carrière, retrouvent leur liberté dans la vie ».*

Vous trouverez dans ce numéro des textes traitant du congrès d'orientation de juin dernier. Il vous sera donc possible d'analyser et de mesurer les impacts que cela représente pour notre association. De toute façon, il faudra y revenir. La prochaine parution vous parviendra en janvier 2004. La date de tombée pour les textes est le 14 novembre 2003.

À bientôt donc,

*Gilles Ducharme*

coordonnateur de l'équipe du bulletin

Vous pouvez me rejoindre à [ducharmeg@sympatico.ca](mailto:ducharmeg@sympatico.ca)

## L'assemblée générale régionale

Le 22 mai dernier avait lieu l'assemblée générale régionale. Andrée Clermont et Georges Provencher ont présidé cette rencontre, tantôt avec fermeté, tantôt avec humour. Les questions qui ont précédé l'adoption du procès-verbal nous ont permis d'apprendre que le site Internet projeté pour notre région devra loger ailleurs que sur le site de l'A.R.E.Q. car il n'y a plus de place et qu'à l'A.R.E.Q., présentement, il n'y a pas de dossier « équité salariale ».

Le président régional a fait lecture de son rapport annuel et a annoncé qu'il ne sollicitait pas un nouveau mandat à la présidence régionale. Les responsables des différents comités ont livré leurs rapports respectifs: Paulette Robichaud aux assurances, Hélène Chagnon à la condition des femmes, Jean-Pierre Harvey à l'environnement, André Pelletier à l'indexation et Victorien Gagnon pour la Fondation Laure-Gaudreault. Le trésorier, Pierre Ménard, a présenté les états financiers que l'assemblée a reçus et les prévisions budgétaires qui ont été adoptées.

Le plan d'action 2002-2003 a été reconduit pour 2003-2004 avec un ajout en trois volets: assurer une présence et une visibilité de l'A.R.E.Q. Montréal auprès du grand public et des membres, assurer l'information sur les décisions du congrès de l'A.R.E.Q. de juin 2003 et leur suivi et renforcer la voix de l'A.R.E.Q. Montréal au sein de notre association. Puis Camille Bourdon a remis les prix aux gagnants dans le cadre de l'exposition d'œuvres d'art. Les responsables de cette exposition ont été félicités pour cette belle réalisation et des membres ont formulé le souhait de répéter cette expérience.

Les 5 membres du nouvel exécutif ont été élus par acclamation. Le nouveau président, André Pelletier, a remercié le président sortant, Camille Bourdon, pour le travail accompli au cours de la biennale et Pierre Ménard pour les neuf années à la trésorerie.

Lise Labelle  
secteur Ahuntsic-Ouest (N)

## Un travail à terminer

Du 2 au 5 juin dernier avait lieu, à Trois-Rivières, le Congrès de l'A.R.E.Q. Plus de 800 personnes s'y étaient inscrites, dont 64 de la région de l'Île de Montréal. Quelques membres ont rejoint le groupe, lors de la dernière journée, afin de participer aux élections.

Cette rencontre, annoncée depuis deux ans comme étant un congrès d'orientation, a exigé des congressistes une participation intense car l'ordre du jour était très dense. Les décisions les plus importantes qui ont été prises durant ces trois jours concernent la mission de l'A.R.E.Q., la structure sectorielle, la structure provinciale, le Congrès et le conseil provincial, l'affiliation à la CSQ, le plan de développement, les orientations et la cotisation. Au sujet de la mission et des orientations, voir le texte de ma collègue, Micheline Jourdain.

Il a été décidé :

1. que le nombre de membres des comités directeurs puisse passer de 5 à 7 membres à compter d'une assemblée générale sectorielle qui se tiendra après le Congrès ;
2. que le Congrès de l'A.R.E.Q. se tienne par délégation (cependant, aucune des trois formules proposées n'a obtenu les 2/3 des voix) ;
3. que les Congrès de l'A.R.E.Q. se tiennent tous les trois ans ;
4. que l'on conserve le statu quo sur la composition du conseil provincial ;
5. que l'A.R.E.Q. informe et sensibilise les membres sur les liens et les règles qui régissent l'affiliation à la CSQ, qu'elle informe sur les services, les collaborations mutuelles et les solidarités partagées, qu'elle fasse comprendre la nature de ce lien et développe une pratique basée sur le respect mutuel dans les fonctionnements réciproques ;
6. que la cotisation revienne au taux de 0,34 % à compter de janvier 2004.

La décision concernant l'identité de l'A.R.E.Q. a été remise au congrès de 2005. Nous bénéficions de deux ans de plus pour trouver un nom qui corresponde à notre réalité.

Le Congrès 2003 s'est terminé dans une impasse : aucune forme de délégation n'ayant été votée par les congressistes, il fut décidé qu'il y aurait un congrès extraordinaire en juin 2004 afin de régler cette question et quelques autres qui sont demeurées en suspens. Exceptionnellement, le prochain congrès régulier aura lieu au printemps 2005 et se tiendra à Gatineau. Le suivant est prévu pour 2008.

Lise Labelle,  
présidente du secteur Ahuntsic-Ouest (N)

## Un débat à poursuivre

Le numéro de juillet de la revue *Quoi de neuf?* passe trop rapidement sur le débat sur la mission de l'A.R.E.Q. Dans ses textes considérés comme fondateurs, une association définit toujours ses objectifs et ses grandes orientations. Le conseil d'administration proposait de modifier un texte qui aurait pu connaître certaines améliorations mais qui nous convenait déjà. Malheureusement, la modification apportée et votée est un recul. Le Congrès a considéré que l'égalité des hommes et des femmes est quasi chose faite et que l'A.R.E.Q. n'a plus à inscrire dans sa mission l'objectif de « contribuer à la promotion et à l'exercice des droits des femmes ».

À la consultation du mois de mars, nous avons discuté de la question et opté pour conserver le texte initial, ce que nous avons défendu avec beaucoup d'énergie. Rappelons en gros notre point de vue. Il est sûr que la société québécoise a beaucoup évolué<sup>1</sup> et que la situation des femmes québécoises s'est grandement améliorée surtout depuis 50 ans. Par contre, nous croyons que tout n'a pas été gagné, que des effets de discriminations passées à l'égard des femmes durent encore et que les gouvernements à tous les niveaux optent pour des coupures budgétaires qui peuvent entraver des mesures qui ont été mises en place pour améliorer l'équité et l'égalité entre les hommes et les femmes. Quelques exemples nous viennent facilement à l'esprit : l'appui gouvernemental aux centres de la petite enfance (CPE) est remis en cause (les femmes sont plus pauvres, les grands-mères appuient davantage que les grands-pères la garde des enfants) ; les coûts de l'assurance-médicament augmentent (les femmes vivent plus longtemps), la mince indexation des retraites atteint davantage les femmes dont les revenus de retraite sont déjà, en moyenne, inférieurs.

Affirmer que l'on doit faire autant la promotion des droits des femmes et des hommes, c'est banaliser la question. Les revendications des femmes appellent également à la liberté des femmes et des hommes mais il faut avoir des moyens pour agir, pour atteindre réellement cette équité et cette égalité. Heureusement, notre ténacité a tout de même donné lieu, en fin de congrès, à une proposition pour que l'A.R.E.Q. s'engage à faire la promotion de l'égalité entre les femmes et les hommes. Sans avoir la force, la permanence et l'impact du texte de la mission, cette proposition fera partie des orientations 2003-05 de l'A.R.E.Q. À nous de voir à ce que son application se fasse vigoureusement.

Micheline Jourdain  
présidente du secteur Mercier-Est

<sup>1</sup> À ce sujet, on peut lire de Micheline Dumont et Louise Toupin La pensée féministe au Québec-Anthologie 1900-1985, Les Éditions du remue-ménage, 2003

# ESPAGNE

### TORREMOLINOS - COSTA DEL SOL

Voyage accompagné par :  
Mme Monique Maréchal, tél. : (514) 522-4284  
(minimum 20 personnes)

VOYAGE SPÉCIAL A.R.E.Q. - 3 SEMAINES

Association des retraités de l'enseignement du Québec

Départ : 30 janvier • Retour : 10 février 2004

Prix par personne / occupation double

Studio : 1595 \$ / App.-salon : 2085 \$

Taxes aériennes : 142 \$ et F.F.C. : 11,50 \$

Suppl. occ. simple : 590 \$

Semaines additionnelles : 210 \$ • Suppl. simple : 205 \$

FUNASTIQUE VOYAGES-TRAVEL

Mme Claire Allard

Tél. : (514) 270-3186

## Hommage rendu à Anne-Marie Dupont

Madame Anne-Marie Dupont, présidente du secteur Maisonnette-Rosemont, était honorée, en mai dernier, pour ses dix ans de bénévolat dans l'organisation du Festival des Sciences de la commission scolaire de Montréal. Pour cette reconnaissance bien méritée que t'a témoignée le comité de gestion du festival, et surtout pour ton engagement durant ces 10 ans, accepte, Anne-Marie, nos sincères félicitations.

L'équipe de rédaction



# Sortie en octobre

Le comité de l'environnement vous invite à une sortie en octobre prochain.

- Date:** le 15 octobre (20 octobre en cas de mauvais temps)  
**Coût:** 5 \$  
**Heure:** 9 h 30  
**Durée:** 2 h + un arrêt au chalet  
**Endroit:** mont Royal  
**Thème:** Écosystème et rôle des arbres (visite guidée)

Le point de rassemblement est la « maison Smith », 1260, chemin Remembrance, à mi-chemin entre le lac aux Castors et le Chalet près du belvédère.

N.B.: le stationnement près de la maison Smith coûte 3,75 \$

Si la température le permet, nous pourrions pique-niquer au chalet ou à l'extérieur après la visite. Les inscriptions se font via le responsable du secteur ou la présidence (pour les secteurs n'ayant pas de représentant), avant le 29 septembre.

## Voici le trajet

- en auto:** Autoroute 40 direction Décarie Sud.  
Prenez Queen-Mary jusqu'à Côte-des-Neiges et chemin Remembrance.  
**en autobus:** Au métro Mont-Royal, vous prenez l'autobus 11.

Jean-Pierre Harvey  
pour le comité régional de l'environnement (A.R.E.Q. 06)

# Toute une première Exposition!

En mai dernier, avait lieu à l'auberge Universel, notre 1<sup>re</sup> Exposition d'art régionale. Félicitations et remerciements à nos soixante et un talentueux artistes. Hommage aux deux virtuoses sélectionnés par le jury et le public:

1<sup>er</sup> prix: M. Yves Jodoin, secteur Pointe-aux-Trembles,  
« **Blanc du ciel, blanc de la terre** », aquarelle

2<sup>e</sup> prix: Mme Simone Adams, secteur Montréal-Nord,  
« **Champêtre** », aquarelle

Choix du public « **Coup de cœur** » de Mme Simone Adams.

Les deux premiers prix (500 \$ et 400 \$) furent remis aux récipiendaires, le 22 mai dernier, à l'auberge Universel, lors de l'assemblée générale annuelle de l'A.R.E.Q. de Montréal. M. Camille Bourdon, président de la région de Montréal, a également remis le prix « Coup de cœur » à Mme Simone Adams, le 29 mai dernier, au restaurant Max-Rupp de l'école hôtelière Calixa-Lavallée, lors du dîner de la Fête des sages du secteur de Montréal-Nord.

Un vibrant merci à nos talentueux artistes, aux membres du comité des affaires culturelles et du comité de sélection ainsi qu'à tous ceux et celles qui ont généreusement contribué au grand succès de notre 1<sup>re</sup> Exposition d'art régionale. Ce fut un exquis et inoubliable rendez-vous avec la Beauté sous les auspices de Minerve, Flore et Apollon...

Janine St-Pierre  
comité des affaires culturelles



## Bientôt au Centre Christus

Mercredi 17 sept. au 8 oct. 2003  
de 19 h 30 à 21 h 15

Jésus thérapeute  
Jean Genoud, théologien

Mercredi 17 sept. au 8 oct. et 5 au 26 nov. 2003  
de 19 h 30 à 21 h 15

« **Je pleure encore parfois** » - groupe de  
soutien pour personnes endeuillées  
Zita McGraw, travailleuse sociale

Vendredi 19 sept. au 10 oct. 2003  
de 13 h 30 à 16 h 30

Une approche psycho-spirituelle  
du mourant et de sa famille  
Ghislaine Turcotte, psychothérapeute et infirmière

Samedi 27 sept. 2003  
de 10 h 00 à 16 h 30

Le Rosaire: contempler pour devenir  
Georges Madore, S.M.M., théologien

Centre Christus

Entrée des cours: 1050, rue Beaubien Est (métro Beaubien)  
Infos et inscriptions: (514) 276-9433

## Chorale Le Bel Âge D'Amour

Si le chœur vous en dit...  
Vous aimez chanter?

Chanter la vie!

Comment devenir membre

Si vous avez 50 ans ou plus, possédez une voix mélodieuse et êtes passionné(e) par la musique, vous êtes déjà qualifié(e) pour faire partie de La Chorale Le Bel Âge D'Amour...

Si, par surcroît, vous êtes une personne dont la sociabilité rend ses rapports faciles avec l'entourage et qu'en plus vous êtes naturellement discipliné(e), La Chorale Le Bel Âge D'Amour vous conviendra certainement!

DANS LES DEUX CAS, POUR DE PLUS AMPLES RENSEIGNEMENTS, VOUS POUVEZ TOUJOURS NOUS CONTACTER  
AU: (514) 980-7332 OU UTILISER NOTRE ADRESSE DE COURRIEL.  
\*À PARTIR DE LA FIN DU MOIS DE JANVIER 2003, NOUS COMMENÇONS LES PRATIQUES POUR LE CONCERT DU 15<sup>e</sup> ANNIVERSAIRE DE LA CHORALE LE 29 NOVEMBRE AU CABARET DU CASINO DE MONTRÉAL.

COURRIEL: INFO@CHORALE-LE-BEL-AGE-D-AMOUR.COM  
SITE WEB: WWW.CHORALE-LE-BEL-AGE-D-AMOUR.COM

## La Marche du Club 2/3

### Une belle solidarité internationale et intergénérationnelle

Le vendredi 9 mai, plus de 40 membres de l'A.R.E.Q. ont collaboré au succès de la Marche du Club 2/3 qui a réuni à Montréal près de 7 000 jeunes de nos écoles primaires et secondaires ainsi que des cégeps de tous les coins du Québec. Les jeunes ont marché du parc Laurier jusqu'au Vieux-Port dans un joyeux tintamarre de solidarité et d'amitié. Contraste impressionnant, les jeunes ont su respecter la consigne du silence en traversant le parc Lafontaine pour réfléchir au sort des populations du monde touchées par les guerres, la pauvreté et l'exploitation.

Cet événement annuel se produit depuis 33 ans pour montrer aux Québécoises et aux Québécois la détermination des jeunes à vivre dans un monde plus juste, plus solidaire, plus pacifique et plus écologique. Les retraités présents ont accepté d'encadrer les marcheurs malgré un ciel menaçant. Ils ont parcouru avec les jeunes les 10 kilomètres de la Marche. C'est au *Carrefour de la citoyenneté responsable*, qui se tenait dans le Vieux-Port, que jeunes et retraités ont pu fraterniser, souligner ensemble le 10<sup>e</sup> anniversaire des écoles vertes Brundtland (EVB) de la CSQ et visiter de nombreux kiosques d'expositions réalisés par des jeunes.

Les responsables du Club 2/3, Jean-Pierre Denis et Stéphanie Roy, remercient chaleureusement l'A.R.E.Q. d'avoir invité ses membres à donner un coup de main (et un coup de pied pacifique) très apprécié. Merci aux membres qui ont donné temps et énergie.

Sonia Trépanier, secteur Mercier (G)

**C**ONDO-OPTION **Invitation »**  
**Aux membres de l'A.R.E.Q.**  
 Un placement de 20% pour vos placements: cela vous intéresse ?  
Pour vos enfants ou petits-enfants  
**Tél. : (450) 964-7401**  
 Contactez-moi pour des informations: Jean-Paul Latulippe (A.R.E.Q.)

## JE ME SUIS AVENTURÉE!

Ma retraite de l'enseignement a changé quelque peu l'image que j'avais de moi-même. Je suis passée d'une « partenaire d'équipe » à une personne qui prend ses propres décisions sans avoir à en rendre compte à qui que ce soit. J'avais enseigné l'anglais comme langue seconde durant 25 ans, un travail stressant, où je courais continuellement. Après un certain temps, la stimulation mentale qui accompagne l'enseignement a commencé à me manquer et je me suis intéressée à l'éducation des adultes. La chance m'a souri. On m'a offert un poste pour l'enseignement de l'anglais. Ce fut comme un rêve. Ni stress, ni problèmes de discipline, j'avais seulement à parler à un groupe d'élèves gentils.

Aussi, je prends soin de mes petits-enfants âgés de 2 et 4 ans, la joie de ma vie. Ils demeurent avec nous trois jours par semaine, 10 heures par jour, et mon époux prend soin d'eux quand je suis occupée à quelque chose d'autre, soit comme membre du comité directeur de l'A.R.E.Q., participant à des réunions, organisant le projet *Être de son temps*, planifiant le dîner mensuel au restaurant ou simplement écrivant un bref résumé de nos activités en anglais.

Je me suis aussi aventurée dans un autre domaine, un engagement auquel je pensais depuis quelques années: famille d'accueil. Après une recherche spirituelle, nous avons décidé de nous proposer comme famille d'accueil d'urgence ou de dépannage. À mi-chemin, à travers les lenteurs des procédures d'évaluation, on nous a demandé de prendre deux frères, âgés de 11 et 15 ans, qui devaient quitter leur résidence. Les 5 derniers mois ont été un trajet cahoteux avec des hauts et des bas et quelques regrets. Cela a bien tourné avec le plus jeune, mais l'autre quittera notre foyer demain pour être placé ailleurs. Parfois, la tâche est simplement trop grande. Même si ma nouvelle vie est très différente, je suis aussi occupée qu'auparavant, et j'en suis pleinement satisfaite.

NDLR: *Eva ne nous a pas dit qu'elle et son époux ont aussi été famille d'accueil pour un jeune Vietnamien des « Boat People » de 11 à 24 ans.*

Eva Bury, secteur Ouest-de-l'Île (H)

## INDEX A.R.E.Q. - 06 (MONTRÉAL) 2003-2004

SECTEUR	PRÉSIDENT
PRÉSIDENT RÉGIONAL	André Pelletier
A. Ahuntsic-Est	Céline Désilets
B. De la Montagne	Josée Bois
C. Sainte-Croix	Pierrette Martineau-Adjoury
D. Jean-Talon	Rachel Sawyer
E. Montréal-Nord	André Blanchard
F. Parc-Lafontaine	Victor Langlois
G. Mercier-Est	Micheline Jourdain
H. Ouest-de-l'Île	Angèle Berger
J. Pointe-aux-Trembles	Jeannine Ménard
K. Maisonneuve-Rosemont	Anne-Marie Dupont
L. Lachine	
M. Angrignon	Michel Acoulon
N. Ahuntsic-Ouest	Lise Labelle
P. Rosemont	
R. Saint-Léonard	Ronald Rhéaume
S. Anjou	Janine St-Pierre

## FICHIERS ET COOKIES INUTILES

Il est possible de nettoyer le disque dur de son ordinateur en se débarrassant des fichiers temporaires (TEMP) et des cookies. Les cookies ou biscuits sont des microprogrammes qui s'installent automatiquement lorsque vous naviguez sur certains sites. Ceux-ci veulent connaître vos habitudes de navigation ou de consommation. Le seul avantage de ces cookies est d'améliorer la vitesse d'accès à vos pages Web préférées. Pour se débarrasser de ces cookies et fichiers temporaires, il existe plusieurs méthodes. La première consiste à se rendre dans le panneau de configuration, choisir l'icône Options Internet, ensuite le bouton Fichiers temporaires et Cookies, puis Supprimer, enfin OK.

La deuxième méthode est plus efficace mais délicate. Il faut se rendre dans le contenu du disque dur, en général C:, organiser les fichiers \*.temp, les choisir en les noircissant, utiliser la touche Supprimer, puis OK. Les fichiers supprimés demeurent dans la corbeille. Arrêtez l'ordinateur et redémarrez ensuite pour vérifier si certains fichiers utiles manquent; restaurez les fichiers manquants; et enfin videz la corbeille.

Une troisième méthode plus simple exige l'installation de la nouvelle version du fureteur le plus universel, soit Internet Explorer 6.0 de Microsoft. Ce fureteur est téléchargeable gratuitement en même temps que Outlook express 6.0 à l'adresse suivante: <http://ca.msn.com>. En accédant au menu de Internet Explorer 6.0, vous cliquez sur Outils, Options Internet et Confidentialité, et vous pourrez configurer le niveau de confidentialité qui vous convient et qui vous permet de mieux gérer les cookies de tous les sites visités.

La dernière méthode, et certainement la plus pratique et très efficace, est de commander le programme de Webroot: Cache cookies washer pour Internet Explorer. Ce logiciel est téléchargeable sur le site suivant: <http://www.megagiciel.com/logiciels/377.html>.

Quelle que soit la méthode choisie, le but visé est d'effacer toute trace personnelle de navigation Internet sur votre ordinateur et d'améliorer en plus l'espace disponible sur le disque dur.

Edmond Pauly  
secteur Ouest-de-l'Île (H)

## Dîner-bénéfice

Membres et amis de l'A.R.E.Q., nous vous sollicitons pour la **Fondation Laure-Gaudreault**. Vos ressources sont indispensables pour aider nos retraités et certains organismes correspondant à nos objectifs.

Notre dîner-bénéfice se tiendra le 13 novembre prochain sous la présidence de madame Louise F.-Giroux, actuellement présidente provinciale de la Fondation.

**Date:** 13 novembre 2003 **Heure:** 12 h 00  
**Endroit:** Centre Saint-Mathieu, 7110, 8<sup>e</sup> Avenue Montréal  
**Coût:** 20\$ / personne

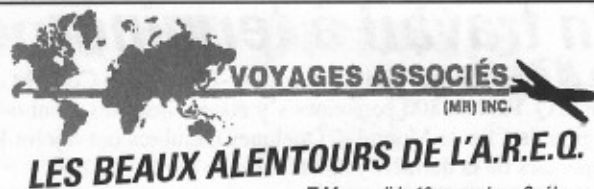
N.B. réponse demandée avant le 8 novembre

Faire le chèque ou mandat au nom de « **Fondation Laure-Gaudreault** » et l'expédier avec vos nom, adresse et numéro de téléphone à:

Georges Daigle,

Vous désirez mieux connaître la Fondation? Communiquez avec vos responsables de secteur qui peuvent vous fournir la documentation nécessaire pour devenir membre et faire vivre cet organisme fondé par l'A.R.E.Q. en 1990 et portant le nom de la plus grande syndicaliste du XX<sup>e</sup> siècle.

Monique Asselin-Gobeil



## LES BEAUX ALENTOURS DE L'A.R.E.Q.

### Dimanche le 14 septembre:

**Festival écossais dans les Cantons-de-l'Est.**  
Par les petites routes enchantées nous nous rendons à Gould: Chants sacrés celtes, brunch écossais musical, explication de la cuisine des Highlands et visite historique du village par Daniel Audet, les secrets des scotches et dégustation, danse et musique écossaises. Départ de Gould à 17 h 00. Le prix 69 \$ comprend toutes les activités mentionnées, le brunch, le transport et les taxes.

### Vendredi et samedi les 17 et 18 octobre:

**Fairmont Manoir Richelieu.**  
Départ à 8 h 00. Dîner à l'île d'Orléans. 2 visites surprises. Arrêt à Baie-Saint-Paul. 1 nuit au Manoir, 3 repas, le transport, les taxes. 129 \$ par personne en occ. double.

### Mercredi le 12 novembre: Québec

Musée de la civilisation et Musée national du Québec. Dîner au restaurant l'Astral (13 h 00/15 h 00). Départ de Québec à 17 h 30. Le prix 65 \$ comprend le transport, les entrées aux Musées, le repas à l'Astral.

### Départ le 7 février 2004:

Cuba autrement: 2 semaines 2 nuits à Guardalavaca - 4 nuits à Santa Lucia - 4 nuits au Melia de Santiago - 4 nuits à Holguin. Tous les transferts inclus. 2 199 \$ prix par personne en occ. double, taxes incluses et selon disponibilité. Petit groupe, accompagné par Jacqueline Bélanger, demandez le programme.

### Départ le 13 mars 2004: Grand succès de l'hiver 2003: Palma de Majorque.

24 jours dont 22 jours en pension complète. 2 195 \$ par personne en occ. double + taxes de 145 \$, accompagné par Jacqueline Bélanger.

### Information:

Jacqueline Bélanger de l'A.R.E.Q. de Montréal-Nord

En collaboration avec Voyages Associés  
6000, Henri-Bourassa, Montréal-Nord  
(Agence IATA et permis du Québec)



Télescopes  
Jumelles  
Microscopes  
Loupes  
Volumes  
Jouets Scientifiques

**L'univers  
à la portée de tous!**

La Maison de l'Astronomie P. L. inc.

8074, rue St-Hubert

Montréal, Québec

Tél.: (514) 279-0063 • Fax: (514) 279-9628

[www.microid.com/maison.htm](http://www.microid.com/maison.htm)

