

# Échos de l'Île



Bulletin régional  
d'information de l'AREQ

Île de Montréal • Mai 2009  
Volume 7, numéro 3

## J'ai besoin de vous



Lise Labelle

**L**e 20 janvier dernier, jour de l'investiture du président Barak Obama que l'on a comparé à J.-F. Kennedy par l'enthousiasme qu'il a suscité et l'espoir de changements majeurs qu'il a fait naître chez les Américains et dans le monde occidental, nous avons réentendu un extrait du discours prononcé par JFK, le 20 janvier 1961 :

*« Vous qui, comme moi, êtes Américains, ne vous demandez pas ce que votre pays peut faire pour vous, mais demandez-vous ce que vous pouvez faire pour votre pays. Vous qui, comme moi, êtes citoyens du monde, ne vous demandez pas ce que les États-Unis peuvent faire pour le monde, mais demandez-vous ce que vous pouvez faire pour le monde. »*

Je voudrais pasticher le président Kennedy et vous inviter à ne pas vous demander ce que l'AREQ peut faire pour vous mais ce que VOUS pouvez faire pour l'AREQ.

Faire partie d'une association comme l'AREQ, c'est un privilège qui fait l'envie de plusieurs retraités. Quand on adhère à l'AREQ, on peut, si on le veut, agrandir son réseau, réaliser de belles rencontres, découvrir des personnes aux talents et aux richesses intérieures inouïes avec qui l'on peut développer une amitié ou réaliser des projets pour la collectivité. L'AREQ, ce sont des personnes qui partagent de bons moments, mais qui sont aussi solidaires dans les épreuves comme la maladie ou le deuil.

L'AREQ, c'est aussi un regroupement de personnes dont l'âge varie de 55 à 105 ans, la moyenne étant de 67,6 ans. Plusieurs de ses membres sont aussi des personnes seules : un grand nombre de femmes célibataires, de veufs et de veuves. La solidarité se manifestera alors par différentes formes d'entraide bénévole. Les plus jeunes se chargent d'aller chercher les membres plus âgés pour faciliter leur participation aux activités. D'autres offrent à un membre qui vit seul, une sortie au restaurant, l'accompagnement pour les courses hebdomadaires, etc.

Ceux qui ont des problèmes de mobilité offrent leurs services à leur secteur pour des tâches discrètes comme l'envoi des cartes d'anniversaire aux membres, l'envoi des bulletins sectoriels, etc. Toutes ces situations existent dans nos rangs et il faut accroître ces formes d'entraide, nous inspirant parfois de ce qui se fait dans un secteur voisin.

Mais ce n'est pas suffisant. N'avons-nous pas tenu un congrès en juin dernier sous le thème : **L'AREQ, une force pour la société?** Une fois que nous avons développé une grande solidarité entre nous, nous pouvons aller vers les autres. La société nourrit des attentes à notre endroit et nous pouvons être utiles. Nous avons développé des compétences que nous pouvons mettre au service des autres.

Chaque semaine, je reçois des demandes d'organismes sans but lucratif, toutes plus pertinentes et intéressantes les unes que les autres. Ces demandes expriment le besoin de bénévoles pour différentes formes d'engagement. Que ce soit l'aide aux devoirs, la prestation de cours privés à des enfants de familles démunies qui

# Sommaire

Mot de la présidente ..... 1 - 3

Mot de la coordonnatrice ..... 2

ÉCHOS DE NOS ACTIVITÉS..... 3 - 8

Une rencontre émouvante  
et enrichissante

L'AREQ-Montréal chez la  
ministre de l'Environnement

Le Conseil exécutif de Montréal

Comité de la condition des femmes

C'était magnifique

Quelle belle journée!

S'engager? Oui, mais comment?

PROJETS ..... 9 - 10

Assemblée générale régionale

Crise financière et indexation

Les arts visuels... bien visibles!

LA VIE DANS LES SECTEURS . 11 - 12

INFO ..... 12 - 14

Tournoi de golf 2009

Quand les vacances de rêve virent  
au cauchemar... heureusement  
il y a CanAssistance

Bouquet d'informations p. 7, 8 et 14

RÉFLEXION ..... 15 - 18

Pertes et deuils

Briser l'isolement, c'est possible

Ma vie à la retraite

Hommage à un homme très  
dévoué et ô combien réservé

Le miracle de la petite mère perdrix

Desjardins Caisse de l'Éducation

Fonds de sécurité Desjardins

/ Assurance-dépôt. .... 19

Chronique informatique

DivX, le nouveau procédé

de compression vidéo. .... 20

## Conception et infographie:

Rive-Sud Typo Service Inc.

## Prochaine publication:

septembre 2009

**Date de tombée:** 15 juillet 2009

**Tirage:** 6 700 copies

Pour une plus grande clarté, la forme masculine utilisée dans ce bulletin désigne aussi bien les femmes que les hommes.

# Printemps plein d'espoir!



Jeannine Ménard

Ce bulletin est, en quelque sorte, un bouquet de printemps. La nature est en plein épanouissement et vivre en harmonie avec elle est bénéfique pour le corps et l'esprit. Nous avons besoin d'elle pour mieux vivre et elle compte sur nous pour la protéger. C'est dans cet esprit que vous lirez le billet de la présidente.

Vous pourrez passer en revue plusieurs événements vécus depuis le début de l'année 2008-2009: rencontre du 5 décembre dernier avec la projection du DVD « Madeleine »; visite du Conseil exécutif le 20 janvier; session de formation pour le CCF le 23 janvier; ren-

contre avec la ministre de l'Environnement le 13 février; Journée internationale des femmes célébrée le 6 mars; plusieurs formes de l'engagement citoyen recueillies le 29 octobre dernier.

Des activités sont annoncées: Assemblée générale régionale assortie d'une exposition artistique devenue une tradition; invitation de plusieurs secteurs à des activités intéressantes; tournoi de golf au profit de la FLG. (Voir aussi la fiche d'inscription pour ce tournoi.)

Spécial à ne pas manquer dans ce 3<sup>e</sup> bulletin 2008-2009: quatre pages sur un projet important, la reconfiguration de la région Île de Montréal, un projet à réaliser au cours du présent triennat.

Des articles d'information, de réflexion, de divertissement complètent ce bulletin: La crise financière; Sécurité assurée avec CanAssistance; Vivre les pertes et les deuils; Briser l'isolement; La vie à la retraite; Hommage à un membre dévoué; Un miracle raconté; Chronique pour les mordus de l'informatique et la Chronique Desjardins.

Faites bonne lecture et, sur ce, je vous souhaite une fin de printemps fructueuse, un été ensoleillé et revivifiant pour entamer un automne avec une bonne réserve d'énergie.

Jeannine Ménard,  
secteur Pointe-aux-Trembles (06-J)  
Coordonnatrice de l'équipe de rédaction



Région Île de Montréal (06)

**Responsable:** Lise Labelle

**Coordonnatrice:** Jeannine Ménard

**Équipe de rédaction:** Luc Brunet, Lise Labelle, Jeannine Ménard, André Pelletier, Lise St-Pierre

**Collaborateurs à ce numéro:** Marie Barrette, Denis Bergeron, Jean-Pierre Brodeur, Céline Désilets, Solange Catafard-Mayer, Anne-Marie Dupont, Micheline Jourdain, Colette Larivière, Gaétane Lebel-Fillion, Dorothee Morin, Edmond Pauly, Lucille Plourde, Louise Roberge

**Correction des textes:** Louise Chevrier

## Une rencontre émouvante et enrichissante

Est-il possible que plusieurs de nos aînés vivent des situations de violence ?

Malgré les progrès accomplis et malgré les organismes de protection, d'après les statistiques, 10 % des personnes âgées au Québec (150 000 par année) seraient victimes de mauvais traitements par une personne supposément digne de confiance.

Pour illustrer cet état de fait, le 5 décembre 2008, à l'occasion de la Journée nationale de commémoration et d'action contre la violence faite aux femmes, le Comité régional de la condition des femmes a présenté un documentaire fort pertinent «Madeleine». Cette femme de 77 ans, victime d'abus de la part de son fils, son préféré semble-t-il, raconte son histoire. Une intervenante invite ensuite à la réflexion, par les commentaires qu'elle nous livre.

Après cette projection, une table ronde composée d'experts en la matière, a répondu aux questions posées par l'auditoire, tout en expliquant le côté souvent sournois que peut prendre une situation d'abus.

En tant que représentante du secteur au Comité de la condition des femmes et membre de l'organisation de cette activité régionale, je devais, à la fin de la rencontre, exprimer les émotions ressenties, au nom de l'assistance.

Je vous livre donc, quelques-unes de mes réflexions :

- Il faut s'informer en participant à des activités organisées par les comités régionaux ; c'est déjà faire

quelque chose pour provoquer des changements.

- Il faut oser dénoncer et demander de l'aide.
- Au-delà des mots, il faut passer à l'action puisque agir c'est décider.
- On ne peut pas changer le vent, mais on peut orienter les voiles, à tout moment.
- Il n'en tient qu'à nous d'y croire, car nous savons maintenant, qu'il existe des ressources.



*Dorothée Morin*

À toutes les personnes violentées, je dis que vous êtes fortes pour avoir survécu à ce lourd passé et vous êtes courageuses de vouloir sortir de cette situation. Je pense aussi à celles qui n'ont pas de mots pour le dire, tant elles sont écrasées par la gêne, l'humiliation, le mépris. Nous pouvons être la voix de celles qui vivent dans un désert quotidien.

Un sombre constat ? Oui, peut-être. Mais il y a de l'espoir, car il existe des personnes qui militent et ouvrent des brèches pour en arriver à vivre dans une société égalitaire, démocratique, solidaire et pacifiste. C'est inscrit dans notre mission à l'AREQ.

*Dorothée Morin*  
Secteur Ouest-de-l'Île (06-H)

(suite de la page 1)

accusent des retards scolaires, l'enseignement de l'informatique aux aînés, l'écoute active à Tel-aide, l'implication à Héma-Québec, l'accompagnement de malades aux soins palliatifs, la correspondance avec des adolescents de la francophonie, l'initiation à la lecture auprès de jeunes dans les écoles, l'accompagnement de malades à des rendez-vous médicaux, etc. Je voudrais pouvoir répondre à toutes ces demandes que je trouve justifiées et pour lesquelles des membres de l'AREQ sont des personnes qualifiées pouvant y donner suite.

Voilà pourquoi, je vous dis que J'AI BESOIN DE VOUS. Ce que je souhaiterais en ce printemps 2009, c'est que dans chaque secteur se constitue une banque de béné-

voles. Je demande à toutes les personnes qui disposent de quelques heures par semaine, de donner leur nom à la personne présidente de leur secteur en spécifiant pour quel type de bénévolat on pourrait faire appel à leurs services. Pour cela, je sollicite la participation des présidentes et présidents. Cette opération pourrait se faire au cours des mois de mai et juin et nous aurions ainsi pour l'automne prochain, une liste de membres prêts à répondre aux demandes d'aide que nous recevrons.

Sur ce, bon été et profitez de la belle saison pour visiter le Québec à son meilleur.

*Lise Labelle*  
Présidente régionale

## L'AREQ-Montréal chez la ministre de l'Environnement

Grâce à l'initiative de Véronique Gauthier, responsable du Comité de l'environnement, une pétition intitulée «Pétition pour conserver nos ressources en eau» a été adressée au premier ministre du Québec, Jean Charest. Au printemps 2008, elle a d'abord circulé à Montréal et ensuite, à l'automne, en province. Résultat : 3 402 signatures.

Le 13 février dernier, Mme Line Beauchamp, ministre du Développement durable, de l'Environnement et des Parcs nous a reçus, Véronique Gauthier, Jean-Pierre Brodeur, membre du Comité de l'environnement et moi-même, à son bureau du comté de Bourassa-Sauvé.

La pétition se lit ainsi :

**Attendu que** des corporations privées prélèvent déjà des millions de litres d'eau des lacs et rivières du Québec et font l'embouteillage d'eau municipale ;

**Attendu que** l'eau est un bien commun qui appartient aux citoyens du Québec et non aux corporations privées ;

**Attendu que** la commercialisation de l'eau constitue une menace pour les écosystèmes, pour l'approvisionnement des populations locales, des fermes, etc. et pour le renouvellement des nappes souterraines ;

**Attendu que** la multiplication des bouteilles en plastique qui encombrant les dépotoirs pollue l'environnement pour des centaines d'années ;

**Donc, je me joins aux citoyens du Québec pour demander au gouvernement d'interdire la commercialisation de l'eau et d'agir auprès du gouvernement du Canada.**

Concernant la quantité d'eau prélevée, Mme Beauchamp a voulu se faire rassurante en affirmant que l'eau embouteillée **prélevée au Québec** représentait l'équivalent de l'eau utilisée par cinq terrains de golf durant une saison estivale. D'après elle, beaucoup d'eau vendue au Québec n'y a pas été prélevée. Elle a avoué trouver injuste le fait que des compagnies prélèvent de l'eau sans payer aucune redevance, mais du même souffle, elle a aussi expliqué que le fait de réclamer des redevances ne rapporterait pas beaucoup au Québec.

Comme aînés, nous avons quand même répété notre inquiétude quant à la quantité et à la qualité de l'eau qui sera disponible pour les générations qui nous suivront et nous avons réitéré notre opinion à l'effet que l'eau ne devrait jamais être l'objet d'une privatisation.

D'après Mme Beauchamp, l'article 1 du projet de Loi 92 sur l'eau affirme que «L'eau est une ressource commune de la nation québécoise». Ce projet de loi a été présenté au cours de la session parlementaire précédente. Une commission parlementaire a siégé et plusieurs amendements ont été proposés afin de le bonifier. Mais il est mort «au feuillet» à la suite du déclenchement des élections. Il devrait être remis à l'agenda quand l'Assemblée nationale reprendra ses travaux. Ce sera un dossier à suivre...

Quant à la pétition, bien qu'elle ne puisse la présenter elle-même, puisqu'elle est la ministre responsable de ce dossier, Mme Beauchamp nous a assurés qu'elle serait présentée à l'Assemblée nationale.

Merci à toutes les personnes qui ont signé la pétition et qui l'ont fait circuler dans leur réseau.

*Lise Labelle*



De gauche à droite : Lise Labelle, Véronique Gauthier, Jean-Pierre Brodeur, Mme Line Beauchamp.

## Le Conseil exécutif à Montréal

Echos  
de nos activités



Louise Roberge

À la suite de ma participation à la réunion de l'AREQ du 20 janvier dernier, j'aimerais exprimer quelques commentaires.

Au cours de ma carrière, j'ai assumé plusieurs responsabilités; puis, comme retraitée, j'ai accepté certaines tâches dont je ne réalisais pas toute l'ampleur; maintenant je constate combien importantes sont celles qui nous

attendent et comme elles sont intéressantes à effectuer lorsque bien supervisées.

La journée de formation, à l'occasion de la tournée du Conseil exécutif national du 20 janvier dernier, m'a permis de voir à quel point l'équipe est dynamique.

Cette journée a été l'occasion pour les membres des comités directeurs de la région de Montréal d'approfondir leurs connaissances en ce qui a trait aux orientations votées lors du Congrès de juin 2008, de mieux

cerner les responsabilités de chaque membre du Conseil exécutif et aussi de mieux comprendre les objectifs poursuivis conjointement par le Conseil exécutif, le Conseil national, les conseils régionaux et les comités directeurs des secteurs.

L'entraide, l'ouverture d'esprit, l'appartenance citoyenne, l'implication, l'équilibre, la disponibilité, le sens de l'engagement ont été mentionnés comme des qualités essentielles chez les personnes qui s'impliquent à quelque niveau que ce soit à l'AREQ.

Le respect des personnes et des règles de l'association, le courage, la persévérance, la solidarité sont aussi des caractéristiques que l'on retrouve chez les personnes engagées au sein de l'AREQ.

Participer devient alors une occasion de s'occuper de façon avantageuse et d'enrichir alors les nombreuses années... à venir!

Louise Roberge, secteur De-la-Montagne (06-B)

## Le Comité de la condition des femmes en action

La table ronde présentée le 6 mars 2009 pour souligner la Journée internationale des femmes a réuni plus d'une centaine de personnes autour du thème *La Justice et la Paix : des utopies ?* thème développé par Mesdames Suzanne Loïselle – Entraide missionnaire, Béatrice Vaugrante – Amnistie internationale Canada francophone, et Nicole Filion – Ligue des droits et libertés.

Cette activité clôturait la démarche entreprise depuis :

- le 8 mars 2006 : *Une Charte, cinq valeurs, ensemble pour un monde meilleur – Pour une réelle Égalité, toujours engagées*. Madame Pauline Gill intitulait sa communication : *Hommage à nos pionnières, en route vers l'égalité*;
- le 8 mars 2007 : *La Solidarité avec les femmes démunies, avec les jeunes femmes* Mesdames Léonie Couture et Ma Deva Eshana faisaient connaître *La rue des Femmes*, et Madame Diane Bérubé-Palardy

décrivait son action bénévole auprès des jeunes mères dans le cadre de *Grands-Mères Caresses*;

- le 8 mars 2008 : *La Liberté et le pouvoir des femmes*. Mesdames Hélène Fotopoulos, Martine Blanc et Louise Harel témoignaient de leur engagement politique.

Ces moments intenses de partage et d'échanges nous ont sensibilisées à ces valeurs promulguées par la Charte mondiale des femmes pour l'humanité adoptée à la 5<sup>e</sup> Rencontre internationale de la Marche mondiale des femmes au Rwanda, le 10 décembre 2004.

Il reste à poursuivre ensemble et avec détermination les actions pour un monde meilleur. Le bulletin de septembre révélera les projets spéciaux que le CCF mettra sur pied en 2009-2010. Vous serez sollicités... préparez vos espadrilles!

Marie Barrette, secteur Sainte-Croix (06-C)  
Responsable régionale du CCF

## C'ÉTAIT MAGNIFIQUE !

Pour être franche avec vous, la session planifiée dans le plan d'action 2008-2009 par le Comité de la condition des femmes me semblait un gros défi à relever. Comment rendre concret et interactif un tel contenu (valeurs, charte, protocole, pertes, etc.)? Le 23 janvier, je me suis donc présentée, à la session avec ce questionnement. J'ai le goût de survoler avec vous le déroulement de la journée. Vous constaterez ce que vous savez déjà... un bon prof, une bonne prof, peut faire des merveilles, des miracles !

### 1<sup>re</sup> activité : **Au cœur des injustices**

Avec le jeu brise-glace «Jean ou Jeanne dit», nous avons pénétré au cœur des injustices avec nos pieds, pas seulement avec notre tête. Pour plusieurs d'entre nous, ce fut assez troublant, tant par la prise de conscience de notre heureuse place dans une société idéale que par celle de la distance qui nous sépare de nombre de nos frères et sœurs. Au cœur des injustices, que faire si ce n'est de repérer et de déployer un à un nos droits civils et politiques, nos droits sociaux économiques et culturels, et nos droits collectifs? Ils sont l'apanage de nos sociétés démocratiques, mais nous avons, par ailleurs, le devoir de les revendiquer continuellement et de les défendre au nom de la justice sociale. Ce premier exercice nous a revigorées : nous avons des points d'appui pour émerger peu à peu du borbier des injustices dans lequel «Jean ou Jeanne dit» nous avait plongées.

### 2<sup>e</sup> activité : **L'État québécois en procès**

Nous avons pris connaissance de cas concrets de violation des droits dans les domaines du travail, de la santé, de l'éducation, du niveau de vie, puis en ateliers, nous nous sommes préparées fermement au procès. Costumées comme il se doit, avocates de la défense et de la couronne s'évertuaient à légitimer et à argumenter sur le respect ou le non-respect de l'ar-

ticle premier de la Déclaration des droits humains : «Tous les êtres humains naissent libres et égaux en dignité et en droits». Il fallait voir nos juges faire montre de compétences époustouflantes... Et que dire de leur sang-froid !

### 3<sup>e</sup> activité : **Sur le terrain politique des luttes**

Une fois le verdict prononcé, les animatrices évitèrent de nous laisser partir avec un sentiment de culpabilité ou avec une impression d'impuissance. D'ailleurs, nous de l'AREQ, ne sommes-nous pas déjà pleinement engagées dans ces luttes politiques? Que l'on pense à toutes ces pétitions que nous signons, aux marches contre la guerre en Irak, à notre engagement pour des produits équitables, pour la protection de l'eau... La 3<sup>e</sup> activité a consisté en un casse-tête géant. Tous les morceaux s'emboîtant les uns dans les autres représentaient les contributions concrètes et variées des participantes à ces luttes. C'était magnifique !

J'ai tracé à grands traits le déroulement de cette journée. J'espère que vous aurez la possibilité de la vivre à votre tour. Comme éducatrice, je ne peux passer sous silence l'approche d'éducation populaire autonome de cette session. Approche qui privilégie la *conscientisation* et l'action en misant sur l'expérience des participantes, les échanges et l'interaction entre elles, tout en n'escamotant pas les exposés sur mesure et bien inscrits dans le déroulement. Bravo au CPRF (Carrefour de participation, ressourcement et formation) et à l'AREQ qui nous permettent de pareils temps de formation et de ressourcement !

*Lucille Plourde, secteur Parc Lafontaine (06-F)  
Responsable sectorielle du CCF*



*Lucille Plourde*



# Quelle belle journée!

Echos  
de nos activités



Colette Larivière

Sous le thème «unies, mobilisées et certaines d'avancer», nous avons souligné la Journée des femmes, en ce vendredi 6 mars 2009. Comme toujours, l'ambiance était chaleureuse, des participantes en grand nombre, une présence masculine plus nombreuse que par le passé, la joie exubérante de la rencontre, avec en prime, une table garnie de douceurs et, en passant, bravo à l'équipe organisatrice, sous la gouverne de Marie Barrette.

Pour ce rendez-vous, deux valeurs nous interpellent: *La justice et la paix: des utopies?* Voilà ce sublime questionnement soumis au radar respectif de nos trois personnes invitées, qui œuvrent auprès d'une humanité écorchée!... D'emblée, je dois mentionner que ces dames m'ont éblouie par leur engagement, leur militantisme et par la force de leur conviction.

Tout d'abord, madame Suzanne Loiselle, membre de l'Institut international des Sœurs Auxiliatrices et directrice de l'Entraide missionnaire: organisme intercommunautaire de formation à la mission et à la solidarité internationale. Ce travail l'a mise en contact avec des personnes qui lui ont appris à regarder le monde d'une autre façon et l'ont plongée dans des situations de crise. Elle a visité de nombreux pays et son travail lui a permis de développer des partenariats avec des organismes issus des communautés culturelles d'ici. Un défi au quotidien! Ses convictions, peut-être un peu fragiles au départ, se sont affermies. Elle nous a rappelé qu'il ne fallait pas perdre la capacité d'indignation qui est le moteur du changement et la paix, le moteur indissociable du développement.

Ensuite, madame Béatrice Vaugrante, directrice d'Amnistie Internationale Canada francophone, depuis 2006. Elle détient un MBA des HEC de Paris. Elle siège aussi au Conseil d'administration de Parole d'exclus: organisme montréalais de lutte contre l'exclusion. La Déclaration universelle des droits de l'homme a 60 ans et il faut encore lutter pour la faire respecter. Selon Béatrice, nous vivons une époque de transition: les pays occidentaux connaissent des soubresauts qui font vaciller les fondements économiques de leur puissance et, au nom de la «guerre au terrorisme», ils font des brèches profondes dans leurs engagements à

l'égard des droits humains. Il faut rester vigilantes pour protéger nos acquis car la roue de l'histoire peut soudainement repartir dans l'autre sens, broyant les victoires que l'on croyait assurées.

La troisième invitée, madame Nicole Filion avocate, a été présidente de la Ligue des Droits et Libertés pendant un peu plus de sept ans, avant de rejoindre l'équipe de la permanence de la Ligue à titre de coordonnatrice à l'automne 2007. La Ligue des Droits et Libertés mène des campagnes d'information, organise des forums publics, des sessions de formation, etc. La paix et la justice peuvent se réaliser par le respect des droits humains certes, mais il y a des lacunes dans notre système de justice, des failles à dénoncer: la couverture médiatique contrôlée et la vérité souvent déformée.

Enfin, elles ont dit qu'on ne pouvait pas répondre à la question par un oui ou par un non. Il y a des jours où ça semble une utopie mais parce que l'on continue d'y croire, et c'est ce qui nous fait vivre, on peut faire avancer la justice et la paix.

Pour la circonstance, des membres, je devrais plutôt dire des artistes, ont ouvert pour nous un pan de leur intérieur en nous permettant d'admirer leurs créations. Nous avons eu droit à plusieurs prix de présence dont trois exemplaires du volume de l'historienne Micheline Dumont: *Le féminisme raconté à Camille*, Camille étant sa petite-fille.

Merci à toutes ces personnes bénévoles qui nous ont concocté un après-midi riche d'idées.

Colette Larivière, secteur Rosemont (06-P)

## Bouquet d'informations

### Comité de la condition des hommes

Le 20 mars dernier, au moment où nous terminions la révision linguistique de ce bulletin, j'étais informée par courriel que André Ledoux, membre du secteur Sainte-Croix (06-C), mettait fin à toutes ses activités à l'AREQ, tant au niveau régional que sectoriel. Ainsi, le Comité de la condition des hommes dont les activités avaient été suspendues temporairement en septembre dernier, se retrouve sans responsable régional. Le Conseil régional verra à reprendre toute l'opération de la formation de ce comité, l'automne prochain.

Lise Labelle

## S'engager ? Oui, mais comment ?

Les membres des comités directeurs ainsi que les responsables des différents comités sectoriels qui ont participé à la rencontre régionale du 29 octobre ont d'abord entendu un exposé de Madame Michèle Charpentier qui avait pour thème : « Pas de retraite pour l'engagement citoyen ».

Par la suite, les participants se sont regroupés en ateliers pour échanger sur les différentes formes que pourrait prendre l'engagement citoyen. Voici un résumé de ce qui est ressorti de ces discussions.

D'abord, les échanges ont permis de cibler des champs d'action où l'engagement citoyen est souhaitable, possible et dans certains cas déjà très présent. Il s'agit du domaine municipal, des milieux hospitalier, scolaire et communautaire, d'associations dont l'AREQ et de conseils d'administration de différents organismes. Il va sans dire que l'intérêt pour une cause, les compétences et la disponibilité des personnes susceptibles de s'impliquer sont des éléments qui ont été soulignés comme étant des sources de motivation très importantes.

Selon le témoignage des participants, l'engagement citoyen prend les formes suivantes :

- Covoiturage pour des rendez-vous médicaux et des activités de l'AREQ ;
- Participation à des tables de concertation dans les arrondissements de la ville ;
- Exercice du droit de vote à chaque élection ;
- Entraide pour la préparation des déclarations de revenu ;
- Participation aux levées de fonds de différentes fondations ;

- Implication auprès des jeunes : aide aux devoirs, projet Lire et faire lire, tutorat ;
- Mentorat auprès des immigrants ;
- Coopération avec les organismes voués à la protection de l'environnement ;
- Animation de groupes au sein d'organismes communautaires ;
- Participation aux comités de l'AREQ ;
- Lettres ouvertes aux journaux ;
- Achat équitable ;
- Recyclage ;
- Défense des droits des malades ;
- Participation à différents conseils d'administration ;
- Bénévolat dans les hôpitaux et les CHSLD ;
- Participation aux instances des partis politiques ;
- Représentation auprès des députés ;
- Lutte pour la protection de notre pouvoir d'achat et par conséquent contre l'appauvrissement des aînés.



Gaétane Lebel-Fillion

Finalement, on constate que l'engagement citoyen n'est pas une obligation, mais qu'il est très enrichissant pour celles et ceux qui le vivent. De plus, les lieux d'un possible engagement sont multiples si bien que, parfois des choix difficiles doivent être faits quant aux nombreuses sollicitations.

*Gaétane Lebel-Fillion, secteur Ahuntsic-Ouest (06-N)  
Secrétaire régionale*

## Bouquet d'informations

### Pour tout changement d'adresse, un seul coup de fil !

Veuillez communiquer avec l'AREQ nationale au 1-800-663-2408 et les modifications seront transmises au niveau régional et sectoriel.

### L'Assemblée générale régionale

Cette année, l'AGR aura lieu le 21 mai à 9 h 30, au Centre 7400, 7400, boul. Saint-Laurent (métro De Castelnau). Voir ordre du jour p. 9.

Comme nous le faisons depuis quatre ans, nous vous invitons à dîner sur place, suite à la rencontre. Un buffet froid préparé par la Cuisine collective Hochelaga-Maisonneuve contentera tous les goûts. Chaque année, ce traiteur nous réserve de belles surprises. Nous vous offrons ce buffet à 12 \$ car la région en défraye une partie. De plus, nous offrirons un verre de vin aux participants. Veuillez vous inscrire auprès de la personne responsable de la trésorerie dans votre secteur, au plus tard le 14 mai. Nous vous invitons à participer en grand nombre à votre Assemblée générale régionale et au dîner qui suivra cette rencontre.

## Assemblée générale régionale

L'Assemblée générale régionale aura lieu le 21 mai 2009, à 9h30, au Centre 7400, 7400, boul. Saint-Laurent (coin De Castelnau). Accueil à compter de 8h30.

Voici le projet d'ordre du jour :

### 1. Ouverture

Message d'ouverture de la présidente ;

Présentation des personnes présidentes sectorielles et des membres du Comité exécutif régional ;

Élection d'une personne présidente d'assemblée ;

Court rappel des procédures ;

Présentation et adoption de l'ordre du jour ;

Adoption du procès-verbal de l'Assemblée générale du 22 mai 2008.

### 2. Rapports des activités 2008-2009

Rapport de la présidente régionale ;

Rapport de la responsable du Comité de la condition des femmes ;

Rapport de la responsable du Comité de l'environnement ;

Rapport du responsable du Comité des assurances ;

Rapport des responsables du Comité de l'indexation ;

Rapport de la responsable du Comité de l'action sociopolitique ;

Rapport du responsable du Comité des arts visuels ;

2.9 État de réalisation du plan d'action 2008-2009 ;

2.10 Questions, échanges et vote de réception de l'ensemble de ces rapports.

*PAUSE de 20 minutes afin de favoriser le vote pour le « Coup de cœur » et les mentions du public*

### 3. États financiers

3.1 Présentation des états financiers ;

3.2 Questions, échanges et vote de réception.

### 4. Plan d'action 2008-2010

4.1 Présentation du plan d'action 2009-2010 ;

4.2 Questions, échanges et vote.

### 5. Prévisions budgétaires 2009-2010

5.1 Présentation des prévisions budgétaires ;

5.2 Questions, échanges et vote.

### 6. Clôture de l'assemblée

6.1 Présentation des artistes et des artisans de la région ;

6.2 Mot d'un membre du CE ;

6.3 Mot de la présidente régionale ;

6.4 Information concernant le dîner ;

6.5 Levée de l'assemblée.

Le gagnant du « Coup de cœur » et les gagnants des mentions du public seront proclamés au cours du dîner afin de permettre à un plus grand nombre de membres de visiter l'exposition et de voter pour l'oeuvre de leur choix.

*Lise Labelle*

## Crise financière et indexation

Depuis la dernière parution des *Échos de l'Île*, les mauvaises nouvelles ne cessent de nous arriver toutes plus inquiétantes les unes que les autres. La Caisse de dépôt et placement du Québec a perdu, sur papier, près de 40 milliards. Le RREGOP a perdu 25,7 % de sa valeur.

Est-ce que notre rente de la CARRA sera diminuée? La réponse, c'est NON car nous avons un régime de pension à prestations déterminées. Le gouvernement a l'obligation de verser la rente selon des critères établis (2 % par année de service). Le montant de nos rentes de retraite est comptabilisé dans la dette du Québec. Le Régime de retraite des enseignants (RRE) auquel les adhésions ont pris fin en 1973 n'a jamais déposé d'argent à la Caisse de dépôt. Le gouvernement de l'époque a utilisé l'argent des cotisations pour les dépenses courantes et bien sûr, il n'a jamais mis de côté sa contribution à ce régime. Pourtant les 23 000 retraités qui avaient cotisé à ce régime reçoivent leur rente mensuellement

car le gouvernement a une obligation envers ses retraités.

Au RREGOP, les cotisations des employés du gouvernement ont été placées à la Caisse de dépôt pendant que le gouvernement ne fait que comptabiliser sa contribution au régime. L'état du RREGOP est évalué par des actuaires tous les trois ans. Lorsque ces derniers prévoient qu'il n'y aura pas suffisamment d'argent pour couvrir les dépenses, il y a augmentation du taux de cotisation. Avec les pertes enregistrées en 2008, même si ce ne sont que des pertes sur papier et que le rendement du RREGOP est évalué à long terme, il y aura un manque à gagner.

Le gouvernement pourrait soit augmenter les taxes, les différents tarifs, les cotisations, soit comprimer les dépenses, ou les deux pour être en mesure de respecter toutes ses obligations comme celles de verser la rente mensuelle de ses ex-employés et la RRQ ainsi que les différentes rentes prévues à la SAAQ, etc.

(suite en page 10)

## Les arts visuels...bien visibles !

*Le premier mérite d'un tableau est d'être une fête pour l'œil.* (Eugène Delacroix)



Solange Catafard-Mayer

Une trentaine d'artistes et artisans ont participé à la rencontre du 5 décembre 2008 à l'occasion de la Journée internationale contre la violence faite aux femmes et à la Journée internationale de la femme, le 6 mars 2009. Nous les remercions d'avoir contribué à mettre du soleil dans le cœur des membres et à semer de la beauté dans leur environnement.

Lors de ces événements, nous avons eu le plaisir d'accueillir des artistes nouvellement retraités qui se sont joints à nous et ont exposé pour le plus grand bonheur de tous.

La prochaine exposition se tiendra lors de l'Assemblée générale régionale le 21 mai prochain, au Centre 7400, 7400, boulevard Saint-Laurent, local 217 (au nord de Jean-Talon, métro De Castelnau).

À cette occasion, les membres de l'AREQ seront invités à voter pour le prix *Coup de cœur*. Un montant de 300\$ sera remis à l'artiste gagnant dont l'œuvre fera l'objet d'un tirage au profit de la Fondation Laure-Gaudreault. De plus, cette année, un certificat *Mention du public* et un certificat-cadeau d'une valeur de 50\$ seront remis aux deux artistes qui recevront le plus grand nombre de votes du public. Les artistes pourront s'inscrire aux deux concours, selon leur désir.

Les artistes de la région qui veulent participer à l'exposition peuvent s'inscrire auprès de la personne responsable du

Comité des arts visuels de leur secteur.

Nous ne pouvons passer sous silence que le responsable régional Denis Bergeron se rétablit d'une grave opération qui a exigé plus de deux mois d'exams médicaux et d'hospitalisation. Denis poursuit sa convalescence à la maison sous les soins attentifs de sa bien-aimée Hélène. Nous leur offrons nos salutations les plus sincères et un prompt rétablissement à notre cher Denis.

En son absence, Johanne Clément, du secteur Ahuntsic-Est prendra la relève jusqu'à la fin du mois de juin. Elle sera assistée par Josette Morin du secteur De-la-Montagne et Pierre Noreau du secteur Montréal-Nord.

Découvrez les talents de nos artistes,

Et que la fête soit avec vous !

Solange Catafard-Mayer, secteur Sainte-Croix (06-C)  
1<sup>re</sup> Vice-Présidente régionale  
Répondante politique du Comité des arts visuels



Johanne Clément

(suite de la page 9)

Ni le premier ministre, ni la ministre des Finances, ni l'ex-président de la Caisse de dépôt ne veulent assumer une responsabilité quelconque dans ce gâchis. Qui paiera pour tout cela? Tous les Québécois mais surtout les plus jeunes parce que toute cette incurie vient ajouter une somme importante à la dette de la province. Quant aux retraités, leur avoir collectif a fondu de 21 milliards, à cause de la course aux primes au rendement des gestionnaires de la CDP et de la négligence du gouvernement. Ironie du sort, le coût de la pleine indexation avec rétroactivité pour les pertes encourues jusqu'en 2008 était de 21 milliards, comme nous l'avons appris en Commission parlementaire, le 30 septembre dernier. Tout cet argent est disparu à cause de la cupidité des uns et de

l'insouciance des autres. Maintenant nous voilà en récession alors que les retraités n'ont jamais bénéficié des moments de croissance économique qui ont eu cours entre 1982 et 2008.

Et l'indexation dans tout ça? **Nous devons continuer à faire des pressions sur le gouvernement pour obtenir une table de travail permanente afin de protéger notre pouvoir d'achat par l'indexation de nos rentes et nous ne cesserons pas de réitérer cette demande.** Si cette table avait existé, il y a quelques années, alors que nous traversions une période de croissance économique, notre problème serait sans doute réglé.

Lise Labelle

# La vie dans les secteurs



Marie Barrette

Cette chronique vise à faire connaître, à partir de l'information publiée dans les bulletins/lettres mensuelles/sites web ou reçue par courriel/téléphone, des activités prévues dans les secteurs. Elle veut stimuler l'échange, la participation et susciter de nouvelles idées. Pour ce faire, les personnes à la présidence des secteurs sont priées de faire parvenir l'information à l'auteure de la chronique.

Encore imprégnés des joies pascales, nous accueillons mai avec délices ! Apportant avec lui le réveil de la vie, nous surveillons avec intérêt l'émergence timide des pointes de crocus, de tulipes, de jonquilles et, pour hâter la floraison, nous plantons avec entrain des annuelles.

Cette vitalité contagieuse stimule notre énergie et nous crée des envies de grand air et de liberté. Voici des activités proposées dans ce but. Sachons en profiter pour partager ensemble ces précieux moments.

## Le secteur Mercier offre les activités socioculturelles suivantes :

**SOCIÉTÉ MUSICALE ANDRÉ-TURP :**

CAFÉ D'ART VOCAL : 1223, rue Amherst.

10 ténors de légende dont Pavarotti, Caruso et Domingo.

Brunch servi à 11 h 30 suivi de l'écoute d'œuvres commentées jusqu'à 14 h 30

Date : le mercredi 29 avril

Coût : 25 \$ pour le tout.

**VISITE GUIDÉE de 3 HÔTELS : SAINT-SULPICE, XIX<sup>e</sup> SIÈCLE et GAULT, avec le groupe Kaléidoscope.**

Date : le mercredi 27 mai à 10 h

Coût : 20 \$

Dîner à l'Hôtel Gault.

**VISITE GUIDÉE du QUARTIER PORTUGAIS, avec le groupe Kaléidoscope.**

Date : le mercredi 10 juin, à 10 h 15

Coût : 12 \$ ou 35 \$ avec dîner à L'Étoile de l'océan.

Information et réservation : Hélène Pelland au 514.256.0129

## Le secteur Angrignon présente UN SURVOL DES GRANDS AUTEURS CLASSIQUES.

À la demande des membres qui ont assisté à ce projet l'année dernière, une suite à « ce survol » est offerte dans le but

de leur fournir l'occasion d'appréhender le langage musical et d'arriver à identifier les particularités de divers compositeurs des périodes classiques, romantiques et modernes, à partir d'œuvres musicales variées.

Date : le vendredi 8 mai 2009

Endroit : salle Yvon-Brunet, 6250, boul. Newman

Heure : 9 h 30

11 h 30 Dîner au restaurant Sunrise Deli & Bar, 7741, boulevard Newman, (apporter son vin ou sa bière).

Information : Michel Acoulon au 450.691.5570

## Le secteur De-la-Montagne propose : EN MAI, MARCHER L'HISTOIRE DE CÔTE-DES-NEIGES.

En compagnie de membres de la Société d'histoire de Côte-des-Neiges, on offre de revivre la naissance et l'évolution de ce quartier pluriethnique. Que de chemin parcouru depuis l'origine... que d'histoires à raconter...

Date : le mercredi 13 mai

Lieu : À l'auberge de l'Oratoire St-Joseph

3800, chemin Queen-Mary, Montréal

Stationnement gratuit près de l'auberge (don suggéré)

Horaire : 9 h 00 Inscription et accueil

9 h 30 Conférence, présentation de diapositives et échange avec M. Pierre Ramet, de la Société d'histoire de Côte-des-Neiges

11 h 30 Dîner sur place

13 h 00 Visite du quartier CDN à pied avec M. Ramet.

15 h 30 Fin

Coût : 10 \$ (dîner inclus)

Réservation : avant le 1<sup>er</sup> mai, en envoyant un chèque libellé à l'ordre de :

AREQ 06 B De-la-Montagne et adressé à Danielle Wolfe, 3821, avenue de Kent, Montréal, QC H3S 1N4

Ne pas oublier de préciser vos nom, prénom, adresse et numéro de téléphone.

Information : Danielle Wolfe au 514-733-7345

## Le secteur Sainte-Croix organise une visite guidée UN MUSÉE QUI EN OFFRE PLEIN LES YEUX.

Des traces de toutes les époques autour d'une même place, la Place d'Youville, baptisée en 1901. Depuis 1983, le Centre d'histoire de Montréal (CHM) a pour mission d'interpréter l'histoire et le patrimoine de Montréal, depuis sa fondation jusqu'à nos jours. Cette visite permet de développer notre sentiment d'appartenance à son égard.

Date : le vendredi 15 juin

Lieu : au Centre d'histoire de Montréal

(suite en page 12)

# Tournoi de golf 2009

Pour la quatrième année consécutive, le Conseil régional organise un tournoi de golf dont les profits seront entièrement versés à la Fondation Laure-Gaudreault. Cet événement aura lieu le jeudi 3 septembre, au Club de golf L'Épiphanie, 200, Chemin du Golf, L'Épiphanie, sous la présidence d'honneur d'Alain Pélissier, secrétaire-trésorier de la CSQ.

Récession oblige, nous offrons le forfait complet (golf, voiturette et souper) au même prix que l'an dernier, soit 100\$; pour les personnes qui ne jouent pas au golf et qui veulent nous rejoindre pour le souper, le coût est de 40\$. Un prix fera l'objet d'un tirage pour tous les golfeurs qui s'inscriront **avant le 30 juin**. Nous accepterons des inscriptions jusqu'au 31 août.

L'année dernière, nous avons remis à la FLG 13 155,81\$. Cette année, même si l'objectif est élevé, nous devrions être en mesure de le dépasser. Alors, il faut commencer dès la réception de votre bulletin car les gens sont sollicités pour différentes oeuvres; il faut aller les voir avant que leur budget pour les oeuvres philanthropiques soit à sec. J'invite tous les membres qui connaissent des gens d'affaires, soit dans leur famille ou dans leur entourage, à solliciter ces personnes pour devenir commanditaires de notre tournoi. L'achat d'un trou ne coûte que 100\$ et donne droit à une publicité sur le terrain et dans les Échos de janvier suivant. L'année dernière, nous avons 37 commanditaires.

L'objectif pour 2009? 50? ou 54?

(3 commanditaires par trou... pourquoi pas?).

Nous avons besoin de quelques prix de valeur (100\$ et plus) qui feront l'objet d'un tirage sous forme de bingo et de plusieurs cadeaux plus modestes qui seront offerts comme prix de présence.

Ne soyons pas gênés de demander une contribution pour ce tournoi, c'est pour aider les retraités dans le besoin, la recherche médicale sur le vieillissement et les oeuvres de jeunesse.

J'invite tous les golfeurs à se joindre à nous. En 2008, nous étions 143. Cette année, l'objectif est de 160. C'est toujours une journée fort agréable.



Lise Labelle

(suite de la page 11)

335, Place d'Youville, Vieux-Montréal,  
514.872.3207

Entrée: 5\$

Transport: métro Square Victoria ou covoiturage  
(stationnement: Gare maritime et IMAX)

Horaire: 10h00 Accueil

10h15 Visite du CHM

12h00 Fin

12h15 Dîner à L'Arrivage, au musée  
de la Pointe-à-Callière, à deux pas du CHM

14h15 Visite libre du musée Pointe-à-Callière

Réserver: avant le vendredi 5 juin, auprès de Solange C. Mayer, au 514.382.4988.

C'est ainsi que se présentent ces merveilleuses occasions de fraterniser tout en gardant notre esprit éveillé et curieux, à la découverte des richesses de notre histoire et de notre culture. Profitons du printemps et des belles sorties!

À tous, je souhaite un été formidable, beau et chaud, reposant et jouissif...

Marie Barrette  
marie.barrette@sympatico.ca

## Invitation

Le Centre des femmes de Rosemont, en collaboration avec le Centre des femmes de Pointe-aux-Trembles et l'UQÀM, présente Ridées mais pas fanées, un atelier d'échanges et de réflexion sur les femmes et le vieillissement, pour les femmes de 60 ans et plus. Cette activité vise à remettre en question les préjugés sur le vieillissement et à valoriser la place et le rôle des aînées dans la société. Elle favorise le partage d'expériences et la prise de conscience de son potentiel et de ses capacités d'action.

Date: le samedi 16 mai

Heure: 10h à 17h

Inscription: Sylvie Martinez au 514.277.7445

## Quand des vacances de rêve virent au cauchemar... heureusement, il y a CanAssistance.

Le 29 janvier dernier, André (André Pelletier, 2<sup>e</sup> vice-président du CE) et moi, nous nous envolons en direction de Punta Cana en République dominicaine pour un séjour d'une semaine au Gran Bahia Principe Bavaro selon la formule « tout-inclus ».

Heureux de nous soustraire aux rigueurs de l'hiver, même si ce n'est que pour une courte période, et contents de prendre quelques jours de repos après un semestre assez chargé, nous nous promettons des heures de farniente sur la plage, des baignades dans la mer, de bons repas que nous n'aurons pas préparés. La belle vie quoi !

Notre arrivée à Punta Cana se fait sous un soleil radieux et à une température très confortable. Nous vivons nos vacances de rêve les 29, 30 et 31 janvier.

Au cours de la nuit du 1<sup>er</sup> février, à trois heures, la *turista* vient mettre fin à notre rêve. André est pris de violentes diarrhées. Imodium, cipro, rien n'y fait. J'appelle les services médicaux de l'hôtel. On vient le chercher au cours des dix minutes qui suivent. Emmené à la clinique, sa tension artérielle est de 90 sur 50 et sa fréquence cardiaque de 41. Diagnostic : infection intestinale et déshydratation. Traitement : soluté pour hydrater avec médicament pour accélérer les battements cardiaques et antibiotique pour combattre l'infection. Les causes possibles de cette infection ? Parasite, bactérie ou virus. Solution ? Aller à l'hôpital de Bavaro pour des analyses. Voyage de trente minutes en ambulance.

À notre arrivée à *Hospiten Bavaro*, la préposée à l'admission communique avec CanAssistance et j'explique alors à Jean-François, un représentant de notre assureur, la raison de notre présence à l'hôpital. Il me dit qu'il enverra immédiatement une télécopie à l'hôpital assurant le paiement de tous les frais encourus par la maladie d'André. Au même moment, l'urgentologue m'annonce qu'il trouve André si faible qu'il le garde en observation pour une période d'au moins 24 heures. Nous sommes dimanche, 11 h 30. À midi quinze, André est installé dans une chambre. Je reste avec lui jusqu'à 18 h et je prends un taxi pour retourner à l'hôtel. Le lendemain, je m'empresse de me diriger vers l'hôpital

croquant qu'André aurait son congé et que nous pourrions jouir de la plage durant les deux jours restants. Nous attendons la gastro-entérologue qui doit signer le congé. Vers l'heure du dîner, elle arrive. « Non, M. Pelletier vous ne pouvez partir car vos plaquettes sont à 55 000 (la normale se situant entre 150 000 et 450 000) ». André se montre déçu. Elle lui dit alors qu'il risque de faire une hémorragie et que s'il veut vraiment partir, il devra signer un document la dégageant de toute responsabilité. Quelques minutes plus tard, Chantal, infirmière de l'équipe médicale de CanAssistance, nous téléphone pour prendre des nouvelles; elle nous explique ce que la gastro-entérologue hispanophone n'a pu nous faire comprendre. À compter de

l'hospitalisation, les problèmes linguistiques commencent. Dans les hôtels, les employés sont tous bilingues et parfois trilingues, mais à l'hôpital, plusieurs sont unilingues.

Comme nous ne connaissons que quelques mots en espagnol pour nous débrouiller au restaurant, nous apprécions les appels téléphoniques de Chantal qui traduit pour nous ce qu'elle vient d'apprendre des spécialistes.

Mardi matin, j'accours de nouveau à l'hôpital. Cette fois, la gastro-entérologue vient de passer avec une traductrice anglophone. C'est grave : les plaquettes sont à 28 000. André est référé à une hématologue à l'hôpital Santo Domingo située à trois heures et demie de Bavaro.

Que vais-je faire ? Chantal appelle et m'explique comment ça va se passer. Je dois retourner immédiatement à l'hôtel, faire nos bagages, fermer le compte et revenir à l'hôpital avec les valises que j'apporterai avec moi en ambulance à Santo Domingo et je logerai à l'hôpital.

Nous faisons le trajet Bavaro-Santo Domingo en un peu moins de trois heures trente, avec la sirène et les gyrophares sur plusieurs kilomètres. Assise sur le siège du côté droit de l'ambulance, je vois défiler le paysage du côté du conducteur. Nous sommes tantôt à la campagne, tantôt en ville. Nous passons à La Romana où je peux admirer la descente du soleil sur la Mer des Caraïbes.

Vers dix-neuf heures, nous arrivons à *Hospiten Santo Domingo*. Nous sommes attendus. CanAssistance a fait son

(suite en page 14)



(suite de la page 13)

travail. Dans une salle d'exams, nos bagages dans un coin, nous attendons la visite des spécialistes. La scène a quelque chose de surréaliste. Vers 20h30, visite de l'hématologue. La gastro-entérologue ne passe qu'à 23h. De toutes les personnes rencontrées qui avaient une formation médicale, toutes étaient des femmes sauf l'urgentologue de Bavaro. À 23 h 15, on nous installe dans la chambre 412 où nous vivrons durant deux jours et demi et où je dormirai sur un divan-lit. Nous n'avons pas encore soupé et on n'a rien à nous offrir. La cantine ferme ses portes à vingt heures. Un employé de l'hôpital nous commande du poulet Kentucky avec frites et eaux gazeuses. C'est encore plus surréaliste de voir André, qui a très faim, manger du poulet et des frites alors que, depuis 2 jours, on lui impose une diète sans gras. Et surtout ce genre de poulet qui n'entre jamais chez nous ! La digestion se fait très bien et André va de mieux en mieux. On ne sait plus quoi penser.

Mercredi, la journée se passe d'un examen à l'autre: prise d'échantillons sanguins à différents moments de la journée, radiographie du thorax, échographie abdominale.

Jeudi, nous attendons les résultats des examens qui ne viennent qu'en fin d'après-midi alors que l'hématologue arrive avec son rapport final et le congé de l'hôpital. Radiographie du thorax normale, échographie abdominale normale, aucun parasite ni aucune bactérie, les plaquettes sont à **300 000**: la diarrhée aurait donc été causée par un virus. Bravo! Nous pouvons enfin rentrer chez nous.

Mais qu'est-ce qui fait que des plaquettes peuvent passer de 28 000 à 300 000 en deux jours? Explication de l'hématologue: les plaquettes étant agglutinées, un instrument de

lecture d'échantillons sanguins ne peut les compter correctement. À Bavaro, il n'y a pas d'hématologue, c'est donc un appareil qui a fait une mauvaise lecture des plaquettes le lundi et le mardi, créant chez nous une angoisse difficile à supporter. Cette possibilité que les plaquettes soient agglutinées avait été mentionnée par Chantal de CanAssistance. Ayant appris que, selon les recommandations de la Clinique Santé-Voyages, nous prenions un médicament pour prévenir la malaria, elle avait dit que chez certaines personnes, la *malarone* pouvait causer l'agglutinement des plaquettes. Le cauchemar tire à sa fin.

Sitôt l'hématologue sortie de la chambre, une employée de CanAssistance nous rejoint. Déjà informée du rapport et du congé, elle envoie une télécopie à l'hôpital pour confirmer que CanAssistance paiera une nuitée supplémentaire pour nous deux et elle affirme nous chercher un vol de retour. Moins d'une heure plus tard, tout est réglé: nous partons le lendemain.

Cette expérience nous a fait grandement apprécier les services de CanAssistance et c'est pourquoi j'ai tenu à la raconter. Loin de chez soi, c'est très important de pouvoir compter sur l'aide de notre assureur à tout moment lorsque la maladie frappe. Nous ne payons pas trop cher pour le service qui nous est donné en retour de nos primes. Une employée des services administratifs de Hospiten Bavaro m'a dit que nous avions la meilleure compagnie et nous avons pu l'expérimenter. À la clinique de l'hôtel, nous avons dû déboursé une somme d'argent qui nous a été remboursée sur réception de la facture.

*Lise Labelle*

## Bouquet d'informations

### Fondation Laure-Gaudreault

En complément à l'information diffusée dans le numéro de janvier.

En page 9 « Une belle rencontre pour la FLG », on pouvait lire à la fin de l'article « Les billets vendus, les dons et la contribution volontaire ont permis d'amasser un montant d'environ 5 500 \$. » Il faut savoir que les résultats complets concernant cette activité n'étaient pas disponibles au moment de la parution de ce bulletin.

Le bilan de cette activité se lit comme suit:

Bénéfices du dîner .....1 859,60 \$

Dons .....625,00 \$

(25 personnes ont payé le prix du dîner sans y participer)

Contribution volontaire .....390,55 \$

Total .....2 875,15 \$

Quelques secteurs en ont profité pour remettre des sommes d'argent qu'ils avaient recueillies depuis septembre, pour un montant de 1 089,90 \$. C'est donc un grand total de 3 965,05 \$ qui a été remis au Bureau provincial de la FLG, suite à l'activité du 20 novembre à laquelle 160 personnes ont participé. Félicitations aux membres du Comité organisateur !

## Pertes et deuils



Anne-Marie Dupont

Chacun de nous passe par différentes étapes au cours de sa vie. Ainsi, chacun fait l'expérience de laisser partir des êtres chers, de vivre des événements bouleversants ou encore de perdre des choses auxquelles il tient. Les deuils et les pertes inévitables de la vie, voilà le sujet de la journée passée en compagnie de Johanne De Montigny, psychologue bien connue qui a elle-même survécu à un écrasement d'avion. Nous devons au Centre Berthiaume-du-Tremblay et plus précisément à Denis Nantel, l'organisation de ces journées de ressourcement appelées Les Rendez-vous annuels qui aident les intervenants salariés ou les bénévoles dans leur travail auprès des personnes âgées.

Durant la journée, trois projections de capsules vidéo conçues sur mesure précédaient des exercices de conscientisation sur les effets possibles liés aux deuils et aux pertes. Le maître-mot de la journée : présence. Savoir agir avec aplomb et sensibilité auprès des aînés demande de développer notre capacité d'accueil sans jugement. L'écoute est une qualité indispensable pour qui veut être en contact avec l'autre et comprendre sa façon de voir les choses, de vivre les situations. Cela aide à réintégrer à l'intérieur de soi ce qu'on a perdu à l'extérieur.

On a abordé le fait de faire confiance à des personnes étrangères à son milieu qui donnent de leur temps et de leur cœur pour accompagner des personnes dans l'épreuve.

Johanne disait que composer avec l'inconnu permet de faire de belles découvertes même si ça peut aussi faire peur au début. Et c'est vrai dans les deux sens, autant pour la personne aidée que pour la personne bénévole. Un conseil très important pour l'aidant : donner sans attendre de retour.

Diverses attitudes peuvent être bénéfiques dans une relation avec un être souffrant qui peut vivre différents sentiments dont la colère et la culpabilité ; par exemple, rester en silence près de la personne, mais un silence enveloppant et non distant ; lui laisser le temps de se parler à l'intérieur d'elle-même sans intervenir, seulement en restant là. Autre chose : l'humour, bien employé, permet de dédramatiser et d'atteindre une certaine sérénité. Il y a également la spiritualité, sans nécessairement faire référence à une religion, mais qui est présente au cœur de chacun.

En plus de la perte d'un être cher, la personne endeuillée perd aussi tous les projets concoctés avec la personne disparue, comme voyager ou toute autre activité. Les départs causent un choc qui peuvent amener du déni, des frustrations et de nombreux petits deuils. Beaucoup reste à dire sur ce sujet traité en une journée qui a passé bien vite ! Je suis toujours fascinée par une publicité à la télé que je trouve bien faite. On nomme les activités susceptibles d'être vécues par la majorité des gens et ça se termine en disant... Puis un jour, il faut partir. C'est une réalité et c'est justice pour tout le monde.

Anne-Marie Dupont, secteur Rosemont (06-P)  
2<sup>e</sup> Vice-Présidente régionale

## BRISER L'ISOLEMENT, C'EST POSSIBLE

À la suite de mon hospitalisation pour un cancer, en janvier et février derniers, Lise Labelle et Gaétane Fillion ont informé à plusieurs reprises des membres de mon état de santé. Par la suite, mon épouse Hélène, aussi membre de l'AREQ, a pris la relève en envoyant régulièrement *Le journal de Denis* à environ une quarantaine de membres. Elle y transmettait des nouvelles de ma situation et de son vécu à travers cette épreuve.

Nous avons reçu beaucoup d'encouragements, de prières, de moyens pour méditer et aller vers la guérison ainsi que des visites. Des membres qui nous sont inconnus, informés par d'autres de leur secteur, nous ont aussi fait par-

venir des messages. Même deux anges ont eu l'extrême gentillesse de nous apporter soupes et mets qu'ils avaient cuisinés. Pour nous deux, toutes ces manifestations furent un soutien incroyable et une source de réconfort inattendu.

Nous nous sommes retrouvés les bénéficiaires d'une action collective bienfaisante et spontanée. Certains avaient le sentiment de faire partie d'une grande famille ; la plupart des corres-



Denis Bergeron

(suite en page 16)

## Ma vie à la retraite



Céline Désilets

Après trente-trois ans d'expériences toutes plus passionnantes les unes que les autres, j'ai pris une retraite méritée. Je voulais profiter des années qu'il me restait à vivre tout en continuant à m'impliquer et à jouir de la vie.

La première année, j'ai accompagné une amie en phase terminale de cancer, ce qui m'a permis de réaliser à quel point la vie ne tient qu'à un fil.

Puis je me suis impliquée dans

l'AREQ de mon secteur comme substitut, puis trésorière et finalement comme présidente pendant huit ans.

J'ai fait partie du premier Comité d'indexation et je poursuis toujours la « lutte » pour l'amélioration de notre pouvoir d'achat à la retraite ainsi que pour la sauvegarde de nos valeurs sociales en étant active dans le Comité d'action sociopolitique.

Depuis 2002, avec un groupe de retraités, je travaille à la réalisation d'un projet de coopérative d'habitation pour les retraités du monde de l'éducation. Nous commençons à voir la lumière au bout du tunnel. Cette année encore, je ferai partie du Comité d'organisation du 4<sup>e</sup> tournoi de golf de l'AREQ, au profit de la fondation Laure-Gaudreault. En passant, le golf est devenu mon passe-temps favori. Je joue trois saisons à l'extérieur et l'hiver, c'est le golf virtuel à l'intérieur. Pour maintenir la forme, je m'entraîne trois fois par semaine et, chaque année, je m'inscris au Défi 10-30.

Depuis trois ans, je participe au *Relais pour la vie*, une marche de nuit qui a pour but d'amasser des fonds pour la recherche sur le cancer du sein.

En ce qui concerne la famille, j'aime passer du temps avec mes petites-filles. Nous faisons beaucoup d'activités ensemble : voyages, cinéma, spectacles, lecture de contes, cuisine, etc. Je prends la relève quand elles sont malades et que les parents doivent travailler. C'est un très beau cadeau de la vie.

J'aime les voyages, je suis toujours prête à partir. Voguer sur les mers du monde m'attire, mais Paris demeure ma destination favorite.

En terminant, je voudrais faire un clin d'œil particulier aux collègues avec qui j'ai travaillé à l'amélioration du sort, soit des enfants en difficultés dans les écoles, soit des personnes âgées à la Popote roulante. Ce clin d'œil s'adresse aussi aux personnes impliquées dans l'organisation du tournoi de golf au profit de la FLG, sans oublier les membres de la Coopérative Le Réverbère.

Préserver la santé physique et mentale par le sport et les voyages, partager de bons moments avec la famille et les amis, contribuer au mieux-être de personnes dans le besoin par le bénévolat, réaliser des projets avec des collègues, tout cela me fait apprécier la vie à la retraite.

Céline Désilets

Secteur Ahuntsic-Est (06-A)

(suite de la page 15)

pondants ont manifesté leur appréciation du journal et des échanges qui en découlaient. Au fil des envois, certaines personnes nous parlaient de leur situation difficile, passée ou actuelle, et trouvaient du réconfort à partager leur vécu, leurs émotions.

Oui j'ai donné du temps à l'AREQ depuis quatre ans, et Hélène, depuis un an et demi, mais nous avons reçu énormément en retour. Cette empathie et la préoccupation des membres de l'AREQ ont fait toute une différence et confirment bien le thème du dernier Congrès: « L'AREQ, UNE FORCE POUR LA SOCIÉTÉ ». J'y ai aussi trouvé la confirmation de ce que j'écrivais en fin d'article dans *Échos de l'Île* de janvier 2009: « Tous ensemble, nous formons un magnifique tableau, enrichi de la couleur de ses membres. »

Une action aussi réconfortante doit se poursuivre. Je pense qu'un groupe de correspondance d'entraide pourrait voir le jour au sein de notre regroupement. Mon intention n'est pas d'être responsable de ce groupe, mais de rassembler les gens intéressés à y réfléchir qui prendraient eux-mêmes le projet en main, afin de « BRISER L'ISOLEMENT », d'« OSER... en 2009 ».

Communiquez-moi votre intérêt à :

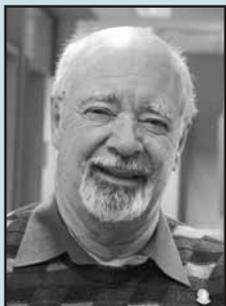
[bergerond31@videotron.ca](mailto:bergerond31@videotron.ca)

À suivre...

Merci à celles et à ceux qui ont pris ma santé et le bien-être de mon épouse à cœur.

Denis Bergeron, secteur Ahuntsic-Ouest (06-N)

## Hommage à un homme très dévoué et ô combien réservé



André Pelletier

tences au service de la communauté.

À 59 ans, Georges opte pour une retraite bien méritée. Il avait œuvré à la Polyvalente Cavelier-de-la-Salle où il enseignait les mathématiques et où il était aussi responsable de l'informatique. Quitter l'enseignement n'a pas été pour lui, synonyme de retrait de l'action. Cela lui a plutôt permis de s'investir dans d'autres formes d'engagement.

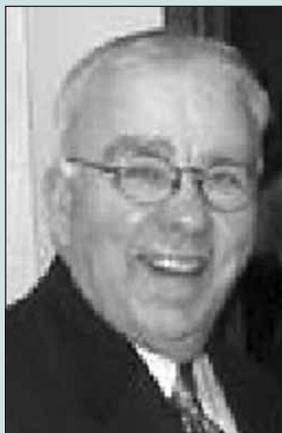
À l'AREQ, il est actif tant au niveau national, où il fait partie du Comité des finances durant 14 ans qu'au niveau sectoriel, où il est trésorier de 1992 à 2005. Il est très apprécié dans ces deux fonctions.

Sensible aux objectifs de la Fondation Laure-Gaudreault, il s'implique au sein du comité de gestion pour la création du Bureau régional de Montréal à compter du 7 avril 1992. Il est nommé trésorier du Bureau régional le 8 mai 1992 et il le demeure jusqu'en novembre 2006. En plus de «tenir les livres» comme on dit, il s'occupe de dîners-bénéfice, de ventes d'objets promotionnels au profit de la FLG. Même s'il n'est pas un adepte du golf, il est bénévole lors des tournois organisés par la région au profit de la fondation. Il se préoccupe d'identifier les aînés qui peuvent bénéficier de l'aide de la FLG ainsi que les organismes qui œuvrent auprès des jeunes et pour qui un don de la FLG peut faire une différence. Il propose à ses collègues du Bureau régional d'accorder une attention particulière au Centre d'études McGill dédié à la recherche sur les maladies liées au vieillissement. La réponse est favorable

L'équipe de rédaction des *Échos de l'Île* désire rendre hommage à un membre de l'AREQ-Montréal qui se distingue tant par l'ensemble de ses engagements sociaux que par sa grande discrétion. Membre du secteur Angrignon, Georges Daigle a adhéré à l'AREQ en 1990 et, depuis ce temps, il n'a de cesse de mettre ses talents et ses compé-

et durant plusieurs années, cet organisme reçoit une subvention du Bureau régional. Depuis deux ans, c'est le Bureau provincial qui a décidé de contribuer à cette œuvre. En 2009, Georges est toujours responsable de la FLG pour le secteur Angrignon.

Homme de famille, il répond à une demande de sa mère qui voulait connaître le décompte de sa progéniture. Il se passionne alors pour la généalogie et découvre ses racines, remontant à Jean Daigle, dit L'Allemand, venu d'Autriche au XVIIe siècle pour s'installer en Nouvelle-France. Georges qui est plutôt discret devient intarissable lorsqu'il raconte ses relations avec son petit-fils Ludovic.



Georges Daigle

Homme de conviction, Georges est publicitaire pour la communauté œcuménique des Églises chrétiennes de LaSalle. De 1993 à 2007, il s'est beaucoup impliqué au Centre Rosalie-Cadron-Jetté, œuvre dédiée aux mères célibataires et créée par Rosalie Cadron-Jetté, fondatrice des Sœurs de Miséricorde. Membre du Comité du Bulletin de ce Centre, il y était présent tous les mardis durant de nombreuses années, participant aux recherches en vue de faire avancer la canonisation de Rosalie Cadron-Jetté.

Cet homme aux yeux rieurs, quelquefois espiègles, à la générosité et au dévouement sans borne, ce pédagogue consciencieux et toujours d'excellente humeur, mérite que l'on souligne son engagement pour les retraités par le biais de son implication à l'AREQ et à la FLG. Georges est la preuve vivante que le bénévolat rapporte autant à ceux qui le pratiquent qu'à ceux qui en bénéficient.

Merci Georges pour tout ce que tu as réalisé et tout ce rayonnement de bonté que tu continues de répandre dans notre milieu. Tu n'es sûrement pas le seul être aussi généreux à l'AREQ-Montréal, mais pour nous qui avons la chance de te connaître, tu es une inspiration.

André Pelletier  
2<sup>e</sup> Vice-Président national



Jean-Pierre Brodeur

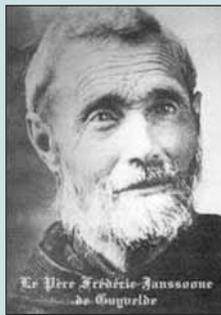
*C'est vrai, et on n'est pas obligé d'y croire.  
Parce que l'important, ce n'est pas d'y croire ou non.  
L'important, c'est que c'est vrai.*

(Fred Pellerin)

## *Le miracle de la petite mère perdrix*

**A**u Moyen Âge, saint François d'Assise, **Il poverino** (le petit pauvre) comme l'appellent affectueusement les Italiens, avait la réputation de parler à ses frères les oiseaux, à ses sœurs les fleurs et à notre Mère la Terre. Dans cette tradition écolo, voici le récit d'un miracle du bon père Frédéric tel qu'il fut raconté par mon père Toussaint Brodeur: le miracle de **la perdrix pas farouche pantoute** dont il fut le témoin au tournant du siècle dernier non loin de la rivière du Loup dans l'ouest de la Mauricie.

Vers 1910, le père Frédéric Janssoone (1838-1916) partit à pied de Louiseville pour faire un pèlerinage au calvaire de Saint-Élie-de-Caxton. Vu la notoriété du bon père qui avait été une quinzaine d'années gardien des **lieux saints** à Jérusalem, les gens des paroisses environnantes se mirent à le suivre dans sa marche vers Saint-Élie. À la hauteur de Saint-Léon-le-Grand, des dizaines de personnes faisaient déjà route derrière le père Frédéric dans la poussière et la sueur. Le groupe grossissait à mesure qu'il avançait. Les rangs se vidaient et ils étaient nombreux ceux et celles en âge de marcher qui venaient grossir les rangs des pèlerins. Même des vieux et des vieilles avec leur bâton de pèlerin. À Saint-Paulin, ils étaient des



centaines dont plusieurs nu-pieds sur le chemin de terre battue à suivre le père Frédéric qui, lui, portait des sandales comme tout bon franciscain.

Dans la forêt entre l'ancien canton de Hunterstown aujourd'hui appelé **Le Poste** de Saint-Paulin et le premier rang de Saint-Élie, voici qu'un jeune éclaireur de la colonne de pèlerins vint prévenir qu'une perdrix était en train de couvrir ses petits au milieu du chemin là où marchaient d'habitude les chevaux entre les ornières des roues. Mis au courant, le bon père Frédéric se gratta la tête en se disant que toutes ces âmes en route pour le calvaire de Saint-Élie ne feraient pas de mal à une mouche et que, si farouche soit-elle, la perdrix n'avait pas à avoir peur. D'un geste impérial, le saint homme commanda d'une voix feutrée à la foule des pèlerins de se diviser en deux colonnes et de passer en silence de chaque côté de la petite mère perdrix qui couvait ses petits. C'est ainsi que la troupe des pèlerins a continué sa marche vers le calvaire de Saint-Élie sans déranger la petite mère perdrix. De son œil de perdrix, celle-ci a sûrement vu couler des larmes des yeux de nombreux pèlerins qui suivaient le bienheureux père Frédéric dans sa marche vers le calvaire de Saint-Élie. Quand on sait la nature farouche de la perdrix, il est difficile ici de ne pas croire au miracle.

La morale de cette histoire: quand on respecte la nature, elle nous le rend bien.

Jean-Pierre Brodeur, secteur Parc La Fontaine (06-F)  
Responsable sectoriel à l'environnement



**Desjardins**  
Caisse de l'Éducation



## Fonds de sécurité Desjardins / Assurance-dépôt

L'épargne des sociétaires est bien protégée dans les caisses et le Mouvement Desjardins se démarque nettement de la concurrence par son organisme exclusif, le Fonds de sécurité Desjardins. Grâce à leur solidarité, les caisses bénéficient d'un outil d'intervention sans pareil leur assurant une plus grande sécurité et une plus grande autonomie. C'est pourquoi, Desjardins, c'est rassurant !

### Quel est le rôle du Fonds de sécurité Desjardins ?

Le Fonds de sécurité Desjardins constitue la réserve collective de toutes les caisses membres du réseau Desjardins. Cette réserve, ajoutée à celle de chacune des caisses, protège ces dernières contre divers types de risques liés à leurs activités et assure la solvabilité de chacune d'elles. Le Fonds est en quelque sorte une « assurance-vie caisse ». Cette institution du réseau Desjardins témoigne de la préoccupation du Mouvement des caisses Desjardins de se prémunir, à moyen et à long terme, contre les fluctuations de la conjoncture économique. Elle illustre également la remarquable tradition d'autodiscipline, de responsabilité et de solidarité des caisses qui a fait et qui fait encore la réputation de Desjardins.

Le Fonds de sécurité Desjardins veille donc à prendre les dispositions requises pour aider les caisses à respecter intégralement les obligations contractées envers leurs membres, pour que tous les épargnants soient assurés, en tout temps, de la sécurité de leurs avoirs.

### Qu'arrive-t-il en cas de difficultés ou de pertes importantes ?

Chaque caisse dispose d'une réserve alimentée annuellement par les excédents réalisés en cours d'exercice. C'est déjà là une garantie pour les épargnants. De plus chaque caisse, membre de la Fédération des caisses Desjardins du Québec, est également membre d'un organisme unique dans le système financier québécois, le Fonds de sécurité Desjardins. À ce titre, elle bénéficie d'une protection additionnelle de ce dernier.

### Le Gouvernement du Québec joue-t-il un rôle dans la protection de mon épargne ?

Le gouvernement du Québec assume en effet cette responsabilité par la voie de l'Autorité des marchés financiers. Cet organisme a pour mission, notamment, de veiller à ce que les institutions financières et autres intervenants du secteur financier respectent les normes de solvabilité qui leur sont applicables, et ce, conformément aux obligations que la loi leur impose en vue de protéger les intérêts des utilisateurs de services financiers. L'Autorité est également responsable du programme de protection des dépôts. En cas notamment d'insolvabilité d'une institution financière inscrite, elle garantit aux déposants le remboursement des dépôts faits en argent canadien, jusqu'à concurrence de 100 000 \$ par personne, intérêts compris.

### Ma caisse est-elle inscrite auprès de l'Autorité des marchés financiers ?

Toute institution qui sollicite ou reçoit des dépôts d'argent du public au Québec doit obligatoirement être inscrite auprès de l'Autorité des marchés financiers et chaque caisse Desjardins y est inscrite distinctement. Cela signifie que, pour chacune d'entre elles, les dépôts sont garantis jusqu'à 100 000 \$ par personne. Autrement dit, si vous avez des dépôts garantis dans plusieurs caisses, vous êtes couvert jusqu'à 100 000 \$ dans chacune de ces caisses.

De plus, certains dépôts sont protégés par des garanties distinctes; c'est le cas des dépôts conjoints, des dépôts en fiducie, des dépôts placés dans des régimes enregistrés d'épargne-retraite (REER) et des dépôts placés dans des fonds enregistrés de revenu de retraite (FERR).

Cette garantie ne s'applique toutefois pas aux sommes investies dans des fonds communs de placement ni aux autres véhicules de placement dont la valeur et le rendement peuvent fluctuer selon l'évolution du marché des titres, comme les actions, les obligations et les bons du Trésor.

*Lise Pedneault  
Planificatrice financière  
et représentante en épargne collective  
pour Desjardins Cabinet de services financiers inc.  
et responsable du siège social.*

## ■ ■ ■ INFO



### DivX, le nouveau procédé de compression vidéo



Edmond Pauly

Lorsque vous créez un montage vidéo d'une heure sur un support DVD avec le logiciel Roxio ou Néro, il se présente sous un format Mpeg ou Mpg qui occupera presque tout l'espace d'un disque DVD de 4,7 Go. En 1999, une entreprise française a inventé un nouveau procédé codec (compression et décompression) qui comprime un gros fichier vidéo en un fichier plus léger, tout en conservant une qualité optimale. Le nouveau format DivX est à la vidéo ce que le MP3 est à l'audio. Un disque DVD qui contenait un seul film Mpeg peut maintenant en conserver 4 ou 5 en DivX.

La dernière version 7 de DivX datant de janvier 2009 permet de comprimer tous les nouveaux fichiers vidéo incluant les films en

haute définition (HD) de 25 Go. Ces films HD qui sont gravés sur des disques Blu-ray peuvent l'être sur un disque standard DVD s'ils ont été convertis par le DivX 7.

Avant d'acheter le produit DivX Pro 7, la compagnie permet un téléchargement gratuit pour deux semaines sur son site allemand en anglais ([www.divx.com](http://www.divx.com)).

Vous serez surpris des résultats obtenus et vous serez satisfait de pouvoir ranger plusieurs souvenirs vidéo sur un petit nombre de disques DVD ou sur votre lecteur portable.

Edmond Pauly  
Secteur Ouest-de-l'Île (06-H)

Coordonnées AREQ  
Région de Montréal

Téléphone:  
514 603-3523

*Vous trouvez sur notre site:*

- Des communiqués
- Les actualités
- Le calendrier
- Les informations des Comités régionaux

- Le bulletin régional
  - Les liens vers les sites des secteurs
  - Le blogue
- Le carnet de Lise** pour les plus récentes informations.

Nouvelle adresse du site régional : <http://regioniledemontreal.areq.ca>