

Échos de l'Île

AREQ
CSQ

Bulletin régional
d'information de l'AREQ

Échos de l'Île • Janvier 2018
Volume 16, numéro 2

Déjà la mi-année!

Un début d'année très mouvementé

En cet automne capricieux, les activités se sont succédé à un rythme intense et trépidant pour les personnes engagées à l'AREQ-Montréal.



Danielle Wolfe

Dès septembre, les membres du conseil régional se sont réunis pour une session de ressourcement qui leur a permis de mieux se connaître, de réfléchir, de se concerter et d'échanger afin d'élaborer des projets pour l'année à venir.

Du 30 octobre au 2 novembre, toutes les personnes présidentes ont participé à Québec au premier conseil national du triennat 2017-2020. Nous avons adopté le nouveau plan d'action national recommandé par le conseil d'administration. Il s'articule en trois axes :

- 1 Les droits et les intérêts de nos membres et des personnes âgées au cœur de nos préoccupations;
- 2 La vie associative;
- 3 La participation et l'engagement au mieux-être de la collectivité.

Alors que nous en discussions en atelier, les personnes présidentes de la région de Montréal se sont réjoui de constater que plusieurs des objectifs du plan d'action national étaient déjà en cours de réalisation chez nous, puisqu'ils figurent à notre plan d'action régional. Au cours du prochain triennat, les régions de l'AREQ s'activeront à actualiser les sept orientations et les

47 actions de ce plan d'action national en priorisant leurs besoins les plus urgents, tout en tenant compte de leurs particularités régionales.

Quatre des nôtres aux comités nationaux

Depuis cet automne, quatre membres de l'AREQ-Montréal ont été nommées à des comités nationaux. Il s'agit de Diane Cinq-Mars, du secteur Pointe-aux-Trembles, au comité national des finances, de Sonia Trépanier, du secteur Au Pied du Courant, au comité national des femmes, de Marie Marsolais, du secteur Anjou-Saint-Léonard, au comité national de l'action sociopolitique et de Denyse Demers, du secteur De Lorimier, qui a été reconduite pour un nouveau mandat au comité national de la retraite. Toutes quatre ont participé à une journée nationale de formation le 15 novembre dernier.

Bravo à vous quatre et merci de votre engagement !

Suivre l'actualité

L'actualité bouillonnante nous bombarde d'informations de sources diverses, mais d'intérêt inégal. Une nouvelle à sensation en chasse une autre qui sera elle-même effacée par une manchette plus stridente le jour d'après. Nous avons vu défiler les scandales sexuels, les

Sommaire

Billet de la présidente 1 et 3

Mot de la coordonnatrice 2 et 3

ÉCHOS DE NOS ACTIVITÉS..... 4 - 8

En route pour une nouvelle année !

Mon premier conseil national

Les nouvelles technologies et les aînés

Une réussite pour notre nouvel
exécutif régional

Nos secteurs en action

PROJETS 9-13

« Occupons-nous » 2018

8 mars Journée internationale
des femmes

15 mars activité du comité d'action
sociopolitique

Journée des arts

Jour de la Terre

Convocation à l'assemblée générale

LA VIE DANS LES SECTEURS .. 14-15

INFORMATIONS DIVERSES 16

C'est pas fini tant que c'est pas...
régulé

CHRONIQUE DE LA FONDATION

LAURE-GAUDREAU 17

Un réel succès !

RÉFLEXION 18-19

Ma vie à la retraite

Un mauvais rêve ou un cauchemar

CHRONIQUE DES JARDINS 20

Avez-vous un plan ?

Publicité La Personnelle 9

Conception et infographie :

Design RSTS

Prochaine publication : mai 2018

Date de tombée : 19 mars 2018

Tirage : 6350 copies

Récoltes d'automne, provisions pour l'hiver



Lise Labelle

Ce numéro d'Échos de l'Île se veut le messager de ce que notre région a vécu, au cours de l'automne, tant au sein du conseil régional que des différents comités et de ce que toutes ses instances vous offrent pour la période hivernale.

Les **échos de nos activités** susciteront votre intérêt par le récit de la session de septembre qui a réuni les douze membres du conseil régional et celui du conseil national qui se tenait à Québec. Expériences toujours enrichissantes ! Le comité des hommes a célébré la Journée internationale des hommes en présentant aux femmes et aux hommes une conférence sur les nouvelles technologies et les aînés.

Vous aimerez aussi lire comment les membres des conseils sectoriels et les responsables et coresponsables des comités ont vécu la Rencontre régionale du 23 novembre avec Lise Lapointe, présidente nationale et Samuel Labrecque, conseiller aux communications.

Enfin, une nouvelle rubrique « Nos secteurs en action » vous informera d'une activité réalisée par le secteur Angrignon. Invitation est faite aux membres du CR qui voudraient porter à la connaissance de nos lectrices et lecteurs, une activité bien réussie et qui aurait un caractère original et d'engagement citoyen, veuillez me faire parvenir vos textes.

Au chapitre **des projets**, la présidente vous invite à la journée « Occupons-nous de nos affaires », édition 2018, le 24 janvier, le comité des femmes vous propose une conférence sur « les Filles du Roy », le 8 mars, le comité d'action sociopolitique vous suggère une rencontre sur le thème de l'information, le 15 mars. Le comité des arts vous invite à la Journée des arts, le 13 avril. Le Jour de la Terre sera aussi souligné, le 20 avril.

En conformité avec nos statuts, Danielle Wolfe, nous convoque à l'assemblée générale ; le projet d'ordre du jour sera publié dans le numéro de mai.

Finalement, quelques secteurs nous invitent à participer à une ou des activités organisées par eux.

À l'**information**, vous trouverez une chronique de notre responsable du dossier retraite, un sujet toujours d'actualité.

(suite à la page suivante)

Responsable : Gaétane Lebel-Fillion

Coordonnatrice : Lise Labelle

Équipe de production : Aurore Dupuis,
Lise Labelle, Gaétane Lebel-Fillion,
André Pelletier, Claudette Therrien, Danielle Wolfe.

Ont collaboré à ce numéro : Marie Barrette, Louis-Georges Boissy,
Solange Catafard-Mayer, Pauline Daoust, Denyse Demers, André Fleurant,
Viviane Lacroix, Pierrette Lavallée, Pierre Morin, André Pelletier,
Richard Raymond, Claudette Therrien.

Révision linguistique : Louise Chevrier et Lise Labelle



Région Île de Montréal (06)

(suite de la page 1)

«Paradise Papers» et autres... D'ici la parution de ce numéro des Échos, de nombreux autres sujets chauds auront attiré notre attention. Comme nos comités régionaux suivent de près l'actualité, nous pouvons compter sur leur vigilance pour nous garder éveillés et nous inciter à réagir collectivement lorsque nécessaire.

Des personnes âgées bien présentes

Un vent de changement a soufflé cet automne sur la ville de Montréal qui, pour la première fois de son histoire, s'est donné une mairesse. Le programme de la nouvelle équipe comporte un volet qui tient compte des aînés à Montréal, particulièrement au chapitre des déplacements sécuritaires. C'est une promesse que nous entendons avec espoir, dont nous surveillerons l'application et que nous rappellerons au besoin, à qui de droit. Je réitère ma conviction qu'il est crucial de nous faire voir et entendre sur la place publique. Comme celle de toutes les générations, notre présence demeure essentielle à la société.

La vigilance concertée

L'AREQ s'est jointe à d'autres groupes d'aînés dont l'AQDR, l'AQRP, le Carrefour 50 + et la FADOQ pour œuvrer à maintenir nos acquis et revendiquer les services auxquels nous avons droit. D'autre part, notre présence au



conseil d'administration de la Table de concertation des aînés de Montréal (TCAÎM) nous permet de faire valoir le point de vue de l'AREQ sur les sujets qui nous préoccupent et de nous tenir au courant des activités et des démarches des autres organismes qui ont pour but commun d'améliorer le sort des personnes âgées qui vivent à Montréal. Je vous invite à consulter le site de la TCAÎM¹ afin de prendre connaissance du travail de concertation effectué pour dresser le portrait des citoyens aînés et de leurs besoins. La question des transports et des déplacements piétons demeure d'actualité et fait toujours l'objet de discussions, avec les responsables de la ville de Montréal. Solidaires et regroupés, notre force est décuplée face aux décideurs.

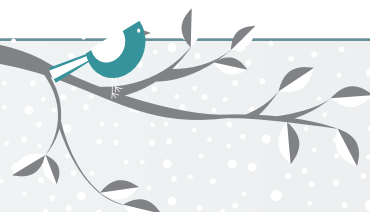
Mes meilleurs vœux

Je ne saurais terminer ce billet sans vous offrir mes vœux les plus sincères pour la nouvelle année en espérant votre participation active à nos prochaines activités.



*Danielle Wolfe
Novembre 2017*

1. www.tcaim.org



(suite de la page 2)

Le volet **réflexion** révèle des aspects méconnus de la vie d'un ex-président de secteur dont la vie à la retraite semble très bien remplie. Un ex-professeur d'histoire nous propose une vision différente de tout ce qui est véhiculé sur les Autochtones et de tout ce que nous avons appris à leur sujet, sur les bancs d'écoles.

La chronique de la Fondation Laure-Gaudreault nous revient avec le compte rendu de l'assemblée générale et du dîner-bénéfice.

Tel que mentionné précédemment, le conseil régional a accepté une proposition du comité de production du bulletin régional, de publier un troisième numéro, en mai.



*Lise Labelle
Coordonnatrice
l.labelle2@videotron.ca*

En route pour une nouvelle année!



Cette année encore, les membres du conseil régional ont participé, du 11 au 13 septembre, à une session de deux jours, un peu comme une retraite, hors de la routine. Nous avons élu domicile au Château Vaudreuil, sur le bord du beau lac des Deux-Montagnes.



Claudette Therrien

Le matin de la première journée, nous avons reçu un bénévole-formateur de la société Alzheimer qui a traité de cette maladie ou d'autres maladies apparentées, touchant surtout les personnes âgées dont certains de nos membres. Ce fut une conférence très intéressante, remplie d'anecdotes pertinentes et de conseils pour aborder les personnes aux prises avec des pertes cognitives.

Durant l'après-midi, nous avons étudié le guide administratif régional et sectoriel. Pour les nouvelles personnes présidentes, ce document est important et donne beaucoup d'informations sur les différents paliers de notre association. Nous avons aussi partagé de l'information et des documents sur la vie dans nos secteurs. C'est ainsi que nous apprenons ce qui se passe dans les autres secteurs et que nous échangeons sur les activités qui peuvent intéresser nos membres. Toute une richesse que ce beau partage!

Le deuxième jour fut consacré à une réunion statutaire du conseil régional qui survient après le congrès, lequel a adopté des orientations qui serviront à élaborer un plan d'action national. Nous avons ainsi discuté des divers

comités régionaux et des activités qui seront offertes aux membres durant cette première année du triennat. Nous avons aussi échangé sur certaines difficultés que nous rencontrons, liées à la relève dans nos secteurs.

Cette session a permis aux nouvelles personnes présidentes de mieux comprendre la structure et les niveaux de décision de l'AREQ; il reste à tous et à toutes d'établir ou de consolider des liens permettant de mieux travailler ensemble.

À titre de nouvelle présidente de mon secteur, j'ai apprécié les discussions franches et respectueuses que nous avons eues pendant cette session, prélude à une belle année auprès de nos membres.

*Claudette Therrien, présidente
Secteur De Lorimier (06-D)*



Dans l'ordre habituel, 1^{re} rangée : Danielle Wolfe, présidente régionale, Lise Lapointe, présidente nationale, André Weber, Angrignon, Réjeanne Laneuville, Montréal-Nord, Richard Raymond, Du-Haut-de-l'Isle, Claudette Therrien, De Lorimier, 2^e rangée : Micheline Jourdain, Au pied du courant, Micheline Schinck, Ahuntsic-Est et secrétaire du CER, Richard Cardinal, Anjour Saint-Léonard et trésorier régional, Gaétane Lebel-Fillion, Ahuntsic-Ouest et 1^{re} vice-présidente du CER, Pauline Daoust, Du Ruisseau Raimbault, Antoine Tawil, Parc Maisonneuve et Louis-Georges Boissy, Pointe-aux-Trembles et 2^e vice-président du CER.

Photo prise à la Rencontre régionale, le 23 novembre 2017



Pauline Daoust

Mon premier conseil national

C'est à titre de nouvelle présidente sectorielle que j'ai assisté au conseil national de l'automne 2017. Ville accueillante et prisée des Montréalais, Québec nous attendait. En effet, notre délégation y arriva le 29 octobre en fin de journée pour en repartir le 2 novembre à midi. L'hôtel Château Laurier a accueilli les participants, soit un peu plus de 100 personnes.

Dès l'inscription, nous avons reçu le guide administratif et les informations pertinentes pour la durée de cette instance. Grâce aux horaires minutieusement préparés par le conseil d'administration (CA), nous ne nous sommes pas sentis bousculés. Le travail en soi commença le lendemain.

Exposés et discussions se succédèrent notamment à propos du plan d'action national 2017-2020 élaboré sur la base des grandes orientations adoptées lors du congrès de juin.

Le lundi, après les présentations et le rappel des procédures, on nous présenta le *plan d'action en santé et bien-être des hommes 2017-2022*, dévoilé par le gouvernement du Québec ainsi que l'affiche pour la promotion de la Journée internationale des hommes (19 novembre) sous le thème «*Partenaires pour l'avenir*».

L'après-midi fut dédié au régime d'assurance collective ASSUREQ. Nous y avons appris que notre assurance collective (SSQ) se trouve en excellente santé financière et qu'il n'y aura pas d'augmentation des primes en 2018. Par la suite une conférence intitulée «*Mutualité ou assurance*» nous renseigna sur l'histoire de la notion de mutualité qui existe depuis l'Antiquité.

La journée de mardi débuta par une conférence de Martin Belhumeur, conseiller à la sécurité sociale de la CSQ. Il traita de la Caisse de dépôt et de placement du Québec (CDPQ) et du régime de retraite des employés du gouvernement et des organismes publics (RREGOP) qui se porte bien.

Puis, le plan d'action national 2017-2020 tant attendu, nous a été présenté: un document clair exposant les 3 axes, les 7 orientations et les 29 champs d'intervention adoptés par le congrès. L'adoption des 47 actions du plan a eu lieu le lendemain matin intégrant les 6 modifications proposées par les membres du CN.

Ce processus démocratique a été mené avec rigueur et reflète l'ensemble des actions de l'AREQ dont je suis fière de faire partie.

D'autres sujets furent abordés pendant les deux jours suivants :



Environnement et développement durable en lien avec les investissements de la Caisse de dépôt et de placement du Québec. «*L'AREQ peut-elle influencer les choix de placements puisque 22 % des actifs de la Caisse proviennent du RREGOP?*» a demandé Claire Bélanger, 1^{re} vice-présidente et responsable du dossier retraite. On a aussi discuté de la réglementation sur les hydrocarbures proposée par le gouvernement du Québec et nous avons été invités à signer la pétition «*NON aux forages!*» sur le site Web :

<https://www.nonauxforages.com/equiterre>.



Vieillir et vivre ensemble (VVE), première politique gouvernementale sur le vieillissement. L'AREQ a présenté un mémoire au gouvernement. Voir ces recommandations sur le site Web de l'AREQ.



Éducation à la sexualité: «*L'AREQ réclame le retour d'une véritable éducation à la sexualité donnée par des gens compétents et appuie toute organisation dont les revendications vont dans le même sens*». Cette proposition fut adoptée à l'unanimité.

Enfin, après le discours de clôture de Lise Lapointe et les remerciements, les participants se sont donné rendez-vous en Outaouais, endroit où se tiendra le prochain conseil national à la fin de mars 2018.

Nous avons quitté le Château Laurier, imprégnés de l'accueil reçu et satisfaits du déroulement sans faille de cette instance. Une première mémorable pour moi!

Pauline Daoust, présidente
Secteur Du Ruisseau Raimbault (06-B)

Les nouvelles technologies dédiées au bien vieillir; quelles sont-elles et sont-elles efficaces?



Pierre Morin

C'était le titre de la conférence organisée par le comité régional de la condition des hommes de l'AREQ-Montréal. Le conférencier invité, D^r Maxime Lussier, fait des recherches postdoctorales au CRIUGM (Centre de recherche de l'Institut universi-

taire de gériatrie de Montréal) dans le domaine des nouvelles technologies informatiques qui pourraient faciliter la vie des aînés.

C'est à la bibliothèque de l'école St-Pius X, le jeudi 16 novembre, que 52 personnes, hommes et femmes, sont venues à cette conférence, intriguées par ce sujet et curieuses de connaître à quel point ces nouvelles technologies pouvaient changer leur quotidien.

VOICI QUELQUES IDÉES RETENUES :

Déjà la majorité des personnes de 65 ans et plus ont adopté et apprécient certaines nouvelles technologies : ordinateurs, tablettes, téléphones intelligents, GPS, télécommandes. Mais, bientôt, nous aurons dans notre environnement, dans notre maison, des appareils « intelligents » connectés aux réseaux informatiques. Le frigo pourra envoyer un message si on l'ouvre, la cuisinière si on a oublié de l'éteindre, un capteur d'humidité si on a oublié de fermer le robinet et que la baignoire risque de déborder ; des détecteurs de mouvement pourront envoyer un signal à un téléphone intelligent si la personne « surveillée » n'a pas bougé depuis un certain temps ; le grille-pain, le micro-ondes et plusieurs appareils pourront rendre compte de leur utilisation. Ainsi, on pourra savoir si tout va bien pour la personne, si ses habitudes sont stables ou, au contraire, si elle devient plus passive, mange moins, dort moins, etc.

Bien que dans certains pays, au Japon entre autres, ces objets branchés soient de plus en plus courants, au Québec, le domaine est encore au stade expérimental et nous ne pourrions pas en bénéficier avant quelques années. Mais, on y voit facilement plusieurs avantages et tout particulièrement pour les personnes en perte d'autonomie qui pourraient rester plus longtemps à la maison, là où elles sont habituées de vivre, tout en coûtant moins cher à l'État. Évidemment, certaines considérations éthiques ne devront pas être mises de côté, par exemple le respect de la vie privée. Mais toutes les informations recueillies sur la personne pourront constituer d'excellents outils de dépistage et d'évaluation et elles permettront d'intervenir à temps.

Parmi ces interventions, il y aurait l'aménagement de la maison pour faciliter certaines tâches et pour améliorer la sécurité, mais aussi l'installation d'autres dispositifs intelligents : agenda électronique avec reconnaissance vocale et rappels vocaux, programme qui séquence les tâches pour faire une recette, le ménage, sa toilette, etc., appareils ou lumières qui s'éteignent ou s'allument automatiquement, pilulier intelligent, téléphone et télécommande adaptés, GPS pour savoir en tout temps où est la personne, robot aspirateur, porte qui se déverrouille au son de la voix, etc.

La conférence s'est terminée par une période de questions et un tirage de prix de présence et je pense bien que tous et toutes ont bien apprécié le dynamisme et la clarté du D^r Maxime Lussier.

Pierre Morin
Secteur Ahuntsic-Ouest (06-N)

Une réussite pour notre nouvel exécutif régional



Le 23 novembre dernier, le conseil exécutif régional invitait tous les responsables sectoriels, régionaux et nationaux ainsi que les personnes formant les conseils des 11 secteurs de la région à l'annuelle rencontre régionale. Quarante-vingt-quinze (95) personnes ont répondu à l'invitation.

En préliminaire, notre présidente régionale, madame Danielle Wolfe, présenta les choix que nous avons faits pour notre plan d'action régional 2017-2018 qui étaient en concordance avec le plan d'action national. Cela nous a permis de constater que la région s'inscrit dans la même ligne d'action que le national et prend tous les moyens pour dynamiser la vie régionale.

En entrée, nous avons eu droit à l'allocution de madame Lise Lapointe, nouvelle présidente de l'AREQ (élue en juin dernier au congrès). Elle nous a présenté le plan d'action national (PAN). Une présentation concise des 47 actions qui donne le coup d'envoi du prochain triennat. Nous retrouverons ce plan d'action dans l'édition d'hiver du *Quoi de neuf*.

Comme deuxième entrée, Samuel Labrecque, agent de communication de l'AREQ nous a exposé les divers moyens utilisés par notre association pour être présente sur la place publique. Il a invité les membres présents à diffuser le plus possible les réalisations et surtout à visiter le site web de l'AREQ. Certains en ont même profité pour s'abonner à l'Info-lettre hebdomadaire pendant sa présentation. Vous pouvez aussi faire comme eux et vous y inscrire immédiatement (<http://areq.lacsq.org/accueil/inscription-infolettre/>). L'AREQ a même une page facebook qu'il faut « aimer » et partager : vous la trouverez en recherchant « AREQ-CSQ » sur facebook.

En guise de plat principal, en après-midi, monsieur Ronald Hugues, bénévole pour la société Alzheimer-Montréal, a tenu l'auditoire en haleine durant 90 minutes. Il a su démystifier la maladie en expliquant les tenants et aboutissants de cette réalité de plus en plus présente dans la collectivité. Une



Samuel Labrecque et Lise Lapointe

présentation combien instructive et enrichissante ! Il a réussi à nous faire comprendre comment la maladie évolue et surtout comment chacun de nous a intérêt à s'outiller pour communiquer efficacement avec les personnes de notre entourage atteintes de cette maladie dégénérative.

En conclusion, je peux, sans me tromper, affirmer que chaque participant à cette journée est retourné à la maison gonflé à bloc, enrichi et motivé à passer à l'action. Merci pour ce cadeau de notre exécutif régional.

*Richard Raymond, président
Secteur Du-Haut-de-l'Isle (06-H)*



Nos secteurs en action

NDLR En plus de la chronique « La vie dans les secteurs » qui fait la promotion d'activités à venir, Échos de l'Île publiera dorénavant des textes qui rapporteront des activités sectorielles qui se démarquent par leur originalité et leur côté engagement citoyen. Ces textes seront regroupés sous le titre « Nos secteurs en action » et pourront inciter d'autres secteurs à réaliser de telles activités. Le premier texte rapporte un projet très intéressant réalisé dans le secteur Angrignon.

Pour la quatrième année consécutive, lors du troisième vendredi d'octobre, des membres du secteur Angrignon ont participé à la Nuit des sans-abri dans le quartier Centre-Sud. Cette activité avait été préparée au cours de l'année; en effet des membres avaient tricoté des foulards et d'autres vêtements susceptibles de réchauffer les sans-abri. D'autres ont recueilli, dans leur entourage, différents types de vêtements et des chaussures qui pouvaient avoir une deuxième vie. Certains ont sollicité des marchands pour obtenir des produits alimentaires et d'autres ont fabriqué le jour même de l'activité, du fudge, du sucre à la crème et même des sandwiches. Le secteur a aussi effectué une collecte de fonds auprès des membres, en septembre.

Ginette Bélanger, l'épouse du président, André Weber, a été l'instigatrice de ce projet, en 2014 et elle lui avait donné le nom de « projet foulard ». Cette année, Ginette Bélanger et ses amies, ainsi que les membres du secteur Angrignon ont accepté tous les dons, de sorte que le soir du 20 octobre, il a fallu 8 véhicules pour transporter le tout.

André Weber, son épouse, Ginette et ses amies ainsi que Jean-Claude Duclos sont allés rencontrer les sans-abri afin de leur remettre tout ce qui avait été amassé pour eux.

Propos recueillis par Lise Labelle, coordonnatrice de *Échos de l'Île*



André Weber, président du secteur Angrignon, accompagné de bénévoles qui ont apporté vêtements et denrées aux sans-abri.



Journée « Occupons-nous de nos affaires » 2018

C'est le 24 janvier 2018 que se tiendra la prochaine journée « Occupons-nous de nos affaires ».

En voici le contenu :

En avant-midi, la question du logement

À mesure que nous avançons en âge, nous nous interrogeons sur les choix à faire en matière de logement. Nous réfléchissons ensemble sur les possibilités qui s'offrent à nous en la matière.

Et puisque nous ne savons pas ce que la vie nous réserve, nous aborderons ensuite les enjeux liés à la diminution et à la perte d'autonomie.

En après-midi, nos assurances collectives

Diane Chabot, responsable régionale des assurances, nous informera sur les nouveautés et changements dans ce domaine et répondra à nos questions.

« Votre réclamation au bout de vos doigts »

Par la suite, Johanne Freire, ressource-conseil à la sécurité sociale à l'AREQ, nous enseignera, document visuel à l'appui, comment faire nos réclamations à SSQ.

Date : 24 janvier 2018.

Lieu : Centre d'événements Le Carlton, 8860, rue Langelier

Horaire : De 9 h 00 à 15 h 30 (accueil dès 8 h 30)

Coût : 25 \$ pour les membres et 45 \$ pour les non-membres pour les frais de salle, les deux collations et le dîner (buffet chaud et froid).

Inscription : Auprès de la personne trésorière de votre secteur au moyen d'un chèque libellé au nom de votre secteur avant le 14 janvier 2018



Danielle Wolfe, présidente

Économies
aujourd'hui,
tranquillité
d'esprit demain

... jusqu'à 30%* de rabais
sur vos assurances
auto et habitation



Profitez de tarifs **non offerts au grand public** et exclusifs aux membres de la CSQ. La Personnelle protège ce qui compte le plus pour vous.

Demander une soumission, plus facile que jamais !

► 1 888 476-8737

► csq.lapersonnelle.com



La Personnelle désigne La Personnelle, assurances générales inc. Certaines conditions, restrictions et exclusions peuvent s'appliquer.
* Le montant des économies n'est pas garanti et varie en fonction des renseignements fournis lors de la souscription.

AREQ
CSQ

Les protections
RésAut
CSQ
Centre des syndicats
du Québec
Assurances auto, habitation et entreprise



Assureur choisi par la CSQ



laPersonnelle

La bonne combinaison.



Marie Barrette

8 mars

Journée internationale des femmes



En ce 375^e anniversaire de la fondation de Montréal, le comité régional de la condition des femmes (CCF) a le plaisir de vous inviter à faire plus ample connaissance avec ces femmes de courage qui, à la demande du roi Louis XIV, ont osé traverser la grande mer pour s'installer en pays inconnu : les Filles du Roy. En onze ans, elles ont été 764 femmes à traverser l'Atlantique, se sont mariées, se sont courageusement installées sur des « terres en bois d'boutte ». Elles se sont acclimatées, ont adapté leur alimentation, leur habillement, ont appris à pêcher et à connaître les plantes médicinales d'ici. Elles ont trimé dur, ont enfanté, et nous ont légué un héritage inestimable : langue, culture, valeurs, coutumes et savoir-faire.¹

Danielle Pinsonneault de la Société d'histoire des Filles du Roy, nous les fera connaître et apprécier à leur juste mesure, en faisant fondre bien des mythes autour de leur rôle en Nouvelle-France.

Date: 8 mars 2018, à 13 h 30. Accueil à compter de 13 h.

Lieu: Centre Marie-Reine-des-Cœurs, 3435, rue Bossuet, Montréal.

Coût: gratuit pour les membres et 7 \$ pour les non-membres

Bienvenue aux femmes et aux hommes qui les aiment!

N.B. Veuillez vous inscrire auprès de la responsable de votre secteur, au plus tard le mercredi 28 février.

*Les responsables du comité des femmes
Marie Barrette, secteur Du Ruisseau Raimbault
Marie-Marthe Leduc, secteur Pointe-aux-Trembles
Sonia Trépanier, secteur Au pied du courant*



1. Inspiré de Figures marquantes de notre histoire — une série de grandes rencontres sur l'histoire de Montréal.



Viviane Lacroix

Activité annuelle du comité d'action sociopolitique de l'AREQ-Montréal

L'information est-elle en crise au Québec ?

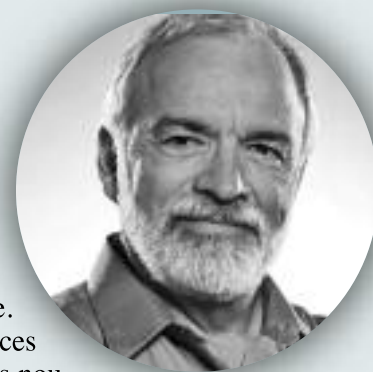
Cette année, le thème retenu par le comité d'action sociopolitique est l'information. En effet, à l'heure où l'information est omniprésente dans nos vies, il est bien souvent difficile de savoir vers qui nous tourner pour avoir l'heure juste. L'information est-elle contrôlée? Quelles sont les sources de l'information? Quelles conséquences ont les fausses nouvelles et les faits alternatifs? Quel est le rôle des médias? Quelle place les médias sociaux occupent-ils? Il nous semble important de chercher des réponses à toutes ces questions.

Nous avons donc le plaisir de vous inviter à venir entendre Pierre Maisonneuve, journaliste retraité de Radio-Canada. Il a accepté de faire le point sur la façon dont l'information est transmise de nos jours, car c'est un sujet qui lui tient à cœur.

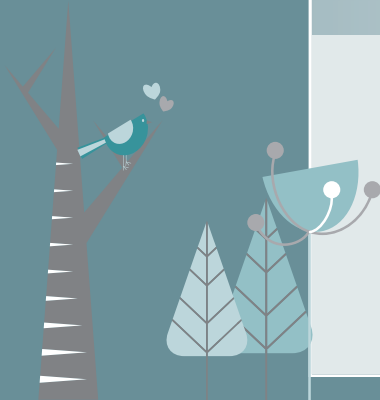
Nous vous accueillerons dès 13 h le jeudi 15 mars 2018, à l'Institut culinaire St-Pius X, 9955, rue Papineau.

La présentation de Pierre Maisonneuve débutera à 13 h 30 et sera suivie d'une période de questions et d'échanges.

Inscription auprès de la personne responsable de l'action sociopolitique de votre secteur ou auprès de la personne présidente de votre secteur avant le 9 mars 2018. Gratuit pour les membres et 7 \$ pour les non-membres.



Viviane Lacroix
Secteur Du Ruisseau Raimbault (06-B)
Responsable du comité d'action sociopolitique





Un vendredi

13

le comité des arts

vous en fera voir

de toutes les

couleurs!



En effet, la Journée des arts se déroulera
le **vendredi 13 avril 2018 au Centre des loisirs Saint-Laurent, 1375, rue Grenet, Saint-Laurent.**

Conférenciers invités

En matinée, **Jean Carette**, sociologue, écrivain, citoyen engagé, nous entretiendra de « La poésie au quotidien » et dédicacera son dernier livre *À chacun sa joie*. Sa présentation sera suivie d'un échange avec l'auditoire.

Au début de l'après-midi, le peintre et sculpteur **Mario Merola** nous partagera un survol de sa carrière d'artiste et de professeur à l'aide d'un diaporama et répondra à vos questions.

Exposition

Tous les artistes de la région sont invités à exposer leurs dernières créations quel que soit le médium utilisé (huile, aquarelle, émail sur cuivre, sculpture, photographie). Ce sera la seule exposition de l'année 2017-2018. Tous les membres qui désirent nous présenter leurs œuvres récentes sont priés de communiquer avec la personne responsable sectorielle du comité des arts ou avec moi, pour les secteurs qui n'ont pas de responsable, afin de s'inscrire à cette exposition. L'exposition sera accessible de 10 h à midi et de 13 h à 15 h. Un prix « Coup de cœur » de 400 \$ sera remis par la région à l'auteur de l'œuvre pour laquelle vous aurez voté. Cette œuvre fera l'objet d'un tirage au profit de la Fondation Laure-Gaudreault, lors de l'Assemblée générale du 5 juin. Deux prix « Mention du public », d'une valeur de 50 \$ chacun seront aussi décernés à des artistes qui ne veulent pas se départir de leur œuvre.

Nous espérons revoir les artistes dont nous avons l'habitude d'apprécier les productions artistiques, mais nous souhaitons aussi découvrir des personnes dont les talents ne nous sont pas encore connus. OSEZ!

Murale collective

Vous avez le goût d'expérimenter les pinceaux et les couleurs? Venez collaborer avec Denis Bergeron et son équipe pour la production de la murale 2018. Vous y connaîtrez sûrement un agréable moment.

Dessins d'enfants

Tous les grands-parents, grands-oncles et grands-tantes pourront aussi exposer les dessins des enfants de leur famille. Vous disposez des mois d'hiver pour inviter les enfants de votre entourage (âge maximal 12 ans) à dessiner sur le thème de **l'environnement** en format 8 1/2 X 11. Monique Gosselin se chargera de recueillir ces dessins et d'en faire un affichage. Pour communiquer avec Monique: 450 688-6172 ou mgano@hotmail.com.

Le comité des arts vous attend en grand nombre pour célébrer la Beauté à travers les arts. Le vendredi 13 avril, une date à inscrire à votre agenda.

*Lise Labelle
Secteur Ahuntsic-Ouest (06-N)
Responsable du comité des arts*



Louis-Georges Boissy

Jour de la Terre 2018

Depuis plusieurs années le comité environnement et développement durable de l'AREQ-Montréal organise une activité, le 22 avril, pour célébrer le Jour de la Terre.

En 2018, la date retenue pour cet événement est le vendredi 20 avril.

Les démarches pour en planifier le contenu n'étant pas terminées au moment de l'impression du bulletin régional, il vous sera dévoilé ultérieurement dans votre secteur soit par la personne responsable du comité, soit par la personne présidente.

L'important est que vous inscriviez dès maintenant le 20 avril à votre agenda. Vous pourrez vous inscrire quand de plus amples informations seront diffusées.

*Louis-Georges Boissy
Secteur Pointe-Aux-Trembles (06-J)
Répondant politique du dossier environnement*

CONVOCAATION

ASSEMBLÉE GÉNÉRALE RÉGIONALE

L'activité phare de notre vie démocratique est sans contredit l'assemblée générale régionale annuelle. C'est le lieu par excellence de débats et de décisions qui orienteront notre prochaine année.

Cette année, l'assemblée générale régionale 2018 aura lieu le 5 juin, mais au moment d'écrire cette convocation, le lieu demeure à déterminer.

L'assemblée débutera à 9 h 30.

Une collation et un repas chaud vous seront servis.

Réservez votre place auprès de la personne trésorière de votre secteur en libellant un chèque de 20 \$ à l'ordre de votre secteur.

*Je vous y attends,
Danielle Wolfe, présidente*

La vie dans les secteurs



Solange Catafard-
Mayer

Lumières scintillantes
Temps de réjouissances
Féeries, rêves vermeils
Cœurs qui s'émerveillent



Souvenirs ravivés
Flamme d'amitié
Ardeur, vitalité
Feu de joie à partager

En cette Nouvelle Année !



Découvrons ensemble
les activités à partager !

Secteur AHUNTSIC-EST

FORMATION, CULTURE ET EXERCICE

Formation IPAD

Le secteur Ahuntsic-Est organisera de nouveau une formation IPAD offerte gratuitement par la Commission scolaire Marguerite-Bourgeoys en collaboration avec la bibliothèque d'Ahuntsic. Ce sera une formation intermédiaire qui débutera le lundi après-midi, 22 janvier 2018.

Lieu : Café de Da de la bibliothèque d'Ahuntsic, 10300, rue Lajeunesse.

Club du livre

Les rencontres du club du livre auront lieu les 31 janvier, 28 mars et 23 mai 2018.

Lieu : Loisirs Saints-Martyrs-Canadiens, 10125, rue Parthenais à 13 h.

Les personnes intéressées à se joindre à nous
peuvent communiquer avec
Micheline Schinck au 514 384-5162 ou
m.schinck@videotron.ca

Secteur Du RUISSEAU RAIMBAULT

POUR LA CULTURE

Les rencontres Café-Culture

Le bonheur d'une rencontre chaleureuse et amicale dans un endroit calme et accueillant !

Lors de notre 13^e rencontre *Café-Culture*, les participants ont choisi le thème : *Renaissance*. Si le sujet vous inspire le renouveau artistique et culturel, la renaissance de la poésie, le progrès ou un regain suite à une nouvelle agréable ou à une période difficile, profitez de cette rencontre pour nous livrer vos commentaires, suggestions, découvertes et partager avec nous vos nouveaux défis. Le café, le jus et les biscuits seront servis pour accompagner nos échanges.

Dates : Les mardis 3 avril et 29 mai 2018.

Lieu : 815, rue Muir, Saint-Laurent. Heure : 9 h 30

Responsables : Solange Catafard-Mayer et Gilles Ducharme

Pour information, veuillez communiquer avec
Solange Catafard-Mayer au 514 382-4988.

Courriel : scatafard@yahoo.ca ou

Gilles Ducharme au 514 488-9025

Courriel : gillesducharme007@gmail.com

Note : Marie Barrette nous accueillera dans la salle communautaire au 815, rue Muir. Comment s'y rendre : rejoindre le boulevard de la Côte-Vertu à l'est de l'avenue Sainte-Croix. Après le centre commercial, tourner vers le sud sur le boulevard Montpellier et tourner à gauche sur la rue Muir. Nous encourageons fortement le covoiturage.

Secteur DU RUISSEAU RAIMBAULT (suite)

ET POUR LE DIVERTISSEMENT

En caravane allons à la cabane!

Un repas à la cabane vous attend pour l'arrivée du printemps. Avec nos bottes et nos mitaines, le plaisir d'être ensemble sera au rendez-vous avec le secteur Du Ruisseau Raimbault.

Date: le mardi, 20 mars 2018

Heure: 11 h 30 et repas à 12 h

Lieu: Cabane à sucre Lalande, 862, Montée Laurin, Saint-Eustache

Coût: 20,00 \$ incluant repas et tire, taxes et pourboire.
Amenez vos amis!

Covoiturage recommandé. Prendre l'autoroute 40 O, Aut. 15 N ou 13 N, et Aut. 640 O, en direction *Rue du Parc à St-Eustache*, sortie 11, Chemin de la Rivière en direction de la *Montée Laurin*, à droite.

Responsable: Pauline Daoust, présidente

Inscriptions et paiements auprès de Louise Cossette
avant le 13 mars au 514 332-3097
ou par courriel: louise_cossette@videotron.ca

Secteur DE LORIMIER

POUR LA LECTURE

Le secteur De Lorimier est heureux de vous annoncer la tenue d'un **Projet toujours en action**. Le thème exploité sera: *Introduction à la lecture rapide stratégique*.

L'atelier de quatre heures sera donné par un expert, Raymond-Louis Laquerre, président-directeur général du Centre de lecture rapide (CLR Inc.), fondé en mars 1969.

Date: le 19 avril 2018, de 9 h 30 à 15 h 30, avec une pause d'une heure trente pour le repas du midi.

Lieu: Institut culinaire St-Pius X, 9955, rue Papineau

Les frais d'inscription sont de 5 \$ pour les membres et de 8 \$ pour les non-membres. Prévoir une vingtaine de dollars pour le repas du midi.

J'invite les membres des autres secteurs à participer à l'atelier afin de compléter nos inscriptions.
Claudette Therrien

Inscription auprès de: André Fleurant, responsable
au 450 448-7686 ou fleurant@hotmail.com

ou: Claudette Therrien au 514 723-0223
ou claudette.therrien@sympatico.ca

Date limite d'inscriptions: le 6 avril 2018.

Secteur MONTRÉAL-NORD

POUR LA FORME

Le secteur Montréal-Nord est heureux de vous offrir les activités suivantes: aquaforme, cardio-tonus musculaire, stretching, danse en ligne et scrabble.

Lieu: Centre des loisirs 11121, avenue Salk, Montréal-Nord

Coût: à la session

Pour connaître l'horaire des cours et des activités pour la session hiver 2018, veuillez communiquer avec G. Gagné au 514 648-4411



*Je vous souhaite un souffle d'espérance
et du bonheur dispersé au fil des jours
pour la nouvelle année 2018 !*

Solange Catafard-Mayer
Secteur Du Ruisseau Raimbault (06-B)



Denyse Demers



C'est pas fini tant que c'est pas...

réglé

Si c'est vrai au baseball, il se pourrait que ce soit également vrai pour l'amélioration de notre pouvoir d'achat. L'AREQ-CSQ y croit puisque lors de son congrès du printemps dernier, ses 600 délégués ont voté l'orientation suivante: «Travailler à l'amélioration de la sécurité financière de nos membres et des personnes âgées». Et parmi les actions proposées, une retient particulièrement l'attention en ce début de triennat: «développer et diffuser des outils de sensibilisation, notamment à l'intention des personnes salariées, quant à la désindexation de la rente de retraite».

Alors, dès le milieu de novembre, les membres nouvellement élus du comité national de la retraite et les

membres du comité régional de la retraite se sont mis au travail afin de planifier certaines actions nécessaires à l'atteinte de notre objectif. Au début de l'année 2018, les responsables régionaux se réuniront et nous proposeront d'être avec eux dans l'action. Ensemble nous nous sensibiliserons aux besoins des retraités et de ceux qui le seront dans les années à venir et nous traiterons de l'appauvrissement dont nous sommes ou serons victimes de plus en plus. La désindexation nous touche durement et touchera plus durement encore les futures personnes retraitées alors que notre régime de retraite, le RREGOP, est en bonne santé financière.

Déjà l'AREQ alimente notre réflexion chaque semaine dans son Infolettre et chaque mois dans le Focus que vous pouvez recevoir par courriel si vous vous y inscrivez. Vous pouvez aussi être informés du travail de l'AREQ par les communiqués précisant les positions et les actions de celle-ci. L'AREQ, étant aussi membre de

l'Observatoire de la retraite, permet ainsi à ceux et à celles qui le souhaitent d'obtenir des informations éclairées sur tout ce qui concerne la retraite. Déjà nos moyens d'information sont multiples.

Nous devons cette année, retraités et salariés, nous informer et faire FRONT COMMUN pour promouvoir l'amélioration de notre situation financière à la retraite.

«C'EST PAS FINI TANT QUE C'EST PAS FINI...» GARDONS ESPOIR, INFORMONS-NOUS, PARTAGEONS NOS INFORMATIONS ET NOUS FINIRONS PAR «RÉGLER»

Denyse Demers,
Secteur De Lorimier (06-D)
Responsable du comité de la retraite





Chronique de la Fondation LAURE-GAUDREAU

Un réel succès !



Pierrette Lavallée

L'assemblée générale de la Fondation Laure-Gaudreault et le dîner bénéfique qui a suivi cette assemblée, au sous-sol de l'église Marie-Reine-des-Cœurs, le 8 novembre dernier, ont connu un réel succès.

Le bilan des activités fut présenté par Richard Cardinal, vice-président, puisque Jean Falardeau, le président, était en convalescence. Richard Cardinal remercia les responsables sectoriels de la FLG pour leur implication et leur excellent travail à faire connaître la Fondation et à recueillir des fonds. Le trésorier, Jacques Morrissette, expliqua que les souscriptions reçues en 2016 ont totalisé la somme de 19 571,64 \$. La FLG au niveau national a retourné 72 % de cette somme ainsi qu'un montant forfaitaire d'urgence de 500 \$ et un autre de 1 256 \$ provenant des intérêts du Fonds de capital de la FLG et de la contribution de la CSQ. **La FLG de la région de Montréal a redistribué 15 848 \$ à 41 organismes et la FLG nationale a versé le montant de 3 942 \$ à trois organismes dont la mission est la recherche médicale sur des maladies dégénératives. La FLG a pu remplir sa mission en distribuant un montant de 19 790 \$.**

Micheline Schinck, responsable de la collecte de 2017 organisée par l'AREQ-Montréal, nous informa qu'une somme de 14 288,35 \$ avait été recueillie à ce jour, mais que le total définitif sera dévoilé ultérieurement car la collecte se continue. Elle fut remerciée pour tout le temps et l'énergie qu'elle consacre à cette collecte.

Ensuite, Robert Gaulin, président du Bureau national de la FLG, s'est adressé à l'assemblée. Il trouve très important de venir nous rencontrer pour remercier toutes les personnes qui s'impliquent et donnent bénévolement de leur temps. Il a expliqué en quoi consistait le fonds de capital de la FLG. Celui-ci reçoit des dons particuliers ou uniques comme le 10 \$ pour devenir membre à vie de la FLG ou



Marthe Laforest et Robert Gaulin

des legs testamentaires ainsi que les 10 000 \$ versés par l'AREQ nationale. Grâce à ce fonds, en 2016, la FLG nationale a pu soutenir des projets d'aide d'un montant de 6 850 \$. Ce fonds ne peut combler tous les besoins, il a donc insisté sur l'importance de continuer à faire des collectes.

C'est avec plaisir que Robert Gaulin remet un certificat de membre émérite de la FLG à Marthe Laforest qui fut vice-présidente à la FLG-Montréal pendant 17 années. Nous la remercions pour son dévouement et son implication.

Jacques Morrissette n'ayant pas sollicité un nouveau mandat, Micheline Jalbert fut élue trésorière; nous lui souhaitons la bienvenue. C'est avec regret que nous voyons partir Jacques et nous le remercions pour tout le travail accompli. Les autres membres du Bureau régional ont conservé leur poste.

Un excellent dîner-bénéfice a clôturé cette rencontre! Merci aux bénévoles qui ont collaboré au service et à l'organisation.

Un grand merci à toutes les personnes qui ont assisté à l'assemblée générale et au dîner-bénéfice. Pour le Bureau régional, votre présence est vraiment importante, car c'est le moment de l'année où nous pouvons vous rencontrer pour échanger et voter le nouveau plan d'action. Nous remercions la région et les secteurs pour les prix de présence.

Nous vous donnons rendez-vous le 7 novembre 2018!

Pierrette Lavallée
Secteur Pointe-aux-Trembles (06-J)
Publicitaire pour le Bureau de Montréal de la FLG



André Fleurant

ACTIVITÉ
PHYSIQUE
RESSOURCEMENT
ÉMOTIONNEL
ACTIVITÉ
INTELLECTUELLE
DIMENSION
SPIRITUELLE

Ma vie

à la retraite

Je lisais dans un texte humoristique : « *le métier le plus dangereux du monde : retraité. Personne n'y a survécu.* » Pourtant, c'est une période où le fruit de toutes nos connaissances et expériences sont mises à profit. Je choisis de relever les défis orientés vers mes intérêts personnels.

Pour vivre une retraite heureuse et bien méritée, celle-ci doit être équilibrée. Dans ma vision, elle repose sur quatre piliers bien ancrés dans la réalité : l'activité physique, le ressourcement émotionnel, l'activité intellectuelle et la dimension spirituelle. Il est facile de se perdre dans l'une ou l'autre de ces orientations, mais plus difficile d'y trouver son compte sans être excessif.

Comme sportif, j'ai retrouvé le goût du tennis que j'avais mis de côté depuis plusieurs années. En plus d'avoir une dimension sociale, cette activité m'a permis de participer à des compétitions dans une atmosphère de détente amicale, chaleureuse et dynamique. Je cherche toujours à m'améliorer sans toutefois chercher la perfection à tout prix. Aussi, je pratique le yoga et la méthode Feldenkrais. Ces deux approches m'aident à développer ma conscience corporelle pour éviter les blessures. « *Mens sana in corpore sano* » (un esprit sain dans un corps sain).

À travers ces échanges ludiques, j'ai développé des relations amicales qui me nourrissent et me permettent d'aborder des sujets plus intimes. Je partage ainsi mes humeurs, mes joies et mes peines sans crainte d'être jugé. Ce que nous avons en commun nous donne une plus grande liberté d'expression.

Mon esprit a besoin de se développer pour se maintenir alerte. En plus de jouer au bridge, je m'amuse à faire du théâtre d'humour avec des textes de Raymond Devos. Dernièrement, j'ai présenté un texte lors d'un spectacle préparé par ma compagne Gaétane Lépine, qui s'intitulait *Ma vie en chansons*.

La lecture d'articles et de livres portant sur la psychologie, la santé et la spiritualité m'aide à approfondir ma recherche de bien-être. Récemment, je me suis laissé emporter par la lecture de *Esprit éternel et corps sans âge*

du Dr Deepak Chopra. Rien de mieux pour connaître la science de la longévité. J'y ai appris les dix clés pour une maîtrise active du corps et de l'esprit. J'essaie de mettre en pratique une de ses citations : « *Les dernières années de l'existence devraient être une période durant laquelle la vie se réalise complètement.* »

J'aime aussi me ressourcer avec un grand maître de sagesse comme Wayne W. Dyer : « *Changez vos pensées, changez votre vie.* » C'est une réflexion approfondie sur notre mode de vie : comment je peux contacter mon essence divine tout en maintenant un contact avec la réalité matérielle. J'apprends ainsi à mettre en pratique la Sagesse du Tao.

Un autre aspect de ma vie touche le bénévolat. Donner de mon temps pour répondre à un besoin de me dépasser et de m'impliquer dans la communauté m'apparaît comme une ouverture à l'autre. Je participe donc au conseil sectoriel de l'AREQ pour poursuivre le plan d'action de notre association. Cette expérience me permet de connaître les orientations et les structures de l'AREQ et de côtoyer d'autres collègues engagés comme moi.

J'expérimente également un autre défi comme membre du conseil d'administration au regroupement de la FADOQ de l'île de Montréal. Ce regroupement de personnes âgées met sur pied des activités pour améliorer leur qualité de vie. Quatre thèmes du bouton argenté : *santé, sécurité, appartenance et bien-être*, sont à la base de leurs actions.

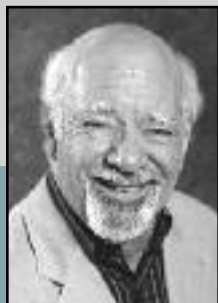
Toujours dans mon besoin de servir, je cherche à appliquer dans mon quotidien une des paroles d'un grand sage qui a vécu bien avant Jésus-Christ, Lao-Tseu :

« *Le sage ne thésaurise pas, et de ce fait, il lègue.
Plus il vit pour les autres, plus grande est sa vie.
Plus il donne aux autres, plus grande est son abondance.* »

Je crois que mes choix me permettent d'être heureux à la retraite.

André Fleurant
Secteur De Lorimier (06-D)

Un mauvais rêve ou un cauchemar



André Pelletier

Il m'arrive parfois de me revoir en pensée, au début de ma carrière d'enseignant. Nous sommes en 1959-1960; je suis titulaire d'une classe de 5^e et 6^e année et je donne un cours d'histoire du Canada.

Le sujet traité est la relation entre les colonisateurs français, catholiques avec ceux que l'on nommait à l'époque, les Indiens (on cherchait la route des Indes), les sauvages ou les peaux rouges.

Les manuels d'histoire disponibles avaient été rédigés par des membres de certaines communautés religieuses et on y faisait état du bien-fondé de l'attitude des nouveaux arrivants qui cherchent à «civiliser» et à «évangéliser» les Amérindiens. On oublie de mentionner que l'on profite d'eux en échangeant des objets de pacotille contre des fourrures. On dit que l'on fait du commerce avec eux alors qu'on les exploite.

Les Récollets et les Jésuites sont les premiers missionnaires venus avec les explorateurs français. Ils deviendront, malgré eux, des éclaireurs pour le commerce des fourrures et la recherche de la route de l'Ouest. En vivant parmi ceux qu'ils voulaient convertir, la relation entre les missionnaires et les Amérindiens s'est détériorée. Certains missionnaires furent martyrisés et les manuels que j'ai connus comme élève et comme jeune enseignant y allaient avec force détails quant à la description des supplices infligés: colliers de fers rouges, ongles arrachés, brûlures et j'en passe. Si le torturé ne se plaignait pas, on versait dans le cannibalisme en mangeant son cœur. On sait aujourd'hui que cela était relativement fréquent, lors d'échauffourées entre différentes tribus car on croyait que de manger le cœur de la personne torturée allait donner du courage, au cas où l'on serait, un jour, torturé.

C'est ainsi que j'ai fait mes premiers apprentissages au sujet des Amérindiens. Cela représente pour moi, un bien mauvais rêve. Mais le mauvais rêve devient cauchemar lorsque je me souviens d'avoir, au début de ma carrière, transmis de telles inepties. Par ignorance, bien sûr! Les auteurs des manuels d'histoire

du Canada de la première moitié du XX^e siècle croyaient en la supériorité de l'homme blanc et ne cherchaient pas à connaître la culture des premiers habitants de ce pays, mais à imposer la leur.

À la suite d'études en histoire, j'ai pu, plus tard, corriger le tir. Mais ce que j'ai appris durant ma jeunesse tout comme plusieurs personnes parmi nous, était de la désinformation, eu égard aux Premières Nations, répandue par les manuels de l'époque.

Les Autochtones n'en avaient pas fini de subir les préjugés des Blancs à leur endroit. Au cours des 19^e et 20^e siècles, le Canada a tenté de commettre un génocide culturel à leur endroit selon la juge en chef à la Cour suprême du Canada, Beverley McLachlin. Elle ajoute qu'au tout début de la Confédération, le gouvernement de John A. Macdonald désirait «sortir l'Indien de l'enfant» et ainsi résoudre le problème indien. L'«indianité» ne devait pas être tolérée, elle devait plutôt être dominée. On a voté des lois les empêchant de quitter leur réserve, de voter, de pratiquer leurs traditions religieuses et sociales.

Et que dire des pensionnats où l'on interdisait aux enfants de parler leur langue et où on les forçait à suivre les traditions chrétiennes. En 2008, Stephen Harper a présenté, au nom du Canada, des excuses pour tous les torts subis dans les pensionnats autochtones.

Que de choses à nous faire pardonner auprès des premiers habitants de ce pays! Que la réconciliation avec ceux qui nous ont précédés sur les terres canadiennes soit plus sincère de la part de nos gouvernants et de chacun et chacune d'entre nous! Qu'à l'avenir, on soit des plus respectueux pour ceux qui habitent le Territoire canadien depuis environ 10 000 ans!



André Pelletier
Secteur Ahuntsic-Ouest (06-N)



Desjardins
Caisse de l'Éducation



Votre passion,
notre devoir!



Lahcen Moumen

**Planificateur
financier**

Planificateur financier
et représentant
en épargne collective
pour Desjardins
Cabinet de services financiers inc.
Caisse Desjardins de l'Éducation
1 877 442-3382, poste 7771602
lahcen.w.moumen@desjardins.com
www.desjardins.com/caisseeducation



Avez-vous un plan ?

Qui dit retour des Fêtes dit souvent **résolutions**.
Pourquoi ne pas en prendre une dès maintenant et prendre rendez-vous
avec votre conseiller afin de **réaliser votre plan financier**,
si vous n'en détenez pas.

À la Caisse Desjardins de l'Éducation, nous croyons au pouvoir du plan financier.

C'est pourquoi, à chaque ouverture de compte, nous nous engageons auprès de nos membres à réaliser avec eux cet exercice.

La clé du succès pour réaliser un projet est souvent d'établir un plan. Vous avez mis du temps et des efforts pour constituer votre patrimoine. Vos biens et actifs représentent non seulement des richesses, mais aussi votre sécurité d'esprit et la possibilité de réaliser vos projets de vie.

Le plan financier peut vous permettre de planifier le transfert de votre patrimoine, de développer une stratégie de placement, ou encore d'optimiser vos revenus de retraite grâce à une gestion stratégique. Pour concrétiser vos rêves, le meilleur outil est un plan financier élaboré par votre conseiller qui prend le temps de comprendre vos objectifs, d'analyser votre situation financière actuelle et de vous faire des recommandations personnalisées.

Votre plan financier est ensuite révisé pour refléter tout changement important dans votre vie et pour vous guider dans vos décisions financières.

Si vous ne détenez pas de plan financier, **prenez donc une vraie bonne résolution cette année et rencontrez votre conseiller** afin d'en discuter !



**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.

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