

Échos de l'Île



Bulletin régional
d'information de l'AREQ

Échos de l'Île • Septembre 2018
Volume 17, numéro 1

Non au cynisme, oui à l'engagement!



Danielle Wolfe

Cet été, une vague d'allégations d'appropriation culturelle a fait la manchette. Il en a coulé de l'encre à ce sujet et nous n'en avons pas terminé. Ce sujet chaud ajouté à la chaleur de cet été torride sont sans doute quelques-unes des raisons qui provoquent en nous, une forme de désabusement. C'est vrai que nous en avons vu d'autres. « Nous avons vu neiger comme on dit. » En cette période pré-électorale, la tendance est au défaitisme et au cynisme.



Le cynisme m'apparaît comme un écran qui nous empêche de voir les choses telles qu'elles sont. Songeons à la période pré-électorale dans laquelle nous sommes plongés depuis des mois. Alors que des propositions, toutes plus alléchantes les unes que les autres, quoique souvent plutôt farfelues, nous sont présentées, je veux me retenir d'être cynique. Mais cela me sera difficile! Pourquoi refuser le cynisme? Parce qu'il paralyse et décourage de l'engagement.

Oui, des personnes, espérant se faire élire, se présenteront aux élections provinciales du premier octobre. Il y aura probablement quelques imposteurs mais combien d'autres auront véritablement le désir de servir les Québécoises et les Québécois. Pendant cette campagne, je retiendrai mon cynisme et serai attentive au profil des personnes candidates et à leurs propositions. Tout en refusant de me laisser bernier, je serai ouverte aux propositions concernant les personnes âgées, mais aussi à celles qui touchent l'ensemble de la société québécoise dans toute sa diversité. Je veux croire que des alliances

sont possibles avec des gens ou des groupes que je ne considérerais pas de prime abord de mon camp.

Est-ce cette année que les CHSLD et les écoles publiques obtiendront un financement adéquat pour assurer les services nécessaires à la population? Que les sans-voix obtiendront plus de justice? Aux revendications des groupes d'ânés, j'ajouterai ces questions à celles que je poserai aux candidates et aux candidats que je croiserai au cours des prochaines semaines.

Je n'oublie quand même pas l'imperfection de notre système électoral où l'on règle la question avec un scrutin uninominal à un tour, ce qui provoque d'énormes distorsions. Malgré plusieurs promesses de changement, quand arrive la période électorale, il est toujours trop tard pour s'y attaquer. Oups! Voilà que je retrouve mon bon vieux fond de cynisme. C'est un dossier que l'AREQ suit activement depuis plusieurs années et auquel nous serons constamment attentifs. Plusieurs conférences nous ont été présentées sur ce sujet. Nous avons dans nos rangs des personnes compétentes qui

Sommaire

Billet de la présidente 1 et 3
Mot de la coordonnatrice 2
Reconnaissance à Solange 3
ÉCHOS DE NOS ACTIVITÉS 4 - 7

La Journée des arts
Le Jour de la Terre
L'assemblée générale régionale
La Marche du Courage Procure

PROJETS 8 - 9

Journée internationale des hommes
Rencontre bi-régionale des élus
en novembre 2018
Journée de commémoration et d'action
contre la violence faite aux femmes
Journée « Occupons-nous de nos affaires »

LA VIE DANS LES SECTEURS 10 - 11

INFORMATIONS DIVERSES 12 - 17

Droit d'exemption
Fournitures pour les diabétiques
Collecte de fonds pour la FLG-rappel
Audition Québec est là pour mieux
se comprendre
Ékolaj
L'obsolescence

CHRONIQUE DE LA FONDATION

LAURE-GAUDREAU 18

Assemblée générale et dîner-bénéfice

RÉFLEXION 19 - 22

Ma conversion à l'eau du robinet
L'homme à la caméra n'est plus
La mort de notre compagnon,
Paul-Émile Lagacé
Ma vie à la retraite

COORDONNÉES

des membres du CR et des 23
responsables régionaux

CHRONIQUE DES JARDINS 24

Publicité La Personnelle 12

Conception et infographie :

Design RSTS

Prochaine publication : janvier 2019

Date de tombée : 15 novembre 2018

Tirage : 6200 copies



Lise Labelle

UN NOUVEAU *départ*

Septembre est le mois des départs. Départ pour la maternelle, pour l'école primaire ou secondaire, départ pour le cégep ou l'université. Pour des personnes retraitées, septembre, c'est une nouvelle année qui commence. Rencontres sociales, activités à caractère ludique ou instructif, réunions avec des équipes de travail, engagements bénévoles, toutes ces activités viendront ponctuer notre vie de septembre à juin, après avoir pris un peu de repos durant cet été caniculaire.

Après le billet de la présidente, texte engageant et motivant, votre bulletin de la rentrée vous donne un aperçu de ce qui vous est offert de septembre à décembre. Mais avant, un coup d'œil dans le rétroviseur nous rappelle de bons moments vécus le printemps dernier : la Journée des arts, le Jour de la Terre, l'Assemblée générale régionale et la Marche du Courage Procure.

Les activités d'automne débuteront en octobre, avec l'assemblée générale de la Fondation Laure-Gaudreault et le dîner-bénéfice qui suivra. Le comité des hommes vous convie en novembre à une conférence sur les grands-parents et le comité de la condition des femmes vous propose, en décembre, une réflexion sur la violence envers les personnes qui s'identifient à une minorité LGBT.

Vous remarquerez que la rubrique « La vie dans les secteurs » est présentée, dans ce numéro par Aurore Dupuis car Solange Catafard-Mayer ne pouvait plus poursuivre cet engagement. Un mot de reconnaissance lui est dédié. Je fais appel à vous pour animer cette rubrique car Aurore m'a prévenue qu'elle ne ferait que le numéro de la rentrée. Tout le travail se fait par courriel. Si cet engagement vous intéresse, me contacter.

Vous pourrez aussi constater que notre volet « Réflexion » présente une allure exceptionnelle. Après un texte léger de Jacques Morrissette qui traite de sa vie à la retraite, nos réflexions sont empreintes de tristesse et de recherche de sens. Ce sont des circonstances exceptionnelles qui nous dictent, aujourd'hui, de prendre soin de soi et de prendre soin également les uns et les unes des autres.

À la suite de la disparition de « L'homme à la caméra », notre région aurait besoin d'une personne qui accepterait de venir, bénévolement, prendre des photos lors des activités régionales.



Bonne lecture !

Lise Labelle

Coordonnatrice

l.labelle2@videotron.ca

450 669-2511

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 : Jeannine Abitbol, Richard Bastien,

Pauline Bessette, Diane Chabot, Aurore Dupuis, Micheline Jourdain

Lise Labelle, André Labossière, Pierrette Lavallée, Marie Marsolais,

Jacques Morrissette, Roger Robert, Micheline Schinck, Sonia Trépanier,

Danielle Wolfe.

Révision linguistique : Gaétane Lebel-Fillion et Lise Labelle



Région Île de Montréal (06)

(suite de la page 1)

savent s'allier à des experts en la matière. Ce dossier sera peut-être celui par lequel les retraités contribueront au mieux-être de la société québécoise. Je veux l'espérer!

Je dis non au cynisme. Je dis oui à l'engagement. À l'AREQ-Montréal, les personnes engagées au conseil régional, dans les conseils sectoriels et dans nos divers comités produisent une somme de travail énorme au profit de toute la région. Comme peu de sang neuf vient augmenter notre bassin de bénévoles, les mêmes personnes participent souvent à plus d'un titre aux



tâches dévolues aux élues et élus et aux responsables de comités. Je les en remercie infiniment et je fais appel à celles et à ceux d'entre vous qui désireraient se joindre à l'équipe de le faire généreusement car il y a encore des postes ouverts.

C'est dans cet esprit que j'entreprends l'année 2018-2019 et que je compte vous retrouver cet automne.

Danielle Wolfe
Présidente
Juillet 2018



Solange Catafard-Mayer



Reconnaissance

À l'AREQ, les mandats des personnes élues sont d'une durée de trois ans. Et les personnes qui sont nommées par leur secteur à différents comités, le sont aussi pour trois ans. Aussi, quelle ne fut pas ma surprise, le 31 mai dernier, lorsque mon amie, Solange Catafard-Mayer m'a annoncé qu'elle terminait son engagement comme coresponsable du comité des arts et qu'elle ne préparerait plus la chronique *La vie dans les secteurs* dans le bulletin régional *Échos de l'Île*.

Heureux hasard! Je suis responsable du comité des arts et coordonnatrice de *Échos de l'Île*. Ma première réaction en fut une de peine car j'ai beaucoup aimé travailler avec Solange depuis 2005 alors qu'elle était 1^{re} vice-présidente du CER. Mais j'ai rapidement compris que, pour Solange, dont l'époux a éprouvé des problèmes de santé, il était temps de rentrer à la maison pour être plus près de Raymond et de ses quatre petits-enfants qu'elle adore.

Ma réaction actuelle en est une de reconnaissance pour tous les bons moments que Solange nous a fait vivre à l'AREQ-Montréal. Elle a été responsable du CCF, répondante politique du CAV, a fait partie du comité organisateur du 20^e anniversaire de la région en 2006, a été l'instigatrice et l'une des deux maîtres d'œuvre du recueil « L'environnement et la vie » lors du 25^e de la région en 2011; elle a organisé 3 Journées des arts, m'a aidée à organiser la 4^e et a été responsable de la chronique « La vie dans les secteurs » depuis septembre 2015.

Au nom de tous les membres de la région qui ont profité de ton travail et de ta créativité, je veux te dire, chère Solange, un immense

MERCI.

Lise Labelle
Coordonnatrice

La Journée des ARTS: que de moments enrichissants !



Pauline Bessette

Accueil des plus chaleureux avec un délicieux goûter que l'on pouvait déguster tout en admirant les œuvres très variées exposées par les artistes et les artisanes de la région de Montréal. Aquarelles, sculpture, artisanat, acryliques et photos nous ont impressionnés par la foison de couleurs et de techniques.

Qualité des œuvres et émotions artistiques: bravo à toutes les personnes qui ont présenté leurs créations !

Un immense mandala dessiné par Denis Bergeron a permis à plusieurs de tâter du pinceau. Le résultat final était beau et impressionnant.

Une première conférence était donnée par Jean Carette. Celui-ci nous a fait part de son cheminement comme sociologue et professeur maintenant retraité de l'UQÀM, en plus de nous lire quelques poèmes tirés de son livre «À chaque jour suffit sa joie». Que de sagesse et de sensibilité !

La deuxième conférence nous a fait mieux connaître un artiste aux multiples talents : peintre, muraliste et sculpteur, Mario Merola. À partir d'une vidéo où il répondait à des questions et illustrait son propos par des photos de ses œuvres, nous avons reconnu plusieurs de ses grandes murales que nous côtoyons régulière-

ment dans les différentes stations de métro ou dans divers endroits publics. Voilà un artiste contemporain qui mériterait une plus grande reconnaissance.

Une section de la salle était réservée pour les dessins de petits-enfants (5 à 12 ans) des grands-parents présents. Que de joie à contempler ces petits bijoux colorés et pleins de spontanéité !

Paul-Émile Lagacé a su croquer en photos plusieurs moments de cette belle journée.

À la fin, le vote des participants a désigné comme coup de cœur: «Journée d'hiver rue Paul-Pau», aquarelle de Pierrette Larin-Provencher.

Les 2 mentions ont été attribuées à: «Le Migrant», sculpture en pierre calcaire de Montréal de Pierre Moreau et «Harmonie», acrylique de Louise Bigras.

Bravo au comité des arts qui, sous la responsabilité de Lise Labelle et la collaboration de Solange Catafard-Mayer, nous a offert cette belle et enrichissante activité. Merci à tous ceux et à toutes celles qui ont travaillé à l'organisation de cette journée.

.... À quand la prochaine ?

Pauline Bessette

Secteur Du Ruisseau Raimbault (06-B)



Jean Carette s'adressant aux membres qui participaient à la Journée des arts.



Le peintre et sculpteur Mario Mérola traitant des œuvres qu'il a créées dans Montréal.



Denis Bergeron pose près de la murale collective sur le thème des mandalas.



André Labossière

Allons-nous manquer le train avec le projet du REM?



Echos
de nos activités

Jour de la TERRE 2018



Le 20 avril dernier se tenait à l'Institut culinaire St-Pius X, une conférence pour souligner le Jour de la Terre 2018.

Notre invité était Jean-François Lefebvre, chargé de cours à l'UQÀM au département d'études urbaines et touristiques.

Sa conférence avait pour but de critiquer le bien-fondé de la construction du REM (Réseau express métropolitain) dans sa présentation actuelle.

D'après notre conférencier, la version actuelle ne répond pas à la conception de mobilité durable. En effet, cette notion stipule que l'accessibilité des destinations doit prévaloir sur celle de fluidité des déplacements automobiles : la réduction de la dépendance à l'automobile est fondamentalement liée à son déploiement.

En fait, si nous considérons le projet endossé par la Caisse de dépôt et placement du Québec (CDPQ-infra) et le gouvernement libéral actuel, il ne répond pas adéquatement aux critères de mobilité durable.

D'après Jean-François Lefebvre, le tracé et la conception des infrastructures SkyTrain tels que présentés ne répondent pas au principe «le bon mode au bon endroit». Qu'est-ce que cela implique exactement? Cela signifie que le REM devrait passer et pouvoir s'arrêter là où de fortes densités résidentielles existent afin de favoriser le plus possible l'achalandage.

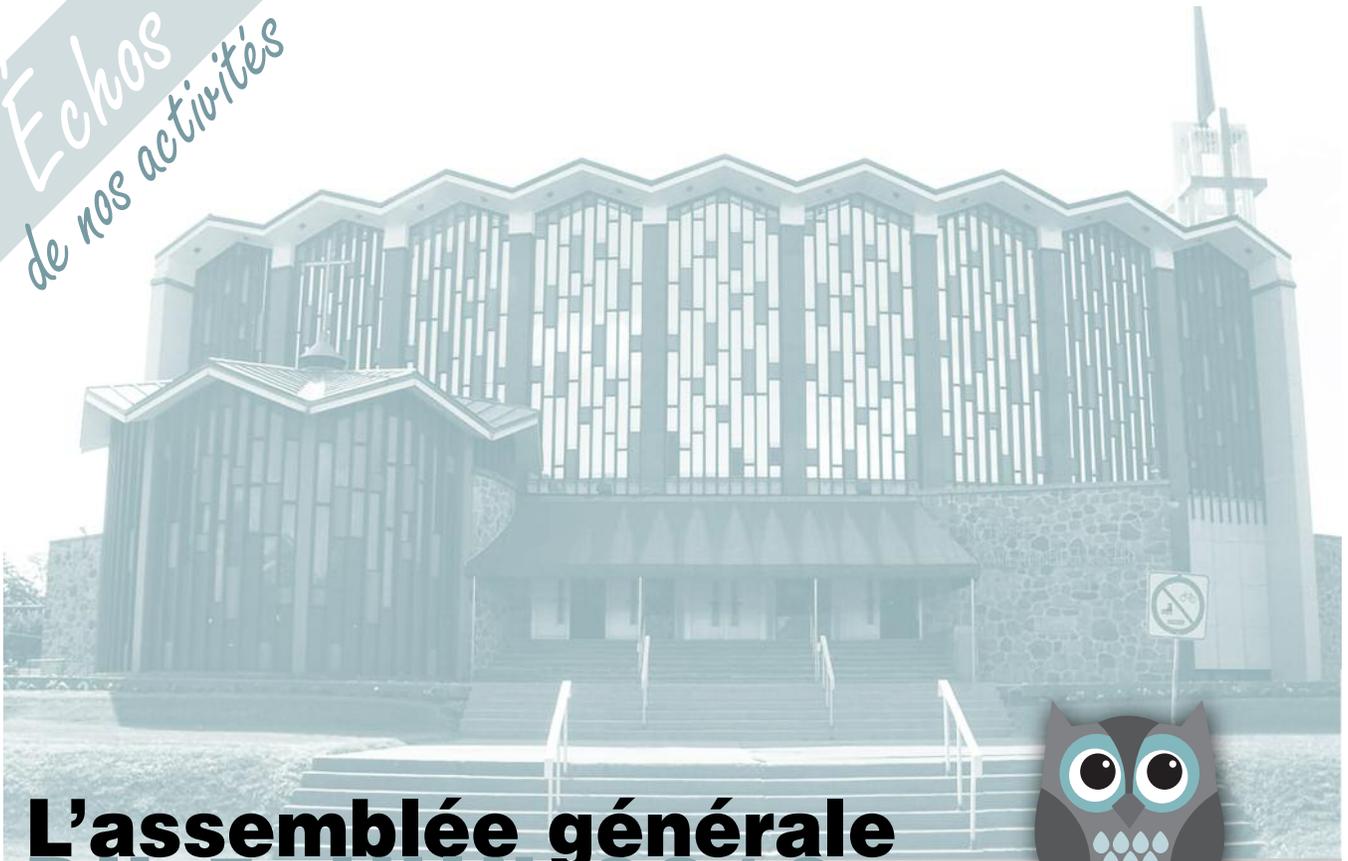
Or, le projet actuel d'après plusieurs experts en transport et urbanisme, ne desservirait pas d'une façon satisfaisante et à moindre coût l'ensemble de la région métropolitaine. À titre d'exemple, Montréal-Est sera pratiquement oublié. Pourquoi investir autant de millions dans le tronçon Ste-Anne-de-Bellevue qui, selon les données officielles, sera sous-utilisé. De même, ne serait-il pas plus raisonnable d'améliorer la ligne Deux-Montagnes, déjà établie, au lieu d'investir dans de nouvelles infrastructures? D'ailleurs, malgré le fait que les trains légers du REM traverseront certaines

zones de fortes et faibles densités, ils ne s'y arrêteront pas, compte tenu du peu de stations prévues.

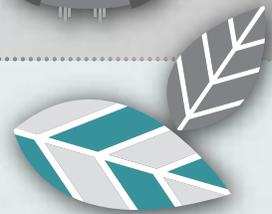
Pour satisfaire les rendements exigés par la Caisse de dépôt et de placement du Québec (CDPQ-infra), les usagers devront-ils déboursier davantage pour se déplacer? La tarification sur le réseau actuel (AMT) devrait-elle supporter les pertes encourues par le projet de la CDPQ? Et que dire de l'augmentation des taxes municipales si les profits ne sont pas au rendez-vous!

Selon Jean-François Lefebvre, pour environ le même investissement, il serait possible d'établir un réseau beaucoup plus diversifié et inclusif qui répondrait davantage aux besoins de la communauté, qui assurerait un plus grand achalandage : circuits de bus rapides, lignes de tramways électriques avec un grand nombre de stations permettant d'optimiser les transferts et ainsi rentabiliser davantage les investissements. Effectivement, le projet actuel du REM ne comptera que 26 stations, alors qu'il pourrait y en avoir bien au-delà d'une centaine, avec le projet soutenu par notre conférencier.

André Labossière
Secteur Du Haut-de-l'Isle (06-H)



L'assemblée générale DU 5 JUIN 2018



De temps à autres, l'AREQ nous permet de faire de petits voyages dans notre ville. Cette année, c'est au Sanctuaire Marie-Reine-des-Cœurs qu'avait lieu l'assemblée générale régionale.

Madame Lise Lapointe, présidente nationale, nous faisait l'honneur de sa présence ainsi que 125 de nos membres. C'est avec brio qu'Alice Gagnon y a présidé les débats. Les responsables des comités ont présenté leur bilan de l'année et j'ai fait de même au nom du conseil régional.

Notre plan d'action régional 2018-2019 s'est aligné sur le plan d'action national voté au congrès de juin 2017. Les 17 actions proposées par le conseil régional ont été adoptées par les participants. Nous avons du pain sur la planche! Si vous n'avez pu participer à cette assemblée, vous pouvez retrouver notre plan d'action sur notre site Web regioniledemontreal.areq.ca

Richard Cardinal, trésorier régional, a présenté le rapport financier et les prévisions budgétaires et toute l'assistance a pu constater la bonne santé financière de notre région.

Lorsque Louis-Georges Boissy, élu en mai 2017, a démissionné de son poste de deuxième vice-président en cours d'année, Richard Raymond, avait été nommé deuxième vice-président par intérim par le conseil régional. L'assemblée l'a confirmé dans ce poste.

L'assemblée a donné lieu à des discussions enrichissantes et des suggestions très intéressantes ont été apportées. Elles seront prises en considération par le conseil exécutif et le conseil régional.

Les responsables de la Fondation Laure-Gaudreault disposaient d'une table où ils recueillaient les dons et vendaient des billets pour le tirage de la toile: «Journée d'hiver rue Paul-Pau», œuvre de Madame Pierrette Larin-Provencher du secteur Parc Maisonneuve, gagnante du prix «Coup de cœur» lors de la Journée des arts. C'est Lucie Renière qui a gagné cette magnifique toile. Ainsi, c'est en beauté que s'est conclue notre assemblée générale de juin 2018.

Danielle Wolfe



Richard Bastien

LA MARCHÉ DU COURAGE PROCURE JUIN 2018

Procure et cancer de la prostate

Chaque jour, 12 Québécois reçoivent un diagnostic de cancer de la prostate. **PROCURE** met de l'avant plusieurs initiatives répondant aux besoins des hommes touchés par ce cancer. Au fil des ans, plusieurs personnalités publiques québécoises telles que Dany Turcotte, Pénélope McQuade, Maripier Morin, Julie Bélanger, Denis Coderre, Régis Labeaume et Joey Saputo se sont joints à la campagne à titre d'ambassadeur. La Marche du Courage Procure est une de ces initiatives.

Cette année, cet événement se déroulait le dimanche, 17 juin, au Parc du Mont-Royal (Lac-aux-castors), à l'occasion de la fête des Pères. Nous étions plus de 500 marcheurs (femmes, hommes et enfants) inscrits à cette 12^e édition de la « Marche du Courage PROCURE ». Depuis quelques années, le comité

de la condition des hommes de l'AREQ-Montréal y participe avec enthousiasme.

Pierre Morin avait la responsabilité de recueillir les dons des secteurs et des individus. Il a amassé cette année la somme de 905 \$.

Nous remercions les trois secteurs de l'AREQ-Montréal, qui ont contribué comme donateurs. Nous remercions également notre présidente du conseil exécutif régional, Mme Danielle Wolfe, qui a participé comme marcheuse.

L'an prochain, la 13^e édition de la « Marche du Courage PROCURE » aura lieu au même endroit, le dimanche, 16 juin 2019.

Richard Bastien
Secteur Du-Haut-de-l'Isle (06-H)





Roger Robert

Journée internationale des hommes

Peut-être avez-vous été étonné par le rôle de la grand-mère dans la série « Fugueuse » diffusée au début de l'année 2018.

Pour souligner la Journée internationale des hommes, le CCH vous convie (hommes et femmes) à une conférence sur le rôle des grands-parents. Cette activité se tiendra **le jeudi, 15 novembre à 13 h 30, à l'Institut culinaire St-Pius X et notre personne-ressource sera madame Francine Ferland.**

GRANDS-PARENTS AUJOURD'HUI - PLAISIRS ET PIÈGES

Quelles sont les caractéristiques des grands-parents en ce XXI^e siècle? Quelle est leur contribution particulière à la vie des petits-enfants et à celle des parents? Quels sont les pièges qui les guettent, les moyens de les éviter et les plaisirs qu'ils peuvent retirer de ce statut? Quels sont les plus beaux cadeaux qu'ils peuvent offrir aux parents et les activités mémorables à partager avec les petits-enfants pour multiplier les occasions de plaisir? Cette conférence se veut un rendez-vous pour tous ceux et toutes celles qui ont déjà ou auront bientôt le bonheur d'être grands-parents et qui souhaitent s'acquitter de ce rôle dans le respect et l'harmonie des générations.

Francine Ferland, ergothérapeute, professeure émérite et récipiendaire de la Médaille de carrière de l'Université de Montréal, conférencière, formatrice, auteure de nombreux ouvrages publiés aux Éditions CHU Sainte-Justine, relatifs à l'enfant et sa famille.

Ferland, F. (2012). *Grands-parents aujourd'hui — Plaisirs et pièges*. 2^e édition, Montréal: Éditions CHU Sainte-Justine.

Vous pouvez vous inscrire auprès de votre responsable sectoriel ou contacter le responsable régional.

Roger Robert

Téléphone résidentiel : 450 582-5250 • Cellulaire : 514 237-1173 • courriel : robert.info@videotron.ca



Une RENCONTRE bi-régionale des ÉLUS en novembre 2018

Un changement cette année, deuxième année du triennat 2017-2020. Le conseil exécutif et le conseil d'administration de l'AREQ nationale ont prévu, pour cette année seulement, une nouvelle formule de rencontre pour les élus.

« Ces rencontres ont pour objectif de reconnaître le travail des membres des CS et de renforcer leur sentiment d'appartenance envers l'AREQ. Elles viseront également à assurer une meilleure connaissance du rôle des différents postes électifs, à partager leurs besoins et leur expertise, et à favoriser la relève ». Dominic Provost, directeur général de l'AREQ

L'AREQ souhaite ainsi adapter ses structures aux besoins de ses bénévoles et promouvoir la mission et l'énoncé de ses valeurs, selon les actions 22 et 27 du plan d'action national.

Les élus des dix régions de l'AREQ seront regroupés avec une région voisine. Ainsi, les membres des conseils sectoriels de la région de Montréal et ceux de la Montérégie sont conviés à une session bi-régionale qui aura lieu les 20 et 21 novembre 2018, à Boucherville.

Cette rencontre bi-régionale remplacera cette année, la rencontre régionale que nous avons l'habitude de tenir en novembre. La rencontre régionale, telle que nous la connaissons depuis longtemps, nous reviendra en 2019, dans sa forme habituelle. Comme nous en serons à la troisième année du triennat, ce sera en même temps, la tournée du CE de l'AREQ, en préparation du congrès 2020.

Danielle Wolfe



Sonia Trépanier

Journée nationale de commémoration et d'action contre la violence faite aux femmes

..... **L'exclusion sociale, une forme de violence**

Le 6 décembre est la Journée nationale de commémoration et d'action contre la violence faite aux femmes. Instituée en 1991 par le Parlement du Canada, cette journée souligne l'anniversaire du meurtre de 14 jeunes femmes en 1989, à l'École Polytechnique de Montréal, tuées parce qu'elles étaient des femmes qui étudiaient dans un milieu que certains prétendaient « réservé aux hommes ».

Au cours des années, le CCF a invité différentes personnes-ressources qui ont traité, sous un angle ou sous un autre, de la violence faite aux femmes. Cette année, le CCF a pensé vous proposer une réflexion sur une forme de violence qui concerne des hommes autant que des femmes. Il s'agit de la violence subie par des personnes qui ont une orientation sexuelle différente de celle de la majorité. Celles et ceux que l'on identifie par les lettres LGBT. Savons-nous ce que ces lettres recouvrent comme réalité de la diversité sexuelle? Malgré des avancées juridiques dans le domaine, l'égalité sociale n'est pas acquise pour ces personnes. Les minorités sexuelles se heurtent encore à de nombreux obstacles: intimidation, rejet, dévalorisation, discrimination. **Ce sujet saura intéresser autant les hommes que les femmes car les personnes âgées qui appartiennent à l'un des sous-groupes des LGBT sont encore victimes d'exclusion à l'âge de la retraite.**

À l'occasion du 6 décembre 2018, le CCF a invité Line Chamberland, sociologue et professeure au département de sexologie de l'Université du Québec à Montréal. Elle nous entretiendra des différentes formes d'exclusion sociale des personnes marginalisées en raison de leur identité sexuelle. Madame Chamberland est titulaire de la Chaire de recherche sur l'homophobie (UQAM)

depuis 2011 et en 2014, elle a reçu le prix Pierre Dansereau, pour souligner son engagement social de chercheuse.

À mettre à votre agenda :

le jeudi, 6 décembre 2018, de 13 h à 16 h (accueil à 13 h et conférence à 13 h 30) à l'Institut culinaire St-Pius, X 9955, rue Papineau (coin Sauriol).

Un léger goûter sera servi.

Prière de s'inscrire auprès de votre responsable sectorielle du comité de la condition des femmes (CCF), au plus tard le 30 novembre 2018.

Des artisans et artisanes seront présents pour vendre leurs nouvelles créations juste à temps pour vos cadeaux de Noël.

Au plaisir de vous retrouver en grand nombre.

*Le Tria Femina
par Sonia Trépanier, avec la collaboration
de Marie-Marthe Leduc et Marie Barrette.*



Journée « Occupons-nous de nos affaires »

La prochaine journée « Occupons-nous de nos affaires » aura lieu le 23 janvier 2019. Nous travaillons présentement à en élaborer le contenu. Le lieu de cette activité est encore à déterminer.

Si vous souhaitez y participer, je vous conseille de mettre cette date, à votre agenda, dès maintenant. Tous les renseignements à ce sujet paraîtront dans le prochain numéro des Échos et seront disponibles auprès de la personne présidente de votre secteur.

C'est un rendez-vous.



Danielle Wolfe

La vie dans les secteurs



Aurore Dupuis

Septembre

L'automne s'installe et la vie dans nos secteurs reprend avec ses usages, ses projets et ses activités. Pour la rentrée, les personnes présidentes des secteurs ont déjà plusieurs propositions d'activités et de rencontres à présenter à leurs membres et, selon les places disponibles, aux autres membres de la région. La chronique **La vie dans les secteurs** vise à publiciser les événements et à inviter les personnes de notre région à vivre de belles expériences avec des collègues et amis, à profiter de la richesse des échanges et à réfléchir aux enjeux de notre société.

Pour la rentrée, les responsables des secteurs vous convient à des moments rassembleurs, riches en événements et en découvertes .

Les voici!



Secteur AHUNTSIC-EST

CHOISIR LA FORMATION ET LA CULTURE

Formation IPAD

Le secteur Ahuntsic-Est organisera de nouveau une formation IPAD de 10 semaines, offerte gratuitement par la Commission scolaire Marguerite-Bourgeoys en collaboration avec la bibliothèque d'Ahuntsic.

Date : à compter du 15 octobre 2018, 13 h 30.

Lieu : Café Da, Bibliothèque d'Ahuntsic, 10300, rue Lajeunesse.

Inscription : les membres de l'AREQ des secteurs voisins intéressés peuvent communiquer avec **Micheline Schinck au 514 384-5162 ou m.schinck@videotron.ca**

Club du livre

Les rencontres du club du livre se poursuivront au cours de la présente année. Les rencontres ont lieu habituellement cinq fois par année et sont gratuites.

Date : les 19 septembre et 28 novembre 2018, 23 janvier, 20 mars et 22 mai 2019 à 13 h.

Lieu : Centre Saints-Martyrs-Canadiens, 10125, rue Parthenais.

Les personnes intéressées à se joindre au groupe doivent communiquer avec Micheline Schinck au 514 384-5162, m.schinck@videotron.ca

Secteur du RUISSEAU RAIMBAULT

CHOISIR L'ART ET LA BEAUTÉ

Exposition du grand couturier Cristobal Balenciaga

Venez à la rencontre de ce grand couturier qui représente l'apogée de la haute couture des années 1950-1960, Christobal Balenciaga. Vous pourrez admirer son style raffiné, son emploi révolutionnaire des tissus et ses coupes novatrices.

Date : le 9 octobre 2018, de 10 h à 11 h 30.

Lieu : Musée McCord, 690, rue Sherbrooke-Ouest (entrée 2175, rue Victoria, porte ouest du Musée), Métro McGill.

Coût : 10 \$ incluant la visite guidée.

Inscription et paiement : avant le 3 octobre 2018, auprès de Louise Cossette 514 332-3097 ou louise_cossette@videotron.ca, Paiement au moyen d'un chèque libellé au nom de AREQ 06-B et envoyé à Louise Cossette, 304-2250, boul. Thimens, Saint-Laurent, QC, H4R 2K4.

Vous pouvez aussi vous inscrire pour le lunch au restaurant du Musée où je réserverai le nombre de places nécessaires.

Responsable : Pauline Bessette, 514 939-8857.

Secteur MONTRÉAL-NORD

POUR LE CORPS ET L'ESPRIT

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 d'automne 2018, veuillez communiquer avec G. Gagné au 514 648-4411

Secteur AU PIED DU COURANT

CHOISIR L'INFORMATION ET LA SÉCURITÉ

En cas d'inaptitude, le mandat « de protection ! »

Bienvenue à un **atelier-causerie** sur le mandat de protection! Pour nous-mêmes et nos proches, c'est un geste responsable d'établir nos volontés relativement à notre fin de vie. Un outil privilégié pour consigner officiellement et légalement de telles volontés est le *mandat de protection* préparé par un notaire. Appelé jusqu'à récemment mandat d'inaptitude, ce document nous permet d'identifier une personne de confiance (mandataire) pour assurer notre protection, veiller à l'exercice de nos droits et à l'administration de nos biens et autoriser les soins à recevoir.

M^e Suzanne Baril, notaire
est la personne-ressource invitée.

Date et heure: le mardi, 6 novembre 2018 de 13 h 15 à 16 h. Petite collation, jus et cafés seront offerts.

Lieu: Bibliothèque Langelier, 6473, rue Sherbrooke Est, Métro Langelier.

Coût: gratuit, cette activité est financée par le Programme Toujours en action et le secteur.

Inscription: Jean-Pierre Ménard au 450 582-7170 jusqu'au 26 octobre. Selon les places disponibles, la priorité sera donnée aux membres du secteur.

Secteur AHUNTSIC-OUEST

CHOISIR LA FORMATION ET LE SOUVENIR

Pour une conduite automobile sécuritaire

Dans le cadre des projets *Toujours en action* de l'AREQ, le secteur Ahuntsic-Ouest a organisé une suite à la formation de la Fondation CAA, donnée en mai dernier. Monsieur Beaudry sera de retour pour *La bonne conduite n'a pas d'âge, prise 2*. Il abordera entre autres, le code de sécurité routière entré en vigueur au cours des derniers mois et les nouvelles signalisations qui apparaissent régulièrement le long des artères urbaines et des autoroutes.

Actualiser nos connaissances relativement à l'exécution de certaines manœuvres de conduite s'avère très important pour conserver notre permis de conduire le plus longtemps possible. Alors, même, si vous n'avez pas assisté à la première activité, nous vous invitons à vous inscrire, cette fois, car un survol des informations déjà données sera fait et l'animateur pourra répondre à vos questions.

Date et heure: le 29 novembre 2018 de 9 h 30 à midi.

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

Coût: 20 \$ incluant le dîner, payable à votre arrivée.

Inscription: avant le 23 novembre auprès de Gaétane Lebel-Fillion 450 622-0515 ou gaetanelebel@videotron.ca

En souvenir de nos défunts

Le conseil sectoriel du secteur Ahuntsic-Ouest invite ses membres à une messe célébrée à la mémoire des membres, ainsi que des proches des membres, décédés depuis novembre 2017.

La célébration aura lieu dans le chœur de l'église Saint-André-Apôtre, rue Prieur, coin Waverly et sera animée par Jean-Guy Dubuc, ex-aumônier de l'Alliance des professeurs de Montréal (1967) et ex-éditorialiste en chef à *La Presse*.

Si vous désirez y assister, il nous fera plaisir de vous accueillir.

Date: le vendredi, 26 octobre 2018 à 10 h 30. Un dîner suivra à l'Institut culinaire St-Pius X, 9955, rue Papineau.

Inscription: les personnes intéressées à se joindre aux membres du secteur Ahuntsic-Ouest sont priées de s'inscrire auprès de Gaétane Lebel-Fillion au 450 622-0515 ou gaetanelebel@videotron.ca

Les membres de ces secteurs seront heureux de vous recevoir selon vos intérêts et vos choix.

Aurore Dupuis, secteur Ahuntsic-Est (06-A)



Diane Chabot

ASSUREQ : information importante concernant le droit d'exemption et sa terminaison



Situation : vous êtes exempté de participer à votre régime d'assurance maladie car vous êtes assuré en vertu d'un autre régime équivalent, celui de votre personne conjointe par exemple, soit parce qu'elle détient une assurance collective comme personne active et qu'elle a l'obligation de vous assurer, soit parce qu'elle détient une assurance avec une meilleure protection ou parce qu'elle a la protection familiale.

Changement de situation :

- 1 votre personne conjointe prend sa retraite,
- 2 ou vous vous séparez légalement,
- 3 ou vous divorcez,
- 4 ou votre personne conjointe décède,

vos exemption se termine et vous pourrez alors réintégrer votre régime et choisir Santé ou Santé plus ainsi que votre statut de protection (individuelle, monoparentale ou familiale).



Condition : SSQ doit recevoir la demande dans les 90 jours suivant la fin de la situation ayant permis l'exemption. Si SSQ reçoit cette demande après plus de 90 jours, la participation au régime d'assurance maladie n'est pas accordée.

NB : Si vous détenez une protection familiale et que vous vous séparez non légalement, vous pouvez garder cette protection pour que votre personne conjointe, qui n'aurait pas accès à une telle protection autrement puisse continuer d'être assurée.

Pour plus d'informations, vous pouvez me contacter au 514 324-3330

*Diane Chabot, secteur Ahuntsic-Ouest (06-N)
Responsable du dossier assurance*



L'assurance habitation de La Personnelle Un avantage exclusif à votre groupe

Obtenez une soumission et économisez!
1 888 476-8737
csq.lapersonnelle.com

La Personnelle désigne La Personnelle, assurances générales inc. Certaines conditions, limitations et exclusions peuvent s'appliquer. Les offres et rabais peuvent être modifiés sans préavis. Les clauses et modalités relatives aux protections décrites sont précisées au contrat d'assurance, lequel prévaut en tout temps.



Assureur choisi par la CSQ



laPersonnelle
Tarifs de groupe. Service unique.

Information importante concernant la couverture des fournitures diabétiques à compter du 1^{er} avril 2018 (ASSUREQ)



Depuis quelques mois, de nouveaux systèmes de surveillance de glucose sont apparus sur le marché. Il s'agit des systèmes Flash de surveillance de glucose de type **Freestyle Libre** qui utilisent des capteurs plutôt que des bandelettes pour la prise de glycémie.

Cette nouveauté a nécessité une révision des garanties prévues au contrat ASSUREQ visant les personnes assurées diabétiques.

Nouveautés concernant le régime d'assurance maladie d'ASSUREQ

À compter du **1^{er} avril 2018**, le régime d'assurance maladie d'ASSUREQ (Santé et Santé Plus) prévoit le remboursement des fournitures diabétiques selon les modalités suivantes :

- Remboursement d'un lecteur de glycémie par personne assurée, selon les dispositions prévues au contrat (sous la garantie *Glucomètre*).
- Remboursement de 26 capteurs par personne assurée, par période de 12 mois, soit un capteur tous les 14 jours selon les recommandations du fabricant (sous la garantie *Médicaments admissibles et non couverts par le RGAM*).

ATTENTION : il y a un processus d'autorisation préalable pour obtenir le remboursement du lecteur de glucose Freestyle Libre et de ses capteurs. Le médecin traitant devra remplir le formulaire d'autorisation approprié et, pour être admissible au remboursement, la personne doit être atteinte de diabète, être traitée à l'insuline et devoir mesurer sa glycémie plus de 4 fois par jour.



La personne assurée doit-elle demander une nouvelle autorisation à chaque période de 12 mois ?

Après la période de 12 mois qui suit la réclamation initiale des capteurs, la personne assurée doit faire une nouvelle demande avec le formulaire d'autorisation préalable. Ensuite, SSQ analyse le profil d'utilisation et la situation médicale de la personne assurée. Si les critères sont respectés, le renouvellement de l'autorisation sera reconduit sans

intervention supplémentaire de la personne assurée et ce, pour une durée illimitée.

Où trouver le formulaire d'autorisation préalable pour les capteurs ?

Le formulaire *Demande d'autorisation de paiement système flash de surveillance du glucose* est disponible sur le site ACCÈS assurés de SSQ au ssq.ca ou en communiquant avec le service à la clientèle de SSQ au 1 888 833-6962 ou en cliquant sur le lien : <https://ssq.ca/documents/10658/691268/FV6941F.pdf/ebf3396-9dd3-4152-9dc3-7860283d725c>



AREQ
Avril 2018



Micheline Schinck

COLLECTE DE FONDS au profit de la FONDATION LAURE-GAUDREAU

ORGANISÉE PAR L'AREQ-MONTRÉAL, EN COLLABORATION
AVEC LE BUREAU RÉGIONAL DE LA FLG

Rappel

Je désire remercier toutes les personnes qui ont fait parvenir une contribution à la collecte 2018 de la FLG. Je dois souligner le travail extraordinaire des présidents et présidentes de secteur qui, à chaque année, soutiennent cette campagne et font en sorte que cette collecte soit un succès.

L'an dernier, nous avons recueilli 15 458,35 \$. Les demandes d'aide se faisant de plus en plus nombreuses, nous espérons cette année, dépasser ce montant. À ce jour, nous avons reçu environ 7 758 \$. Il nous apparaît important de relancer cette campagne afin d'atteindre notre objectif, ce qui nous permettra de venir en aide à de nombreux organismes. La collecte de fonds se poursuivra donc au cours de l'automne 2018.

Tous les dons sont importants. Un reçu pour fins fiscales sera émis pour les dons de 15 \$ et plus. Les dons de 100 \$ et plus, en provenance d'organismes seront publiés dans *Échos de*

l'Île de janvier 2019. Les personnes qui font un don de 100 \$ ont le choix de voir leur nom publié et doivent le signifier sur le coupon accompagnant le don. Vous pouvez obtenir ce coupon auprès de la personne présidente de votre secteur ou de Micheline Schinck.

Les chèques doivent être libellés à l'ordre de FONDATION LAURE-GAUDREAU et postés à l'adresse suivante:

*Micheline Schinck,
10528, Georges-Baril,
Montréal, QC, H2C 2N3.*

Au nom de tous ceux et celles que la FLG pourra aider grâce à votre générosité, nous vous remercions.

*Micheline Schinck
Coordonnatrice de la collecte pour
l'AREQ-Montréal
m.schinck@videotron.ca
514 384-5162*

Audition Québec est là pour mieux se comprendre !

Audition Québec
mieux se comprendre

Saviez-vous que 19 % des Canadiens âgés de 20 à 79 ans soit environ 4,6 millions de personnes présentent une perte auditive significative ?

(Source : Statistiques Canada, juillet 2015)

Saviez-vous que ce taux de prévalence appliqué au Québec équivaut à 1,25 million de Québécois et malheureusement, que plusieurs ne reconnaissent pas leur perte auditive ?

Que le bruit environnemental est devenu un enjeu de santé publique. (Source : Institut national de la santé publique, INSPQ, novembre 2015)

**Institut national
de santé publique
Québec**



Que le pictogramme de l'oreille barrée (image) à l'entrée d'une salle de cinéma ou à l'entrée d'un quartier pour inviter à la prudence identifie un service offert aux personnes vivant avec une perte auditive.



Voilà des informations importantes pour vous.

Nous comprenons qu'il n'est pas facile d'admettre une perte auditive et que le réflexe est d'essayer de vivre avec cette perte, malgré les inconvénients qui en découlent. Il peut s'écouler un délai de 7 ans en moyenne entre le début de la perte auditive et l'acceptation de remédier à la situation avec les aides techniques appropriées.

Pendant cette période, la situation se détériore malheureusement.

Audition Québec est un organisme provincial à but non lucratif qui a pour mission de prévenir les problèmes d'audition, de favoriser l'intégration optimale à la société et d'encourager l'autonomie des personnes atteintes de tels problèmes.

Nous agissons en complémentarité et en collaboration avec les autres organismes du milieu, les professionnels de la santé auditive et le milieu de l'éducation.

Nos projets (la plupart subventionnés) contribuent à faire de la santé auditive une cause majeure comme il se doit.

Les produits de notre boutique permettent aux personnes sourdes ou malentendantes, appareillées ou non, de réduire les inconvénients de leur perte auditive.

Notre magazine *Sourdine*, publié quatre fois par année, permet de se tenir au fait des nouveautés et des recherches en santé auditive.

Le répertoire des salles de spectacle et de cinéma dotées d'un système d'aide à l'audition est un précieux outil ! Les activités culturelles, de soutien et de parrainage que nous offrons permettent d'atténuer les impacts d'une perte d'audition.

Si vous avez des signes que votre santé auditive se détériore, n'hésitez pas à nous contacter et c'est avec plaisir que nous tenterons de vous guider.

Sylvie Bénard, Directrice générale

NDLR Nous devons ce texte à l'initiative de Louise Mantha du secteur Parc Maisonneuve qui nous a mis en communication avec l'organisme Audition Québec. Merci à Louise Mantha.



514 278-9633
1951, boul. de Maisonneuve Est
Bureau 001
Montréal (Québec) H2K 2C9
auditionquebec.org



Marie Marsolais

Solidarité avec HAÏTI

Men nan lamèn ak Ayiti

Grâce à la somme de 1 000 \$ recueillie de juin 2017 à mai 2018, nous avons pu venir en aide à des élèves de différentes régions à travers ce pays appauvri par les injustices étatiques et les pluies torrentielles de cette année. De Port-au-Prince, Port de Paix, Pétion-Ville, Cavaillon, Baradères, Plaisance du Nord, Aquin, Jacmel, des jeunes ont pu, grâce à vos dons, payer leurs frais de scolarité. Grand merci aux personnes et aux secteurs pour cette générosité du cœur.



Depuis plusieurs années, le projet *Ekolaj* voté en assemblée générale régionale, en 2012, permet à des élèves haïtiens de s'inscrire à l'école. Nous savons bien que l'accès à l'éducation est primordial pour que ces jeunes puissent aspirer à un avenir meilleur et contribuer au développement de leur pays. Beaucoup d'enfants n'ont pas accès à une éducation gratuite, l'aide gouvernementale ne suffit pas.

Un geste de solidarité afin de pouvoir accompagner dans leur scolarisation des enfants d'Haïti, c'est ce que permet le projet *Ekolaj*.

Nous poursuivons donc, pour l'année 2018-2019, ce projet de solidarité en invitant les membres ainsi que les différents secteurs à contribuer, individuellement ou en groupe, à ce projet. Toute contribution, si minime soit-elle, est un **plus** quand nous travaillons ensemble.

Soyez assurés, toutes et tous, que les sommes recueillies serviront directement à la scolarisation des enfants. Aucuns frais d'administration ne seront déduits de ces sommes; un rapport est présenté annuellement à l'assemblée générale régionale et les reçus des inscriptions des élèves sont disponibles pour consultation

Comment faire: vous devez libeller votre chèque à l'ordre du CISO, en indiquant que c'est pour l'*Ekolaj* ainsi que **votre nom** et le nom de **votre secteur**.

Adresse :

Centre international de solidarité ouvrière (CISO)
565, boul. Crémazie est, bureau 3500, Montréal H2M 2V6

*Solidairement Marie Marsolais
Secteur Anjou-Saint-Léonard (06-R)*



*Un merci du fond du cœur de votre solidarité envers ces jeunes.
Mèsi anpil pou tout ti-moun sa yo*





Jeannine Abitbol

L'obsolescence, vous connaissez?

Si vous avez répondu **NON** à cette question, je vous suggère de lire cet article. Le 23 mai dernier, je suis allée à la Maison du développement durable pour assister à la conférence sur l'obsolescence et j'ai apporté mon ordinateur portable qui a été réparé sur place, gratuitement, par des bénévoles. J'y suis allée surtout parce que le gaspillage, quel qu'il soit, me fait mal au cœur.

équiterre

DES APPAREILS ELECTROMENAGERS
ET ÉLECTRONIQUES:
QUEL RÔLE POUR LE CONSOMMATEUR?



HOP HALTE À L'OBSOLESCENCE PROGRAMMÉE



L'obsolescence c'est le fait de devenir périmé, déprécié et donc de perdre toute valeur. Une étude pancanadienne sur la fin de vie prématurée des objets et le comportement de remplacement rapide des appareils électroniques et électroménagers des consommateurs canadiens, démontre que l'obsolescence peut être programmée. Équiterre qui a pris ça en main avec la collaboration de nombreux autres partenaires comme RECYC-QUÉBEC et HOP (organisme français: halte à l'obsolescence programmée) pour faire changer les mentalités. Quand on parle d'obsolescence programmée, on se réfère aux tactiques de marketing des entreprises qui jouent sur les promotions et fabriquent volontairement des objets non durables.

Une enquête a révélé que seulement 19 % des consommateurs réparent ou font réparer leurs appareils, contre 80 % qui préfèrent en acheter de nouveaux pour des raisons de fonctionnalité techniques, esthétiques ou même psychologiques. Elle indique également qu'en 2016, 44,7 millions de tonnes de déchets ont été produits à l'échelle mondiale, et que d'ici 2021, ce volume augmentera de 17 %. Il faut donc à tout prix freiner le remplacement rapide des appareils. Il faut en finir avec le «prêt-à-jeter»! C'est impérieux! Il faut obliger les industries à s'engager vers une économie circulaire. Équiterre et ses partenaires font un excellent travail de sensibilisation et d'information auprès du public. Espérons qu'il portera des fruits sous peu!

Jeannine Abitbol, secteur Anjou-Saint-Léonard (06-R)



Pierrette Lavallée

Chronique de la Fondation LAURE-GAUDREAULT

ASSEMBLÉE GÉNÉRALE et dîner-bénéfice de la FLG 2018

*Les membres du Bureau régional de la Fondation Laure-Gaudreault vous invitent à l'assemblée générale et au dîner-bénéfice, le **mardi 16 octobre**, au sous-sol du **Sanctuaire Marie-Reine-des-Cœurs** de Montréal au 3600, Bossuet angle Sherbrooke Est. Il y a un stationnement du côté de la rue Bossuet et derrière le Sanctuaire. (Métro station Cadillac)*

L'assemblée générale débutera à 9 h 30 et sera suivie du dîner-bénéfice. Lors de cet événement, le montant recueilli par la collecte de fonds organisée par l'AREQ-Montréal vous sera dévoilé. Cette année, la somme de 19 799,00 \$ fut partagée entre une personne aînée et 43 organismes. La demande de deux organismes fut acheminée au national. À l'invitation des secteurs, les membres du Bureau régional ont remis les chèques à ces organismes. Grâce à votre générosité les dons reçus sont très appréciés car cela les aide à bien remplir leur rôle. Nous tenons à remercier les responsables de la FLG dans chacun des secteurs pour leur implication et Mme Micheline Schink, responsable de la collecte régionale pour son excellent travail.

Les organismes sélectionnés doivent répondre à un des objectifs de la Fondation soit :

- aider les personnes aînées dans le besoin
- faire de la recherche médicale sur les maladies liées au vieillissement
- être une œuvre enregistrée pour aider la jeunesse ou des jeunes dans le besoin.

Votre présence à l'assemblée générale et votre participation au dîner-bénéfice sont d'une très grande importance pour assurer la pérennité de la FLG. Le coût du repas est de 30 \$, une partie de cette contribution ira à la Fondation et vous aurez droit à un reçu de 15 \$ pour fins fiscales. Vous pouvez acheter votre billet auprès de la personne responsable de la FLG de votre secteur.

Nous vous attendons en grand nombre et c'est avec plaisir que nous vous accueillerons.

S'il vous est impossible d'assister à cet événement, nous vous invitons à faire un don en libellant un chèque à l'ordre de la Fondation Laure-Gaudreault et à l'envoyer à la trésorière du Bureau régional de la FLG, Micheline Jalbert à l'adresse suivante : 202-3820, rue de Mentana, Montréal H2L 3R6

Tél.: 514 523-2276

Si vous n'êtes pas membre de la FLG un montant de 10,00 \$ vous permettra de le devenir à vie.

*Pierrette Lavallée
Secteur Pointe-aux-Trembles (06-J)
Publicitaire du Bureau régional de la FLG*

PROJET D'ORDRE DU JOUR

- 1** Mot de bienvenue et présentation des membres du Bureau régional
- 2** Nomination d'une personne à la présidence des débats
- 3** Lecture et adoption de l'ordre du jour
- 4** Lecture et adoption du procès-verbal de l'assemblée générale du 8 novembre 2017 et suivi au procès-verbal
- 5** Bilan 2017-2018 : mot du président, rapport des souscriptions et des sommes allouées en 2018 aux organismes et de la collecte de fonds organisée par l'AREQ-Montréal
- 6** Plan d'action 2018-2019
- 7** Mot du président provincial de la FLG, M. Robert Gaulin
- 8** Élections : président, secrétaire et publicitaire
- 9** Questions diverses
- 10** Levée de l'assemblée



Ma *conversion* à l'eau du robinet

Depuis plusieurs années, je ne buvais que de l'eau embouteillée. Mais pas n'importe laquelle. Pas question d'acheter de l'eau de certaines compagnies qui embouteillent celle qui provient de l'aqueduc d'une municipalité et vendent ces bouteilles d'eau, sans verser de redevances à la municipalité en question ou en versant une piètre redevance : une véritable arnaque.

Mon eau préférée provient d'un esker, en Abitibi. Elle se distingue par son bon goût. Certains affirment que c'est la meilleure eau au monde. Mais elle nous est vendue en bouteilles de plastique et le plastique, ça pollue l'environnement. Depuis quelques années, on nous invite et on nous incite à diminuer notre consommation de plastique, mais pour boire mon eau préférée, je continuais à acheter des bouteilles de plastique, même si je me dis préoccupée par l'environnement. Il n'y avait rien pour me convaincre de changer mes habitudes.

Jusqu'au jour où revenant de faire les emplettes, j'ai transporté 3 caisses de 24 bouteilles de 500 ml chacune, de l'auto à la maison. Douze litres d'eau, c'est lourd... C'est un geste que je posais environ une fois aux trois semaines et ça allait bien. Mais d'une fois à l'autre, c'était de plus en plus difficile. L'âge, je suppose. Mes bras et mon dos en avaient assez d'accomplir cette tâche. En avril dernier, ce fut mon dernier achat d'eau embouteillée. C'est mon corps qui m'a obligée à me convertir à l'eau du robinet et je m'en porte bien. Quand je veux emporter de l'eau, j'utilise la bouteille réutilisable offerte par l'AREQ lors du dernier congrès.

Amis lecteurs et lectrices, vous n'êtes pas obligés de faire comme moi et d'attendre que votre corps refuse de transporter ces bouteilles. Vous pouvez vous défaire de cette habitude dès maintenant et sachez que tant et aussi longtemps que nous n'aurons pas de bouteilles consignées, nos bouteilles de plastique se retrouveront dans les dépotoirs, les cours d'eau et même dans la mer où elles forment des îlots qui polluent nos océans.

*Lise Labelle
Secteur Ahuntsic-Ouest (06-N)*





L'homme à la caméra n'est plus

Au cours de la nuit du 11 juin, l'ami de toutes et de tous, Paul-Émile Lagacé du secteur Au pied du courant, est décédé. Les 125 membres présents à l'assemblée générale régionale l'ont tous vu, le 5 juin, prendre des photos à différents moments de cette activité. Et moins d'une semaine plus tard, on apprend son décès... Cette nouvelle nous a causé une grande stupéfaction.

Paul-Émile était un homme discret, réservé, au petit sourire narquois, mais ce que je retiendrai le plus de cet homme, c'est son immense **générosité** et c'est sur cette qualité que je m'attarderai. Qui dit générosité, dit aussi **disponibilité**. Paul-Émile était toujours là pour quiconque avait besoin de lui.

Depuis une dizaine d'années, il s'était équipé d'une caméra performante; il était toujours présent à nos activités régionales pour en capter les meilleurs moments. Il me faisait parvenir un CD de ses photos et je choisisais les plus appropriées pour accompagner les textes publiés dans *Échos de l'Île*. À différentes occasions, je l'ai invité à facturer l'AREQ-Montréal pour le matériel qu'il achetait et il ne l'a jamais fait.



Paul-Émile Lagacé, le 7 juin 2017, recevant un hommage de Solange Catafard-Mayer, à la suite de onze ans d'implication au comité des arts visuels.





Micheline Jourdain

La mort de notre compagnon, Paul-Émile

Paul-Émile a aussi contribué à la création du comité des arts en 2006 et il en a été un membre dévoué durant onze ans, transportant les chevalets, achetant des matériaux et participant à l'installation de nos expositions et de nos quatre Journées des arts. Il avait mis fin à son engagement au comité des arts en juin 2017. (Voir la photo prise le 7 juin 2017 alors que Solange Catafard-Mayer rendait hommage à Paul-Émile)

En membre impliqué, il avait pris des responsabilités au comité directeur de l'ancien secteur Parc Lafontaine et il avait accepté la fonction de trésorier dans son nouveau secteur afin de dépanner le conseil sectoriel, mais il n'était pas à l'aise avec cette tâche, même s'il y travaillait avec ardeur.

Aujourd'hui, je crois que Paul-Émile nous rappelle que nous devons **prendre soin de nous**.

*Salut, Paul-Émile!
Repose en paix!
Nous ne t'oublierons pas.*

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

NDLR Voici le texte paru dans le bulletin du secteur Au pied du courant en juin dernier et signé par la présidente du secteur suite au décès de Paul-Émile Lagacé

La mort de notre compagnon Paul-Émile Lagacé m'impose un contenu un peu différent de l'habituel message du mois de juin. Bien sûr, j'aimerais vous parler des douceurs des belles et agréables soirées du solstice de l'été. Je voudrais me réjouir de ces beaux mois de vacances à nos portes. Mais aujourd'hui, c'est la tristesse qui m'accable. Notre ami Paul-Émile a choisi de quitter la vie.

Nous avons beaucoup de mal à comprendre la détresse qui a été la sienne. Désarroi, culpabilité et colère habitaient ses compagnons et compagnes qui étaient présents au dîner reconnaissance des bénévoles mercredi dernier, quelques heures après sa disparition. Paul-Émile était absent de ce dîner que le conseil sectoriel a décidé de maintenir malgré les tristes circonstances. Mais Paul-Émile était là parmi nous. Sa bienveillance remarquable habitait chacune et chacun de nous.

Je sens aussi encore sa présence discrète à nos rencontres. Il avait toujours en main sa caméra pour nous permettre de conserver les images

des bons moments de nos activités sectorielles et régionales.

À sa conjointe Lise, à ses filles Judith et Valérie, notre profonde appréciation et notre sympathie! À ses ex-compagnons et compagnes du CA de l'Alliance, amis et amies au sein de l'AREQ, sympathie aussi et solidarité.

À nous toutes et tous, conservons sa mémoire. La bienveillance qu'il nous a toujours manifestée doit nous guider. Surtout profitons des joies que nous procure la vie pour continuer de l'apprécier.

Paul-Émile, tu nous manques!

Micheline Jourdain

Suicide Action Montréal
1 866 277-3553



Ma *vie* à la retraite



Jacques Morrissette

La vie à la retraite se déroule très rapidement. Après 15 ans, il me semble que c'était hier. Je me disais, enfin plus d'agenda, plus besoin de montre pour calculer le temps. Or, depuis que je vis ma retraite, j'ai encore plus besoin d'un agenda, car ma vie n'est plus organisée par le travail.

Ma crainte était de manquer le contact humain que nous offre le travail. C'est pourquoi, j'ai commencé à participer aux activités de l'AREQ, secteur Angrignon. J'ai aussi été élu au conseil d'administration du club de golf comme secrétaire et également secrétaire de réunion de l'Association des familles Morrissette.*

Voulant m'impliquer davantage au niveau de l'AREQ de mon secteur, j'ai proposé mes services comme webmestre, étant donné que le secteur n'avait pas de site internet. Par la suite, j'ai présenté ma candidature comme trésorier, poste que j'ai occupé une année, pour ensuite accéder à la présidence du secteur, tout en continuant de m'occuper du site web. Durant un an, j'ai cumulé les postes de président du secteur et secrétaire au conseil du club de golf. Heureusement que le second mandat au secrétariat s'est terminé cette année-là, car j'aurais été obligé d'en abandonner un.

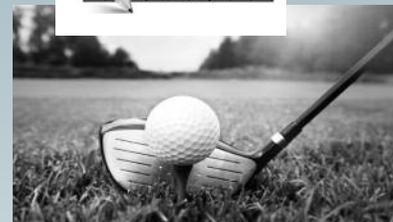
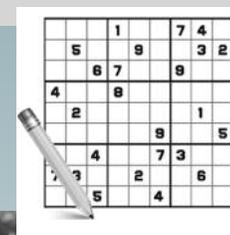
Dès la fin de mon second mandat comme président du secteur, j'ai accepté la présidence de l'Association des familles Morrissette, poste que j'occupe pour une deuxième année. En plus de la présidence de l'AFM, je m'occupe aussi de la transmission électronique du bulletin « La Moricetterie ».

Comme il faut aussi penser à soi, je pratique le golf à raison de 3 jours par semaine de mai à la fin du mois d'octobre. Cet exercice me permet de marcher près de 22 kilomètres par semaine. Pour mon cerveau, je complète les sudoku de La Presse Plus et joue à un jeu qui stimule la mémoire et le sens de l'observation. J'espère passer les mois de février et mars en Floride le plus longtemps possible, pour jouer au golf et oublier l'hiver, même si ce n'est pas toujours facile de trouver de l'hébergement.

Comme dirait Jean Ferrat, « *je ne vois pas le temps passer* ».

Jacques Morrissette
Secteur Angrignon (06-M)

* Pourquoi le nom Morrissette dans le titre de l'association n'a qu'un seul **r**? C'est parce que c'est la dénomination la plus fréquente. Il y a deux ancêtres Morrissette au Québec, Mathurin et Jean Morisset. Les différences proviennent de la personne qui a rédigé l'acte de naissance. Par exemple, mon grand-père Siméon Morrissette a signé son certificat de mariage avec un seul **r**, mais le nom de mon père sur son certificat de naissance se lit avec 2 **r**, soit Paul-Émile Morrissette.



Webmestre

Échos de l'Île

AREQ (CSQ)

(Association des retraitées et des retraités de l'éducation et des autres services publics du Québec)

RÉGION ÎLE DE MONTRÉAL 2018-2019

SECTEURS	PRÉSIDENTES	TÉLÉPHONE
PRÉSIDENTE RÉGIONALE	Danielle Wolfe	514 733-7345
A. Ahuntsic-Est	Micheline Schinck	514 384-5162
B. Du Ruisseau Raimbault	Pauline Daoust	514 661-4074
D. De Lorimier	Claudette Therrien	514 723-0223
E. Montréal-Nord	Réjeanne Laneuville	514 328-6829
F. Au pied du courant	Micheline Jourdain	514 388-7045
H. Du-Haut-de-l'Île	Richard Raymond	514 685-6621
J. Pointe-aux-Trembles	Louis-Georges Boissy	450 654-5261
K. Parc Maisonneuve	Antoine Tawil	514 254-3774
M. Angrignon	André Weber	450 709-0587
N. Ahuntsic-Ouest	Gaétane Lebel-Fillion	450 622-0515
R. Anjou-Saint-Léonard	Richard Cardinal	514 501-6347

COMITÉS RÉGIONAUX	RESPONSABLES	TÉLÉPHONE
Action sociopolitique	Viviane Lacroix-Lapierre	514 735-0435
Arts	Lise Labelle	450 669-2511
Assurances	Diane Chabot	514 324-3330
Condition des femmes	Marie-Marthe Leduc	450 994-0685
Condition des hommes	Roger Robert	450 582-5250
Environnement	Poste vacant	
Retraite	Denyse Demers	514 252-7019
Info-Échos de l'Île	Lise Labelle	450 669-2511
Webmestre	Mario Tassé	514 747-4300
Bur. rég. de la FLG	Jean-Falardeau	514 668-3407

AUTRES NUMÉROS À CONSERVER

AREQ (CSQ)	1 800 663-2408	RAMQ	514 864-3411
Assurances RésAut (La Personnelle)	1 800 463-4806	RRQ	514 873-2433
Caisse d'économie de l'Éducation	514 351-7295	SAAQ	514 873-7620
CARRA	1 800 368-9883	Sécurité de la vieillesse (PSV)	1 800 277-9915
CSQ	514 356-8888	SSQ	1 888 833-6962
État civil	514 864-3900	Crédit d'impôt pour maintien à dom.	514 864-6299

Être accompagné où que vous soyez, quels que soient vos projets de retraite.



La Caisse Desjardins de l'Éducation est faite pour vous

Le monde de l'éducation est un univers unique, avec des particularités bien à lui. **Patrimoine, fiscalité, vie à l'étranger... la Caisse de l'Éducation** propose des solutions concrètes et adaptées aux retraités de l'enseignement.

Autre avantage : le « conseiller en ligne », qui vous permet d'accéder à **votre conseiller attitré sans avoir à vous déplacer.**

Et bien sûr, dans l'éducation, la solidarité compte. En faisant affaire avec notre Caisse pour votre retraite c'est la **solidarité intergénérationnelle** de l'éducation que vous soutenez.

Vous souhaitez bénéficier de notre expertise ? Contactez-nous maintenant par courriel à l'adresse cld@desjardins.com ou par téléphone au **1-877-442-3382**.



Votre passion,
notre vocation



Desjardins
Caisse de l'Éducation

Coordonnées AREQ Région de Montréal

Téléphone de la présidente :
514 733-7345

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>