

# LE TRAIT D'UNION



Bulletin sectoriel d'information

Secteur Haut-Richelieu, Région Montérégie

Volume 32, numéro 2 – Décembre 2019



*L'hiver est commencé*

***C'est pas une raison pour rester enfermé !!***

- *Voir les activités organisées par votre AREQ pour combler vos journées froides d'hiver dans votre édition hiver 2019*



**Simon Bérubé**

Homme de l'année 2019  
à l'AREQ Haut-Richelieu

*Voir l'article en page 18*

**À mettre à votre agenda !!**

- **Assemblées générales sectorielle et régionale**

*Voir tous les détails en page 14*



## LE TRAIT D'UNION

LE TRAIT D'UNION est publié trois fois par année et distribué gratuitement aux membres de l'AREQ, région Montérégie, secteur Haut-Richelieu.

### Éditeur

AREQ, secteur Haut-Richelieu

### Coordonnateur à la rédaction

Richard Gouin 514-714-2018  
richard.gouin@hotmail.com

### Mise en page - infographie

François Fournier

### Révision - correction

Thérèse Ladouceur  
Irène Leblanc

### Impression

Gracieuseté du Syndicat de l'enseignement du Haut-Richelieu (SEHR)

### Expédition

Cité-Poste et internet

### Photographes

Michel Lord, Luce Reid,  
Jacques Racicot

### Collaboration à la rédaction

Renée Dallaire, Manon Besner,  
Richard Gouin, Michel Lord,  
Jacinthe Côté, Francine St-Denis,  
Robert Godin, Jacques Meunier,  
Luce Reid, Nicole Caron,  
Jacqueline Bélanger

## Conseil sectoriel

Renée Dallaire, présidente 450-248-0913  
[r-dallaire@hotmail.com](mailto:r-dallaire@hotmail.com)

Michel Lord, 1<sup>er</sup> vice-président 514-791-1427  
[michel.lord52@gmail.com](mailto:michel.lord52@gmail.com)

Michel Roy, 2<sup>e</sup> vice-président 450-708-5554  
[michelroy28@outlook.com](mailto:michelroy28@outlook.com)

Francine St-Denis, secrétaire  
[stdenisf@videotron.ca](mailto:stdenisf@videotron.ca)

Nicole Caron, trésorière 450-359-4823  
[hipponic@videotron.ca](mailto:hipponic@videotron.ca)

Richard Gouin, 1<sup>er</sup> conseiller 514-714-2018  
[richard.gouin@hotmail.com](mailto:richard.gouin@hotmail.com)

Thérèse Duhamel, 2<sup>e</sup> conseillère 450-348-2703  
[thereseduhamel@videotron.ca](mailto:thereseduhamel@videotron.ca)

## Dans votre numéro de décembre

### Les chroniques

- Mot de la présidente sectorielle P. 3
- Mot de la présidente régionale P. 4
- Environnement P. 6
- Nécrologie P. 7
- Sociopolitique P. 8
- Retraites et assurances P. 9
- Portrait autorisé P. 10-11

### Articles d'intérêt

- Cours de peinture P. 5
- Invitation à la cabane à sucre P. 6
- Jeux et musique, formule renouvelée P. 12
- À inscrire à votre agenda P. 13
- Assemblées générales sectorielle et régionale P. 14
- Souvenirs d'automne P. 15
- Nouvelles personnes retraitées P. 16
- Mode de vie zéro déchet - liens utiles P. 17
- Simon Bérubé – homme de l'année 2019 P. 18
- Fondation Laure Gaudreault- tirage P. 19
- Journée internationale des hommes P. 20
- Salon des métiers d'art P. 20



## **OH! OH! OH! LE PÈRE NOËL A DÉJÀ EXISTÉ**

Qui n'a pas cru au Père Noël ? C'est connu: tout le monde sait que ce sympathique bonhomme à la barbe blanche et vêtu d'un habit rouge a jadis nourri notre imaginaire. C'est un fait. On y croyait dur comme fer jusqu'au jour où un adulte, épris d'une quelconque mission, nous fit comprendre que tout cela n'était que pure fantaisie.

Pourtant, à mon âge, le souvenir de ce porteur de rêves me procure une joie immense et calme momentanément des inquiétudes avouées, fruits d'une société en mouvance. Pussions-nous garder encore longtemps cette naïveté qui fait parfois du bien à l'âme et nous assure une douce vieillesse!

Vous vous rappelez notre angoisse à traverser l'année 2000 ? C'était impensable ! Et pourtant, nous sommes toujours là vingt ans plus tard. La terre continue de tourner avec, hélas, quelques petits problèmes *de santé climatique*; il nous appartient de les guérir en posant les bons gestes.

### **L'AREQ, c'est nous !**

Notre association se préoccupe toujours de la situation des aînés. Elle a aussi un regard pour nos enfants, nos petits-enfants. Je tiens toujours à vous partager quelques moments de douceurs. Les voici avec les paroles de la chanson ***Je suis un enfant de paix***. Quand on voit tout ce qui se passe présentement un peu partout chez nous, chez nos voisins et aussi dans le monde, prenons le temps d'y réfléchir.

***« Je suis un enfant de paix Tends la main et prends la mienne Et ensemble nous ferons Un meilleur monde pour toi et moi Je suis un enfant de paix. »***

### **L'implication des membres**

Même si les journées ont 24 heures, il me semble que le temps manque pour accomplir tout ce que l'on souhaite. La famille, les amis, l'AREQ, les Fêtes qui arrivent bientôt, nous avons un agenda bien complet.

Bonne nouvelle! Pour faire avancer les causes, de nouvelles personnes ont décidé de s'impliquer. C'est ce qu'on appelle affectueusement la RELÈVE. Nous en avons grandement besoin. De nouvelles personnes, de nouvelles idées à partager et un grand merci à celles et à ceux qui ont fait le saut ! En guise de *-résolution-* pour la nouvelle année, tradition oblige, nous prévoyons poser des actions novatrices en vue de stimuler l'intérêt de nos nouveaux membres retraités. Vous aurez compris que, pour garder le dynamisme d'une association telle que la nôtre, de l'énergie nouvelle s'impose. À suivre.

### **Le congrès**

Nous terminerons l'année 2019-2020 au Congrès de l'AREQ qui se tiendra du 1<sup>er</sup> au 4 juin. Le thème choisi : L'AREQ, une voix forte dans une société en mouvement ! Cette phrase décrit bien l'AREQ : une association en mouvement qui se fait entendre. Elle porte le message que véhiculent les personnes aînées : solidarité, éducation, environnement, dignité, indexation, égalité hommes-femmes, intergénérationnel sans oublier la santé.

Le plan d'action national, régional et sectoriel s'engage dans ce mouvement. À la fin du congrès, un nouveau plan d'action sera adopté et devra respecter ce que nous sommes et ce que nous voulons.

*Joyeuses Fêtes à toutes et à tous! Les membres du Conseil sectoriel*

**L'actualité**

Au moment d'écrire ces lignes, la campagne électorale fédérale bat son plein et après sa première année au pouvoir, le gouvernement Legault flotte sur un nuage d'approbation. Pendant ce temps, une mobilisation monstre pour le climat s'est déroulée à travers la province. Cette grande implication citoyenne saura-t-elle réveiller nos deux paliers de gouvernements pour des actions concrètes en environnement ? Nous, les aînés et les retraités, tout comme les jeunes, sommes préoccupés par l'état de la planète. Nous attendons plus de gestes significatifs...

**C'est reparti...**

La dernière année du triennat est entamée et tous les secteurs ont repris leurs activités. Les équipes sectorielles se creusent les méninges pour se renouveler et vous offrir des conférences, sorties et rencontres amicales variées et attrayantes. Je vous invite à participer aux activités qui vous sont proposées.

J'assiste, depuis septembre dernier, à différentes activités dans les secteurs et je constate une grande diversité de projets tout aussi intéressants les uns que les autres. Je remercie les bénévoles pour leur engagement et leur générosité.

**La relève!**

Eh oui ! encore le même sujet qui revient sur le tapis. Dans le Larousse, au mot *Relève* il est écrit « *Action de remplacer une équipe, une troupe... par une autre...* ». Même si on en parle souvent, le problème du remplacement des membres des conseils sectoriels est toujours présent. Je vous lance une invitation. Osez tenter l'expérience au sein d'un conseil ou d'un comité sectoriel. Nous avons besoin de membres qui s'impliquent, autant les nouveaux que les anciens. Le conseil régional et l'AREQ nationale vont vous assister et vous faciliter le travail.

Des élections se tiendront lors des assemblées générales sectorielles (AGS) en avril prochain, pourquoi ne pas plonger et vous présenter à l'un des postes disponibles ?

**Activités régionales**

La région s'est impliquée dans la semaine québécoise de réduction des déchets (SQRD). La journée du 23 octobre a été réservée à l'environnement. Sous le thème « Mode de vie zéro déchet » deux conférenciers nous ont entretenus sur l'Intégration du zéro déchet et sur le Gaspillage alimentaire. Par ailleurs, plusieurs secteurs ont organisé, le 25 octobre, une journée consigne des bouteilles de verre.

La région se prépare à assister au Congrès qui aura lieu en juin prochain. La tournée du CE et les rencontres préparatoires auxquelles participe la délégation (106 personnes déléguées) vont permettre de se prononcer sur le contenu et le déroulement du Congrès. De plus, il faut penser aux élections lors de l'assemblée générale régionale (AGR) du mois de mai. Il vous faudra nommer un nouveau conseil exécutif régional (CER). Les présidences sectorielles (anciennes et nouvelles) seront sollicitées.

Je profite de cette tribune pour vous offrir mes meilleurs vœux de bonheur et de santé.



## COURS DE PEINTURE

L'AREQ du Haut-Richelieu offre, pour une quatrième année consécutive des cours de peinture. C'est ainsi que Jacqueline Bélanger, artiste-peintre enseignera l'art de créer et d'appliquer **des encres sur papier**. Cette technique utilise en transparence de multiples couleurs d'encre donnant ainsi une œuvre picturale magnifique.

NOTE. Ce cours s'adresse à tous et toutes peu importe son niveau de compétences en matière d'art. La formation se donne sur 6 vendredis non consécutifs.

CALENDRIER	
17 et 31 janv.	13 :00 à 15 :45
6 et 20 mars	13 :00 à 15 :45
3 et 17 avril	13 :00 à 15 :45

**ENDROIT :** St-Jean-sur-Richelieu

**LOCAL :** Syndicat de l'enseignement du Haut-Richelieu, 670, boul. du Séminaire Nord.

**GROUPE :** Min. 5 pers. et max. 12 pers.

**COÛTS : 150\$ (Matériel inclus)**

**Payable par chèque à l'ordre de l'AREQ Haut-Richelieu.**

**PÉRIODE D'INSCRIPTION**  
**Au plus tard le 12 janv. 2020**

### INFORMATION ET INSCRIPTION

Jacqueline Bélanger

Tél. 450-708-5554

bjacquelinem11@gmail.com



## Journée «mode de vie zéro déchet»

C'est dans le cadre de la semaine québécoise de réduction des déchets que l'AREQ région de la Montérégie a organisé, le 23 octobre, une journée sur le mode de vie zéro déchet.

Devant 135 personnes au restaurant l'Ancêtre de Saint-Hubert, nos deux conférenciers ont informé nos membres sur le mode de vie zéro déchet.

En avant-midi, Madame Cindy Trottier, connue aussi sous le nom de Tendance radis, a traité de l'impact d'une mauvaise gestion des matières résiduelles à la maison et de l'intégration du zéro déchet comme mode de vie (refuser, réduire, réutiliser). Nos membres ont posé beaucoup de questions sur l'organisation au quotidien : la façon de faire son marché et les difficultés rencontrées. Madame Trottier nous a informés du réseau des marchés et commerces zéro déchet. Elle nous a mis en garde au sujet du <<greenwashing>> ou écoblanchiment, ces pratiques consistant à utiliser abusivement de l'écologie à des fins de marketing. Ce n'est pas parce que la bouteille est verte que le produit est écologique.

En après-midi, ce fut autour d'Éric Ménard, dit Éric L'enverdeur, de nous entretenir du gaspillage alimentaire, un problème majeur à l'échelle mondiale; nous avons tous un rôle à jouer en tant que consommateur, pour le meilleur et pour le pire... que ce soit à la maison ou au restaurant! Une conférence, elle aussi très terre à terre, avec des trucs et des façons pour réduire notre gaspillage à partir de notre propre frigo. En général, nous devrions nous demander: «Qu'est-ce que j'ai à manger dans le frigo plutôt que de quoi ai-je le goût»? M. Ménard est un fervent amateur du <<Touski>> pour éviter le gaspillage. Il nous invite aussi à faire attention au congélateur qui peut devenir un endroit à gaspillage, «loin des yeux, loin du ventre». Il recommande de tenter de diminuer notre consommation de viande. Pourquoi ne pas essayer un repas par semaine?

Je voudrais remercier Mme Manon Besner, présidente régionale, pour son support. Les secteurs qui ont gentiment contribué avec des projets toujours en action, ainsi que toutes les présidences pour leur soutien. Je terminerai par remercier les bénévoles qui ont participé à différentes tâches.

### Cabane à sucre

Venez déguster un repas de cabane fait maison. Un menu complet comprenant pain de ménage, grand-père dans le sirop d'érable et plus encore!

Hé oui! Une belle activité à inscrire à votre agenda... **Date : mardi le 17 mars 2020**

Lieu : Au Palais Sucré

864 Rang Chartier, Mont-Saint-Grégoire

Tél : 450-741-3363

<https://aupalaisucre.ca/>

Accueil : 11h00 Dîner : 12h00 (menu traditionnel)

Coût : À venir

Un réseau sera fait pour l'inscription.

Richard Gouin et Nicole Caron. Venez-vous sucrer le bec !



Nos condoléances... aux familles, amies et amis

Membres

- † Raynald Charland, beau-frère de Jean-Guy Gaudreau
- † Denise Benjamin, épouse de Simon Bérubé

Les débuts sont généralement effrayants,  
les fins sont habituellement tristes,  
mais c'est pour tout ce qu'il y a entre les deux  
que la vie mérite d'être vécue.

Non-membres

- † William Kennes, frère de Annie Kennes-Martel
- † Raymond Domingue, frère de Marguerite Domingue et d'Anne-Marie Dupuis
- † Réal Lapointe, frère de Pierrette Lapointe-Laguë
- † Nathalie Sweeney, fille de Nicole Larocque-Sweeney
- † Guy Guèvremont, frère de Ginette Guèvremont
- † Andrée Thibault, belle-soeur de Normande Lefèvre-Vaillancourt
- † Réjeanne Galipeau, soeur de Thérèse Galipeau
- † Monique Fournier, soeur de Lise Fournier
- † Léon Leblanc, frère d'Irène Leblanc
- † Jeanne Gaudreau, sœur de Jean-Guy Gaudreau
- † Gisèle Bessette, sœur de Lise Bessette

Note : Vous êtes au courant du décès d'un membre de l'AREQ, ou d'un de ses proches ?  
Communiquez avec Renée Dallaire (450-248-0913)

---

**Visitez votre site web!** <http://haut-richelieu.areq.lacsq>

**Un message du site web <http://haut-richelieu.areq.lacsq.org> Plus de 17 650 visiteurs à ce jour!**

Venez voir! Le site web a un nouvel item : c'est le coin lecteur. Vous pouvez écrire dans le COIN LECTEUR! Chaque semaine est publié un article écrit par l'un de vous. Une belle expérience de voyage, un bon livre à suggérer, une réflexion personnelle, une page d'un livre que vous avez déjà publié, la parole est à vous. Envoyez votre texte à [lucereid@videotron.ca](mailto:lucereid@videotron.ca). Jusqu'à maintenant, on a lu des compositions de Réal Fortin, Thérèse Duhamel, Liliane Lanoue, Raymond Grignet, Jean-Guy Gaudreau, Michel Cartier, Aline Messier et d'autres. Suivez ce coin, peut-être y lirez-vous le texte qu'un jour vous avez écrit dans un livre ou recueil déjà publié!

De plus dernièrement nous avons ajouté une section au sujet de l'environnement, à savoir où aller porter certains objets tels que médicaments, bouteilles de verres etc..

Photos-Vidéos Vous voulez une copie d'une photo parue dans le journal, allez sur le site web. Vous pouvez enregistrer les photos mises dans la page « Photos-Vidéos » en cliquant sur la photo désirée avec le bouton droit de la souris. Si vous éprouvez de la difficulté, communiquez avec la webmestre Luce Reid.



## Côté sociopolitique

Au moment d'écrire ces lignes, deux sujets occupent à temps plein l'actualité. Nos bulletins d'information nous informent en temps réel et en boucle de l'évolution du projet de loi sur l'immigration et des costumes de la députée Catherine Dorion. Aucun commentaire supplémentaire à ajouter sur ces sujets! Durant ce temps, des rapports plus sociaux en lien avec nos préoccupations ont été présentés.

Un sondage réalisé par CAA-Québec dévoile que les deux tiers de la population pensent que les aînés sont un danger sur la route et 20% estiment qu'on devrait même leur retirer leur permis de conduire à partir d'un certain âge. Un jugement très sévère sur les conducteurs de plus de 65 ans. Bientôt, ils seront plus de 1.5 million sur les routes du Québec. Cependant, les statistiques démontrent que les aînés sont de bons élèves sur la route : seulement 4% des 65 ans et plus sont impliqués dans des accidents graves de la route contre 19% pour les 16-24 ans. Un mythe déboulonné! Au volant, les aînés ne sont pas plus dangereux mais doivent être en possession de tous leurs moyens pour exercer les tâches complexes qu'exige la conduite automobile. La voiture représente une liberté et une mobilité, elle est synonyme d'autonomie. Il faut éviter de passer les ciseaux dans le permis de conduire à la moindre crainte. CAA-Québec a développé un guide sur les aînés et la sécurité routière, on peut s'y référer!

Une étude conjointe démontre que 50% des piétons tués lors d'un accident de la route ont 65 ans et plus. C'est à pied que les aînés sont les plus vulnérables. Un pas plus lent, une chute, parfois une fraction de seconde peut faire la différence. Des représentations et des interventions devront être faites auprès des représentants municipaux pour les sensibiliser à cette situation. Des moyens simples pourraient être facilement mis en place pour prévenir ces accidents, il s'agit d'y réfléchir ensemble.

Les données du 30 octobre de Statistique Canada révèlent que ce sont les personnes âgées de 65 ans et plus qui ont affiché la plus forte croissance en matière de consommation du cannabis depuis sa législation. Ce ne sont pas eux qui consomment le plus, les jeunes demeurent les plus grands consommateurs. Les données confirment que les plus âgés sont portés à l'acheter exclusivement d'une source légale et généralement pour des raisons médicales. Le cannabis génère beaucoup d'intérêt sur les divers marchés depuis sa législation. Il y a une industrie en effervescence qui s'intéresse à la transformation du cannabis tant pour un usage récréatif, pharmaceutique que cosmétique. Les différents départements de gériatrie du Québec se préoccupent de l'augmentation de cette consommation récréative ou médicale chez les aînés. Il serait sûrement pertinent de les inviter, éventuellement, à venir nous exposer leurs études.

Votre comité sociopolitique, Lucie Boucher, Robert Bélanger et moi, planifions actuellement le déjeuner-causerie du mois de février. Lorsque le thème et l'invité seront confirmés, nous vous aviserons.



## Assurances

Cette année, une hausse importante de **l'utilisation des garanties** du régime par l'ensemble des assurés a contribué à une augmentation significative des primes en assurance maladie, soit environ 12%.

De plus le CA d'ASSUREQ a convenu de bonifier le régime par l'amélioration du remboursement de la garantie « **Appareils auditifs** ». Ainsi, le montant maximal remboursé pour cette garantie passe de 560\$/48 mois par personne assurée à **750\$/48** mois par personne assurée.

Les primes mensuelles ASSUREQ applicables au 1<sup>er</sup> janvier 2020

STATUT DE PROTECTION	PRIME 2020
----------------------	------------

ASSURANCE MALADIE		
	SANTÉ	SANTÉ PLUS
Individuel	25.69 \$	47.80 \$
Monoparental	30.96 \$	57.13 \$
Familial	49.12\$	89.28 \$

En assurance-vie la variation est très **faible**

ASSURANCE VIE			
	CHOIX 1	CHOIX 2	CHOIX 3
Individuel	15.30 \$	33.60 \$	51.90 \$
Familial	24.92 \$	43.22 \$	61.52 \$

Notes : La taxe de vente provinciale de 9 % doit être ajoutée à ces taux de primes.

**Luce Reid****ON L'APPELAIT MADAME LA PRÉSIDENTE**

Nicole Caron et moi rencontrons aujourd'hui Luce Reid. Conjointe de Raymond Forget (ex-président de l'AREQ secteur Haut-Richelieu), plusieurs membres l'appelaient Madame la Présidente pour la taquiner. Comme elle le dit elle-même, elle allait prêter main forte partout où Raymond avait besoin de quelqu'un. Elle s'est impliquée dans notre association à divers titres : travailler durant la fin de semaine des futurs retraités, ramasser les billets à l'entrée lors des activités, diriger le bulletin Le Trait d'Union, etc.. Aujourd'hui encore, elle s'occupe du site web et le met à jour chaque semaine. Elle continue d'organiser avec des collègues la journée Jeux et Chansons. Elle accepte aussi d'être la photographe lors des événements du secteur.

Elle est née en 1945. Elle habite toujours sur la terre familiale où, petite, sa mission était de traire trois vaches avant d'aller à l'école. Jeune, elle était **sportive**. Elle jouait au hockey et elle a organisé la balle-molle à son École Normale. Même devenue maman, elle a continué de pratiquer des sports. Pas de problème, on met le bébé dans le carrosse derrière le marbre. Elle est aussi une amante de la **nature**. La pêche et le camping font partie de son mode de vie. Chaque année elle louait un chalet de la SEPAQ pour sa famille. Je la cite : « On se privait d'électricité, de radio etc. pour retrouver l'essentiel, la nature, la présence de l'autre, la débrouillardise. »



Au secondaire, elle découvre sa vocation d'enseignante. Elle explique avec facilité les concepts **mathématiques** aux autres élèves de sa classe. Son brevet A en poche, elle débute sa carrière en 1964. C'est en 1968, à sa majorité, elle **se marie**. De cette union naissent quatre enfants dont elle est très fière. Autres temps, autres mœurs : cela entraînera une pause du marché du travail. À cette époque, on ne reconnaissait pas les femmes à leur juste valeur. De plus, la parité salariale n'était pas au rendez-vous. Elle profitera de cette période pour obtenir son baccalauréat.

Son diplôme universitaire facilitera son retour dans le monde de **l'enseignement**. Après de nombreuses années de suppléances (on n'engageait plus en 1983), à Marieville, à Saint-Jean, à Farnham, elle obtiendra un poste en mathématiques en 1990, à l'école secondaire Beaulieu de Saint-Jean. Selon ses propres dires : « À l'école, on réquisitionnait ma plume pour composer des adresses originales ou organiser des fêtes. » Elle transportait de manière bénévole des jeunes à des tournois dans différentes villes de la région. Elle nous parle d'un bon souvenir ; « Au 50<sup>e</sup> anniversaire du syndicat des professeurs, on a joué une pièce créée par Réal Fortin : *Un métier de première classe*. J'y ai participé, dans le rôle de la vieille maitresse d'école qui allait prendre sa retraite, qui comptait ses jours avant la liberté...

Au moment de sa retraite en 2005, la passion pour son métier ne s'était pas éteinte, mais le temps était venu. Elle en profite pour apprendre **l'accordéon**. Maintenant, elle fait profiter les participants de l'activité Jeux et Chansons de ses talents musicaux. Elle a accompagné les élèves de sa fille dans un petit spectacle. Elle organise toujours les fêtes des Reid (une en hiver, l'autre en été). L'événement regroupe souvent près de 150 personnes. À ce jour, elle continue d'être attentive aux autres. Cela se traduit par son implication et son dévouement à différents moments : animatrice de chant pour sa paroisse, organiste et chef de chorale à Saint-Blaise, accompagnatrice à l'accordéon pour sa sœur et une amie qui chantaient dans des maisons de personnes âgées. De plus, elle prend le temps d'expliquer les rudiments de l'ordinateur à un ami. Elle considère qu'elle le lui doit, car il lui a appris de bons trucs au golf. Lors d'un voyage à Blanc-Sablon, elle a joué de l'accordéon et animé deux soirées. Elle concocte des projets de spectacles pour les résidences ou centres de personnes âgées.



Cette année, elle a appris à être une infirmière auxiliaire pour soigner à la maison son mari atteint d'un cancer. Cela a évité une convalescence d'un mois dans un centre, après son opération.

J'ai bien aimé cette pensée qu'elle nous partage : « Cherche le meilleur dans tout ce que tu fais. »

P.-S. J'ai oublié de vous parler de son sens de l'humour légendaire. Quand vous la rencontrerez, vous en serez témoins.



Jeux et Musique *formule renouvelée*

Salle des Chevaliers de Colomb,

40 rue Frontenac St-Jean

Jeudi, 23 janvier 9h à 12h

Accueil musical 8h30

**EXPÉRIENCE DE JEUX UNIQUE AVEC VOS AMIS!**

Parfait pour les groupes d'amis qui veulent une activité sociale très divertissante. Pendant le party de jeu, ça bouge! Les animateurs vous proposent les jeux de party les plus appréciés du Randolph qui permettent à tout le monde de jouer ensemble.

- Jeux en groupe
- Grands jeux qui permettent à tout le monde de jouer ensemble.
- L'animateur explique les jeux à tous les participants en même temps.
- Jeux rassembleurs, parfois conçus sur mesure et îlots de jeux géants.

**NOMBRE DE PARTICIPANTS : 25**

**DURÉE : 3 HEURES**

**COÛT : 5\$**

**INSCRIPTION : AUPRÈS DE LUCE REID (450) 347-0588**

[lucereid007@gmail.com](mailto:lucereid007@gmail.com)





## AREQ Haut-Richelieu

### À inscrire à votre agenda

Jeudi, 23 janvier 2020	Jeux & musique - formule renouvelée – de 9h à 12h - Salle des Chevaliers de Colomb (Centre des Œuvres), 40 rue Frontenac, St-Jean – accueil 8h30 –
Jeudi, 6 février 2020	Déjeuner-conférence organisée par le comité sociopolitique – thème : à confirmer - Resto Pedro, St-Jean – accueil 8h – conférence : 9h
Mardi, 11 février 2020	2 <sup>e</sup> rencontre régionale - délégation du Congrès - Salon Volta, 30 rue des Frère-Lumière, Boucherville – inscription 9h – début 9h30 – dîner sur place
Vendredi, 14 février 2020	Dîner de la Saint-Valentin – réseau AREQ - accueil 11h – dîner 12h – musique Quality Hotel Centre des Congrès, St-Jean
Mardi, 17 mars 2020	Dîner à l'érablière – réseau AREQ – accueil 11h – dîner 12h - Au Palais Sucré, 864 rang Chartier, Mont St-Grégoire
Mardi, 31 mars 2020	Déjeuner de la relève – nouvelles personnes retraitées – sur invitation personnelle de l'AREQ Haut-Richelieu – accueil 8h - endroit à confirmer
Lundi, 13 avril 2020	Film dans le cadre de la Semaine de la terre : Odyssée sous les glaces – 2 représentations - Théâtre des 2 Rives, St-Jean
Jeudi, 16 avril 2020	Assemblée générale sectorielle – accueil 9h – début 9h30 – dîner 12h30 Quality Hotel Centre des Congrès, St-Jean
Vendredi, 24 avril 2020	Assemblée générale FLG – Syndicat de Champlain, St-Hubert
Dimanche, 26 avril 2020	8 <sup>e</sup> Marche de la terre – 4 <sup>e</sup> Expo Éco – Place du marché, St-Jean
Vendredi, 1 mai 2020	Fête et dîner des bénévoles– sur invitation personnelle de l'AREQ – accueil 11h – dîner 12h - Auberge Le National, St-Jean
Mardi, 5 mai 2020	Assemblée générale régionale – Hôtel de la Rive, 165 chemin Ste-Anne, Sorel-Tracy – billets en vente en mars auprès de Nicole Caron, trésorière et lors des activités – accueil 9h – début 9h30 – dîner 12h30
Jeudi, 14 mai 2020	Déjeuner jasette – accueil 8h - Resto Pedro, St-Jean
Mardi, 19 mai 2020	3 <sup>e</sup> rencontre régionale – délégation du Congrès – endroit et horaire à confirmer
Lundi 1 juin au jeudi 4 juin 2020	Congrès de l'AREQ - Lévis
Jeudi, 4 juin 2020	Journée golf AREQ – St-Césaire

## CONVOCACTION À L'ASSEMBLÉE GÉNÉRALE SECTORIELLE

### AREQ – HAUT-RICHELIEU

2019 - 2020

DATE : Jeudi 16 avril 2020

ENDROIT : Quality Hotel Centre des Congrès, 725 Séminaire N, Saint-Jean

ACCUEIL : 9h

DÉBUT : 9h30

DÎNER : 12h30

- ▶ L'ordre du jour vous sera acheminé dans le prochain bulletin.
- ▶ Il y aura un réseau de communications pour les inscriptions.



## CONVOCACTION À L'ASSEMBLÉE GÉNÉRALE RÉGIONALE

### AREQ – MONTÉRÉGIE

2019 - 2020

DATE : Mardi 5 mai 2020

ENDROIT : Hôtel de la Rive, 165 Chemin Ste-Anne, Sorel-Tracy

ACCUEIL : 9h

DÉBUT : 9h30

DÎNER : 12h30

- ▶ Les informations vous seront communiquées dans le prochain bulletin.



## SOUVENIRS d'automne...

Rentrée de l'AREQ



Journée internationale des personnes âgées



Conférence Zéro déchet



## La Rentrée et l'Accueil des nouvelles personnes retraitées 2018- 2019

Jeudi le 22 août dernier, à La Goudrelle au Mont-Saint-Grégoire, avait lieu la rencontre des anciens et des nouveaux retraités devant un bon repas et dans une ambiance chaleureuse pour un retour sur nos vacances estivales.

Nous étions environ 130 personnes pour accueillir 20 nouveaux retraités à cette première activité de l'année.

### Voici la liste des nouvelles personnes retraitées de 2018-2019 :

Lyne Beaudette, Sylvie Benjamin, Bernard Bessette, Renaud Bisson, Thérèse Blais, Marie Bourgea, Céline Bourgeois, Francine Boyer, Martine Bouthillier, Michel Brosseau, Myriam Chabot, Lise Charbonneau, Vincent Conventini, Pierre Cormier, Maryse Côté, Yvon Desmarais, Sylvie Desranleau, Nicole Dextraze, Yves Gauthier, Francine Guay, Suzanne Laniel, Julie Lasnier, Léon-Maurice Lavoie, Lise Leclair, Claudine Le Tallec, Sylvie Léger, Carole Lorrain, Daniel Maheux, Marie-Claude Mercier, Catherine Paradis, Jean-Clément Parent, Charles Perrier, Hélène Pilote, Lyne Poitras, Guy Puthomme, Nancy Rocas, Josée Rondeau, Martine Sédillot, Hélène Simard, Marie St-Germain, Ginette Tougas, Marianne Van Rossum, Benoit Véronneau et Sylvie Villeneuve.

Nous souhaitons à tous une retraite bien méritée avec des projets enrichissants et des moments heureux avec famille et amis.

C'est avec plaisir que nous vous accueillerons lors de nos activités; n'hésitez pas à nous contacter

si vous avez besoin d'informations.

Visitez aussi notre site internet pour

en savoir plus : <http://haut-richelieu.areq.lacsq.org/>

### Bonne retraite!

Michel Lord  
et  
Nicole Caron



Vous avez raté ou assisté à la journée mode de vie zéro déchet du 23 octobre, organisée par Richard Gouin responsable EDD AREQ Montérégie? Voici des liens proposés par les conférenciers.



**Cindy Trottier/ conférencière & rédactrice**

<https://www.tendanceradis.com/>

<https://www.facebook.com/tendanceradis/>

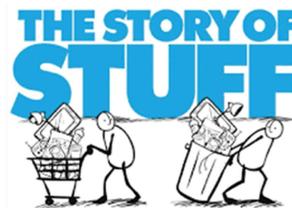
<https://www.youtube.com/c/tendanceradis>

<https://www.pinterest.ca/tendanceradis/?autologin=true>

[https://www.instagram.com/tendance\\_radis/?hl=fr-ca](https://www.instagram.com/tendance_radis/?hl=fr-ca)

**Fondatrice & gestionnaire**

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



<https://www.dailymotion.com/video/xkg9ds>

**Éric Ménard, M. Env. IMEDD**

Expert et leader en lutte au gaspillage alimentaire et en consommation éthico-responsable

Conférencier, blogueur et chercheur indépendant

Fondateur et coordonnateur du [RÉGAL - Réseau contre le gaspillage alimentaire](#)

FB : [Tu vas pas jeter ça?](#) | [www.tuvaspasjeterca.com](http://www.tuvaspasjeterca.com)

Livre "1,2,3 vies – Recettes zéro gaspi", par Florence-Léa Siry, experte en cuisine zéro gaspillage / <https://chicfrigosansfric.com/>

Livre "Mieux conserver ses aliments pour moins gaspiller", par Anne-Marie Desbiens, La Foodie scientifique / <http://lafoodiescientifique.com/>

Livres de cuisine végétane de La cuisine de Jean-Philippe

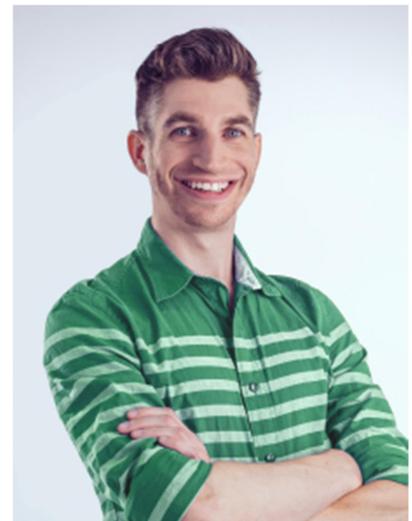
: <https://www.lacuisinedejeanphilippe.com/livre-recettes-vegan/>

Sauve ta bouffe : [www.sauvetabouffe.org](http://www.sauvetabouffe.org)

Tu vas pas jeter ça? - par Éric l'Enverdeur

: [www.tuvaspasjeterca.com](http://www.tuvaspasjeterca.com) et <http://www.facebook.com/tuvaspasjeterca>

RÉGAL - Réseau contre le gaspillage alimentaire : <https://regal.quebec>



## SIMON BÉRUBÉ, HOMME DE L'ANNÉE 2019

Je veux rendre hommage aujourd'hui à une personne impliquée dans son voisinage, auprès de sa famille, de ses copains, des jeunes et outre-frontière.



Il a enseigné les mathématiques à l'école Dr-Alexis-Bouthillier pendant une trentaine d'années. Il était apprécié des élèves et des confrères de travail, auxquels il apportait souvent de l'aide. Et toujours dans la bonne humeur.

Il apprécie le jardinage. Il n'a pas un petit jardin. Il a un super potager, ce qu'on pourrait considérer comme un jardin communautaire. Pourquoi? Parce qu'il en fait profiter ses voisins, ses amis et sa famille!

Simon est un bon sportif. Je l'ai rencontré pour la première fois à Myrtle Beach, lors d'une semaine de golf avec des copains. J'ai pu y apprécier sa technique incomparable pour ses coups de départ et d'allée : viser à 45° à droite pour atteindre le centre! Il est aussi un bon joueur de quilles et c'était aussi un joueur de hockey impressionnant et un bon skieur. Il adore toujours la pêche.

Il est tellement un grand amateur de Gymkhana (compétition de chevaux où l'on apprécie leur adresse et celle de leur cavalier) que pendant une quinzaine d'années, avec son copain Robert Choquette, il a donné bénévolement du temps pour l'installation et la désinstallation des éléments (eau, électricité, clôtures) du site de compétition Western de Sainte-Brigide. Son dévouement s'affiche pour une communauté!

Je le soupçonne d'être allé une vingtaine de fois à Haïti pour rompre avec la froidure du Québec. Je dois reconnaître cependant, après en avoir parlé avec lui, que c'était une autre preuve de sa grande générosité. J'ai constaté son grand dévouement pour ces gens souvent très démunis auxquels il a apporté sa contribution en collaborant à des travaux d'aménagement de puits, de réservoirs, d'aqueducs et d'un potager servant à nourrir les élèves d'une école de Torbeck. Il se désolait que les travaux étaient parfois à reprendre, mais il continuait toujours à se déclarer : présent!

Soucieux du bien-être de sa famille (Bruno, Normand, France), il a consacré beaucoup de temps pour son épouse Denise, atteinte d'Alzheimer pendant plus de 4 ans. Pour l'aider d'avantage, Il a suivi une formation pour mieux s'en occuper. Tous les jours, pour le dîner ou le souper, même si elle ne le reconnaissait plus, il l'aidait à manger ainsi que sa voisine de table.

Malgré certains passages malheureux de la vie, Simon a toujours su conserver son sourire et sa bonne humeur. Mais le plus important... sa grande générosité pour les autres!

Jacques Meunier

# TIRAGE



La Fondation Laure-Gaudreault a pour mission d'aider :

- ✓ les personnes retraitées dans le besoin;
- ✓ la recherche médicale sur les maladies qui frappent les personnes âgées;
- ✓ des œuvres de jeunesse ou des jeunes dans le besoin.

1 billet 5 \$ | 5 billets 20 \$

Date du tirage : 3 juin 2020, Centre de congrès et d'expositions de Lévis

## GRANDS PRIX

5 000 \$



5 000 \$



## PLUSIEURS AUTRES PRIX

1 000 \$



1 000 \$



1 000 \$



500 \$

Robert Gaulin  
Président FLG

500 \$



10 prix  
de 200 \$



120 \$  
(abonnement 3 mois)



Si non réclamé, retourner à :

AREQ, Haut-Richelieu  
198 Principale,  
Bedford, Qc  
J0J 1A0



Le 18 décembre, une sortie est organisée au salon des métiers d'art à Montréal.

**Coût** : 5\$ pour les non-membres (transport) – membres : transport gratuit – minimum requis : 20 personnes. De plus, l'entrée au salon est gratuite. Vous n'aurez à payer que votre dîner.

**Réservation** : 450-346-4855 Lucie Boucher (Date limite pour réserver : 10 décembre)

**Départ** : 10h00. L'autobus sera garé derrière « Home dépôt » à St-Jean-sur-Richelieu

**Retour** : L'autobus part de Montréal à 15h00

Merci au SEHR pour sa participation  
à la publication de ce bulletin



Syndicat de l'enseignement  
du Haut-Richelieu (CSQ)

