

# LE TRAIT D'UNION

60 000 MEMBRES  
60<sup>e</sup>  
1961-2021

AREQ  
CSQ

Bulletin sectoriel d'information

Secteur Haut-Richelieu, Région Montérégie

Volume 34, numéro 1 – Décembre 2021

**PRESQUE DEUX ANS QU'ON L'ATTENDAIT ! ENFIN ! NOUS  
L'AURONS CETTE BELLE RENCONTRE DE NOËL POUR LES MEMBRES  
DE L'AREQ DU HAUT-RICHELIEU.**



*souper de Noël*

**JEUDI 16 DÉCEMBRE  
AU FORT ST-JEAN**

**SOUPER DE NOËL  
30\$ MEMBRES  
35\$ NON-MEMBRES  
POUR LES INSCRIPTIONS:  
IL Y AURA RÉSEAU TÉLÉPHONIQUE ET  
COURRIEL**



AREQ  
Haut-Richelieu CSQ

Les idées et les opinions exprimées dans les chroniques et les textes publiés dans LE TRAIT D'UNION n'engagent que les personnes qui les ont rédigés.

## 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

Renée Dallaire – 450-248-0913 r-dallaire@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

Viviane Paiement, Richard Gouin, Michel Roy

### Collaboration à la rédaction

Renée Dallaire, Manon Besner, Richard Gouin, Jacinthe Côté, Francine St-Denis, Robert Godin, Luce Reid, Nicole Caron, Viviane Paiement, Huguette Massé

## Conseil sectoriel

Richard Gouin, président 514 714-2018  
[richard.gouin@hotmail.com](mailto:richard.gouin@hotmail.com)

Michel Lord, 1<sup>er</sup> vice-président 450 523-1145  
[MLord3901@gmail.com](mailto:MLord3901@gmail.com)

Michel Roy, 2<sup>e</sup> vice-présidence 450 708-5554  
[Michelroy28@outlook.com](mailto:Michelroy28@outlook.com)

Francine St-Denis, secrétaire 514 730-3555  
[stdenisf@videotron.ca](mailto:stdenisf@videotron.ca)

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

1<sup>ère</sup> personne conseillère vacant

2<sup>e</sup> personne conseillère vacant

## Dans votre numéro de mars

### Les chroniques

- Mot du président sectoriel P. 3
- Mot de la présidente régionale P. 4
- Culture P. 6
- Environnement P. 7
- Nécrologie P. 8
- Retraite et assurances P. 9
- Portrait autorisé P. 10-11
- Condition des femmes P. 12
- Sociopolitique P. 13

### Articles d'intérêt

- Recherche-action sur la relève P. 5
- Cours de peinture P. 5
- Fondation Laure-Gaudreault P. 8
- La retraite-Vers un printemps P. 14
- Accueil des retraités 2021 P. 15
- Invitation journée int. des femmes P. 16
- Concours de réalisation d'une affiche P. 16
- Convocation AGS et AGR P. 17
- Coordonnées de NOVUM P. 17
- Téléphones et informations utiles P. 18
- Site Web et info-lettres P. 19
- Commémoration des défunts nov. 2021 P. 19
- Journée internationale des aînés P. 20



Nous avons enfin débuté les rencontres avec nos membres en présentiel.

Le 5 novembre a eu lieu la commémoration pour les défunts des deux dernières années. Le Conseil sectoriel s'était donné comme mot d'ordre de prendre soin de nos membres présents par la remise d'une fleur à tous. Une petite délicatesse envers des personnes endeuillées. C'était ma première présence en tant que président. La dernière fois où des membres participaient, c'était à la Saint-Valentin 2020! Quel beau moment distancé mais réel!

Nous avons rencontré les nouvelles personnes retraitées, vous pourrez lire un résumé de la rencontre dans ce bulletin. J'ai participé à mon premier conseil national à Québec du 25 au 28 octobre dernier. J'ai adoré l'expérience car même s'il y avait beaucoup d'informations sur les différents dossiers, les points étaient apportés de façon dynamique. Il y a un vent de fraîcheur à l'AREQ nationale! Les dossiers vous seront transmis au fur et à mesure durant l'année. Il y aussi un aspect que je trouve très motivant, c'est d'être remercié et félicité du travail fait par les conseils sectoriels. Nous tous qui avons travaillé, savons que l'employeur était souvent avare de compliment.

C'est maintenant officiel, nous aurons un souper de Noël en présentiel. Vous trouverez dans ce bulletin, la date, le lieu, le coût et les informations pour les inscriptions. Au moment où vous lirez ce texte, les inscriptions auront débuté.

**Nous tenons à vous rappeler la nécessité d'avoir votre passeport vaccinal pour participer aux activités ou aux rencontres de l'AREQ du Haut-Richelieu.**

Nous travaillons à organiser le dîner de la Saint-Valentin et de la cabane à sucre. Il est impossible de vous donner plus d'informations car les restaurants et les salles de réception ont vécu difficilement la pandémie. Nos endroits habituels sont en réorganisation ou ont tout simplement fermé. Beaucoup de lieux ne peuvent confirmer les prix des activités qui se tiendront dans 3 ou 4 mois. Nous sommes encore loin de la normalité!

Un membre s'est joint au Conseil sectoriel: Michel Roy revient au poste de 2<sup>e</sup> vice-président. Un ajout appréciable et apprécié. Votre conseil s'est réuni deux fois en présentiel et deux autres fois en virtuel.

Pour terminer, nous vous invitons à participer au souper de Noël. Soyez sans crainte, les mesures sanitaires seront respectées. Si conduire le soir est pour vous une source d'inquiétude, faites alors plaisir à la planète et organisez du covoiturage tout en respectant les règles sanitaires.

À l'avance, je vous souhaite de belles fêtes auprès de vos proches. Prenez soin de vous.



**C'est reparti!**

La pandémie n'est pas complètement derrière nous et les élus ont repris le collier pour planifier des activités en présentiel pour l'année en cours. Certains secteurs ont pu organiser une activité d'accueil et quelques événements à l'automne; par contre, d'autres se sont butés à des portes closes et à des mesures sanitaires plus restrictives. Malgré les embûches, la vie des secteurs reprend graduellement et le plaisir de se retrouver et de fraterniser est toujours au rendez-vous.

**Plan d'action 2021-2023**

Le conseil national d'octobre a permis d'adopter le plan d'action du prochain biennat. Nous y retrouvons 2 axes, 23 orientations et 63 actions : beaucoup de travail en perspective. La région et les secteurs devront privilégier les actions qui correspondent à leur milieu. Il faudra un travail d'équipe et de la collaboration pour réaliser les actions choisies et tout ça, avant le Congrès de 2023.

**La relève**

Un grand défi nous attend : la relève. L'AREQ a entrepris une recherche-action sur ce sujet afin de rencontrer des membres de tous les secteurs de la province. Un comité consulte les personnes engagées et non-engagées pour connaître leurs besoins et par la suite produire des guides pour susciter la participation.

**Cap sur la dignité**

L'AREQ a entrepris une campagne de sensibilisation sur les conditions de vie des aînés. Dans une première étape, une publicité a été télédiffusée en septembre et en octobre avec Marie-Chantal Perron comme ambassadrice. Lors d'une deuxième étape, les députés seront rencontrés pour les inviter à agir concernant le sort réservé aux aînés. Enfin une action est prévue avant la campagne électorale provinciale de l'automne prochain afin de faire valoir nos besoins auprès des futur(e)s candidat(e)s. Pour plus d'informations sur la campagne Cap sur la dignité, je vous invite à consulter le site [www.capsurladignite.org](http://www.capsurladignite.org).

**Autres dossiers**

En plus des dossiers cités précédemment, l'AREQ fait toujours partie de la Coalition pour la dignité des aînés et travaille avec d'autres associations d'aînés pour obtenir la tenue d'États généraux sur les conditions de vie des aînés.

L'AREQ a déposé un mémoire à la Commission sur l'évolution de la Loi concernant les soins de fin de vie. À la suite d'un sondage réalisé auprès de nos membres, 94 % des répondants s'étaient prononcés en faveur des demandes anticipées d'aide médicale à mourir pour les personnes atteintes de maladies dégénératives. Nous avons soumis des recommandations et attendons le rapport de la commission.

L'AREQ continue sa participation à la Tribune des retraités 2.0. On souhaite rencontrer Sonia Lebel, la présidente du Conseil du Trésor et lors des rencontres du comité, on revient sur les pistes de solutions élaborées avant que la Tribune ne devienne permanente.

Au cours de la dernière année, l'AREQ s'est impliquée dans le projet *Liratoutâge*. On a mis en place les outils pour permettre la lecture dans les résidences de personnes âgées et les CHSLD. Il faut maintenant diffuser le projet à travers toute la province.

Enfin, tous les sujets concernant les différents comités (environnement, retraite, sociopolitique, assurances, femmes, hommes) sont abordés, discutés et acheminés dans les régions et les secteurs.

Comme vous le constatez, le travail ne manque pas. L'AREQ reste toujours vigilante pour répondre aux besoins de ses membres et défendre les droits des aînés.

*Manon Besner, Présidente régionale.*

## **Recherche-Action sur la relève et la participation sociale**

Les travaux du comité se continuent toujours en visant les mêmes objectifs : intéresser nos membres à notre organisation et à la relève dans nos milieux. Nous cherchons des solutions et des moyens pour y arriver mais avant tout, il faut bien cerner les problèmes. Voilà le début de l'action.

En décembre, l'ensemble des régions de l'AREQ aura été rencontré : un avant-midi partagé avec des gens déjà engagés et l'après-midi avec des personnes non impliquées à l'AREQ et aussi des nouveaux membres. Un rapport sera produit par la suite.

De plus, un sondage à large échantillon de nouveaux membres (5 ans et moins) sera produit en novembre.

Pour votre information, voici les membres du comité : Micheline Germain-Saucier, CA et responsable politique, Michelle Breton région 03, Claude Poudrier région 04, Jean Falardeau région 06, Micheline Tremblay région 08, Renée Dallaire région 09. Nos personnes-ressources : Laurier Caron conseiller et Lucie Archambault, secrétaire.

C'est à suivre !

Renée Dallaire, membre du comité

---



## **LA VIE DE NOUVEAU EN COULEURS**

L'artiste peintre-enseignante Jacqueline Bélanger offre à nouveau des cours de peinture.

En effet, les cours de création et d'application de différentes techniques d'encre sur papier sont offerts à partir de Janvier 2022.

Nuances de couleurs, transparence, aplat... peu importe votre niveau d'habileté artistique, venez vivre dangereusement. Ce cours s'adresse à tout le monde!

La formation se donne sur 6 vendredis, aux 2 semaines.

Calendrier : 14-28 janvier, 11-25 février, 11-25 mars

Endroit : SEHR, 670 Séminaire Nord, Saint-Jean-sur-Richelieu

Groupe : MAX 7 personnes (preuves vaccinales demandées, les règles sanitaires s'appliquent)

COÛT : 150\$, matériel inclus. Payable par chèque à l'ordre de l'AREQ du Haut-Richelieu.

Pour information : Jacqueline Bélanger tél : 450-708-5554

Courriel : [bjacquelinem11@gmail.com](mailto:bjacquelinem11@gmail.com)



## Des croque-livres à découvrir dans notre région

Un article du journaliste Sylvain Sarrazin, publié le 23 août dernier, intitulé *Trésors de croque-livres*, m'a inspirée. Ma curiosité piquée, j'en ai profité pour marcher et partir à la découverte des trouvailles contenues dans les boîtes de livres à partager de notre région. Pour les repérer, j'ai d'abord consulté le site web **croquelivres.ca**. On y apprend comment cette initiative est née, en 2014, grâce à la Fondation Lucie et André Chagnon, afin que les communautés s'engagent à promouvoir le plaisir de la lecture. Autant des institutions, des CPE, des entreprises que des individus prennent en charge ces croque-livres. Un onglet donne accès à une fenêtre de recherche pour trouver les emplacements, simplement en entrant un code postal ou le nom d'une ville.

On dénombre quinze croque-livres à Saint-Jean-sur-Richelieu et entre un à six dans les municipalités suivantes : Lacolle (2), Richelieu (6), Henryville (3), Mont-Saint-Grégoire (2), Saint-Alexandre (2), Saint-Blaise (1), Saint-Sébastien (1), Saint-Valentin (1), Venise-en-Québec (1), Saint-Paul-d'Abbotsford (4), Sainte-Angèle-de-Monnoir (3) et Sainte-Anne-de-Sabrevois.(1).



À la fin de l'été, j'ai visité une dizaine de boîtes. J'ai élaboré mes circuits de randonnée par quartier. En raison de la pandémie, certaines avaient été vidées ou encore fermées à clé. D'autres, par contre, ont révélé un contenu varié et intéressant. Parmi les titres destinés plus aux adultes, aux côtés d'albums et de romans pour la jeunesse, voici ceux qui ont retenu mon attention, m'ont surprise ou encore m'ont fait sourire : l'autobiographie *Attendez que je me rappelle* de René Lévesque, beaucoup d'exemplaires de la collection *Harlequin*, le guide *Parents futés!*, des ouvrages spécialisés en littérature sur Victor Hugo et Proust, des documents en anglais.

Comme on peut le constater, les gens y déposent un peu de tout et pas nécessairement des livres pour enfants. Il faut donc voir les boîtes de livres à partager comme un arrêt à effectuer en famille. D'ailleurs, j'encourage les gens à faire un détour vers ces boîtes, en compagnie de leurs enfants, pour échanger des bouquins, et, surtout, pour y trouver de petits trésors.



### UN DE NOS MEMBRES PUBLIE...

RÉAL FORTIN, membre de l'AREQ du Haut-Richelieu et historien, signe *Histoire des îles du Richelieu*. Vous avez vu passer ces informations dans le Canada Français, sur l'infolettre de l'AREQ, sur le site web.

Le dernier ouvrage de Réal relate des faits historiques et des anecdotes concernant les 28 îles de notre célèbre rivière. Une source incroyable d'informations à lire absolument!

Un grand MERCI à toi, Réal.



## Éloge aux friperies

En ce temps de la COP 26, nous demandons aux dirigeants du monde de faire des efforts pour diminuer les GES (gaz à effet de serre). Une **COP est** une grande conférence internationale sur le climat **qui** réunit les États engagés depuis 1992 par la Convention-cadre des Nations unies sur les changements climatiques (CCNUCC). **COP** signifie «Conference of parties», les «parties» étant les signataires de la Convention (195 pays + l'Union européenne). Nous savons tous que les changements viennent rarement du haut de la pyramide. C'est donc à nous comme citoyens de changer quotidiennement des comportements. Dans le cadre de la semaine de réduction des déchets, on nous donne des conseils pour les réduire à la source.

*Ce n'est plus un secret pour personne, l'industrie textile est aujourd'hui la deuxième plus polluante derrière celle des transports aériens et maritimes. De l'extraction des matières premières nécessaires à la production jusqu'au site d'enfouissement, ce sont 1,2 milliard de tonnes de CO2 qui sont rejetés dans l'atmosphère.*

*Pour nous qui consommons tous les jours les produits de cette industrie, il importe de nous responsabiliser quant à nos choix et de questionner les alternatives qui existent pour combattre les effets polluants de cette industrie.*

*Bien évidemment, la première solution à laquelle on pourrait penser serait déjà de réduire tout simplement notre consommation de textiles. Et pour ce faire, plusieurs options s'offrent à nous. Nous pouvons déjà tenter de **REPENSER** nos besoins, **REFUSER** les achats inutiles et **RÉUTILISER** au maximum nos matériaux textiles.*

*Texte tiré du dossier <https://sgrd.org/mode-et-textiles/> Très intéressant avec des vidéos et autres informations à consulter.*

Je vais donc vous faire l'éloge des friperies. Je sais qu'il y a des années, aller dans une friperie était associé à la pauvreté, mais maintenant c'est un signe moderne de freiner la surconsommation. Je pourrais vous dire que, à la suite de l'arrivée de notre petit-fils il y a 9 mois, nous l'avons habillé et équipé de vêtements et jouets pour une infime fraction du prix réel. Combien d'argent avons-nous dépensé pour nos 3 enfants il y a de cela 30 ans! Nous trouvons régulièrement par exemple des chandails et pantalons de marque à 1\$. C'est imbattable et c'est souvent peu ou pas usé. Chaque ville ou communauté possède une friperie qui fait partie du Centre d'Action Bénévole. Comme les profits aident à subventionner d'autres programmes dans la communauté, nous faisons d'une pierre deux coups.

Je vous parle de vêtements d'enfants ou d'adultes mais il n'y a pas que cela; on y trouve de tout : des articles de cuisine, des jeux, des casse-têtes, des livres.... Allez faire votre tour avant d'acheter vos cadeaux de Noël, vous serez agréablement surpris.

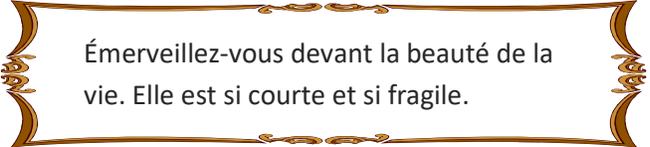
Centre d'Action Bénévole d'Iberville Et De La Région : 290 Av. des Conseillers, Saint-Jean-sur-Richelieu  
Centre de Partage communautaire Johannais Inc : 280 Rue Mercier, Saint-Jean-sur-Richelieu



Nos condoléances... aux familles, amies et amis

Membres

- † Margot Levasseur
- † Hélène Boudreau, épouse de Germain Lussier
- † Jacques Cloutier
- † Chantal Guimont
- † Claire Laurin-Deneault
- † Pierrette Rondeau-England



Émerveillez-vous devant la beauté de la vie. Elle est si courte et si fragile.

Non-membres

- † Marcel Girard, époux de Nicole Lemieux-Girard
- † Clément Couture, conjoint de Solange Daudelin-Gardiner
- † Rita Samson-Boudriau, sœur de Lucille Samson-Phénix
- † Jacques Bergeron, époux de Pauline Lemieux

Note : Vous êtes au courant du décès d'un membre de l'AREQ, ou d'un de ses proches ?

Communiquez avec Nicole Caron 450 359-4823 ou par courriel [hipponic@videotron.ca](mailto:hipponic@videotron.ca)

---

### FONDATION LAURE-GAUDREULT

Pour réaliser une partie de sa dimension sociale, l'Association des retraitées et retraités de l'éducation et des autres services publics du Québec (AREQ-CSQ) a mis sur pied la Fondation Laure-Gaudreault en 1990. La FLG se fait un devoir de soutenir le plus possible d'organismes dans toutes les régions du Québec, répondant ainsi au désir de ses milliers de membres. C'est une caractéristique importante et permanente de notre Fondation. Chaque année, la Fondation reçoit des centaines de demandes. Tout en ayant une grande ouverture, elle accepte de répondre à des demandes de soutien qui concernent l'un ou l'autre des trois volets de sa mission :

- l'aide aux personnes âgées dans le besoin;
- le soutien aux organismes de recherche ou d'aide qui visent à améliorer la qualité de vie des personnes âgées;
- le soutien aux organismes d'aide aux jeunes ou à des jeunes dans le besoin.

Une invitation vous est lancée pour ouvrir votre cœur à la campagne 2021.

Vous pouvez faire un don par internet à [fondationlg.org](http://fondationlg.org) ou par la poste à

Fondation Laure-Gaudreault, 100-325 Saint-Joseph Québec G1K 9E7

Merci de votre générosité. Huguette Massé, responsable.



---

## ASSURANCE

**Assureq** : lors de la dernière assemblée générale il a été décidé que :

1 – Nouvelle protection relative aux vaccins : notre contrat ajoute un remboursement maximal de 200\$ par année par personne assurée. Cette garantie couvre notamment des vaccins en prévention tel que celui touchant la maladie du zona.

2 – Les primes applicables à compter du 1<sup>er</sup> janvier sont les suivantes :

<b>Régime Assurance maladie</b>			
<b>Prime mensuelle 2022</b>			
Régime d'assurance maladie	Statut de protection		
	Individuel	Monoparental	Familial
Santé	24,26 \$	29,26 \$	46,51 \$
Santé Plus	45,26 \$	54,12 \$	84,67 \$

**Une diminution de la tarification de 5%.** La taxe de vente de 9% doit être ajoutée à ces montants

<b>Régime Assurance vie</b>			
<b>Prime mensuelle 2022</b>			
Type de plan	Choix 1	Choix 2	Choix 3
Individuel	17,10 \$	37,20 \$	57,30 \$
Familial	27,39 \$	47,49 \$	67,59 \$

**Une hausse de la tarification de la prime de 10%.** La taxe de vente de 9% doit être ajoutée à ces montants

### **RAMQ**

La Régie de l'assurance maladie a publié les nouveaux tarifs du régime public d'assurance médicaments applicables du 1er juillet 2021 au 30 juin 2022.

À la pharmacie, les coûts pour la franchise mensuelle et la coassurance restent identiques. Par contre la contribution mensuelle maximale passe de 95.31\$ à 96.74\$.

Prime : il y a une augmentation significative de la prime annuelle qui augmentera de 48\$, atteignant ainsi 710\$ pour l'année. Surveillez vos impôts, c'est là que ça paraîtra.

**Richard Guoin**

Je vais d'abord vous parler des différents chemins qu'il a empruntés avant de devenir enseignant en adaptation scolaire. Après un an et demi au Cégep Rosemont en Marketing, il abandonne ses études temporairement pour être gardien de sécurité à la Vickers. Une expérience de travail d'été comme moniteur dans un parc a préalablement éveillé son intérêt pour travailler auprès des jeunes. Il accepte donc un emploi moins bien rémunéré mais combien plus stimulant dans un centre d'accueil pour garçons 6-12 ans (Auberge-des-4-Vents, à Saint-Donat). Cela confirme son désir d'entrer dans ce domaine. Il s'inscrit en éducation spécialisée au Cégep Marie-Victorin. Son DEC en cours, il obtient une entrevue au Centre Clair-Séjour en 1977. On lui offre un remplacement d'un mois à cet internat dédié à une clientèle de garçons âgés de 6 à 12 ans avec des difficultés de comportement. L'établissement offre une atmosphère familiale autant dans l'architecture que dans l'encadrement. Ce sont de petits regroupements de 12 bénéficiaires entourés d'une équipe stable. En présence, il y a toujours un intervenant masculin et une intervenante féminine et il y a parité sur le plancher entre psychoéducateur et éducateur. La tâche de chacun comprend aussi le parrainage de deux jeunes avec une rencontre hebdomadaire en relation avec la famille. Le personnel est bien entouré, les discussions de cas se tiennent avec des spécialistes dont le réputé professeur d'université Michel Lemay. Peu longtemps après son arrivée, Richard monte un projet innovateur d'unité de fin de semaine.



Une opportunité de devenir enseignant auprès des mêmes groupes s'offre à lui. Il commence sa formation universitaire à temps partiel tout en travaillant à temps plein. Il obtient son baccalauréat en enseignement en adaptation scolaire au bout de huit années. Il connaît des conditions d'exercice très favorables avec douze élèves et deux professeurs en présence. Le contact avec les éducateurs sur place favorise aussi un suivi psychoéducatif efficace. Il prend le rôle de vice-président du syndicat FTQ local 298 avant les premières fusions annoncées. En englobant l'accueil Boyer, Clair-Séjour devient La Clairière.

La gestion académique est confiée à la Commission scolaire de Montréal, à la suite d'une entente avec le Ministère des Affaires sociales. L'organisation scolaire passe d'une formation des classes selon l'âge des enfants versus leur niveau scolaire (primaire 1-2/3-4/5-6). Richard peut toujours élaborer des projets thématiques en mathématiques et en français, ce qu'il aime réaliser avec cette clientèle à besoins particuliers. Il aime se rappeler la construction d'une gondole en carton réalisée dans l'intention de les motiver.



La nouvelle fusion entre La Clairière et Marie-Vincent entraîne des bouleversements majeurs, dont le déménagement à Dominique-Savio. La structure est beaucoup plus lourde. Auparavant il y avait exclusivement des garçons et maintenant cela devient mixte, et s'ajoute le niveau secondaire. Les professeurs proviennent donc de divers milieux et il devient difficile de concilier la diversité de cultures institutionnelles.

On lui propose un nouveau défi durant six mois : ouvrir un service pour les élèves suspendus (gang de rue, etc.). Il faut construire à partir de zéro et trouver les meubles nécessaires. Ensuite c'est un retour à Dominique- Savio, où il se relèvera les manches une autre fois, pour s'installer dans des locaux convertis en classe au deuxième étage près de la salle des machines. Il donne ses cours de français à huit adolescents par le biais de la rédaction du journal de l'école.

Un problème important de santé amène son retrait pendant un an. À son retour, il sent le besoin de changement. Voyager de Sainte-Julie à Montréal, c'est long et fatigant. Il prend un congé sans solde d'un an à la CSDM. En lieu et place, il accepte un remplacement d'un an avec le groupe 56 de cheminement continu à la polyvalente Marcel-Landry. Il juge l'expérience satisfaisante et laisse de côté ses 22 ans d'ancienneté pour continuer sa carrière à Iberville de 1999 à 2014.

Sa priorité demeure de maintenir, chez les élèves, leur goût d'apprendre selon leurs forces et leur rythme, en raison de leurs grands retards d'apprentissage. Il continue à les stimuler avec des activités concrètes comme un combat d'épées en mousse pour illustrer la vie au Moyen-Âge. Après quelques années, il devient responsable de matière au champ 01 (Adaptation scolaire). Au Centre de Formation en Entreprise et Récupération (CFER), un poste se libère. Il s'occupe de l'atelier de bois et du démantèlement de matériel informatique en lien avec le réseau provincial du CFER. Côté académique, la lecture du journal est privilégiée afin d'informer les élèves comme futurs citoyens et consommateurs. Il organise les caravanes CFER (expositions thématiques sur l'eau ou le recyclage) qui sont présentées par ses élèves aux écoliers du primaire. Il met aussi l'accent sur la préparation au marché du travail, comme la présence à l'école, la ponctualité, le respect des gens et des consignes, le travail bien fait. Il profite de ses bonnes relations avec eux pour leur inculquer certains principes de vie. Voici des phrases du discours réaliste qu'il leur tenait :

*« Dans la vie, tu ne sais jamais les chemins que tu vas prendre. Tu ne sais jamais ce que la vie va t'amener. Tu ne sais jamais ce qui va te servir plus tard parmi les choses que tu as apprises. Tu ne sais jamais qui tu peux rencontrer dans la vie et qui peut t'aider par la suite. C'est pour ça que tu dois être honnête et respectueux avec les gens. »*

Ses projets pour l'avenir : maintenir l'équilibre entre l'entraînement (nécessaire pour sa santé), sa vie familiale (comme conjoint, père très fier de ses trois filles et nouvellement grand-père), son implication en environnement (comme citoyen responsable) et EVB (professeurs en exercice et retraités), la présidence de l'AREQ du secteur (en tant qu'engagement bénévole).

Un grand merci à Richard qui nous a fourni du matériel en quantité 😊  
Francine St-Denis, accompagnée de Nicole Caron.



### POURQUOI LE 6 DÉCEMBRE ?

Mais d'abord répondons à ces questions.

*Qu'est-ce que la violence faite aux femmes ?* Ce sont des agressions verbales, physiques, psychologiques pouvant mener jusqu'à la mort d'une femme.

*Quelles sont les femmes les plus à risque d'être victimes de violence ?* On en retrouve dans toutes les classes sociales.

*Quelles sont les causes de la violence faite aux femmes ?* Un conjoint abuseur qui maintient une conjointe dépendante dans une relation toxique qui dégénère.

*Si une femme est victime de violence, pourquoi ne met-elle pas tout simplement fin à la relation ?* La victime vit une dépendance affective ou monétaire qui la garde dans une relation malsaine.

*Pourquoi est-il urgent de combattre la violence faite aux femmes ?* Parce que les féminicides sont en hausse et qu'il y a d'autres importantes répercussions négatives à tous les niveaux (familles, travail, santé).

*Que puis-je faire si je pense qu'une femme est victime de violence ?* Être à l'écoute sans juger, ne pas avoir peur de dénoncer et transmettre les coordonnées des organismes d'aide tel S.O.S. violence conjugale 1-800-363-9010

### **Donc pourquoi le 6 décembre ?**

Parce qu'il faut penser à aider toutes les femmes qui vivent de la violence conjugale.

Parce qu'il faut se souvenir des femmes qui ont été victimes de violence et de celles que nous avons perdues.

Ce pourquoi, il faut maintenir la Journée Internationale de commémoration et d'action contre la violence faite aux femmes.

Comité des femmes : Pierrette Cloutier, Suzane Faucher, Céline Paquin, Francine St-Denis.



## Des rencontres inspirantes

La vie reprend tout doucement ses droits! Nos activités culturelles, sportives et sociales peuvent à nouveau se dérouler dans une relative normalité. Il en est tout autant pour les comités, les conseils d'administration et les tables de concertation où les personnes représentantes de l'AREQ peuvent maintenant participer et collaborer.

La Table de concertation des aînés de la Montérégie ne fait pas exception. Les rencontres en mode « présentiel » ont débuté au début de l'automne. Au cours de la réunion du mois d'octobre, un projet de l'institut national en santé publique du Québec, INSPQ, nous a été présenté: *Promouvoir la santé cognitive chez les 50 ans et plus.*

Certaines rencontres viennent croiser notre parcours, répondre à nos attentes et accélérer nos besoins. Tout comme moi, vous rêvez sûrement de conserver votre autonomie de façon quotidienne jusqu'à la fin de votre vie! J'ai donc sollicité une collaboration spéciale auprès des chargées du projet pour nous partager leurs travaux et nous aider à prendre soin de notre santé cognitive. Nous débutons donc aujourd'hui cette contribution de la part de mesdames Pierrette Gardner et Émilie Tremblay-Rousseau qui ont accepté généreusement de tenir informés les membres de L'AREQ du Haut-Richelieu de leurs démarches.

La direction de santé publique de la Montérégie (DSPu Montérégie) est l'une des quatre directions mandatées pour la mise en place du projet en faveur de la promotion de la santé cognitive des 50 ans et plus. Il est possible de retarder l'apparition des troubles neurocognitifs comme ceux de la maladie d'Alzheimer, de développer et de maintenir ses fonctions mentales (mémoire, jugement, attention, etc.) nécessaires au fonctionnement global et au maintien de l'autonomie. Si le projet vise les 50 ans et plus, c'est parce qu'il est démontré qu'une période de veille précède de 15 à 20 ans les premiers symptômes.

Le but du projet est d'augmenter les connaissances en ce qui concerne la santé cognitive et d'outiller la population pour demeurer autonome et vieillir en santé. Différentes étapes seront à traverser au cours du projet. La première étape vise à identifier ce qui sera utile à mettre de l'avant, les concepts qui favoriseront le maintien ou l'amélioration de la santé cognitive à travers des activités déjà en place.

Les chargées du projet nous invitent, membres de l'AREQ, à suivre les travaux qui seront diffusés par DSPu Québec dans les prochains mois. À suivre.....

Une façon agréable de maintenir ses neurones actifs et en éveil est sûrement de continuer de se former tout au long de la vie. Sans vouloir utiliser le bulletin de l'AREQ pour commanditer l'Université du troisième âge, je me permets de vous partager mon plaisir toujours renouvelé d'être une étudiante avide de parfaire ses connaissances. Depuis le début de ma retraite, l'UTA de Sherbrooke m'a offert des conférences et des cours d'une grande qualité. L'opportunité d'être en relation avec des enseignants qui maîtrisent leur sujet et le partagent avec passion est toujours une source de grande satisfaction. Les cours offerts sont diversifiés et pourront répondre à vos champs d'intérêt. Restez à l'affût, les inscriptions pour la session d'hiver sont pour bientôt!

Je me suis peut-être éloignée du sociopolitique dans cet article, mais disons que le sociopolitique peut en couvrir très large!

Au plaisir.

## La Retraite ... Vers un printemps nouveau !



*Notre existence se vit comme une trame composée d'ères et d'époques, ponctué de débuts, de fins et de transitions. Lorsque le chemin parcouru est plus grand que celui de l'avenir, il est temps d'orienter notre quotidien vers un nouveau projet qui permet à l'esprit de se libérer, voire de s'éveiller, comme s'il s'étirait le corps au sortir d'un long sommeil.*

*Ce rythme inusité invite à reprendre le quotidien selon de nouvelles règles et c'est ainsi que démarre l'ère de la spontanéité, des songeries éveillées et des rendez-vous imprévisibles. Le temps existe alors autrement.*

*Le temps s'ouvre et se dégage, nous offrant l'occasion d'épouser des éros plus fantaisistes et fringants, voire des éros d'aller plus désinvoltes. C'est le début d'une nouvelle époque dans l'espace d'une vie. C'est le moment d'accueillir tous ces petits rêves qui se bousculent dans notre esprit.*

*Le choix de prendre sa retraite se veut sans aucun doute une des décisions parmi les plus importantes de notre vie. Alors, n'est-il pas enfin le temps de devenir maître de son terroir et de s'accorder, à sa guise, au temps qui passe ? Vivre une espèce de renaissance. Même si la retraite est une certaine mise à distance par rapport à notre vie active, il faut se rappeler que jamais ce qui nous compose ne s'absentera de soi. Il persistera, sera conservé en mémoire sous formes de souvenirs réactualisés.*

*La retraite nous invite donc à nous redéfinir autrement, à renaître en usant d'esprit et d'inventivité et faire de cette nouvelle ère, la venue d'un printemps, avec tout ce que cette saison suppose d'éclosions, de merveilles et d'espérances. Alors que ces instants de bonheur s'étalent dans la durée, faisant tenir l'éternité dans les gouttes de rosée.*

*La pandémie a mis un frein à tous ces élans, présents et futurs depuis fort longtemps mais elle nous a permis également de visualiser et imaginer de meilleurs jours, un printemps nouveau se pointer à l'horizon.*

*Au nom des membres de l'AREQ et du conseil sectoriel, nous vous souhaitons une excellente retraite à l'aube de votre « printemps nouveau » et MERCI pour toutes ces années au sein de votre carrière.*

**Michel Lord**

## Accueil des nouvelles personnes retraitées 2021

Vendredi, le 12 novembre 2021, l'AREQ avait, à nouveau, le plaisir d'accueillir les nouvelles personnes retraitées dans une ambiance festive de retrouvailles.

Nous avons donc eu l'occasion de rencontrer 12 de ces nouveaux retraités et de partager des moments agréables avec eux. Michel Lord a lu un texte qu'il a composé pour l'occasion « *La retraite... vers un printemps nouveau* » suivi d'un léger dîner.

Cette année, COVID oblige, nous n'avons pu prendre une photo de groupe.

Voici la liste de tous les retraités de cette année :

Marie-Lyne Barsalou, Joan Bissonnette, Guilaine Boucher, Jocelyne Bourgeault, Josée Brière, Claire Cardinal, Guy Corriveau, Dominique Cyr, Line D'Avignon, Johanne Desranleau, France Dubé, Danielle Gemme, Gerin Gosselin, Jeanne Granger Jochems, Nathalie Grisé, Julie Hébert, Sylvie Jacques, Marie-Hélène Lecourt, Manon Lemieux, France Lemire, Nathalie Marcoux, André Mérineau, Jocelyne Ouimet, Marc Pelletier, François Perron, Louise Reid, Fanny Roy, Marie-Pier Richard, Paul Thibodeau et Chantal Tremblay,

Nous vous souhaitons une retraite remplie de projets intéressants et de beaux moments 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.

Voici des photos-souvenir de cette rencontre.

Michel Lord et Nicole Caron



---

Le comité des femmes du secteur vous invite à une activité le 8 mars 2022 de 13h00 à 16h00.

Nous célébrons la Journée Internationale des Femmes,  
sur le thème ***La pandémie au féminin ... et l'après.***

chez Pasquier, 87 A boul. Saint-Luc, Saint-Jean-sur-Richelieu à la grande salle du deuxième étage.

Il n'y a pas d'inscription, mais le passeport vaccinal et le port du masque pendant les déplacements sont requis.

Et c'est gratuit!

En première partie : Discussion sur le vécu de ***La pandémie au féminin***

En deuxième partie : Conférence portant sur ***l'après*** (la façon de prendre soin de notre santé physique et psychologique)

Pour terminer le tout en beauté, une collation santé vous sera offerte.

Comité des femmes : Pierrette Cloutier, Suzane Faucher, Céline Paquin et Francine St-Denis.

---



Concours proposé aux membres de l'AREQ Haut-Richelieu pour la réalisation d'une affiche portant sur notre thème : ***La pandémie au féminin ... et l'après.***

Règlements :

- Le concours est organisé par l'AREQ Haut-Richelieu pour célébrer le 8 mars 2022, la Journée Internationale des femmes.
- Il est ouvert à tous nos membres et se déroule du 1er décembre 2021 au 15 janvier 2022.
- L'objectif est de réaliser une affiche de 16 x 20 pouces sur le thème choisi par le secteur.
- Ce dernier doit se retrouver en toutes lettres sur l'affiche : La pandémie au féminin ... et l'après.
- L'affiche doit suggérer l'après : Comment prendre soin de notre santé physique et psychologique.
- Les membres doivent faire parvenir la photo de leur œuvre (de grande qualité) au plus tard le 15 janvier 2022 à Francine St-Denis, par courriel : [stdenisf@videotron.ca](mailto:stdenisf@videotron.ca)
- ou par la poste : 167 rue Grenier, Saint-Jean-sur-Richelieu, Qc J2W 1Y8.
- L'envoi de la photo tient lieu d'inscription au concours et doit mentionner le nom de l'artiste ainsi que ses coordonnées.
- Le jury est composé des membres du Comité des femmes AREQ Haut-Richelieu et choisira la personne gagnante le 16 janvier 2022.
- Cette dernière devra fournir l'original avant le 31 janvier 2022 à Francine St-Denis et l'œuvre lui sera remise à la rencontre du 8 mars 2022 avec un prix de 100\$.
- Une seule affiche sera produite et deviendra la propriété de l'AREQ Haut-Richelieu.
- La photo de l'œuvre gagnante ainsi que le nom de l'artiste paraîtront dans le bulletin du secteur, sur le site web et dans une infolettre destinée aux membres. L'artiste pourra inclure ses coordonnées en guise de publicité.

**CONVOCACTION À L'ASSEMBLÉE GÉNÉRALE SECTORIELLE**  
**AREQ – HAUT-RICHELIEU**  
**2021 - 2022**

DATE : Mercredi 20 avril 2022  
ENDROIT : À déterminer  
ACCUEIL : 9h  
DÉBUT : 9h30

► L'ordre du jour vous sera acheminé dans le bulletin du mois de mars et un réseau de communications aura lieu pour les inscriptions.

**DATES IMPORTANTES À INSCRIRE  
À VOTRE AGENDA**

**CONVOCACTION À L'ASSEMBLÉE GÉNÉRALE RÉGIONALE**  
**AREQ – MONTÉRÉGIE**  
**2021-2022**

DATE : Mercredi 4 mai 2022  
ENDROIT : Sorel – Golf Continental  
ACCUEIL : 9h  
DÉBUT : 9h30  
COÛT : 10\$/par membre – 10\$/payés par le secteur – 30\$/payés par la région

► Toutes les informations vous seront acheminées ainsi que l'ordre du jour dans le bulletin du mois de mars.

## Coordonnées de Novum – consultations juridiques sans frais pour les membres de l'AREQ



Ligne téléphonique sans frais accessible partout au Canada pour les membres de l'AREQ :

**1 844 745-4714**

**[HTTPS://AREQLACSQ.ORG/SERVICES-AUX-MEMBRES/NOVUM/](https://AREQLACSQ.ORG/SERVICES-AUX-MEMBRES/NOVUM/)**

Pour une prise en charge simple et rapide de votre demande, nous vous invitons à la soumettre via l'application mobile Accès Novum, disponible sur toutes les plateformes. Si vous n'êtes pas en mesure d'utiliser l'application mobile, nous vous invitons à laisser un message vocal en mentionnant :

- Votre nom complet et votre numéro de membre;
- Mentionnez que vous êtes un membre de l'AREQ;
- Votre numéro de téléphone et la date à laquelle vous devez vous présenter devant un tribunal, le cas échéant.



### **INFORMATIONS & NUMÉROS DE TÉLÉPHONE À CONSERVER**

#### **NUMÉROS IMPORTANTS**

- ▶ AREQ.....1 800 663-2408
- ▶ RESAUT – La Personnelle (CSQ-AREQ).....514 281-8121
- ▶ SSQ (Assureq) .....1 888 833-6962
- ▶ Assurance voyage (arrière de votre carte SSQ) Canada & États-Unis .....1 800 465-2928
- Ailleurs (frais virés) .....1 514 286-8412
- ▶ RETRAITE QC .....1 800 463-5533
- ▶ RRQ..... 1 800 463-5185 .....514 873-2433
- ▶ RAMQ .....1 800 561-9749 .....514 864-3411
- ▶ SÉCURITÉ DE LA VIEILLESSE .....1 800 255-4786 .....514 875-7615

#### **▶ REVENU QUÉBEC**

- .....1 800 267-6299
- .....514 864-6299

#### **▶ REVENU CANADA**

- .....1 800 959-7383
- ▶ POLICE et POMPIER..... 911
- ▶ INFO SANTÉ CLSC..... 811
- ▶ OFFICE DE PROTECTION DU CONSOMMATEUR.....514 253-6556
- .....1 888 672-2556

#### **SITE WEB AREQ HAUT-RICHELIEU:**

haut-richeheu.areq.lacsq.org

#### **POUR ADHÉRER À L'AREQ**

Composer ce numéro :  
..... 1 800 663-2408  
Site web : [www.areq.lacsq.org](http://www.areq.lacsq.org)  
Courriel : [info@areq.lacsq.org](mailto:info@areq.lacsq.org)

#### **DEUX PERSONNES À JOINDRE POUR...**

- ❶ Modifier un renseignement personnel (adresse, courriel, téléphone) ou aviser d'un départ: AREQ (1 800 663-2408) ET Jacques Thibault (450 347-5809)
- ❷ Aviser du décès d'un membre : AREQ (1 800 663-2408) ET Nicole Caron 450 359-4823 ou par courriel [hipponic@videotron.ca](mailto:hipponic@videotron.ca)
- ❸ Aviser du décès d'un proche d'un membre : Nicole Caron 450 359-4823 ou par courriel [hipponic@videotron.ca](mailto:hipponic@videotron.ca)

---

## **RECEVOIR TOUTES LES INFORMATIONS DE L'AREQ DU HAUT-RICHELIEU PAR COURRIEL, ÇA VOUS PARLE ?**

Depuis 2015, l'AREQ du Haut-Richelieu fait la promotion de l'envoi du bulletin Le Trait d'Union par voie électronique aux membres qui possèdent une adresse. C'est rapide, vous le recevez le jour même de sa sortie. C'est facile, vous pouvez le lire quand cela vous plaît. Et de plus, c'est un coup de pouce pour l'environnement quand on pense au papier. Cela va de soi que ça diminue les coûts également. Alors, si vous désirez vous abonner aux bulletins par internet, vous adresser à Jacques Thibault au 450 347-5809 ou par courriel à [thibault.jacques@videotron.ca](mailto:thibault.jacques@videotron.ca)

## **LE SITE WEB DE L'AREQ HAUT-RICHELIEU, UN OUTIL IMPORTANT**

Comme le bulletin Le Trait d'Union paraît trois fois par année, le site web de l'AREQ Haut-Richelieu est l'endroit privilégié pour connaître les événements qui se passent entre les parutions : activités, invitations, informations, décès d'un membre. Chaque semaine, le site est mis à jour par notre webmaître Luce Reid et notre président Richard Gouin. Nous vous invitons donc à inscrire le site <http://haut-richelieu.areq.lacsq.org/> dans vos sites préférés. Vous aurez l'information de première ligne.

## **LES INFOLETTRES**

AREQ nationale : des nouvelles de l'AREQ nationale ? Visionnez le <http://areq.lacsq.org/>  
AREQ Haut-Richelieu : vous désirez vous inscrire à l'infolettre mensuelle de l'AREQ du Haut-Richelieu : [inscription.infolettre.areqhr@gmail.com](mailto:inscription.infolettre.areqhr@gmail.com)

## **CONFIDENTIALITÉ DES DONNÉES DES MEMBRES**

Une politique de la gestion des membres en lien avec la confidentialité des listes s'applique à l'AREQ. Cette politique est reliée à la Loi sur la protection des renseignements personnels dans le secteur privé. Ainsi toute personne responsable d'une liste partielle ou complète provenant du logiciel de la gestion des membres de l'AREQ doit conserver ces informations pour elle-même. Ces listes sont absolument confidentielles. Aucun des renseignements qui s'y trouvent ne doivent être divulgués à moins que la personne concernée ne donne son approbation et toutes les personnes qui ont un accès à une liste doivent signer un formulaire attestant leur engagement à se conformer à cette politique.

---

## **COMMÉMORATION DES DÉFUNTS NOVEMBRE 2021**

Vendredi le 5 novembre 2021, une commémoration a eu lieu, à l'Église Saint-Athanase, pour ceux qui nous ont quittés depuis ces deux dernières années. Environ 70 personnes ont pris le temps de se recueillir avec la musique de Guy Sasseville et les chants de Martial Sarrazin. La cérémonie avait été bien organisée par Lise Bergeron-Lacroix et Simone Duval avec le support de Michel Lord, Michel Roy, Renée Dallaire et Michel Cartier.

L'argent recueilli de la quête a été partagé entre la Paroisse et la Fondation Laure-Gaudreault, par Huguette Massé. À la sortie, Francine St-Denis remettait une rose blanche à chaque famille.

Pour l'AREQ, c'était un premier événement depuis mars 2020... il fallait surtout suivre les consignes sanitaires émises par la santé publique mais au moins on pouvait le faire en présentiel...

Nicole Caron Pour le Conseil Sectoriel

Si non réclamé, retourner à :

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



**Cap** SUR LA  
**dignité** | LE GRAND  
CHANTIER  
DES ÂÎNÉS

« Soyons reconnaissants  
et occupons-nous  
honorablement de nos aînés. »

Marie-Chantal Perron,  
ambassadrice de  
Cap sur la dignité

**AREQ**  
CSQ

[capsurladignite.org](http://capsurladignite.org)

Si cela n'est déjà fait, ne manquez pas de lire dans le bulletin Quoi de neuf de l'AREQ le dossier *Cap sur la dignité* ! Par cette publicité, l'AREQ souhaite provoquer un véritable mouvement partout au Québec. C'est bien écrit. C'est un mouvement et il faut agir !

1<sup>er</sup> octobre 2021 – Journée internationale des personnes âgées !

**LES ÂÎNÉS, TOUJOURS PRÉSENTS !**

C'est nous, c'est vous que nous avons fêtés. Vous avez atteint 10 ans, 15 ans, 20 ans, 25 ans, 30 ans et plus de retraite. Ça se doit d'être souligné.

Bravo à toutes et à tous pour ce beau parcours de retraite !

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



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

