

LE REFLET

BULLETIN SECTORIEL

AREQ
Le mouvement des personnes
retraitées CSQ

Beauce-Etchemins

Volume 32, numéro 2
Novembre 2024

AREQ - Secteur 03 - J Beauce-Etchemins au service de 1 355 membres.

Noël à l'AREQ Beauce-Etchemins



Calendrier express

- 7 novembre : Déjeuner pour les nouveaux membres.
- 12 novembre : Dîner pour les bénévoles
- 19 novembre : Journée Internationale des Hommes
- 12 décembre : Souper de Noël de l'AREQ Beauce-Etchemins



Convention de la Poste-Publication

No : 40040492

Retournez toute correspondance
ne pouvant être livrée au Canada :

2 362, 131^e Rue, Saint-Georges
G5Z 2G4



Mot de la présidente Louise Fortin

Tout comme au temps où nous travaillions, l'automne, pour notre association, est synonyme d'effervescence. Plusieurs membres ont participé à l'Autre Rentrée à Lac-Etchemin par une magnifique journée ensoleillée. Certain.e.s sont reparti.e.s avec plein de livres à dévorer. Un autre succès fut la conférence sur la santé sexuelle et affective. En novembre, nous accueillerons nos nouveaux membres et nous inviterons nos bénévoles lors d'un dîner afin de les remercier de leur implication.

Notre prochaine grosse activité aura lieu le 12 décembre, en soirée. Nous vous attendons en grand nombre pour célébrer la fête de Noël !

La seule ombre au tableau est la possibilité d'une grève de Postes Canada. Si par malheur nous ne pouvons poster à temps LE REFLET, nous demandons à tous ceux et celles qui le consultent en ligne d'avertir vos ami.e.s pour la date limite de l'inscription au souper de Noël. Nous utiliserons aussi la chaîne électronique pour vous informer. Vous pouvez aussi consulter notre site Web.

En espérant que vous avez profité de l'automne superbe que nous avons eu, je vous souhaite de belles Fêtes et une magnifique année 2025 !



Voici les moyens de communication utilisés par l'AREQ Beauce-Etchemins.

1. Le bulletin *LE REFLET*, version papier ou électronique
2. Le site Web : <https://beauce-etchemins.areq.lacsq.org/>.
3. Les courriels : Areqb-e@outlook.com
francepinon@hotmail.com
mjmorin@hotmail.com
4. La page Facebook nouvellement créée : AREQ Beauce-Etchemins





Souper de Noël 2024

AREQ, secteur Beauce-Etchemins

Jeudi 12 décembre 2024 au Georgesville

300, 118e Rue, Saint-Georges

Avis à celles et ceux qui veulent un vrai réveillon, c'est le temps de le montrer !

Si vous voulez conserver l'alternance des dîners et des soupers pour nos repas de Noël, votre présence est souhaitée !

Accueil et apéro : 16 h

Mot de bienvenue : 17 h 15

Souper : 17 h 30

Musique avec

Marc Bernard

Préparez vos
demandes spéciales !



Au menu

Potage du moment



Terrine 4 gibiers, chutney de fruits,

caramel de cidre de glace

Poitrine de poulet farcie aux bleuets,

sauce à l'érable

Bûche de Noël

Coupon d'inscription

Souper de Noël

(à retourner avant le 5 décembre 2024)

Nom : _____ Numéro de membre : _____

Accompagné.e de : _____ Membre : ___ Non membre : ___

Téléphone : _____ Courriel : _____

Allergies alimentaires : _____

Membre : 45 \$ Non-membre : 86 \$

Si vous souhaitez réserver une table pour être avec vos amis, veuillez inscrire les noms des personnes qui seront à votre table (quatre à huit) : _____

Faire le chèque à l'ordre de AREQ Beauce-Etchemins

Par la poste : AREQ Beauce-Etchemins
5 - 450, rue Turmel
Sainte-Marie, Qc. G6E 1L3

Par courriel : areqb-e@outlook.com
- envoyez les informations demandées dans le coupon
- virement Interac après le retour du courriel

**Prenez note que vous recevrez un accusé de réception dès que nous recevrons votre inscription
(par courriel ou par téléphone).**



Dossier socio-politique

Le projet de loi numéro 65 pour protéger les locataires contre les évictions abusives

Lévis, 2 juillet 2024 –

Le Gouvernement du Québec annonce l'adoption du projet de loi numéro 65 visant à protéger les locataires contre les évictions abusives. Ce projet de loi, déposé le 22 mai dernier, a été adopté le 6 juin 2024 pour une durée de 3 ans. Il marque une étape importante dans la préservation des droits des locataires et la promotion de la stabilité résidentielle à travers la province.

Par l'adoption de cette loi, le gouvernement suspend le droit des propriétaires d'évincer leurs locataires à des fins de changement d'affectation, de subdivision ou d'agrandissement de logements. La suspension du droit d'éviction se traduit ainsi : tout avis d'éviction transmis aux locataires à partir du 6 juin est nul.

De plus, un avis d'éviction transmis aux locataires entre le 22 mai et le 6 juin inclusivement mène à trois cas possibles:

- Si le locataire refuse l'éviction avant le 6 juin, le propriétaire a l'option de demander au Tribunal administratif du logement (TAL) de trancher.
- Si le locataire accepte l'éviction avant le 6 juin, il doit quitter.
- Si le locataire accepte ou refuse l'éviction à partir du 6 juin ou après, l'éviction n'est pas possible.

Si un propriétaire vous annonce que vous devez quitter, voici la procédure à suivre :

1. Vérifier le délai de l'avis d'éviction : le propriétaire doit envoyer l'avis au moins 6 mois avant la fin du bail. Si ce délai n'est pas respecté, l'avis n'est pas valide.
2. Réfléchir avant d'accepter : même si vous comptez accepter l'éviction de bon gré, réfléchissez bien avant de répondre. La pénurie de logements étant très présente, il pourrait donc être difficile pour vous de vous trouver un nouveau toit. Vous avez le droit de contester l'éviction.
3. Contester l'avis d'éviction: si vous devez contester un avis d'éviction, assurez-vous de respecter les délais mentionnés dans l'avis et ceux fixés par la loi, soit 30 jours à partir de la réception de l'avis.

Cette loi renforce également la protection des aîné.e.s dans les logements. En effet, avant l'adoption de la loi, un propriétaire ne pouvait pas reprendre son logement ni évincer un.e locataire aîné.e si celui-ci ou celle-ci était âgé.e de 70 ans et plus (sauf sous certaines conditions). Depuis l'adoption, comme les personnes de 65 ans et plus sont généralement à la retraite, le seuil d'âge de 70 ans est abaissé à 65 ans.

De plus, avant l'adoption de la loi, pour bénéficier de cette protection, la personne aînée devait habiter dans son logement depuis au moins 10 ans et avoir un revenu égal ou inférieur à 100% du revenu maximal pour l'admissibilité à un logement à loyer modique (HLM). Avec l'adoption, pour permettre à un plus grand nombre de personnes d'avoir accès à un HLM, le pourcentage pour être admissible est augmenté de 25%. Il devra donc maintenant être égal ou inférieur à 125%.

Par ailleurs, certaines règles s'appliquent aux résidences pour personnes âgées (RPA) :

1. Les évictions faites à des fins de changement d'affectation demeurent possibles lorsqu'elles découlent de la cessation des activités d'une RPA approuvée par le réseau de santé.
2. Toutefois, si, à la suite de la cessation des activités d'une RPA, le logement demeure offert à des fins d'habitation, un propriétaire ne peut évincer un.e locataire aîné.e qui y résidait à moins que celui-ci ou celle-ci se soit préalablement vu offrir la possibilité de conclure un nouveau bail et l'ait refusé.

Le service d'information et d'aide aux locataires d'Espace Finances a pour objectif de renseigner le ou la locataire sur ses droits et obligations en matière de logement. Il permet également d'outiller le ou la locataire dans ses démarches auprès du Tribunal administratif du logement.

Ce service permet d'appuyer le ou la locataire dans:

- Le respect de ses droits et obligations
- L'identification des recours en cas de litige
- Le calcul de la hausse du loyer
- La négociation des clauses du bail
- La préparation à la rédaction d'une mise en demeure ou autre démarche juridique
- La référence vers les ressources compétentes

Espace Finances a pour mission d'aider les consommateurs par l'entremise d'activités d'aide, d'éducation et d'intervention dans les domaines du budget, de l'endettement, du logement et de la consommation. Il travaille également à la défense collective de leurs droits et leurs intérêts.

Emy Fortier – Conseillère au Service d'aide et informations aux locataires e.fortier@espacefinances.ca
Espace Finances
Tél : (418) 835-6633 poste 226
Sans frais : (1 877) 835-6633 poste 226 www.espacefinances.ca



2 espacefinances.ca

418 835-6633 - 1 877 835-6633
33, rue Carrier, Lévis (Québec) G6V 5N5

Le REFLET paraît trois fois par année :

mars - juillet - novembre
Bonne lecture !

Mario Morin

Liane Loignon (à la révision)



Les idées et les opinions exprimées dans LE REFLET n'engagent que les personnes qui les ont rédigées.



L'homme et son dossier

Jacques Rancourt

Porteur du dit dossier

Je me demande souvent ce que je porte ou j'apporte dans ce dossier des hommes. Peut-on réduire l'homme à un dossier? Il y a bien à chaque année une journée qu'on dit internationale des hommes. Un comité régional composé d'un représentant de chaque secteur se gratte la tête pour trouver des conférenciers pour meubler cette journée. Un budget de 2000 \$ à ne pas dépasser y est consacré. Ce fut pénible à trouver cette année. Un peu de chansonnettes en après-midi pour clore cette journée où la clientèle est surtout féminine.

Alors une question est sur vos lèvres. « Qu'est-ce que tu fous, Jacques, dans cette galère ? ». Je ne saurais quoi répondre. C'est en écrivant ce texte que je tente de trouver une réponse intelligente à mon implication. Je sais bien que nous, les hommes, avons des problématiques semblables à nos consœurs féminines. Problèmes de santé, de logement, de ressources financières, des diminutions physiques et parfois, mentales.

Si je vais au plus profond de moi-même, sachant qu'à l'âge où je suis rendu dans mon parcours terrestre, je réalise que je n'ai plus de temps à perdre à répéter comme un perroquet ce que cette société me sert. Alors s'impose une introspection existentielle sur ce que c'est que cette bête humaine qu'on désigne comme homme. Depuis le décès de l'être cher qui a été plus de cinquante ans dans ma vie et qu'ayant à vivre dans la solitude de ma maison, je me pose cette question existentielle à savoir : « Qui es-tu vraiment ? ».

Je ne peux plus définir cet homme dont je suis le porteur de son dossier de la manière qu'on a bien voulu me le faire croire. Il devra définir pour lui-même ce qu'il est vraiment. Il devra faire le deuil de ce que sa société a défini de lui. Que ce soit sa famille, sa religion, son cheminement scolaire, utile évidemment pour pouvoir mettre de la nourriture sur sa table, il devra s'en dissocier.

« Mais Jacques, où veux-tu en venir ? ». Je te réponds que ce qui m'intéresse dans ce dossier concerne la remise en question totale de cette construction qu'on appelle homme. Comme je ne suis pas intelligent tout seul, je me dois de regarder, d'explorer. Il sera surprenant de réaliser par soi-même qu'on peut trouver bien des réponses en soi-même. Pas besoin de maîtres, de livres sur la croissance personnelle, de divagations spirituelles, de sectes, de systèmes idéologiques. Non, l'homme a tout ce qu'il faut pour trouver ses propres réponses. J'arrête ici, car je ne dispose que d'une seule page dans ce bulletin pour m'exprimer. À suivre...

Exprimez-vous!

Si vous avez le goût de vous exprimer ici dans ce bulletin, toujours dans le respect de toutes et de tous, que ce soit par l'émission d'une opinion, le récit d'une expérience, par de la poésie, etc., n'hésitez pas à nous faire parvenir vos écrits !

Certain.e.s de nos membres le font déjà!

Envoyez-nous vos productions par la poste à l'adresse suivante :

**Mario Morin
5 - 450, rue Turmel
Sainte-Marie, Qc G6E 1L3**

**ou par courriel :
mjmorin@hotmail.com**





Journée internationale des hommes

Le mardi 19 novembre 2024

Hôtel Québec, 3115, avenue des Hôtels, Québec

L'inscription débutera à 8 h 30.

La date limite d'inscription est le 6 novembre 2024.

Membre : 20 \$ Non-membre : 40 \$

Personnes-ressources et programmation de la journée JIH 2024

9 h – 10 h :

Noël Grenier (ex-itinérant-alcoolique-toxicomane)

- Long et pénible parcours d'une personne brisée et souffrante;
- Des ressources qu'il a connues, qu'il a acceptées et qui l'ont aidé;
- Sa nouvelle vie de bonheur après quelques années d'un cheminement long et ardu.

10 h – 11 h :

Dr Stéphane Lemire (*Vieillir à la maison*)

- Interniste-gériatre, à l'origine de la fondation AGES et du réseau de gériatrie sociale;
- Offrant, avec son équipe, des soins à domicile pour les personnes vulnérables;
- Accompagnement particulier auprès des personnes âgées.

11h - 12h :

Geneviève Léveillé

- La Maison Michel-Sarrazin : une oeuvre au service de sa communauté.

12 h :

Dîner communautaire

13 h 20 :

Partie musicale

Avec **Jean-Noël Laprise** et la complicité de quelques autres musiciens;
Chansons inspirées du thème « Tous ensemble, tout simplement », pour se détendre.

Conclusion de notre activité

Remerciements de notre responsable régional, Réjean Lemelin

Salutations et au revoir !

Jean-Noël Laprise

Responsable régional du Comité des hommes, président région 03

Journée internationale des hommes

Coupon d'inscription

Votre nom : _____ Numéro de membre : _____

Accompagné.e de : _____ Membre : _____ Non membre : _____

Téléphone : _____ Courriel : _____

Faire le chèque à l'ordre de AREQ Beauce-Etchemins

Par la poste : AREQ Beauce-Etchemins
5 - 450, rue Turmel
Sainte-Marie, Qc G6E 1L3

Par courriel : areqb-e@outlook.com

Prenez note que vous recevrez un accusé de réception aussitôt que nous recevrons votre inscription (par courriel ou par téléphone).



Comité des femmes

Jocelyne Tanguay, responsable

« Chaque homme est maître de son univers intérieur
et ni l'autorité ni la haine ne peuvent rien contre »

Cette citation est gravée sur la pierre tombale de Marcelle Ferron, artiste peintre québécoise décédée en 2001 dont on célèbre les 100 ans cette année. Pour souligner cet anniversaire, une exposition d'œuvres choisies fut présentée à la galerie Simon Blais. Une grande soirée fut organisée le jour de son anniversaire, le 29 janvier 2024, ainsi qu'une conférence présentée à travers le Québec par Éric Perron. Le 22 septembre dernier, j'ai assisté à « Marcelle Ferron révolutionnaire » au MBAQ. J'en suis sortie conquise.



Courtoisie de la
succession de Marcelle Ferron

J'habite la rue Robert Cliche, nommée en raison de la première maison sise sur cette rue qui était celle du juge Robert Cliche, cet illustre beauceron, beau-frère de Marcelle Ferron. Ainsi, j'eus l'occasion de l'apercevoir, sans connaître le parcours atypique de cette artiste avant-gardiste. L'une de ses premières œuvres de verre fut notamment une commande de Robert Cliche, celle-ci, longeant un mur près de la porte d'entrée, a toujours su m'intriguer.

Issue d'une famille aisée de Louiseville, le clan Ferron est formé de gens créatifs, d'êtres d'exception qui sauront marquer l'histoire du Québec. Son père Joseph-Alphonse Ferron, notaire et homme d'affaires, laissait ses cinq enfants débattre haut et fort sur tous les sujets autour de la table. Leurs discussions se continuèrent à l'âge adulte dans leurs correspondances qui furent rassemblées par Babalou Hamelin, fille de Marcelle, dans le livre intitulé : *Le droit d'être rebelle*. Leur mère, Adrienne Caron, possédait une santé fragile et mourut assez jeune.

Dès l'âge de sept ans, Marcelle découvre au grenier le matériel de peinture de sa mère qui venait de mourir. Elle s'écrie : « Je veux faire de la peinture ». Elle convaincra son père de la laisser aller à l'école des Beaux-Arts de Québec, où elle entre en 1941-1942 sous la direction de Jean-Paul Lemieux. Mise à la porte après un an et demi, car ses idées divergent trop de celles de l'établissement, elle s'en va à Montréal où elle découvre le travail du peintre Paul-Émile Borduas.

Cette artiste est animée d'une grande soif de liberté tout au long de sa vie. Elle fit partie du groupe des automatistes et cosigna le registre du Refus global en 1948. Elle s'adonne à l'art abstrait tout au long de son parcours et l'exploitera rigoureusement selon les règles de son groupe. En femme libre, elle s'embarque pour Paris en 1953 avec ses trois filles où elle pratique son art en ayant peu de ressources financières. C'est à cette époque qu'elle fait la découverte du verre antique. Elle participe à plusieurs expositions. En 1961, elle remporte la médaille d'argent à la Biennale de Sao Paulo au Brésil.

A son retour de Paris en 1965, elle enseigne à l'université Laval. Fascinée par le verre antique, elle effectue des recherches pour apprendre à le fabriquer et à l'appliquer dans la composition de vitraux et de verrières. Dans sa conférence, Éric Perron dit : « Ce n'est qu'après trois invitations qu'elle accepte de rencontrer le premier ministre Daniel Johnson qui lui offre de concevoir une œuvre pour la station de métro Champs-de-Mars ».



Station de métro Champs-de-Mars
Source : Wikipédia

En collaboration avec les tailleurs de verre, elle y réalise une œuvre abstraite, puisqu'elle refuse de se faire imposer la confection d'une œuvre figurative. Celle-ci est lumineuse et de dimension spectaculaire. Maître de cet art, elle contribue largement à l'architecture ainsi qu'à l'art public au Québec. On dit d'elle qu'elle a fait avancer le Québec. Un fait remarquable, elle récupérait tous ses restes de verre pour en faire de petites sculptures qui font partie de son œuvre.

A la bibliothèque de l'université Bishop's de Lennoxville, un vitrail commémorant la tuerie de l'École Polytechnique fut proposé par le comité du statut de la femme de l'Université et installé deux ans plus tard, en 1991. Illustre artiste, on peut apercevoir ses œuvres à plusieurs endroits au Québec, en Ontario, aux États-Unis et en Europe.

Femme engagée, elle s'impliquera dans des luttes syndicales, démocratiques et indépendantistes. En 1976, elle fait partie du conseil d'administration du Musée des Beaux-Arts de Montréal, poste généralement réservé aux anglo-saxons.

Ayant habité Outremont durant les vingt dernières années de sa vie, on a aménagé sur la rue Bernard, la *Place Marcelle-Ferron*. Cet été, le public a pu y admirer une douzaine de ses tableaux, magnifique clin d'œil à celle qui souhaitait que l'art soit accessible à tous.

Elle sera honorée par le gouvernement du Québec qui, en 1983, lui décernera le prix Paul-Émile Borduas.

En 1985, elle est nommée Chevalier de l'Ordre national, puis en 2000, elle est faite Grand Officier de l'Ordre national. Elle est admise au rang des personnages historiques à l'été 2023, au même titre que Borduas et Riopelle.

En souvenir de cette grande artiste québécoise et de toutes les autres femmes qui nous ont tracé la route, l'AREQ Beauce-Etchemins célébrera la Journée internationale des droits des femmes le 7 mars 2025, à l'hôtel Québec.

Les informations permettant de vous y inscrire seront envoyées par courriel en janvier pour vous inscrire. Cette journée se veut l'occasion de réflexions et de rencontres marquantes.

Sources : Wikipedia MACM
Conférence Éric Perron

Prendre note

Les illustrations publiées dans cette édition proviennent du site Internet **Freepik.com**.

C'est un site libre de droits.



La générosité par les livres

Marie Nadeau
Responsable de la FLG



Que de belles retrouvailles nous réserve chaque année l'Autre Rentrée. On retrouve nos anciens collègues, on se fait des câlins mais surtout on rit beaucoup. C'est aussi le moment de notre vente annuelle de livres usagés au profit de la Fondation Laure-Gaudreault. Beaucoup d'entre vous ont fait don de leurs livres et en ont profité pour en acheter d'autres.

Le choix était varié et de bonne qualité. Les *livrogivores*, tel.le.s que moi, avaient l'embarras du choix.

Grâce à cet évènement, notre secteur a pu amasser une somme de 520 \$, et celle-ci vient s'ajouter au montant de 435 \$ recueilli lors de l'Homage à nos Sages.

Je tiens à remercier l'équipe qui m'a donné un coup de main : Liane Loignon qui tenait la caisse, Carole Bourget, Guylène Couette et son conjoint Gilles... Avec leur précieuse collaboration, les livres, casse-tête, CD, DVD ont été classés par catégorie, donc plus facile pour vous, les acheteurs, de vous y retrouver. Merci encore à Mme Monique Perreault, notre tricoteuse, qui nous donne ses pantoufles à vendre.

Merci aussi à toutes les personnes qui nous ont encouragés. Notre vente fut une belle réussite. J'ose croire qu'à la fin de l'année nous disposerons d'un bon montant pour nos bénéficiaires. Si vous connaissez un organisme ou une personne qui aurait besoin d'un coup de pouce, n'hésitez pas à me contacter. Je vous enverrai un formulaire pour faire une demande. Ensemble, on peut faire une différence.

Votre contribution à la Fondation Laure-Gaudreault peut prendre différentes formes

- Devenir membre à vie de la Fondation (10 \$)
- Faire un don
- Vous procurer une carte de condoléances (10 \$)

Formule d'inscription ou de don

Nom et prénom : _____ Secteur 03 – J

Adresse : _____ Ville : _____

Code postal : _____ Téléphone : _____

Courriel : _____

Devenir membre à vie de la fondation (au coût de 10 \$)

Faire un don au montant de _____ \$

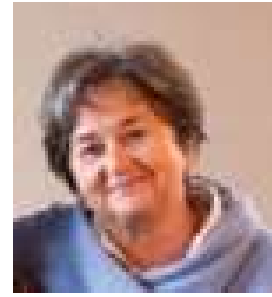
Achat de _____ cartes de condoléances (10 \$/unité)

Reçus d'impôt émis pour toute souscription annuelle de 15 \$ ou plus.

Total : _____

Chronique littéraire

Marie Nadeau



Mes derniers mots seront pour toi, Sabrina Philippe, 2024

Estelle n'a plus que deux mois à vivre. Curieusement, elle se sent apaisée, car voilà des années que son quotidien est d'un ennui mortel. Parmi les infirmières qui s'occupent d'elle, il y a Juliette. Elle est jeune, charmante et semble avoir la vie qu'Estelle n'a jamais eue. Et puis il y a Benimar, un médecin énigmatique au lourd passé, fuyant le jour et priant la nuit. Ces trois âmes abîmées se croisent dans le département des soins palliatifs. Source Le libraire

Bouleversant, ce bouquin est venu me chercher par la douceur des mots si bien choisis. Coeurs sensibles, ayez une boîte de mouchoirs de papier à proximité.



Et tu trouveras le trésor qui dort en toi

Laurent Gounelle, 2024,

Alice, une conseillère en communication dynamique, retrouve Jérémie, son ami d'enfance, devenu prêtre de campagne. La jeune femme décide de mettre à profit son expérience pour aider le curé à faire revenir à l'église les villageois qui se désintéressent de la religion. Source Le libraire

L'auteur nous invite à une incursion dans le monde religieux. Que l'on soit croyant ou pas, l'histoire est fort intéressante et nous apporte beaucoup de connaissances sur les religions de par le monde. De plus, son roman porte sur la force de l'amitié au fil du temps.

La liste de mes envies, Grégoire Delacourt, 2024

La vie de Jocelyne a volé en éclats le jour où elle a gagné le gros lot à l'Euromillion. Après la trahison de son époux, mort en débauché, elle vit désormais seule dans sa petite maison avec les quinze millions qu'il n'a pas dilapidés. Elle s'inscrit aux Gagnants anonymes, où elle rencontre des personnes qui, comme elle, ont vu leur existence basculer. Source Le libraire

Rarement, un tome 2 m'a apporté autant de plaisir à lire que le premier. L'auteur nous fait visiter tous les types d'émotions du rire aux larmes mais nous amène à nous questionner sur l'importance de l'argent dans nos vies.





Pêle-mêle

France Pinon

Comme vous l'avez certainement remarqué, depuis la pandémie, l'AREQ B.-E. ne prépare pas d'activités en hiver. Les grands rassemblements en cette saison sont trop à risque de nombreuses absences ou de vous créer ensuite des inconvénients.

L'activité des *Ateliers d'initiation à diverses techniques d'art* est une activité championne. Ce sont vingt-quatre membres qui ont pu en bénéficier gratuitement cette année. Les commentaires sont excellents concernant l'atmosphère créée par Julie Morin et Johanne Maheux !

Attention! Une grève de Postes Canada est possible. Donc, avant de vous inscrire au souper de Noël par courrier, veuillez communiquer avec Mario Morin au 418-390-1655 pour recevoir la façon de faire autrement. Il en est de même pour toute inscription tardive qui risque de ne pas entrer à temps.

Réservation d'une table

Voici une suggestion que nous avons reçue : le nombre de personnes pour la réservation d'une table lors d'événement de l'AREQ sera de 4 personnes et plus (et non de 6, comme lors de l'Autre Rentrée).

- Les restaurateurs dressent les tables uniquement selon le nombre de personnes inscrites. C'est leur façon de fonctionner et c'est hors de notre contrôle. Si vous tenez à être assis.e.s avec une ou d'autres personnes, arrivez tôt ou réservez votre table.

Sondage

Merci aux personnes qui ont rempli le sondage lors de *L'Autre Rentrée*.

Nous constatons que c'est encore par LE REFLET (version papier) que vous êtes le plus informés. Les ami.e.s et le site internet comptent pour le quart.

Cette année 2024-2025, le voyage le plus populaire serait une visite à *L'Astrolab* de Lac Mégantic, ainsi qu'un dîner. La cinquantaine de membres intéressés nous donne le coup d'envoi afin que nous allions de l'avant.

Les voyages comprenant une nuitée ou un retour trop tardif ne sont pas retenus. Si une personne est intéressée par de plus longs séjours et croit pouvoir remplir un autobus, s.v.p. nous contacter.

Aussi, un concert de piano sera présenté au printemps.

Les personnes intéressées par le pickleball doivent rejoindre Mario Morin. Celui-ci n'a reçu que quatre noms alors que vous êtes plus nombreux.ses à nous avoir signifié votre intérêt.

Nous retenons aussi d'autres suggestions d'activités pour plus tard.

Envoi massif

Les rappels que nous vous envoyons rejoignent un quart de nos membres pour l'inscription aux activités.

Si votre adresse courriel est de *cgocable* ou de *axion*, les rappels d'activités en envoi massif ne vous parviennent pas toujours et ne se retrouvent même pas dans la boîte des indésirables. Le message est bloqué par le filtre très sensible de ces messageries.

Si vous tenez à recevoir nos rappels ou nos messages par courriel, il serait sage de changer votre adresse courriel et d'en avvertir l'AREQ à info@areq.lacsq.org ou au 1-800-663-2408.

Inscription et confirmation

Quand vous vous inscrivez par courriel à une activité, Mario et moi allons toujours vérifier dans la boîte du courrier indésirable. Plusieurs de vos inscriptions se retrouvent là, toujours à cause d'un filtre. Il en va de même pour notre message de confirmation (accusé de réception) que vous ne retrouverez peut-être pas dans votre boîte de réception.

De plus en plus, il est essentiel de visionner la boîte de courrier indésirable tous les jours. Recherchez les messages provenant de :

areqb-e@outlook.com ou francepinon@hotmail.com ou mjmorin@hotmail.com.

Félicitations à notre charmante et souriante Marise Poulin pour la création du site Facebook de notre association AREQ Beauce-Etchemins. C'est une nouvelle façon de vous rejoindre.

Trois magnifiques conférences à Québec en peu de mots

- Les biais cognitifs (chemins rapides que notre cerveau emprunte pour trouver une solution) jouent des tours même à la plus brillante personne. Soyons-en conscient.e.s et ralentissons nos gestes automatiques. Questionnons-nous avant de cliquer sur un lien ou de partager un courriel car les mal intentionnés connaissent parfaitement ce fait humain.

- L'âgisme est présent partout. L'AREQ est utile pour faire changer les choses. N'hésitons pas à dénoncer !

- Quand tu ris, une grande partie de ton corps reçoit un soin qui calme.

Conférence offerte par notre secteur (AREQ Beauce-Etchemins) :

La santé sexuelle et affective après 55 ans

Organisée par Carole Fontaine, la conférence a été un succès. La conférencière, dame Véronique Bessette, sexologue, nous a surpris.e.s à maintes reprises à un point tel que nous n'osions plus répondre à ses questions. Si le sujet vous intéresse, vous pouvez visionner des capsules pour démystifier la sexualité chez les aîné.e.s. <https://www.vivreenresidence.com/blogue/on-existe-ca-existe-demystifier-la-sexualite-chez-les-aines/>. Il nous reste aussi quelques documents que nous pourrions vous remettre, si vous nous en faites la demande, lors du souper de Noël, du 12 décembre prochain.



Régime d'assurance collective ASSUREQ

Marie-Claude Bélanger

beneva

Bonjour à tous !

Voici le nouveau tarif de la RAMQ. Bonne lecture !

Tarifs RAMQ 1^{er} juillet 2024 au 30 juin 2025

Le 1^{er} juillet 2024, les tarifs du régime public d'assurance médicaments de la RAMQ ont été ajustés.

La **franchise** et la **coassurance** ont diminué pour alléger la charge financière des personnes assurées lors de l'achat de médicaments d'ordonnance.

La **contribution mensuelle maximale**, quant à elle, est maintenue, alors que la **prime annuelle** a augmenté légèrement.

Selon la RAMQ, c'est la nouvelle entente avec l'Association canadienne des médicaments génériques (en vigueur depuis le 1^{er} octobre 2023) ainsi que les économies réalisées par l'introduction de nouveaux médicaments biosimilaires à la liste des médicaments qui ont permis de réduire certains coûts de la nouvelle tarification.

Il y a eu renouvellement du régime d'assurance collective.

Vous recevrez bientôt l'information pour janvier 2025.

Tarifs en vigueur et comparatifs avec les tarifs précédents

Types de tarifs	Tarif du 1er juillet 2024 au 30 juin 2025	Tarif du 1er juillet 2023 au 30 juin 2024
Prime annuelle	0 \$ à 744 \$	0 \$ à 731 \$
Franchise	22 \$	22,90 \$
Coassurance	32 %	33 %
Contribution maximale mensuelle pour assurés sans SRG	99,65 \$	99,65 \$

De passage dans nos vies...

*« On croit que la mort est une absence,
quand elle est une présence secrète »
Père Anthonin Sertillanges*



Denis Rousseau
25 octobre 2023
Saint-Georges



Francine Turcotte
21 mars 2024
Sainte-Marie



Francine Poulin
2 mars 2024
Saint-Georges



Hélène Constantineau
4 avril 2024
Saints-Anges



Marthe Brault
5 avril 2024
Magog



Sœur Géraldine Fluet
25 avril 2024
Laint-Ludger



Michel Poulin
28 avril 2024
Saint-Georges



Gaston Poulin
23 mai 2024
Saint-Georges



Thérèse Giguère
31 mai 2024
Saint-Joseph



Réal Mercier
7 juin 2024
Saint-Lazare



Lise Morin (Reny)
19 juin 2024
Saint-Prosper



Michel Gosselin
20 juin 2024
Saint-Georges



Philippe Dallaire
28 juin 2024
Saint-Georges



Russel Gagné
16 juillet 2024
Saint-Louis-Ravignan



Renée Baillargeon
2 août 2024
Sainte-Marie

**Lorsque vous êtes informé.e.s du décès d'un membre de notre association,
veuillez communiquer avec Rolande Vaillancourt au 418-267-4441
ou par courriel à : areqbe1@gmail.com.**

Si changement d'adresse, de numéro de téléphone ou inscription à la version électronique du bulletin, veuillez vous référer au secrétariat de l'AREQ-CSQ au numéro 418-525-0611 (ou au 1-800-663-2408).

Courriel : info@areq.lacsq.org

RETRAITE QUÉBEC 1-800-463-553	SSQ 1-888-833-6962	NOVUM NOVUMLEGAL.CA CONSEILS JURIDIQUES 1-844-745-4714
--	-------------------------------------	---

CONSEIL SECTORIEL AREQ 2024-2025



PRÉSIDENTE	LOUISE FORTIN	Députée au conseil régional Députée au conseil national	418-228-4895 lfortin@yahoo.com
1 ^{re} VICE-PRÉSIDENTE	Poste à combler		
2 ^e VICE-PRÉSIDENTE	JACQUES RANCOURT	Édimestre (site Web) Dossier des hommes	418-228-8525 info@areq.lacsq.org jacques.rancourt9@gmail.com
SECRÉTARIAT	MARISE POULIN	Rédaction des procès-verbaux Responsable des réservations	418-313-4929 mpoulin6321@gmail.com
TRÉSORERIE	FRANCE PINON	Tenue de livres Inscription par courriel et paiement Interac	418-227-5149 francepinon@hotmail.com areqb-e@outlook.com
CONSEILLÈRE (1 ^{re})	Poste à combler		
CONSEILLER (2 ^e)	MARIO MORIN	<i>LE REFLET</i> Inscriptions par courrier	418-390-1655 mjmorin@hotmail.com



AUTRES RESPONSABLES

ASSURANCES ET RETRAITE	MARIE-CLAUDE BÉLANGER	418-685-3054 marieclauddeb75@gmail.com
CHAÎNE ÉLECTRONIQUE	ROLANDE VAILLANCOURT	418-267-4441 areqbe1@gmail.com areqbe2@gmail.com
FONDATION LAURE-GAUDREAU CHRONIQUE LITTÉRAIRE	MARIE NADEAU	418-387-7617 marinade16@gmail.com
COMITÉ DES FEMMES	JOCELYNE TANGUAY	418-389-2785 jocelyne.tanguay12@gmail.com
ANNIVERSAIRES DES 80 ANS ET +	GUYLÈNE COUETTE	418-564-0236 la_chouette_couette@hotmail.com
FIL D'ARIANE	FRANCINE POULIN	418-227-0559 francine.poulin@outlook.com
PUBLIPOSTAGE	MICHELLE BISSON	418-228-2805 michelleandree@telus.net
PHOTOGRAPHIE	GUY ROY	418-228-3172 guyroy@cgocable.ca