

# LE REFLET

## BULLETIN SECTORIEL



AREQ  
CSQ

Volume 29, numéro 2

Association des retraitées et retraités de l'éducation et des autres services publics du Québec, Secteur J de l'AREQ (CSQ) - Beauce-Etchemins au service de 1273 membres

Novembre 2021

### DANS CE NUMÉRO :

|                                |         |
|--------------------------------|---------|
| Conseil sectoriel              | 2       |
| Fête de Noël                   | 3       |
| FLG : Un court bilan           | 4       |
| Une consommation d'eau...      | 5-6     |
| Mot de la présidente régionale | 6       |
| Fête de l'Amitié               | 7       |
| En zone de turbulences         | 8       |
| Le bénévolat -Félicitations    | 9       |
| Rêver à l'impossible           | 10      |
| Les hommes racontent           | 11-12   |
| Une épopée beauceronne         | 12      |
| Chronique littéraire           | 13      |
| Aventure en VR                 | 14      |
| Le p'tit docteur ...           | 15      |
| ASSUREQ                        | 16      |
| Mission de l'AREQ & Décès      | 17      |
| Liste des retraité.e.s         | 18 à 20 |



## Ça y est, la glace est brisée

Mot de la présidente

Louise Fortin

Le 7 octobre dernier, nous avons célébré l'Autre rentrée. Quel plaisir ce fut de se retrouver après deux ans! Bien sûr, il y avait quelques consignes de la Santé publique à respecter, mais cela n'a pas empêché les 89 personnes présentes d'échanger. C'était ma première activité, en chair et en os (je ne suis plus capable du mot *présentiel*) en tant que nouvelle présidente et j'avoue que j'étais nerveuse. L'enthousiasme de nos invité.e.s a vite fait de me rassurer. Concernant les activités, comme disait Bernard Derome, *si la tendance se maintient*, nous pourrions nous rencontrer à nouveau. Cette année, afin de respecter les mesures sanitaires, nous nous réunirons pour un **dîner** de Noël. Lors de ce dîner, nous aurons la chance d'entendre Manon Poulin, artiste de la Beauce. Inscrivez-vous vite, car premier arrivé, premier servi! Au moment où j'écris ces lignes, nous terminons un mois d'automne magnifique. Ces superbes journées nous aident à emmagasiner de l'énergie pour les mois d'hiver à venir.

Je vous souhaite un temps des Fêtes tout joyeux.



Le Reflet paraît  
trois fois par  
année : juillet-  
novembre -  
mars.  
Bonne lecture!  
Marie Nadeau

Convention de la Poste-Publication  
No: 40040492  
Retournez toute correspondance  
ne pouvant être livrée au Canada à :  
2362, 131<sup>e</sup> Rue  
Saint-Georges (Québec)  
G5Z 2G4

## CONSEIL SECTORIEL DE L'AREQ 2021-2022

|   |   |
|---|---|
| <b>PRÉSIDENTE</b><br>Déléguée au Conseil régional<br>Déléguée au Conseil provincial     | <b>LOUISE FORTIN</b><br>418-228-4895<br>lfortin@yahoo.com                           |
| <b>1<sup>re</sup> VICE-PRÉSIDENTE</b><br>Environnement                                  | <b>PAULE CARON</b><br>418-225-3068<br>paulecaron@hotmail.com                        |
| <b>2<sup>e</sup> VICE-PRÉSIDENTE</b><br>Comité des femmes<br>Laure-Gaudreault et presse | <b>LIANE LOIGNON</b><br>418-228-0358<br>lialoi@globetrotter.net                     |
| <b>SECRETARIAT</b>  | <b>FRANCE PINON</b><br>418-227-5149<br>francepinon@hotmail.com                      |
| <b>TRÉSORERIE</b>   | <b>RICHARD MERCIER</b><br>418-225-9154<br>rmercier50@hotmail.com                    |
| <b>CONSEILLÈRE (1)</b><br><i>Le Reflet</i>  | <b>MARIE NADEAU</b><br>418-387-7617<br>marienade16@gmail.com                        |
| <b>CONSEILLÈRE(2)</b><br>Sociopolitique   | <b>CAROLE FONTAINE</b><br>418-774-0789<br>carole.fontaine@sogetel.net               |
| <b>AUTRES RESPONSABLES</b>  |   |
| <b>Assurances et retraite</b>   | <b>MARIE-CLAUDE BÉLANGER</b><br>418-685-3054<br>marieclauddeb75@gmail.com           |
| <b>Comité des hommes</b>  | <b>FRANÇOIS POULIOT</b><br>418-397-6764<br>pouliot_francois@hotmail.com             |
| <b>Fil d'Ariane</b>   | <b>FRANCINE POULIN</b><br>418-227-0559<br>francine.poulin@outlook.com               |
| <b>Chaîne électronique</b>  | <b>ROLANDE VAILLANCOURT</b><br>418-594-8033<br>areqb1@gmail.com<br>areqb2@gmail.com |
| <b>Anniversaires<br/>des 80 ans et +</b>  | <b>PIERRETTE LEMOYNE</b><br>418-227-5226<br>plemoynne@globetrotter.net              |
| <b>Publipostage</b>   | <b>MICHELLE BISSON</b><br>418-228-2805<br>michelleandree@telus.net                  |
| <b>Site Web</b>   | <b>JACQUES RANCOURT</b><br>418-228-8525<br>jacques.rancourt9@gmail.com              |
| <b>Photographie &amp; album</b>   | <b>GUY ROY &amp; PIERRETTE<br/>BOUCHER</b><br>418-228-3172<br>guyroy@cgocable.ca    |

AREQ (changement d'adresse et de téléphone)  
Geneviève Plante 418-525-0611  
[info@areq.lacsq.org](mailto:info@areq.lacsq.org)

AREQ-CSQ 1-800-663-2408  
Retraite Québec 1-800-463-5533  
SSQ 1-888-833-6962

### Calendrier Express

**En novembre:** Accueil des nouveaux membres *Sur invitation seulement*

**18 novembre:** Déjeuner des bénévoles  
*Sur invitation seulement*

**19 novembre:** Journée internationale des hommes (l'activité aura lieu le 18 novembre).

**9 décembre:** Fête de Noël Envoyez votre coupon (p. 3) avant le 20 novembre 2021.

**17 février 2022** Fête de l'Amitié : Envoyez votre coupon (p.7) avant le 27 janvier



### L'Autre rentrée 2021

Visitez souvent notre site Web pour demeurer informé.e.s.

<http://beauce-etchemins.areq.lacsq.org>

Les idées et les opinions exprimées dans *Le Reflet* n'engagent que les personnes qui les ont rédigées.

**À noter : Cette activité n'aura lieu que si L'AREQ et la *santé publique* nous y autorisent .**



## FÊTE DE NOËL 2021

AREQ, secteur Beauce-Etchemins  
Le jeudi 9 décembre  
Au Club de golf de Beauceville  
721, route du Golf, Beauceville  
G5X 2T8



11h Accueil  
11 h 30 Mot de bienvenue  
12 h 00 Dîner : menu de Noël incluant une  
consommation, animation musicale et prix de présence

L'animation musicale:  
André Chrétien, au clavier et Manon  
Poulin, chanteuse.



### Fête de Noël 2021 (à envoyer avant le 20 novembre 2021)

Nom : \_\_\_\_\_ Accompagné.e de : \_\_\_\_\_

Adresse : \_\_\_\_\_ Localité : \_\_\_\_\_ Code postal : \_\_\_\_\_

tél. : \_\_\_\_\_ Courriel : \_\_\_\_\_

**Inscription et preuve vaccinale obligatoires. Nous pouvons accueillir un maximum de 140 personnes.**

MEMBRE = 30 \$ Autre = 60 \$ Faites parvenir le chèque à envoyer par la poste seulement au nom de AREQ SECTEUR BEAUCE-ETCHEMINS, 3045, 1re Av. Clermont-Pépin, Saint-Georges PQ G5Y 5R3

Si désistement, le faire savoir **obligatoirement** à Paule Caron avant le **2 décembre 2021**

au numéro de téléphone 418-225-3068 ou à [paulecaron@hotmail.com](mailto:paulecaron@hotmail.com)



## Un court bilan

Liane Loignon



Malgré toutes les difficultés rencontrées lors du confinement, la Fondation Laure-Gaudreault continuait son travail afin de venir en aide aux gens fragilisés de notre milieu.

Ainsi, au tout début de la pandémie, Moisson Beauce a reçu un don de 500 \$ de la Fondation afin de venir en aide aux banques alimentaires devant l'urgence de la situation. De plus, des montants de 400 \$ ont été alloués au comité des bénévoles du CHSLD Richard-Busque, à Parrainage-Jeunesse et à L'Association d'entraide communautaire La Fontaine de Sainte-Marie. Par la suite, le comité des bénévoles du CHSLD Champlain de l'Assomption a reçu 500 \$ et la Maison de la Famille de Sainte-Marie, une somme de 350 \$.

Tout récemment, à la suite du tirage organisé par la Fondation à l'occasion du congrès, le Havre L'Éclaircie a reçu une somme de 550 \$ afin de venir en aide à des femmes victimes de violence conjugale et à leurs enfants.

Vous me direz peut-être que les sommes allouées ne sont pas très importantes, mais quand on songe que des gestes semblables ont été posés dans les 88 secteurs que compte l'AREQ dans la province, cela finit par représenter un montant considérable. En plus d'apporter une aide monétaire, ces gestes se veulent être une reconnaissance et un encouragement aux bénévoles qui ont à cœur le mieux-être des moins bien nantis.

Enfin, la vente de livres usagés, lors de l'Autre rentrée, a connu un grand succès et a généré une somme de 526\$. Un grand merci à toutes et à tous.



Sur cette photo, nous apercevons la responsable de la Fondation pour le secteur ainsi que Madame Isabelle Fecteau, directrice de la maison Le Havre L'Éclaircie, lors de la remise d'un chèque de 550,00 \$, don de la Fondation Laure-Gaudreault.

## Une consommation d'eau en conscience

Paule Caron



Cette année, l'automne avec son redoux, a permis de faire des découvertes et force est de constater que le niveau des eaux des lacs et des rivières est particulièrement très bas. C'est aussi la première fois en 25 ans que j'observe qu'en été, on doit laisser couler plus d'eau du robinet laquelle ne devient pas très froide même après plusieurs minutes. Cela m'a fait réfléchir à cette richesse dont notre province est pourvue et qui ne semble plus être renouvelable à l'infini. J'ai trouvé quelques informations très importantes à la suite de la lecture d'un article du National Geographic : « *Le Québec, quant à lui, peut se réjouir d'être un pays de rivières et de lacs, puisqu'il détient à lui seul 3 % des réserves d'eau potable de la planète alors qu'il ne représente même pas 1% de la population mondiale.* »

Ce trésor, souvent gaspillé par notre mode de vie occidental, est devenu un enjeu pour la survie de plusieurs populations dans le monde.

Saviez-vous que le 28 juillet 2010, une résolution de l'ONU a fait de l'eau potable un droit humain inaliénable : « *Le droit à l'eau garantit à chaque être humain de disposer pour son usage personnel et domestique d'une eau abordable et saine, en quantité suffisante, de qualité acceptable et accessible* ».

Saviez-vous que : « De 2000 à 2015, 1.6 milliard de personnes ont vu leur accès à l'eau facilité et 1.2 milliard ont été

raccordées à l'eau potable. Mais la tâche reste immense et les enjeux cruciaux : 11 % de la population mondiale n'a toujours pas accès à l'eau potable. Le changement climatique pourrait contrevenir aux efforts internationaux et soumettre 4 milliards de personnes à un stress hydrique (pénurie d'eau) d'ici 2025. » Romy Roynard <https://www.nationalgeographic.fr/environnement/lor-bleu-la-bataille-de-leau>

Sans vouloir être alarmiste, je me questionne à propos de cette précieuse ressource qu'est l'eau potable. En regardant de plus près le graphique ci-joint, il est facile de cibler la plus forte consommation d'eau et de ce fait, trouver des solutions pour en réduire la consommation. J'aurais le goût, pour être à la mode, de vous dire les mots suivants:

« Ayons une consommation en pleine conscience, du moins avec plus de conscience sur les impacts négatifs résultant d'un usage abusif. Une consommation d'eau potable en conscience aura des impacts positifs tout en préservant le legs d'une qualité de vie pour ceux et celles qui nous suivent! »

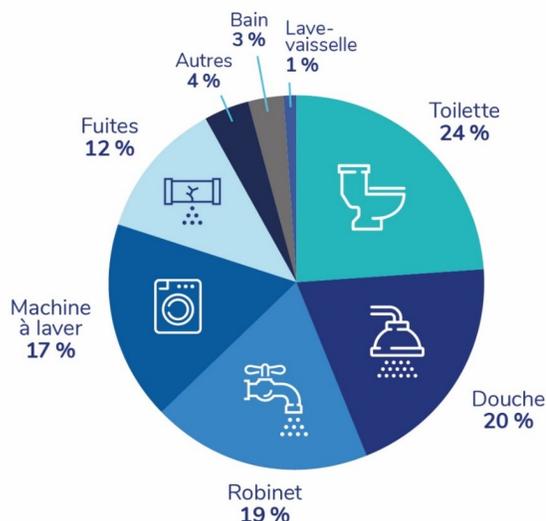
Source : Water Research Foundation 

<https://www.mamh.gouv.qc.ca/infrastructures/campagne-mon-empreinte-bleue/trucs-et-astuces/>

Suite: voir le diagramme à la page 6

## Une consommation d'eau en conscience... suite

Répartition moyenne de la consommation résidentielle intérieure



NOTE : La catégorie « Autres » inclut le refroidissement par évaporation, l'humidification, l'adoucissement d'eau et d'autres usages intérieurs non-catégorisés.

### Avis de recherche

Votre conseil sectoriel est présentement à la recherche de personnes intéressées à en faire partie. Si vous êtes intéressé.e, veuillez contacter un des membres du conseil. Un beau défi à relever!



### Mot de la présidente régionale



Bonjour à vous toutes et tous,  
Après avoir profité d'un été sec et chaud, quand même entrecoupé de quelques journées trop froides, nous avons développé une capacité d'adaptation qui devrait nous permettre de passer un bel automne. C'est du moins mon souhait pour nous aider à maintenir une vie aréquienne d'entraide, de solidarité et d'engagement. Vivement le retour à une vie normale!  
Merci à votre conseil sectoriel qui poursuit son travail avec ténacité et audace.  
J'espère avoir le plaisir de vous revoir lors de rencontres régionales.

Carole Pedneault, présidente régionale 03

**À noter : Cette activité n'aura lieu que si L'AREQ et la *santé publique* nous y autorisent .**

**Fête de l'amitié**

AREQ, secteur Beauce-Etchemins  
Le jeudi 17 février 10 h 30  
Au restaurant Baril Grill,  
1390, 6e Avenue (boulevard Dionne)  
Saint-Georges, G5Y 3V6



11h Accueil  
11 h 30 Mot de bienvenue  
12 h 00 Dîner et animation  
musicale



**Fête de l'Amitié (à envoyer avant le 27 janvier 2022)**

Nom : \_\_\_\_\_ Accompagné.e de : \_\_\_\_\_

Adresse : \_\_\_\_\_ Localité : \_\_\_\_\_ Code postal : \_\_\_\_\_

tél. : \_\_\_\_\_ Courriel : \_\_\_\_\_ )

**Inscription et preuve vaccinale obligatoires.**

MEMBRE = 10 \$ Autre = 25 \$ Faire parvenir le chèque à envoyer par la poste seulement au nom de AREQ SECTEUR BEAUCE-ETCHEMINS, 3045, 1re Av. Clermont-Pépin, Saint-Georges PQ G5Y 5R3

Si désistement, le faire savoir **obligatoirement** à Paule Caron avant le **27 janvier 2022**

au numéro de téléphone 418-225-3068 ou **paulecaron@hotmail.com**



## En zone de turbulences

Carole Fontaine,  
conseillère sociopolitique, AREQ-B-E

Je ne sais pas pour vous, mais moi, je ne sais plus où donner de la tête, je profite donc de cette chronique pour m'épancher auprès de vous. À chaque nouvelle que je consulte, on me rappelle un enjeu d'importance que je sais pertinemment ne pas pouvoir se régler en un tournemain.

D'un naturel plutôt optimiste, j'ai parfois envie d'être découragée, car j'ai l'impression que les turbulences affectent toutes les sphères de notre vie. En pêle-mêle, je cite les changements climatiques, la gestion de la diversité, l'offre du logement abordable, le chantier de rénovation de notre système de santé, le défi du maintien des aînés à domicile et l'important processus de la réconciliation autochtone. Ajoutez un zeste de pénurie de main-d'œuvre, une quatrième vague, une inflation inquiétante et des mégaentreprises et des personnalités connues qui profitent indûment des paradis fiscaux. Ouf, je suis étourdie.

En même temps, plusieurs concepts circulent dans le flot d'informations et appellent à des changements de paradigmes et de comportements : autonomie alimentaire, économie circulaire, tourisme durable, mode responsable et écocitoyenneté, pour ne nommer que ceux-là. Et là, je me questionne. Quelle est ma place comme citoyenne retraitée active pour aider, donner un sens, faire ma part? On lit de plus en plus qu'il faut repenser notre manière de consommer, remplacer la quête du bas prix à tout prix par la quête d'un produit, d'un service qui correspond à un réel besoin et qui est offert par quelqu'un de notre secteur, de notre entourage. Il s'agit d'encourager le commerce de proximité, que ce soit pour acheter en ligne ou en personne. Identifier réellement ce qui

me fait du bien, cibler mes besoins, dépenser moins, mais dépenser mieux? La nouvelle préoccupation autour de l'autonomie alimentaire m'a amenée à me questionner sur la provenance des denrées alimentaires que je consomme. En ai-je besoin d'autant? D'où viennent-elles? Ai-je réellement besoin de manger des fraises de Californie le 8 janvier? Est-ce cela aussi se préoccuper du changement climatique?

Je ne suis certaine que d'une seule chose : tous les services *chromés* que nous avons connus sont en mutation et nous devons modifier nos attentes comme citoyens, clients, consommateurs, usagers. Le temps d'un service tous azimuts, 24/24 heures et 7/7 jours semble révolu. Il s'agit de repenser l'offre de services que nous pouvons nous payer collectivement en nous souciant de l'équité intergénérationnelle et en nous préoccupant du mieux-être de tout un chacun. Et là, nous nous situons à la frontière des besoins collectifs et des besoins individuels. Nous surferons sur la ligne ténue qui sépare nos choix individuels versus le mieux-être collectif. Je nous crois capables de prendre les bonnes décisions et de les assumer, individuellement et collectivement.

### Le chantier des aînés

Parce que je suis préoccupée par tous ces enjeux qui sont conjugués à une démographie vieillissante à laquelle je participe, je suis fière d'être membre de l'AREQ qui est partie prenante de la Coalition pour la dignité des aînés. Intitulé *Cap sur la dignité*, un chantier des aînés a été lancé au nom de tous les aînés du Québec. Pour en savoir plus, je vous invite à visiter la page du site Internet de l'AREQ <https://areq.lacsq.org/publication/coalition-pour-la-dignite-des-aines/> où l'on présente 38 solutions pour la dignité des aînés. Les solutions sont regroupées sous 4 thèmes : santé, défense des droits, finances et participation citoyenne.



## Le bénévolat se meurt...

Liane Loignon,  
comité des femmes

Le bénévolat se meurt ... Et pourtant... Le bénévolat est peut-être plus que jamais nécessaire. Il est le lien qui compense pour les manques dans le tissu social, il colmate les brèches. Les Québécois.e.s ont toujours été reconnu.e.s pour leur capacité à répondre *présent* lorsque les plus fragilisés appellent à l'aide. Il n'y qu'à se rappeler la tradition de la corvée.

Personnellement, le bénévolat m'a apporté plus que ce que j'ai donné. Il m'a donné le sentiment d'être encore dans le *circuit*, le sentiment d'être un peu utile, d'être capable de faire une petite différence quelque part pour quelqu'un. Il m'a permis de rencontrer des gens impliqués, généreux et de

m'enrichir à leur contact. Il m'a sortie de ma routine un peu égoïste, un peu léthargique aussi parfois.

Plusieurs organismes se disent en manque de bénévoles et ne savent où trouver une relève. Personnellement, je crois que la relève se trouve parmi les nouvelles, les nouveaux retraité.e.s. Ceux-ci sont jeunes et dynamiques. Ils disposent de plus de temps, ils ont encore de l'énergie. Ils ont le savoir et le savoir-faire, ils ont aussi un réseau.

Donner quelques heures par mois de son temps pour prendre le relais, pour assurer une continuité, pour apporter du sang neuf ne représente pas un défi insurmontable.

Pourquoi ne pas le faire pour demeurer actif et impliqué dans la communauté, pour soutenir une cause, pour...?

### Félicitations à l'Afeas

L'année 2021 marque les quarante ans d'existence de l'Afeas Saint-Georges. En effet, cette association a vu le jour le 3 février 1981. Au fil des ans, l'Afeas a défendu plusieurs dossiers : ouverture de refuges pour femmes victimes de violence, création de services de garde, Loi sur le patrimoine familial, Loi sur l'équité salariale, Loi concernant les soins de fin de vie et bien d'autres encore.

Depuis 1981, de nombreuses femmes ont pris le relais et assuré la continuité de l'Association. Pour ces quarante ans à rassembler des femmes, à porter leur parole, à marcher vers l'égalité, l'Afeas locale Saint-Georges mérite toutes nos félicitations.

## Rêver à l'impossible

Jacques Rancourt



Au milieu de la nuit où le sommeil tardait à venir endormir l'être parfois torturé que je suis, une question existentielle est venue trotter dans ma tête. Est-ce possible d'avoir encore des rêves à un âge avancé? Nous avons derrière nous l'enfance, l'adolescence et dans le monde adulte une carrière et finalement la retraite. On se retire de quoi au juste?

En prenant mon café ce matin-là, cette question me trotte encore dans la tête. Se retirer? Retraiter? Ces verbes me donnent froid au dos et me plongent dans un questionnement inquiétant. Est-ce que le rêve est encore possible? Est-ce que l'impossible peut devenir possible? Est-il possible de vivre le meilleur de notre vie encore aujourd'hui?

Voilà un questionnement qui ébranle mon monde intérieur, moi qui pensais faire une toute petite marche simple dans la nature georgienne. Ne me dites pas que je vais être obligé de faire une réelle transformation de mon monde intérieur pour entrevoir une réalité autre qui tuerait l'impossibilité de rêver.

En fait la question est de savoir si on peut encore se réinventer à ce moment-ci de notre vie, de notre âge assez avancé. Oublions la possibilité de changer d'apparence quoique

dernièrement j'ai changé ma coupe de cheveux ce qui a fait parler.

Non, il n'est pas question de partir à l'autre bout du monde surtout en cette époque pandémique. Tout laisser tomber? Je me demande bien ce que je laisserais tomber. Il y a bien des morceaux de mon corps qui tombent sans me le demander.

Confucius est venu me rappeler qu'on a deux vies et que la deuxième commence le jour où on réalise qu'on en a juste une. Cela m'apprend que cette vie unique qui m'appartient me permet encore de me réinventer, de prendre le temps de vivre, de me recréer intérieurement, de m'émerveiller et d'aimer les êtres qui sont dans ma vie.

Bref, pour conclure ce texte un peu simpliste, je l'avoue, on a toutes les ressources en nous pour nous réinventer et faire possibles nos rêves.



## Les hommes racontent

Chronique proposée  
par François Pouliot



### Adrien Ouellette

Ce qui m'a amené à l'enseignement c'est essentiellement deux choses. E premier lieu, tout au long de mes études primaires et secondaires, je rêvais de devenir un enseignant, mais c'était quatre ans d'études dans une école normale soit à Québec ou ailleurs. La situation financière de ma famille ne le permettait pas. Maman devenue veuve sans le sou, il me fallait trouver autre chose. Heureusement, j'ai appris qu'à Sherbrooke on offrait un cours en pédagogie d'une durée d'un an permettant l'accès à l'enseignement primaire (brevet C). Alors j'ai sauté sur l'occasion et j'ai obtenu ce premier brevet d'enseignement. Évidemment, je savais que je devrais, par des cours d'été, de fins de semaine et de soirées aller chercher un brevet « A ». Je l'ai fait jusqu'au bac.

Au fil des ans, ma situation a changé. Tout en continuant l'enseignement, je suis devenu maire de Saint-Joseph pendant huit ans. J'ai été élu député à Québec en 1976 puis ministre de l'Environnement le tout durant près de dix ans. Après ma défaite, je suis revenu à l'enseignement. La fonction de député et de ministre est très exigeante et le retour à l'école fut bienfaisant.

On me demande souvent si je suis mélomane. Oui et j'ajoute que je n'ai aucun talent musical, ce qui ne m'empêche pas d'aimer la

musique, celle des autres évidemment. J'aime la musique classique, populaire, folklorique et québécoise. Ne sommes-nous pas gâtés en ayant autant d'artistes de grande valeur de Félix Leclerc à Céline Dion par exemple sans oublier tant et tant d'autres femmes et hommes dont plusieurs sont adorés en France, en Europe et aux États-Unis et même dans plusieurs autres pays.

Je lis beaucoup et je préfère les livres d'histoire. J'y trouve beaucoup d'exemples qui me permettent de mieux comprendre l'actualité dans le monde. Il y a tellement de bons auteurs qui nous enchantent et parfois nous enivrent par leur philosophie. Par moment, il y a des pensées qui nous laissent perplexes. À titre d'exemple : « Si les hommes portaient des enfants, il y a longtemps que l'avortement serait un sacrement. » une citation de Simone de Beauvoir. C'était une féministe engagée qui n'avait pas la langue dans sa poche. J'ai l'impression qu'elle visait le clergé. Les sacrements après tout sont l'œuvre de Rome. Un autre livre que nous devrions tous lire, c'est : *Le Petit Prince* de Saint-Exupéry.

En terminant, je vous rappelle un événement qui a marqué mon passage à la mairie de ma ville. En septembre 1972, à la suite de l'incendie des usines Glendale, j'ai proposé d'organiser une corvée pour reconstruire cette usine du plus gros employeur de la ville à l'époque.

La grande Corvée a fait couler beaucoup d'encre et animé de nombreuses discussions. On s'étonnait de cette initiative beauceronne. Une couverture médiatique locale et nationale nous a fait connaître à l'étranger. Le Gouverneur Général, M. Mitchener vint apporter son

appui aux promoteurs et un an plus tard, comme premier magistrat, j'ai été décoré de l'Ordre du Canada. Des moments mémorables que j'ai partagés avec ma communauté.

*Adrien Ouellette*

## JOURNÉE INTERNATIONALE DES HOMMES

**DATE :** 18 novembre 2021 à partir de 9h

**ENDROIT :** Hôtel Québec

**SUJETS :** Une conférence sur la proche-aidance et une conférence concernant les questionnements des hommes.

Dans l'après-midi, il y aura des performances des différents secteurs jusque vers 14h30.

**COÛT :** 15\$ (membre) 25\$ (non-membre)

Dîner compris

**DATE LIMITE :** 8 novembre 2021

**INFORMATION ET INSCRIPTION :**

François Pouliot (418) 397-6764



## *Une épopée beauceronne* procure 20 000 \$ au Gala du mérite sportif beauceron



Les ventes du livre *Une épopée beauceronne*, écrit par Rosaire Sylvain, membre de l'AREQ B.-E., avec la collaboration d'Éric Giguère, ont permis d'amasser la somme de 20 000 \$ pour le Gala du mérite sportif beauceron. Bravo M. Sylvain!



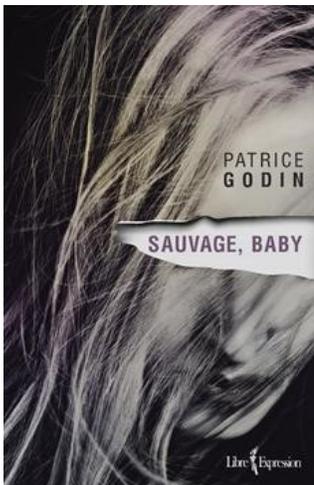
## Chronique littéraire

par Marie Nadeau

### *Pourtant je suis là, Camilla Sironi, 2021*

*Pourtant, je suis là* est une belle histoire d'amour entre une mère et son fils qui, malgré les amertumes, les absences et les maladresses, apprennent à se pardonner pour mieux s'aimer. Un roman aussi riche en paysages qu'en émotions. *Internet*

C'est son premier roman. Elle possède une belle maîtrise des mots. Avec elle, on s'assoit et on prend le temps de savourer le plaisir de lire. Une jeune autrice québécoise d'origine franco-italienne à découvrir.



### *Sauvage, Baby, Patrice Godin, 2021*

« Derrière chaque crépuscule se cache une aube. »

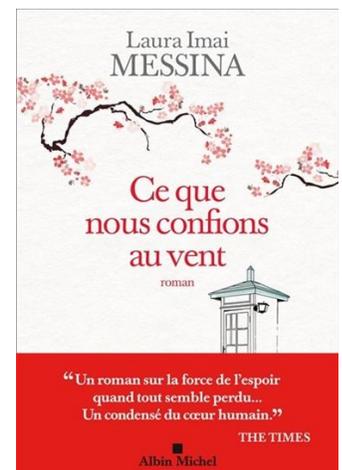
Sam a connu les horreurs du monde et de la guerre comme opérateur au sein des Forces spéciales. Alexia, une jeune femme trans, tente d'échapper à la violence qu'est devenue sa vie. La liberté a un prix. Et cette liberté, parfois, se paie de chair et de sang. *Internet*

J'avais déjà lu du Patrice Godin mais cette fois-ci, il a réussi à m'embarquer dans une belle aventure. Il m'a aidée à mieux comprendre l'univers et les difficultés des personnes trans. Un bon thriller, je vous le recommande.

### *Ce que nous confions au vent, Laura Imai Messina, 2021*

Après avoir perdu sa mère et sa fille dans le tsunami de 2011, Yui sombre dans le désespoir. Elle apprend l'existence d'une cabine téléphonique désaffectée, installée dans un jardin au-dessus de la mer à Iwate, au Japon, qui permettrait de communiquer avec les disparus. Elle s'y rend et rencontre Takeshi, un médecin dont la fille de 4 ans se mure dans le silence après la disparition de sa mère. *Internet*

Ce bouquin est venu me toucher directement au cœur. Écrit avec finesse et beaucoup d'émotion. La cabine téléphonique existe encore de nos jours. Une belle façon de permettre de parler avec ceux qui nous ont quittés. J'avais envie de prendre l'héroïne dans mes bras et de la consoler.





Depuis sa semi-retraite, mon époux a un rêve: construire un véhicule récréatif à partir d'une ambulance décommissionnée. Beau projet auquel s'en ajoute encore bien d'autres depuis ses formations en électricité et soudure. Il ne chôme pas, tout cela en occupant la tâche de proche aidant auprès de son père, 93 ans, qui habite encore dans sa maison, tout près de chez nous.

À force de m'entretenir de son idée, je me suis moi-même intéressée à la question et j'ai visionné plusieurs vidéos de travaux de restauration. J'avoue, cela a allumé une petite flamme en moi. Toutefois, j'avais quelques réticences: partager mon espace vital dans une boîte de 7 par 13 pieds avec mon chéri, est-ce chose possible?

Je lui ai alors proposé de louer un véhicule durant une semaine pendant l'été. Aussitôt que j'ai émis l'hypothèse, Robert s'est tout de suite installé à la recherche d'une location. Je vous l'affirme, il n'y a qu'une seule ambulance transformée en VR dans tout le Québec et elle se trouve à Longueuil.

Considérant que nous avons droit à rouler sans frais supplémentaires un maximum de 200 km par jour, juste le fait d'aller réceptionner Nitro (nom du VR) et de la retourner à bon port, nous avons facilement basculé dans les frais excédentaires. Qu'est-ce qu'une femme ne ferait pas pour

## Aventure en VR

Marie Nadeau

plaire à son homme? J'ai obtempéré et embarqué dans l'aventure.

Jour 1: Réception du véhicule en après-midi et retour en Beauce afin d'y installer notre bagage. Il pleuvait tellement que nous avons choisi de dormir à la maison.

Jour 2: C'est le départ, le bas Saint-Laurent était notre destination. Sillonner les rives fleuve en empruntant la 132. Les paysages sont magnifiques. Je ne m'inquiétais pas de l'endroit où dormir, nos avions, tel l'escargot, notre maison sur le dos. Ce fut notre premier affrontement: l'amour de ma vie avait besoin d'un itinéraire, un point de chute à la fin de la journée. Oups, nous n'avions pas le même point de vue. Après quelques mots d'église et quelques affrontements tel: « C... si cela ne fait pas ton affaire, je vais revenir en autobus, bon vent. » Nous avons finalement trouvé un terrain d'entente et poursuivi notre périple.

Difficile même après toutes ces 41 années de vie commune de communiquer. C'est le moment de la réconciliation qui est le meilleur!

Bref, j'ai bien apprécié mon expérience. Quel bonheur de s'accorder un moment de pause loin de la maison et de vivre à nouveau en duo. La promiscuité que je redoutais ne fut pas un problème. Depuis le temps, nous avons appris à respecter nos besoins d'espace respectifs. L'expérience fut concluante. On s'achètera une ambulance l'été prochain dans le but de la transformer selon nos besoins. Nous partirons de nouveau à l'aventure.

C'est pourquoi je laisserai mon poste de conseillère et la responsabilité du *Reflot* le printemps prochain. Qui sera la personne chanceuse prou prendre le relais? Cela aussi est une belle aventure. Je m'engage à former mon ou ma remplaçante. C'est une promesse.



## LE P'TIT DOCTEUR DE SAINT-FRANÇOIS-DE-BEAUCE

Un roman de Daniel Lessard

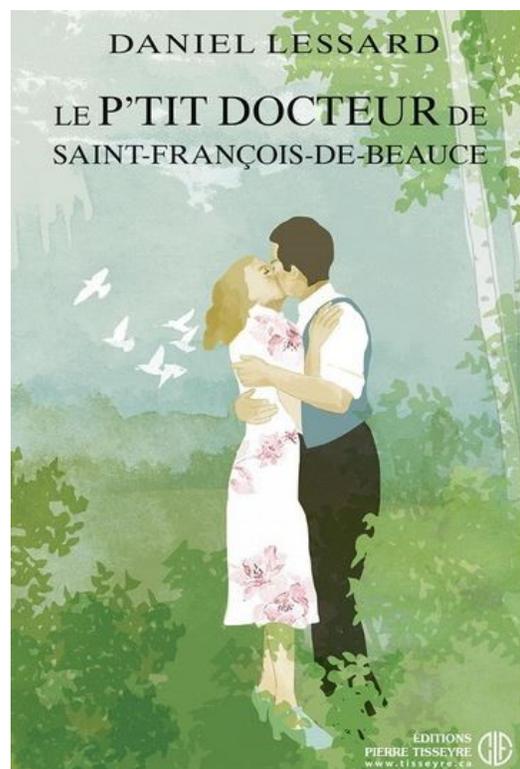
Lu et suggéré par Jacques Rancourt

J'ai lu avec beaucoup de plaisir ce dernier roman de Daniel Lessard qui nous plonge encore une fois dans le décor de sa Beauce natale. Pour ceux et celles qui sont nés dans les années 1940, vous allez reconnaître des traits de cette époque. Les gens confiaient leurs malaises aux « ramancheurs », à celles qui arrêtaient le mal de dent ou le sang, etc. Avec l'aide de son amie Andrée Roy de Patrimoine Beauceville, Daniel a su remonter le temps et nous livrer une page d'époque plongée dans les ravages de la grippe espagnole. Voici donc le résumé de cette histoire que je ne peux mieux décrire que ce que je lis sur la quatrième de couverture du roman.

« Septembre 1918. Le jeune docteur Laurent Cliche, nouvellement marié à Rose, la belle infirmière qu'il a connue à l'Hôtel-Dieu de Québec, vient d'arriver dans le petit village de Saint-François de Beauce. En s'installant à la campagne, Rose et lui croient avoir trouvé l'endroit rêvé pour fonder un foyer, loin des vicissitudes de la ville. Ils sont loin de soupçonner que le calme qu'ils recherchent sera celui qui précède la tempête. Car si Laurent, issu de la bourgeoisie de la capitale, est un idéaliste dont le manque d'expérience ne l'a pas préparé à relever les multiples défis que pose la vie dans cette région reculée, il est encore moins outillé pour affronter une crise sanitaire sans précédent. Basé sur une recherche approfondie et de nombreux documents d'archive, Le p'tit docteur dresse le portrait saisissant d'un village québécois en pleine pandémie de grippe espagnole. »

*« Nous avons découvert des hommes durs au travail comme au plaisir, joyeux mais batailleurs, tolérants mais vaniteux, indépendants, libres, mais de courte vue. Et des femmes costaudes, fomentuses de troubles en période critique, génitrices courageuses, participant aux réjouissances comme au travail, pratiquant avec beaucoup de vigueur l'égalité des sexes. »*

**Ferron, Madeleine et Cliche, Robert : Les Beaucerons ces insoumis, Hurtubise HMH, 1974**





## Régime d'assurance collective ASSUREQ

### La bientraitance

Par Marie-Claude Bélanger



Je me suis demandée ce que je devais vous transmettre comme information dans *Le Reflet*. N'ayant pas de nouvelles concernant les assurances et la retraite je vous présente un texte qui m'a informé sur la bientraitance. Bonne lecture.

La bientraitance est un terme qui est de plus en plus utilisé lorsqu'on parle des personnes âgées. En voici la définition exacte : La bientraitance vise le bien-être, le respect de la dignité, l'épanouissement, l'estime de soi, l'inclusion et la sécurité de la personne.

Elle s'exprime par des attentions, des attitudes, des actions et des pratiques respectueuses des valeurs, de la culture, des croyances, du parcours de vie, de la singularité et des droits et libertés de la personne âgée.

En d'autres mots, la bientraitance a comme objectif de reconnaître l'humain derrière le vieillissement.

D'adopter des comportements de bientraitance, peu importe notre âge, fera en sorte que les stéréotypes et l'âgisme tombent pour laisser place à un respect mutuel entre nous.

Il n'est pas rare d'entendre des jeunes

membres nous dire qu'ils ne se reconnaissent pas comme des personnes âgées. Ce sont pourtant des personnes qui vivent avec les impacts du vieillissement humain normal. Par contre, pourquoi associons-nous le vieillissement à quelque chose de négatif?

Parce que nous vivons dans une société où trop longtemps l'âgisme et les stéréotypes sur le vieillissement ont pris toute la place. Par ce texte nous avons l'opportunité de sensibiliser la population.

*Texte de Marissa Dompierre, responsable des programmes et projets spéciaux.*



**Si vous changez d'adresse, il est très important d'aviser l'AREQ afin que votre dossier d'assurance soit à jour.  
Informations en page 2**

**L'AREQ a pour mission de promouvoir et de défendre les intérêts et les droits culturels, sociaux, économiques et environnementaux de ses membres et des personnes âgées et de contribuer à la réalisation d'une société égalitaire, démocratique, solidaire et pacifiste. L'AREQ souscrit au principe d'égalité de droit et de fait entre les femmes et les hommes.**

*De passage dans nos vies*

« Derrière chaque crépuscule se cache une aube. » Patrice Godin



**André Garant**  
19 août 2021



**Michel Boily**  
7 septembre 2021



**Lili Roy**  
7 octobre 2021



**Thérèse Latulippe**  
17 avril 2021



**Lorsque vous êtes informés du décès d'un membre de notre association, communiquez avec Rolande Vaillancourt au 418-594-8033 ou par courriel à [areqbe1@gmail.com](mailto:areqbe1@gmail.com)**

**LISTE DES RETRAITÉES ET RETRAITÉS****du 1 novembre 2020 au 30 septembre 2021**

| <b>GR</b> | <b>NOM</b>   | <b>PRENOM</b> | <b>LIEU</b>                                     |
|-----------|--------------|---------------|---|
| S         | AUCLAIR      | DENISE M      | École primaire les Sittelles                    |
| S         | AUDET        | DANIELLE      | École primaire les Sittelles                    |
| E         | AUGER        | ALAIN         | École Notre-Dame Lac-Etchemin                   |
| S         | BEAUDOIN     | NOËLLINE      | École du Trait-d'Union                          |
| C         | BEAUDOIN     | RENÉ          | École La passerelle (Lacroix et Petits-castors) |
| E         | BLAIS        | GUYLAINE      | École Drouin                                    |
| E         | BLAIS        | YVAN          | École Drouin                                    |
| S         | BOIVIN       | GILLES        | S.R.I.O.  |
| E         | BOUGIE       | BRIGITTE      | École Dionne                                    |
| S         | BOUTIN       | FABIEN        | Polyvalente benoit-Vachon                       |
| C         | BOUTIN       | SYLVIE        | École l'Accueil                                 |
| S         | BRETON-MORIN | JACQUELINE    | École Maribel                                   |
| S         | BROCHU       | ROBERT        | S.R.I.O.  |
| S         | BROUSSEAU    | BRIGITTE      | École des Appalaches                            |
| E         | CARON        | MARIE-CLAUDE  | École des Deux-Rives                            |
| S         | CARRIER      | DANIE         | Polyvalente st-Georges                          |
| S         | CLOUTIER     | JOSÉE C       | École du Trait-d'Union                          |
| E         | DALLAIRE     | ÉLIZABETH     | École Maribel                                   |
| E         | FORTIN       | SERGE         | Polyvalente des Abénaquis                       |
| S         | GIROUX       | JOCELYNE      | Surnuméraire                                    |
| E         | GODBOUT      | NATHALIE      | École Lacroix                                   |
| S         | GONTHIER     | SUZANNE       | École Monseigneur-Fortier                       |

| GR | NOM               | PRENOM       | LIEU                                |
|----|-------------------|--------------|-------------------------------------|
| S  | GOULET            | MICHELLE     | Surnuméraire                        |
| E  | GUERTIN           | JACQUES      | Polyvalente St-Georges              |
| C  | ISABEL            | FRANCIS      | Secrétariat général                 |
| E  | LABBÉ             | MYRIAM       | École primaire les Sittelles        |
| E  | LACHANCE          | ANNIE        | Polyvalente st-Georges              |
| S  | LACHANCE          | YVAN         | École Grande-Coudée                 |
| E  | LACOMBE           | MARIE-France | École De Léry-Mgr-de-Laval          |
| S  | LACOMBE           | MARISE       | Polyvalente St-Georges              |
| E  | LAGUEUX           | JEAN-PIERRE  | Polyvalente Bélanger                |
| S  | LARIVIÈRE-GILBERT | LOUISE       | Polyvalente des Abénaquis           |
| S  | LATERREUR         | DIANE        | École Drouin                        |
| E  | LAVERDIÈRE        | FRANCE       | École L'Astrale                     |
| S  | LEMIEUX           | MARIO        | CFP Pozer                           |
| S  | LEPAGE            | DENISE M     | École Maribel                       |
| C  | LESSARD           | NORMAND      | Direction générale                  |
| E  | LÉVESQUE          | YVES         | Polyvalente des Abénaquis           |
| E  | L'HEUREUX         | LIETTE       | École Notre-Dame St-Elzéar          |
| E  | MANSEAU           | YVES         | Polyvalente benoit-Vachon           |
| S  | MORIN             | MARIE_JOSÉE  | Polyvalente des Abénaquis           |
| E  | NADEAU            | CAROLE A     | École du Trait-d'Union              |
| E  | NOLET             | LUCIE        | École L'Accueil                     |
| S  | PAGÉ              | Hélène       | École primaire l'Éveil              |
| S  | PELLETIER         | Chantal      | École l'Étincelle de Ste-Marguerite |
| S  | PICARD            | Denis        | Polyvalente Benoit-Vachon           |
| E  | PLANTE            | Annie        | École Sainte-Martine                |
| E  | POULIN            | Francis      | École du Trait-d'Union              |

| GR | NOM       | PRENOM    | LIEU  |
|----|-----------|-----------|---|
| S  | POULIN    | LINDA M   | École Lacroix                                   |
| S  | POULIN    | PAUL      | Service des ressources matérielles / Imprimerie |
| S  | RANCOURT  | LUCE      | École la Passerelle (Lacroix)                   |
| S  | RODRIGUE  | DANIELLE  | École De Léry                                   |
| E  | ROULEAU   | BRIGITTE  | École De Léry-Mgr-de-Laval                      |
| E  | ROY       | ANDRÉE J  | École D'Youville                                |
| E  | ROY       | LISE J    | École des Bois-Francs                           |
| E  | ROY       | SYLVIE D  | École Dionne                                    |
| E  | ROYER     | MARTINE   | Polyvalente St-Georges                          |
| E  | SAMSON    | LUCILLE   | École du Trait-d'Union (Notre Dame)             |
| E  | SAVARD    | JOSÉE     | École Maribel                                   |
| E  | ST-PIERRE | LISE      | École Ste-Martine                               |
| P  | SULLIVAN  | CATHERINE | Services éducatifs / PBV                        |
| S  | SYLVESTRE | CHANTAL   | Surnuméraire                                    |
| E  | TANGUAY   | SYLVIE    | École Mgr-Feuiltault                            |
| E  | TREMBLAY  | MONA      | École Drouin                                    |
| E  | VEER      | JOSÉE     | Évole La Passerelle (Lacroix)                   |
| E  | VALLÉE    | Louise    | École Mgr-Fortier                               |
| P  | VEILLEUX  | Odette    | Services éducatifs                              |

C cadre  
 E enseignant.e  
 P professionnel.le  
 S: soutien ou surnuméraire

Le conseil sectoriel vous souhaite une belle retraite et de profiter de ce temps précieux qui maintenant vous appartient entièrement.