



Postes Canada
PP 41838521

Vent d'Est

Novembre 2018 - Volume 25, n° 2

NOTRE CENTENAIRE, MME MARGUERITE MÉNARD



Secteur D : Sherbrooke-Est et les environs, Région Estrie

⇒ **Adresse de retour :**

AREQ Sherbrooke-Est et les environs
744, rue Caroline
Sherbrooke QC J1E 3R4





SOMMAIRE

Mot de la présidente	2
Activités à venir	3
Fête de Noël coupon-réponse	4-5
La Non-Rentrée	6-7
Nouveaux retraités	8
Gratitude	9
Déjeuner littéraire	10
Action sociopolitique (CASP)	11
Environnement et dév. durable (EDD)	12
Fondation Laure- Gaudreault (FLG)	13
Assurances Site Web	14
Retraite	15
Comité des femmes (CCF)	16
Reflets des membres	17
Saint-Valentin	18
Reconnaissance L'Entr'amis	19
Comité des hommes	20
Célébration	21
Coordonnées	22
Babillard	23
Anniversaires In memoriam	24

MOT DE LA PRÉSIDENTE

Il est où le bonheur, il est où???

Une belle chanson de Christophe Maé qui a fait fureur et qui est et sera toujours d'actualité. Chercher le bonheur!



Il ne suffit qu'à écouter cette chanson pour réaliser que nous sommes souvent à sa recherche. Mais se faire dire qu'il existe ce bonheur, ça fait du bien!

Voyons ce qu'il en dit :

On fait comme on peut,

J'ai fait la fête et je croyais être heureux

pensant que ça ira mieux demain, ça va pas mieux...

Ces chaises vides qui nous rappellent ce que la vie nous prend mais il est où le bonheur...il est là!

C'est une bougie le bonheur...

Attention car on peut l'éteindre!

On le veut le bonheur... tout le monde veut l'atteindre.

Il ne fait pas de bruit le bonheur!

C'est con car c'est souvent après qu'on sait qu'il était là.

Finalement, ce que j'en comprends, il ne faut pas le chercher car il est là.....tous les jours dans notre cœur dans notre tête, finalement, *il est en soi!*

Beaucoup de bonheur durant le temps des fêtes, une occasion merveilleuse pour s'entourer de notre famille, de nos amies, et réaliser

qu'il est là le bonheur!

Claire Gagnon, présidente



ESPÉRANT VOUS VOIR NOMBREUX POUR L'ANNÉE 2018-2019

Mardi	20 nov. :	Déjeuner rencontre au resto Demers de 8 h 45 à 11 h pour souligner la journée mondiale des hommes. Le déjeuner sera payé pour la gent masculine (membres du secteur). Cette année, cette rencontre est réservée exclusivement aux hommes. Vos amis sont les bienvenus! <i>M. Gilles Lépine sera l'invité.</i> (voir note plus bas)
Jeudi	13 déc. :	Fête de Noël au Parvis (voir détails aux pp. 4-5)
Jeudi	14 févr. :	St-Valentin à la brasserie le Dauphin (voir détails p. 18)
Mercredi	6 mars :	Journée internationale des Femmes (voir Estrien)
	avril :	Projet toujours en Action (PTEA) Toutes les informations apparaitront au prochain bulletin.
Mardi	7 mai :	Assemblée générale sectorielle (AGS)
Mardi	11 juin :	Déjeuner au resto Demers Pour les déjeuners littéraires, Pierrette Denault vous attend avec plaisir. (voir détails p. 10)

Les chaînes téléphonique/électronique compléteront les informations.

Lors d'une activité faite au restaurant Demers, n'oubliez pas d'apporter votre carte de l'AREQ car elle vous donne *droit à un 10 % lors du paiement.*

Veillez signifier votre présence à Nicole Anne Blais 819 575-3137

Échanges citoyens

Veillez prendre note du changement de date de la prochaine rencontre du groupe *Échanges citoyens* : **le mardi 19 mars 2019**, à la bibliothèque Éva-Sénécal (mezzanine), de 10 h à midi.

Bienvenue à toutes et tous

Inscription gratuite : Angèle (819 791-3970)

Lors de la rencontre du 20 nov., les dames seront invitées à se regrouper dans un autre salon du restaurant si elles le désirent.



Le jeudi 13 décembre 2018
au Parvis!

Un Marché de Noël
" Surprises et découvertes "

Bonjour à toutes et à tous

Nous vous invitons à un *magnifique moment de Noël*, le jeudi 13 décembre au Parvis de 10 h 30 à 15 h.

Des exposants attentionnés vous attendent pour un Marché de Noël : livres, tuques, bas de laine, mitaines, rencontres avec des écrivaines, aquarelles, collection de livres pour enfants, bijoux, coussins, tabliers, sacs spéciaux à lunch... bref, plein d'idées pour faire de petits cadeaux pour Noël!

On magasine, on jase dans une ambiance de Noël!
Un sapin au centre de la place viendra vous charmer!
En après-midi, le marché sera ouvert au public;
cela nous permettra de partager nos passions.

Le but de cette fête est de créer des échanges et de faire de nouvelles connaissances.

Venez nombreuses, nombreux! INVITEZ VOS AMIS(ES)!

On vous attend!

Manon Boudreault, responsable du projet



*N. B. Par la même occasion, nous en profiterons
pour rendre hommage à nos membres nés en 1944.
Le repas leur sera offert gracieusement par le Conseil.
Aux personnes concernées, un dépôt de 10 \$ vous est demandé
afin d'assurer votre couvert auprès du traiteur.
Ce dépôt vous sera remis sur place.*

Déroulement de la rencontre :

- 10 h 30 : Accueil des membres et ouverture du marché
- 11 h 45 : Mot de la présidente
- 11 h 50 : Hommage à Pierre Madore
- 12 h : Diner. Nous aurons un repas de circonstance.
Une coupe de vin sera offerte avec plaisir par le Conseil.
(Le marché sera fermé durant le repas, de 12 h à 13 h.)
- 13 h : Réouverture du marché et musique pour tout le monde
- 14 h 30 : Prix de présence
- 15 h : Mot de la fin par la présidente



Coupon-réponse Noël 13 décembre 2018

Nom : _____ # membre _____ tél. : _____

Nom : _____ # membre _____ tél. : _____

Nous serons

_____ membre(s) du secteur D x 22 \$ = _____ \$

_____ conjointe(s)/conjoint(s) x 25 \$ = _____ \$

_____ non-membre(s) du secteur D x 30 \$ = _____ \$

_____ membre né en 1944 x 10 \$ = _____ \$

Ci-joint mon chèque au montant de _____ \$

J'ai besoin de covoiturage s.v.p.

Je peux offrir du covoiturage.

Libellez votre chèque à l'ordre de « AREQ-05D »

et le faire parvenir avec ce coupon-réponse avant le 27 novembre 2018 à :

Denise Gagnon, 244, Louis-Bureau, Sherbrooke QC J1E 3Z7 819 566-8568



UNE NON-RENTÉE JOYEUSE MALGRÉ LA TEMPÉRATURE MAUSSADE

En ce 26 septembre 2018, jour de la non-entrée de notre secteur, 73 personnes ont largué les amarres en compagnie des membres d'équipage du bateau Le Grand Cru pour une croisière de quatre heures au gré des flots du lac Memphrémagog. Succulent repas, musique d'ambiance des plus agréables, personnel courtois, informations pertinentes, conversations animées, bonne humeur, bref tous les ingrédients étaient présents pour favoriser de belles retrouvailles.

Jacqueline Paquette, 2^e vice-présidente secteur 05-D







UNE BELLE JOURNÉE D'AUTOMNE

Le mardi 23 oct., à la brasserie le Dauphin, nous avons le plaisir de recevoir 5 nouveaux retraités.

Nous étions une vingtaine pour accueillir Mesdames France Boucher, Chantal Lamothe, Janet White ainsi que Messieurs Jocelyn Turcotte et Michel Bibeau.

Suite au mot de bienvenue et après avoir levé nos verres, toute la place leur était réservée.

En effet, nous avons eu le plaisir de les connaître un peu plus. Mon seul regret est de ne pas leur avoir demandé de me laisser leur note personnelle.

Voici ce que j'ai retenu :



M^{me} France Boucher : Elle a travaillé au primaire en garderie scolaire durant 23 ans.

M^{me} Chantal Lamothe : Possédant plusieurs brevets, elle a enseigné dans plusieurs écoles avec des clientèles différentes. Elle a terminé sa carrière à l'école « Les Enfants de la Terre ».



M^{me} Janet White : Elle a travaillé comme cuisinière à l'école Alexander Galt.

M. Jocelyn Turcotte : Il a travaillé dans plusieurs écoles au niveau de la maintenance. C'est un passionné. Il s'intéresse à l'archéologie. Il travaille le cuir, en a vendu lors d'un festival et à d'autres occasions. Il aime faire la cuisine.



M. Michel Bibeau : Il a travaillé dans l'atelier sur la rue Chalifoux, le centre qui dessert tous les services indispensables pour les écoles.

Une rencontre des plus agréables

Merci à Lise car elle a fait la démarche afin que nous ayons un menu préparé uniquement pour notre groupe.



Merci à Denise d'avoir décoré la table et à Jacqueline de s'être occupé du livre d'Or pour s'assurer que tout le monde puisse signer.

Nous avons terminé en remettant aux nouveaux retraités un sac cadeau de la part du Conseil.

Claire Gagnon, présidente



IL FAUT FÊTER ÇA ...

Lise et Denise, deux membres du Conseil de notre secteur,
ont rendu visite à Pierrette
afin de fêter avec elle et tous les membres qui font partie de ce déjeuner littéraire.

Voici le texte intégral de cette belle rencontre.

Chère Pierrette,

Au nom des membres de l'AREQ du secteur D, nous tenons à t'exprimer notre profonde gratitude. Depuis maintenant 20 ans, tu ne ménages ni ta peine ni ton énergie afin de partager ton amour de la lecture.



Nous t'offrons ce petit mot.

*Je suis si petit, si petit
Que bien trop souvent, on m'oublie.*

*Ami avec le monde entier
Partout, je voudrais m'envoler.*

*Mon nom vous couvre de baisers
Doux compagnon du verbe : aimer.*

*Encore et toujours, si petit
Que bien trop souvent, on m'oublie.*

*Je fais déjà partie de vous
Sublime atout d'un rendez-vous.*

*Vite ! vite vous rattraper
Pour vous offrir mon doux secret.*

*Si fragile et si plein de vie
Mon nom est simplement merci.*

*Pleine de tendresse, je vous le dis
Du fond du coeur : un franc Merci !*



Myriam Fabre-Dillar

Croyez Madame Pierrette, en notre sincère gratitude.

MERCI!

« TOUTES LES GRANDES LECTURES SONT UNE DATE DANS L'EXISTENCE, »

Lamartine

Déjeuners littéraires. La rencontre de décembre sera l'occasion de présenter un livre qui a laissé une forte empreinte chez nous. Une suggestion heureuse d'Hélène Goulet, adoptée d'emblée par tout le groupe. Je parie qu'on entendra parler de livres lus durant l'enfance ou l'adolescence, de découvertes faites pendant un voyage, de poésies qui ont mis un baume sur une peine d'amour. À moins qu'on nous présente un livre dont on a partagé la lecture sur l'oreiller ou ailleurs? Ou alors qu'on nous parle du bonheur fulgurant de la première rencontre avec un auteur fétiche? Ou d'un livre qu'on ne cesse de relire pour les échos qu'il laisse en nous?



Des excuses. Mes proches le savent et désormais tous mes collègues de l'AREQ le sauront : si mon rapport aux lettres est un ravissement, mon rapport aux chiffres est compliqué. En voici une autre preuve : les déjeuners littéraires n'ont pas encore vingt ans comme je l'ai annoncé en grande pompe dans le dernier numéro. En fait, ils en ont 17! Toutes mes excuses et merci à Marie Arbour, co-fondatrice de cette activité, d'avoir rectifié le tir.

Les déjeuners littéraires ont lieu le premier mercredi du mois à 9 h au restaurant Eggsfruits, voisin du Provigo dans l'Est. On doit réserver sa place et il y a obligation de déjeuner. Au plaisir de vous y rencontrer!

Pierrette Denault, pideno@videotron.ca 819 563-9411



Angèle Berger,
responsable sectorielle
au comité (CASP)

ÉCHANGES CITOYENS

OPINIONS ET SUGGESTIONS

Voici quelques réflexions et suggestions de lectures que des membres du groupe Échanges citoyens partagent avec vous.

- ☞ Si vous vous interrogez sur la décroissance économique, voici un texte présenté par deux professeurs d'économie de l'École de gestion de l'UdeS sur le sujet. Un véritable cours 101!
<https://www.usherbrooke.ca/relations-medias/specialistes/point-de-vue-expert/la-decroissance-economique-veritable-solution-aux-problemes-de-societe/> Francine Charest
- ☞ Avec une nouvelle équipe (au gouvernement) misant sur l'économie, la santé et l'éducation, un espoir nous est-il permis? « Serez-vous capables de donner exactement ce que vous promettez aux familles, aux enfants, aux personnes âgées, aux travailleurs? Où prendrez-vous tout l'argent pour répondre à tous ces besoins? »
Guy Forget
- ☞ Voici un excellent ouvrage qui aurait dû être lu avant les élections : Démantèlement tranquille, Collectif sous la direction de Steve E Fortin, Éd. Québec Amérique.
Roger Arbour
- ☞ Il serait souhaitable de changer le moins souvent possible nos appareils (cellulaire, tablette, ordinateur, automobile, etc.) qui contiennent tous des terres et des métaux rares qui ne sont pas tous renouvelables. Voici un livre éclairant sur le sujet : La guerre aux métaux rares – La face cachée de la transition énergétique et numérique, Guillaume Pitron, Éditions Les liens qui libèrent, 2018, 295 pages (disponible à la bibliothèque municipale). *Robert Tremblay*
- ☞ Bravo à notre Association qui a informé les membres de façon rigoureuse et impartiale en publiant la synthèse des engagements électoraux en fonction de notre plan d'action nationale (avant le scrutin du 1er octobre). Bravo également pour les cinq (5) sorties publiques juin-août de notre Association pour le bien-être des personnes âgées (Site Web et Quoi de neuf). *Angèle Berger*



Nicole Potvin,
responsable du dossier
(EDD)

CUEILLETTE DU VERRE

Bonjour chers membres du secteur D,

Je siège sur un comité « verre » avec une dizaine de personnes. Nous travaillons sur un projet qui vise à sortir le verre du « bac pêle-mêle » afin de redonner la plus-value aux autres matières valorisables tels que le papier, le carton et le plastique.

Il s'agit de trouver une façon écologique de ramasser le verre et de voir avec les élus(es) la possibilité d'avoir des bacs qui serviraient uniquement à cet effet. On parle ici de cueillette du verre par dépôt volontaire. Il faut pour réduire les gaz à effet de serre (GES) voir à bien localiser les contenants de dépôt de verre près des commerces les plus visités par les consommateurs.

Il est important de rentabiliser les déplacements afin de limiter les frais inhérents au transport du verre.

Je sais que plusieurs d'entre vous ramassent déjà leurs bouteilles de vin et les pots de verre depuis quelque temps en vue d'une éventuelle cueillette semblable à celle qui se fait présentement à St-Denis de Brompton.

À la prochaine assemblée générale, je vous donnerai les informations concernant les derniers développements dans ce dossier.

P.-S. : Voici une suggestion de livre à consulter :

« *Petit manuel de résistance contemporaine* » de Cyril Dion, Actes Sud 2018



Jacqueline Paquette,
responsable sectorielle
pour la FLG

NOUVELLES BRÈVES DE LA FLG



Bonjour à toutes et à tous,

« Il est bon d'avoir à soi quelque chose pour le donner. »

(Paul Claudel)

Comme je vous l'ai annoncé précédemment, lors du marché de Noël, le 13 décembre prochain, j'ai l'intention de vous offrir des livres en échange d'un don de 5 \$ chacun. Tous les profits iront à la Fondation Laure-Gaudreault. Mais pour réaliser cet échange, j'ai besoin de votre générosité et de votre collaboration en me donnant les livres que vous avez lus et que vous ne relirez plus ou que vous ne tenez plus à conserver : romans (assez récents), biographies, nouvelles, contes, poésie, livres d'histoire, de voyages, d'activités, etc. Je compte énormément sur vous pour que cette activité de financement pour la FLG soit un franc succès. Si vous en avez à donner, appelez-moi à 819 875-2004 ou envoyez-moi un courriel à jaclinepaquette@sympatico.ca. Après avoir identifié la catégorie de votre livre ou de vos livres, vous me les apporterez le 13 décembre en venant à l'activité, sinon vous pouvez aller les porter au domicile de Claire Gagnon (744, rue Caroline, Sherbrooke). Grand merci à l'avance!

Je vous rappelle aussi que vous avez jusqu'au 15 décembre 2018 pour envoyer votre don personnel à la Fondation avec le formulaire et l'enveloppe que vous avez reçus dans le Vent d'Est du mois d'aout 2018. Pour tout don de 15 \$ et plus, vous recevrez un reçu d'impôt en février prochain.

Finalement, je vous souhaite de passer un heureux temps des fêtes entourés des personnes que vous chérissez et une nouvelle année sous l'égide de l'amour, d'une santé florissante et de la sérénité.



Denis Beaulieu,
responsable
du dossier Assurances

" SAVIEZ-VOUS QUE ... "

- ☞ Lors d'une réclamation, 80 % de la facture est payé par la SSQ jusqu'à concurrence de 750 \$/année.
- ☞ Sur le montant inscrit pour les primes mensuelles, ajoutez **9 % de taxes**.
- ☞ Peut-on passer de « Santé » à « Santé Plus »?
Auparavant, c'était non! Cependant, **à partir de janvier 2019** ce sera possible avec une condition de changements d'événements comme :
 - ✓ Le décès du conjoint(e)
 - ✓ Maladie
 - ✓ Nouvelle conjointe ou nouveau conjoint

Ces modifications doivent se faire dans les 90 jours de l'événement.

Voici le n° de tél. à retenir : 1 800 663-2408
De 8 h 30 à 9 h le temps d'attente est moindre.

Erratum : Pour les assurances voyage, il est important de noter ceci :
Pour des informations veuillez communiquer à :
Assistance-voyage : 1 800 465-2928

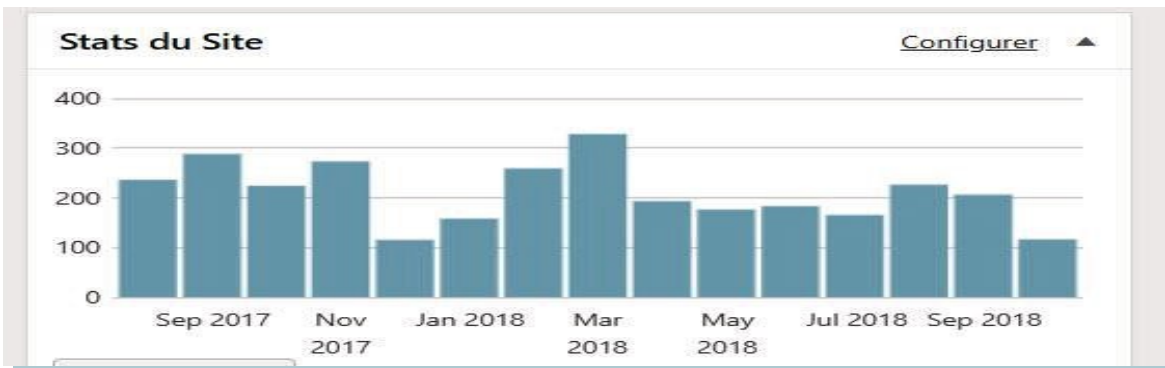


*Daniel
Brousseau,*
webmestre



*Angèle
Berger,*
édimestre

***On a une bonne moyenne
de 200 visites par semaine.***





Marie-France Hétu

responsable
du dossier retraite

65 ans en 2019!

**Qu'advient-il de la CARRA, du RRQ
et de La Pension de la sécurité de la vieillesse?**

Oui la vieillesse, j'haïs ce mot!

Le 6 novembre se tenait une rencontre d'information organisée par l'AREQ-Estrie sur ce qui arrive avec la PSV-La RRQ, le RRE et le RREGOP pour les personnes qui auront 65 ans en 2019.

Beaucoup de choses entendues. Voici quelques-uns des items traités au sujet de la PSV :

- . Oui il y a des changements en ce qui a trait à l'admissibilité mais... si vous aviez 60 ans ou plus le 31 mars 2018, vous continuez à être éligibles à la PSV et au Supplément de Revenu Garanti SRG comme avant;
- . Pour avoir le maximum de prestations de PSV, il faut avoir habité le Canada pendant 40 ans après l'âge de 18 ans;
- . Les prestations sont rajustées automatiquement 4 fois/an.

Le mois suivant votre 64^e anniversaire, Service Canada vous envoie une lettre vous expliquant que vous pouvez recevoir votre PSV à compter du mois suivant votre 65^e anniversaire.

Au sujet du RRQ :

- . Sachez qu'il est possible de demander le RRQ à 60 ans;
- . Elle sera bonifiée de 0.70 % /mois si vous réclamez après 65 ans;
- . Le montant de votre rente est indexé au coût de la vie en janvier de chaque année;
- . Il y a possibilité d'avoir une rente du conjoint survivant si votre conjoint(e) est décédé(e).

Au sujet de la coordination de votre régime de retraite (la CARRA) et de la RRQ :

- . Tout est calculé pour que vous receviez, si vous avez 65 ans et 35 ans de service, un montant correspondant à environ 70 % de votre revenu de travail;
- . Le mois suivant votre 65^e anniversaire, Retraite Québec fera une harmonisation (lire une diminution) des sommes reçues de votre régime de retraite.

On peut avoir ces informations utiles :

Service Canada : <https://www.canada.ca/fr>

Sécurité de la Vieillesse : <https://www.canada.ca/fr/services/prestations/pensionspubliques/rpc/securite-vieillesse.html>

Pour le Québec : https://www.rrq.gouv.qc.ca/fr/services/services_en_ligne/on_dossier_regie/Pages/mon_dossier_regie.aspx

Dans le prochain Estrien et dans le Quoi de neuf (site de l'AREQ),

Abonnez-vous à l'infolettre de l'AREQ

Informez-vous, c'est plaisant d'avoir le contrôle sur ses finances



Lise Beaudoin,
responsable
au comité CCF

ÊTRE PROCHE AIDANT

On devient proche aidant sans l'avoir planifié. Le proche aidant est une personne qui investit de son temps, sans rémunération, à fournir des soins et du soutien régulier à domicile à une personne ayant une incapacité significative ou persistante. Les personnes retraitées sont aussi très concernées, voici le portrait statistique publié par l'Appui en 2016.

L'âge du proche aidant :

55 à 64 ans 25 %
65 à 74 ans 12 %
75 ans et plus 4 %

Donc 41 % des personnes proches aidantes sont des personnes à la retraite ou près de leur retraite.

Le sexe du proche aidant :

Hommes 42 %
Femmes 58 %

En quelques mots, il est essentiel de réfléchir sur les points suivants :

Se reconnaître comme proche aidant
Prévenir l'épuisement
Organiser son quotidien
Planifier l'avenir
S'informer

Un accompagnement précoce permet de prévenir l'épuisement des proches aidants.

La première semaine de novembre a été proclamée par le gouvernement du Québec « Semaine nationale des proches aidants ». Elle a pour but de souligner le dévouement dont font preuve les proches aidants qui s'engagent auprès de personnes qui vivent une perte d'autonomie. Leur rôle est important, car ils contribuent aux mieux-être des gens fragilisés.

Si vous connaissez une personne proche aidante *démontrez-lui une petite reconnaissance*, ce que souvent la personne aidée ne peut plus faire...

Le thème pour l'année 2018 est « Parce que nous serons tous proches aidants »

Étant donné que les programmes et les services offerts changent régulièrement, plusieurs références sont disponibles pour nous venir en aide.

LE BUREAU DE L'APPUJ ESTRIE EST SITUÉ AU :

85, rue Belvédère Nord, Bureau 200, Sherbrooke, Québec J1H 4A7

Tél. : 819 791-7666 Web : infoaidant@lappuiestrie.org

Source : <https://www.lappui.org>

UNE BELLE RENCONTRE AVEC DENISE MARCHAND



Née à Hamilton en Ontario, la famille Marchand revient à Montréal alors qu'elle a 2 ans.

À 10 ans, ainée d'une famille de huit enfants, elle devient vite le support familial car sa mère possédait une santé fragile. Elle a aussi hérité du talent de son père, ingénieur. Par exemple, elle aime faire les plans de ses appartements à l'échelle pour varier la disposition de ses meubles...

Elle se dit née enseignante. À 7 ans, entourée de petites amies, elle affirmait, qu'elle serait « maitresse d'école ». À 18 ans, elle entre chez les Sœurs des Saints Noms de Jésus et de Marie, une communauté enseignante. Son noviciat terminé, elle a le plaisir d'enseigner un an au primaire et un an en 8^e et 9^e année.

Après 6 ans, elle quitte la communauté et gagne sa vie comme secrétaire-réceptionniste dans une clinique communautaire du Grand Montréal pendant un an.

Son projet de vie, celui d'enseigner, est toujours présent. Aussi s'inscrit-elle à l'Université du Québec, à temps partiel, pour compléter un baccalauréat ès arts. Tout en étudiant, elle a la chance de vivre sa passion. Une de ses plus grandes joies était de voir le bonheur et la fierté dans les yeux d'un enfant qui réussissait à sortir d'une impasse dans son apprentissage.

Enfin après 5 ans, elle est heureuse de brandir son brevet! Et puis, emballée par la découverte du préscolaire, elle s'empresse d'en acquérir les compétences pour travailler auprès des petits.

En 1996, après 23 ans de professorat, elle prend sa retraite et quitte les Laurentides pour habiter Coaticook, dans les Cantons de l'Est, sa région préférée au Québec. Elle se dit encore très heureuse de son choix. Devenue membre de l'AREQ au secteur E, on la sollicite pour le rôle de secrétaire au Conseil, ce qu'elle accepte de bonne grâce. Elle aimait s'impliquer dans la communauté : elle remplaçait la réceptionniste au musée Beaulne, épaulait l'organisatrice des expositions ou offrait ses services au Centre d'action bénévole de la ville, etc. Complétons en ajoutant qu'elle a eu beaucoup de plaisir à développer ses talents d'artisane avec le Cercle des Fermières.

Après 4 ans, elle choisit « d'agrandir son terrain de jeu » en venant vivre à Sherbrooke. Dès son arrivée au secteur D, on la sollicite de nouveau pour jouer le rôle de secrétaire au Conseil. À la fin de ce mandat, elle devient 1^{re} vice-présidente. Deux ans plus tard, afin d'éviter que le secteur D se retrouve sans présidente, elle prend le rôle. Au-delà de sa charge, elle remanie la chaîne téléphonique, fait la mise en pages du bulletin et devient par défaut responsable du Comité des femmes, etc.

Aujourd'hui, en résidence aux Seigneuries du Carrefour, elle a le bonheur de recevoir ses deux enfants et ses deux petits-enfants dans son oasis, « son coin de paradis terrestre » comme elle aime si bien dire.

Denise Marchand et Claire Gagnon

UNE SAINT-VALENTIN EN CHANSON

« L'amour n'a pas d'âge; il est toujours naissant. »

(Blaise Pascal)



Qui n'a jamais fredonné les chansons du Cahier de la Bonne chanson? Qui ne connaît pas nos chanteurs québécois tels Jean-Pierre Ferland, Claude Dubois, Patrick Normand, Michel Louvain, ...? Ou même le Manitobain Daniel Lavoie et feu Jean Ferrat, chanteur français très reconnu? Edith Piaf avec « La vie en rose » et Isabelle Aubrey avec « La source », vous vous rappelez? Et que dire de certaines des plus belles chansons québécoises : « Feuille de gui, Je reviens chez nous, Si Dieu existe, Quand on est en amour, La dame en bleu, pour en citer que quelques-unes. » La Compagnie créole, vous connaissez ce groupe?



Eh bien, je vous invite à venir vous remémorer de bons moments le 14 février 2019, à 10 h 30, au restaurant Le Dauphin (925 King Est à Sherbrooke). Le repas sera à vos frais. Par contre, le Conseil se fera un plaisir de vous offrir une consommation. Après le dîner, durant une heure trente, Chantal, ses deux amies guitaristes et une accordéoniste, vous entraineront dans leur sillon musical : un répertoire varié pour plaire à tous les goûts.

C'est un rendez-vous à ne pas manquer
pour une activité de la *Saint-Valentin* des plus agréables.

Vous vous inscrivez à Jacqueline Paquette
au 819 875-2004 ou à jaclinepaquette@sympatico.ca
pour le 4 février 2019.

Jacqueline Paquette, 2^e vice-présidente



Nos personnes ainées, notre fierté.....

Chaque année, au mois d'octobre, nous nous faisons un devoir et surtout un plaisir de leur rendre visite. Quel bonheur de constater que la majorité de nos ainés(es) savent vivre dans un paysage intérieur de beauté.

M^{me} Jeanne d'Arc Blais, 93 ans, se garde alerte d'esprit par la lecture. Pour elle ce n'est pas une corvée car ce fut toujours un plaisir de se mettre au courant de l'actualité.

M^{me} Madeleine Beaudoin, 95 ans, nous dit fièrement qu'il lui reste 5 ans pour avoir 100 ans. Émotive, elle nous révèle que nos visites la rendent heureuse sachant que l'AREQ ne l'oublie pas.

M^{me} Marguerite Ménard, centenaire, toujours accueillante, vive d'esprit.

Sr Françoise Foisys, Denise et moi sommes allées à St-Hyacinthe pour la rencontrer. Une femme pétillante, qui préfère écouter plutôt que se raconter, comme une artiste qui choisie de se dévoiler sur ses toiles.

Sr Yolande Allard, 86 ans, que dire de cette grande dame, mentionnons sa grande ouverture au monde et surtout sa capacité d'apprendre. Nous avons reçu Nicole Anne et moi une « cybercarte ».

M^{me} Liliane Perreault-Évans, accueillante, avec une belle répartie, son humour n'a rien perdu de sa vivacité.

M^{me} Cécile Parent, toujours contente de nous recevoir. Elle nous invite de nouveau.

M^{mes} Estelle Couture, Françoise Corriveau et M. Florent Bruneau se sont remémorés de beaux souvenirs en passant par Sherbrooke jusqu'à Sainte-Cécile de Whitton ainsi que par plusieurs villages de notre belle région qu'est l'Estrie.

M^{mes} Thérèse Paré, Sr Jeanne-d'Arc Auclair et Cécile Richer. Pour elles, la lecture, les casse-tête et la couture sont de bons passetemps. Le bel accueil et la joie de vivre les caractérisent d'une façon particulière.

Claire Gagnon



Bonjour à tous,

Le temps et le soleil étaient de notre côté pour la sortie au Musée des Beaux-Arts!
Quelle chance d'avoir de si beaux édifices dédiés à la culture et de si intéressantes expositions!

Quelques participants nous ont manqué : changement d'heure, température...??? D'autres non-inscrits sont venus nous rejoindre! Bravo, c'est une belle énergie qui circule!

Visitez notre site Web pour voir les photos prises par Angèle.

Encore merci à tous pour vos encouragements!

Je vous tiens informés de la prochaine sortie. À la "revoyure", j'espère!

Josiane Leralu



Article écrit par Gilles Lépine,

responsable secteur A
au comité CCH

DERNIÈRES NOUVELLES!

Bonjour!

Dernièrement, j'ai pris l'initiative d'organiser une rencontre d'échange d'idées et de projets éventuels avec les autres responsables sectoriels de la condition des hommes. Le dîner-partage s'est tenu à Sherbrooke le vendredi 19 octobre. Cinq secteurs sur huit étaient représentés : Jacques Thibault (Lac-Mégantic), Daniel Fricker (East-Angus), Claire Gagnon (Sherbrooke-Est), Brigitte Roy (Magog) et Gilles Lépine (Secteur A).

Je dois reconnaître que cette rencontre a été des plus intéressantes au niveau du partage et de la richesse d'idées. Sur la question, « Quels sont les sujets qui pourraient éventuellement intéresser les hommes? » Voici les idées suggérées : la vie de couple à la retraite, l'activité physique, l'alimentation, la sexualité, le cancer de la prostate, les problèmes reliés à l'alcoolisme et la drogue, la solitude et l'isolement, le bénévolat, vivre avec un conjoint souffrant d'Alzheimer, les formes de loisirs pour les retraités, rôle et limites d'un proche aidant et finalement la mort ou la fin de vie.

Ensuite, à la question « Pourquoi le comité des hommes existe-t-il? » il faut tout de suite répondre que ce comité n'a aucunement un rôle revendicateur. Ce comité a été mis sur pied au niveau national pour contribuer d'une manière significative à la santé et au bien-être des hommes. En tant que responsable sectoriel, c'est dans cette optique que j'ai le goût de m'investir. Comment ça se passe à la retraite? Qu'est-ce que tu deviens? As-tu le désir de rencontrer des collègues et de piquer une jasette entre gars? Y a-t-il des sujets que tu voudrais approfondir et qui contribueraient à ton bonheur et ton bien-être? Ces sujets seraient abordés lors de rencontres futures. **Vous pouvez me rejoindre : lepine.gilles@videotron.ca ou 785 Turcotte Sherbrooke, QC J1L 1N5.**

J'ai vraiment à cœur de contribuer si possible au bien-être de mes collègues masculins.

Au plaisir de vous rencontrer, chers membres du secteur D, le 20 novembre prochain!

NOTRE CENTENAIRE

*C*hère Madame Ménard,

*V*ivre cent ans, c'est bien court
quand on a eu une belle vie riche d'amour, de culture et de famille.

*M*algré votre âge devenu respectable,
votre présence d'esprit et votre cordialité nous font chaud au cœur.
Toujours active par la lecture, les mots croisés, les sports que vous regardez à la télé,
spécialement le hockey et le tricot remplissent bien vos journées.

*V*ous nous faites toujours plaisir
lorsque vous nous donnez la chance de passer du temps avec vous.

De plus, lors de la dernière rencontre,
vous nous disiez que vous aimiez recevoir de la visite
et qu'en tout temps nous sommes les bienvenues.

Avis aux intéressés(es)!

Bien sûr, il faudrait l'appeler avant de se présenter
au cas où elle serait absente ou encore déciderait de se reposer.

Madame Ménard,

nous vous souhaitons encore de belles années parmi vos enfants, vos proches,
cela en santé et en paix.

Tous les membres de l'AREQ du secteur D, Sherbrooke-Est et les environs.

**CONSEIL SECTORIEL**

Claire Gagnon, présidente	gagnoncm@videotron.ca	819 565-0966
Lise Beaudoin, 1 ^{re} vice-présidente	bealys1@hotmail.com	819 348-2134
Jacqueline Paquette, 2 ^e vice-présidente	jaclinepaquette@sympatico.ca	819 875-2004
Denise Gagnon, trésorière	dnsngn@videotron.ca	819 566-8568
Chrystine Adam, secrétaire	chrystine55adam@gmail.com	819 791-2397
?, 1 ^{re} personne conseillère		
Nicole Anne Blais, 2 ^e conseillère	nablais@videotron.ca	819 575-3137

RESPONSABLES DE COMITÉS OU DE DOSSIERS

Assurances

Denis Beaulieu, 819 821-0218Comité
des femmes
Lise Beaudoin
819 348-2134

Retraite

Marie-France Hétu
819 791-0527

Chaîne tél./électronique

Céline Nappert, 819 562-3938
celine.nappert@videotron.caComité
des hommesFondation
Laure-Gaudreault*Jacqueline Paquette*
819 875-2004Environnement
et dév. durable
Nicole Potvin
819 563-6200Webmestre / site Web
Édimestre
Daniel Brousseau
819 791-1728Action
sociopolitique
Angèle Berger,
819 791-3970**AREQ - SECRÉTARIAT NATIONAL****SITE WEB DU SECTEUR D**

AREQ	320, St-Joseph Est, Bureau 100 Québec QC G1K 9E7	1 800 663-2408 www.areq.lacsq.org areq@csq.qc.net	http://sherbrooke-est.areq.lacsq.org
------	--	--	---

BULLETIN VENT D'EST

Conception : Claire Gagnon et le Conseil sectoriel
 Production et mise en page : Diane Charrois 819 562-9691 (diane_charrois@cooptel.qc.ca)
 Correctrices : Diane Duquette et Jacqueline Gagnon
 Préparation à la livraison : Denise Gagnon
 Transport (expédition) : Jean-Serge Therrien et Jean Drapeau
 Collaboration : les responsables des comités, des dossiers et autres membres
 Prochaine parution : mars 2019
 Date de tombée : le 15 février 2019

VADA

Le 13 septembre dernier, suite à une invitation du comité Ville amie des aînés (VADA) nous avons participé, Denise Gagnon et moi-même, Lise Beaudoin, à la dernière étape d'une consultation. Cette dernière touchait plusieurs aspects de notre milieu de vie, tels que les loisirs, le transport, la sécurité et autres sujets de la qualité de vie des aînés. Cette belle opportunité, nous a permis de nous exprimer sur ce qui pourrait être fait et qui nous tient à cœur, en tant que personne aînée. Un rapport sera publié par le comité VADA.

En deuxième partie, un policier est venu nous présenter le programme PAIR. Un service personnalisé d'appels automatisés qui joint ses abonnés pour s'assurer de leur bon état de santé. Les personnes inscrites reçoivent leur appel à des heures prédéterminées, une ou plusieurs fois par jour, selon leur demande.

Lise Beaudoin et Denise Gagnon



« UNE NUIT SANS ABRI »

Le vendredi 19 octobre une activité bien spéciale était annoncée soit une nuit sans abri. On pouvait apporter et offrir des effets divers tels que des tuques, des mitaines et des couvertures.

J'ai donc décidé de m'y rendre. Quelle surprise! On nous recevait avec du café, de la soupe, du chili, des brioches; le tout gratuitement offert par des associations à but non lucratif. De plus, il y avait un concours pour la construction « d'abri de fortune ».

Seize maisons de jeunes participaient... trois gagnants et un coup de cœur. Je me souviens des critères : un grand abri permettant à la personne d'y placer tous ses sacs avec un espace pour se coucher. Le plus important de cet abri est l'étanchéité. En effet, pas de vent qui passe au travers et pas d'eau. On ne pense pas à cela car, nous, on se couche dans un bon lit au chaud. Que de choses nous avons à apprendre auprès de ces personnes itinérantes, si ce n'est que l'humilité.

Claire Gagnon



FACEBOOK

Le 24 septembre dernier, une formation des plus intéressantes portant sur **Facebook** a été donnée aux membres des Comités sectoriels de l'Estrie par le responsable des communications à l'AREQ nationale, Samuel Labrecque (originaire de Sherbrooke).

Angèle Berger

Bonne fête!

À celles et ceux qui ont comme signe zodiaque :

Dernier décan
scorpion

Sagitaire

Capricorne

et les deux premiers décans
du signe Verseau

« L'innocence de l'enfance n'est plus là.
Mais l'expérience d'une si longue existence est si présente en Toi. »

IN MEMORIAM

« Je suis moi. Vous êtes vous. Ce que j'étais pour vous, je le suis toujours. »

Auteur Charles Peguy

Nos sympathies aux familles de :

M^{me} Lorraine Dubois (membre)
décédée le 8 juillet 2018
à l'âge de 85 ans.



M^{me} Pauline Bruneau Gauthier (membre)
décédée le 11 octobre 2018
à l'âge de 91 ans.

M. André Barrière
décédé le 3 septembre 2018
à l'âge de 74 ans.
Il était l'époux de M^{me} Marthe Fontaine,
membre de notre secteur.



M^{me} Jocelyne Roy Rougeau (membre)
décédée le 31 octobre 2018
à l'âge de 85 ans.

Erratum : Voici le correctif en lien avec la photo
de M^{me} Nicole Lacourse (membre)
décédée le 10 avril 2018 à l'âge de 72 ans.
Cette dernière apparaissait dans le IN MEMORIAM
du mois de juillet/aout 2018.



Impression : Multicopie Estrie Imprimerie (info@multicopiestrie.com) 819 822-1399