



Postes Canada
PP 41838521

Vent d'Est

Mars 2024 - Volume 30, n° 3

UNE AUTRE BELLE AVENTURE !



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

⇒ **Adresse de retour :**

AREQ Le mouvement
des personnes
retraitées CSQ
Estrie

AREQ Sherbrooke-Est et les environs
620, Place Després
Sherbrooke QC J1E 4C6




SOMMAIRE

Bibliarie GGC Une bénévole d'exception	2
Mot de la présidente Lancement brunch à la Maison Bleue	3
Activités 2024	4
Fête de la St-Valentin Fête de Noël	5
Convocation	6
Assemblée générale sectorielle	7
Inscription	8
Comité des femmes	9
Comité des hommes	10
Environnement et développement durable Impression	11
Comité de l'action socio- politique	12
Fondation Laure-Gaudreault	13
Consignes : sortie de la Non- Rentrée sur le Grand Cru	14 15
Coupon-réponse pour la croisière sur le Memphré- magog	16
Choix des menus	17
In memoriam	18
Coordonnées	19

*Bulletin du Régional
AREQ Estrie
pp. 20 à 28*

BIBLAIRIE GGC

**Rabais pour les membres AREQ
qui présentent leur carte de membre :**

-  - 10 % sur tous les livres et les jeux;
- 20 % sur la papeterie et les articles d'art;
- **Aucun %** sur les produits comme les
agendas, les dictionnaires, les manuels

UNE BÉNÉVOLE D'EXCEPTION

Félicitations à Céline Nappert honorée avec sept autres bénévoles d'exception dans l'hebdo *Sherbrooke.info* le 4 janvier dernier. Dans la page entière qui lui est consacrée, il est écrit, entre autres : « *Céline Nappert s'implique depuis plus de 20 ans au sein de l'organisme La Maison Aube-Lumière. C'est son envie de propager le bonheur qui continue de la motiver.* »

Céline a aussi d'autres engagements : Sercovie, Fête du Lac des Nations, Festival des Harmonies, etc. Et nous ajoutons, AREQ, secteur Sherbrooke-Est et les environs. Mais oui, Céline est notre responsable de la logistique des membres et responsable des élections depuis quelques années. « *Faire du bénévolat, c'est un don de soi. Tu donnes aux autres et ils te donnent en retour. Tu ne peux pas être perdant* », témoigne-t-elle.



MOT DE LA PRÉSIDENTE SECTORIELLE

Louise Boutin, présidente du secteur D



Bonjour chers membres,

Je profite de mon mot de la présidente afin d'avoir votre participation à notre assemblée générale sectorielle qui aura lieu le 25 avril 2024 à la Coopérative de l'Estrie (485, rue du 24-Juin).

J'espère vous voir en grand nombre!

NON-RENTREE

Notre prochaine activité sera une croisière sur le Memphrémagog. Une activité semblable a déjà eu lieu en 2018. Je crois qu'elle sera appréciée! Vous verrez les détails dans ce présent bulletin.



LANCEMENT BRUNCH À LA MAISON BLEUE



À la Maison bleue, le 21 avril 2024, lancement brunch du livre **Florence Louise Bradford, la mère des mères**. Autrice : **Aline Élie**, Éditions GID 2024. Peu de gens connaissent l'histoire de Florence Louise Bradford (1890-1977) et le cran dont elle a dû faire preuve pour créer sa clinique de maternité à Sherbrooke. Ce livre, écrit par une membre de l'AREQ de Sherbrooke (ancienne élève), nous décrit l'infirmière obstétricienne qui, durant 40 ans, a aidé des milliers de jeunes célibataires enceintes rejetées par la bonne société de l'époque. Vous êtes les bienvenus au **lancement brunch** de l'Association des auteurs et autrices de l'Estrie, à la **Maison Bleue du Domaine Howard** (151, rue de l'Ontario). Réservez auprès d'**Aline Élie au 819 566-4385 ou Messenger** le plus tôt possible car les places sont limitées.

CALENDRIER DES PROCHAINES ACTIVITÉS

DATE	ACTIVITÉ	LIEU
Le 1 ^{er} mercredi du mois 9 h à 11 h 3 avril, 8 mai, 5 juin	Déjeuner littéraire	Restaurant Eggsfruits 790, King Est / 11 ^e Av. Inscription : Pierrette Denault (819 563-9411)
15 mars 8 h 45 à 10 h 45 environ	Déjeuner secteur Accueil des téléphonistes	Restaurant Eggsfruits 790, King Est / 11 ^e Av. Inscription : France Boucher (819 563-9228)
18 mars 9 h 30 à 13 h	Échanges citoyens	Restaurant Eggsfruits 790, King Est / 11 ^e Av. Inscription : Angèle Berger (819 791-3970)
25 avril 9 h à 14 h 30	Assemblée générale sectorielle	Coopérative de l'Estrie 485, rue 24-Juin coupon-inscription / Vent d'Est mars
13 mai 9 h 30 à 13 h	Échanges citoyens	Restaurant Eggsfruits 790, King Est / 11 ^e Av. Inscription : Angèle Berger (819 791-3970)
14 mai 2024 à 9 h 15	Assemblée générale régionale	Salle Steve Elkas 4230, rue Bertrand-Fabi coupon-inscription / Vent d'Est mars
14 juin 8 h 45 à 10 h 45	Déjeuner secteur	Restaurant Eggsfruits 790, King Est / 11 ^e Av. Inscription : France Boucher (819 563-9228)
30 août 11 h à 14 h	Non-Rentrée Croisière Memphrémagog	Rassemblement : Pointe Merry, Magog
10 octobre 8 h 45 à 11 h	Déjeuner secteur Accueil des responsables de comités, dossiers et des communications	Bulletin Vent d'Est août 2024

* Pour les déjeuners du secteur, vous devez confirmer votre présence en communiquant avec
France Boucher :

☎ 819 563-9228 ou cell. 819 919-8713
✉ franceboucher585@gmail.com.

NOTRE FÊTE DE LA ST-VALENTIN

Nous aurions aimé être cent, mais... nous étions vingt-cinq joyeux lurons à fêter l'amitié et l'amour en cet après-midi du 9 février. Sous l'animation du musicien (DJ) Michel Lemieux, nous avons pu danser, chanter, fraterniser et rire. Les grignotines et le vin aidant, l'ambiance était des plus festives. Une jolie rose fut remise à toutes les dames. Seule ombre au tableau: se peut-il que des membres n'aient pas reçu le changement de date que nous avons pourtant annoncé via la chaîne téléphonique et le message aux internautes?



NOTRE FÊTE DE NOËL 2023

Animée par l'orchestre *Musique en fête* de Stoke, notre fête de Noël regroupa une trentaine de personnes dans une ambiance fraternelle et joyeuse.

Merci aux dynamiques participant.e.s et aux organisateurs.

Photos - crédit Sylvain sur site Web (<http://sherbrooke-est.araq.lacsq.org>).



Assemblée générale sectorielle

Coop de l'Estrie, 485, rue du 24-Juin

25 avril 2024

CONVOCAATION

- 9 h **Accueil**
- 9 h 15 **Ouverture de l'assemblée** par la présidente après vérification du quorum
- 9 h 20 **Déroulement de l'assemblée :**
1. Nomination des personnes à la présidence d'assemblée et au secrétariat
 2. Lecture et adoption de l'ordre du jour
 3. Lecture et adoption du procès-verbal du 25 avril 2023
 4. Suivi du procès-verbal du 25 avril 2023
 5. Appel des mises en candidature par la présidente des élections, Céline Nappert (voir point 10)
 6. Rapport de la présidente, Louise Boutin : la mission, la relève, le plan d'action 2023-2024
 7. Rapports des responsables sectoriels de dossiers et des représentant.e.s aux comités régionaux
- 10 h 15 **Pause de 15 min**
8. Période de questions sur les rapports
 9. Rapport des états financiers - Période de questions
 10. Élections au Conseil sectoriel
 - a) poste à la trésorerie (1 an)
 - b) poste au secrétariat (2 ans) (poste vacant)
 - c) 1^{re} personne conseillère (1 an) (poste vacant)
 - d) signature des effets bancaires
- Mot du président régional Monsieur Jean-Claude Lavoie
- 11 h 30 **REMISE DES BOURSES DE LA FLG**
- 12 h **Dîner, coupe de vin offerte par le secteur**
- 13 h 15 **Conférence sur les assurances : Monsieur Fernand Grenier**
- 14 h **Mot de la fin**

ASSEMBLÉE GÉNÉRALE DU SECTEUR

Mardi 25 AVRIL 2024



Coopérative de l'Estrie, 485, rue du 24-Juin, Sherbrooke



INSCRIPTION À L'ASSEMBLÉE GÉNÉRALE

AVANT LE 15 AVRIL 2024

(Voir page 8)

ORDRE DU JOUR

(Voir page 6)



Secteur Sherbrooke-Est et les environs

Coopérative de l'Estrie
485, rue du 24-Juin
Sherbrooke



**INSCRIPTION À L'ASSEMBLÉE GÉNÉRALE
AVANT LE 15 AVRIL 2024**

Nom : Prénom :

Membre # :

Adresse :

Courriel :

Téléphone :

Je resterai pour le repas (dépôt de 10 \$ comme membre du secteur D pour assurer votre couvert auprès du traiteur; ce montant vous sera remis à l'accueil).

Je resterai pour le repas : **OUI** **NON**

Allergies alimentaires :

J'ai besoin d'un transport. **OUI**

Je suis disponible pour offrir du transport. **OUI**

Libellez votre chèque au nom de **AREQ-05D**
et le faire parvenir avec le coupon-réponse **avant le 15 avril 2024** à :
Sylvain Métras, 321, rue Pariseau, Sherbrooke (Québec) J1G 3J4



COMITÉ DES FEMMES

Claire Gagnon,
responsable sectorielle
du comité de la condition des femmes



Bonjour chers membres,

Comme promis, je continue l'histoire de la lutte des femmes pour prendre leur place dans la société. (Volet II)

La lutte pour le droit de vote des femmes est connue sous le nom de *Mouvement suffragiste*. Le terme « Les suffragettes » désigne les militantes de la *Women's Social and Political Union*, une organisation fondée par Emmeline Pankhurst le 10 octobre 1903 pour revendiquer le droit de vote des femmes au Royaume-Uni.

La première suffragette française est Hubertine Auclert (1848-1914). Elle milite en faveur des droits politiques des femmes. Pour remettre en cause la hiérarchie entre les sexes, il faut que les femmes participent à la décision politique, qu'elles prennent part à l'élaboration et au vote des lois.

Pionnière : Tout au long de sa vie, Hubertine Auclert revendique et s'engage pour de nouveaux droits. Citoyenne, législatrice, prud'femme, avocate, sensible aux mots, elle dénonce un usage dans lequel l'expression *tout français* exclut les femmes quand il s'agit de voter, mais non quand il s'agit de payer des impôts. Activiste, l'année de l'adoption de la loi sur la liberté de la presse (1881), elle se sert d'un prête-nom pour fonder un journal, *La Citoyenne*, qui paraîtra jusqu'en 1891. Hubertine n'a jamais vu la concrétisation de sa principale revendication. La référence de cette grande suffragiste, en matière de communication, est *l'exigence intellectuelle et la créativité*.

La province de Québec est séparée en deux colonies : le Haut-Canada et le Bas-Canada. Au Bas-Canada, entre 1791 et 1849, femmes comme hommes, les propriétaires terriens pouvaient voter. Au Québec, le droit de vote des femmes est accordé le 18 avril 1940 par le gouvernement d'Adélard Godbout alors qu'au fédéral ce droit existe depuis 1918. L'obtention de ce droit pour les femmes du Québec est le résultat d'un combat depuis la fin du XIXe siècle. À partir de 1827, le *suffrage féminin* commence à susciter la controverse au Bas-Canada. Ainsi, en 1849, le droit de vote est définitivement retiré aux femmes. La lutte pour le droit de vote des femmes au Québec durera de 1910 à 1940. En 1922, elles vivent dans la seule province canadienne où on refuse le suffrage à ses citoyennes donnant comme raison que c'est un risque majeur pour le maintien de l'ordre social et la conservation des traditions.

C'est ainsi que Marie Lacoste-Gérin-Lajoie et Anna Lyman fondent le comité provincial sur le suffrage féminin (*Provincial Franchise Committee*) dont Idola Saint-Jean est la première secrétaire.



COMITÉ DES HOMMES

Sylvain Métras,
responsable
du comité des hommes



Bonjour chers membres,

Je suis Sylvain Métras, trésorier du secteur Sherbrooke-Est et les environs et nouveau responsable du comité des hommes. Le 6 décembre 2023, le comité régional se rencontre sous la présidence de monsieur Bernard Lecompte. Nous avons fait le bilan de la Journée internationale des hommes de novembre 2023 qui s'était tenue à la salle Steve L. Elkas à Rock Forest. Le conférencier prévu s'étant désisté pour cause de maladie, notre président régional, Jean-Claude Lavoie, l'a remplacé pour cette conférence sous le thème « *L'homme émotionnel que je suis* ». Jean-Claude nous a raconté l'histoire de son village de St-Jean-Vianney lors de la tragédie du glissement de terrain qui a fait beaucoup de victimes (1971), comment il a passé à travers cette tragédie et comment cela a façonné la suite des choses pour lui et sa famille. Disons que sa conférence était bien ancrée dans le thème et elle fut appréciée par les membres présent.e.s.

Nous avons discuté aussi du thème de 2024 « *Bien vieillir* ». Une tempête d'idées a permis de dresser une liste de conférenciers possibles pour la Journée internationale des hommes de novembre 2024. Au niveau de l'AREQ nationale, le comité s'est rencontré en début d'année pour établir son plan de travail 2024. Le comité régional doit se rencontrer bientôt afin d'arrimer le plan de travail national et notre région, dont la Journée internationale des hommes en novembre 2024. Hommes, soyez aux aguets! Il risque d'y avoir des activités au sectoriel vous concernant.

LA JOURNÉE DE L'HOMME

NOVEMBRE



ENVIRONNEMENT ET DÉVELOPPEMENT DURABLE

Nicole Potvin,
responsable du dossier
(CEDD)



Bonjour,

L'organisme de recherche « Projet Drawdown » examine et met en évidence les solutions climatiques les plus viables à l'échelle mondiale. Il a recensé plus de 80 catégories de solutions, allant de la réduction des déchets alimentaires à la planification familiale en passant par les mini réseaux innovants et les bioplastiques. Consulter leur site sur Internet.

S'attaquer à un problème aussi complexe n'est pas chose facile. Notre climat est un système interconnecté qui est tributaire d'une multitude de facteurs. Définir les problèmes à résoudre et trouver des solutions ne sont pas faciles.

À un enfant qui demandait à son père ce qu'il pouvait faire pour sauver la planète, il a répondu : « *Ne gaspille pas l'électricité, ne gaspille pas de papier ni de nourriture. Mène ta vie comme tu l'entends mais ne gaspille rien. Prends soin de la nature ainsi que des espèces animale et végétale qui y vivent. Ne gaspille pas de ces ressources.* »

Voici cinq petits gestes, selon la nutritionniste et animatrice Geneviève O'Gleman qui peuvent changer la donne :

- Ajuster son thermostat;
- Diminuer sa consommation d'eau (ex. : une douche aux 2 jours);
- Mieux choisir ses emballages (réutilisables ou faits de matières recyclées);
- Traîner sa bouteille d'eau;
- Utiliser des sacs réutilisables à l'épicerie.

Défi inspirant : Être une micro-influenceuse avec les amis et la parenté.

P.S. Rappel du comité du verre de Sherbrooke : Ne mettre aucun verre alimentaire, ni bouteille de vin dans le bac pêle-mêle (bac vert)

Utiliser les conteneurs à verre prévus à cet effet. Consulter le site de ville de Sherbrooke pour les localiser. Merci de tenir à ce geste qui nous tient à cœur.

L'équipe Écolo du verre de Sherbrooke

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



ACTION SOCIOPOLITIQUE

Angèle Berger,
responsable sectorielle
représentante au CASP régional
819 791-3970
ber.mer@videotron.ca



« JUSTE DU MONDE QUI JASE »

C'était le titre d'un article de La Presse du 18 octobre sous la plume de Philippe Mercure. Quelle surprise de constater que les objectifs de plusieurs groupes d'échanges à travers le Québec correspondent en grande partie à notre groupe d'*Échanges citoyens*. Voici quelques extraits à propos d'un de ces groupes.

« Une bonne vingtaine de citoyens se réunissent chaque semaine au café La Factrie, à Salaberry-de-Valleyfield, pour un échange baptisé *Nouvelles et café*.

(...) 16 hommes et 7 femmes sont venus se prêter à un exercice vieux comme le monde (...) échanger sur l'actualité. (...) Les échanges sont parfois animés, mais on ne sent aucune acrimonie ici. Que du respect, de l'écoute, de la curiosité. (...)

Les intervenants ont manifestement fait leurs devoirs avant de se présenter ici. Ils renvoient à des reportages du Devoir, de La Presse, de Noovo, de la BBC.

Ce qui se déroule (...) dans ce café de Salaberry-de-Valleyfield peut sembler banal. On parle d'êtres humains qui discutent, s'écoutent et tentent ensemble de mieux comprendre le monde qui nous entoure.(...) Pourtant... ce que je venais de voir est tellement plus que juste du monde qui jase. »

Vous trouvez, plus loin dans ce Vent d'Est,
un article du responsable régional du CASP
sur le groupe Échanges citoyens de votre secteur.
Pour en savoir plus : Angèle (819 791-3970).

Bienvenue à toutes et tous!



**NOUVELLES
DE LA FONDATION
LAURE-GAUDREAU**

Jacqueline Paquette,
responsable sectorielle
de la FLG



Bonjour à toutes et à tous,

Nonobstant l'absence d'activités de financement supplémentaires, la FLG de notre secteur a recueilli en 2023 la somme de 2 749 \$.

Voici le détail des montants ramassés :

- Don du secteur 1 604 \$
- Cartes de sympathie 40 \$
- Campagne de souscription 1 105 \$

Toutefois, ce n'est pas 2 749 \$ qui sera distribué équitablement aux organismes bénéficiaires suivants : Maison CALM, Maison Jeunes-Est, Sercovie, Journal de rue de l'Estrie et l'Escale de l'Estrie. Pour déterminer la somme définitive à partager, il faudra amputer de 10 % le 2 749 \$, puis ajouter un montant provenant du National, lequel est déterminé au prorata des membres en région. En Estrie, nous distribuons ledit montant de la façon suivante : 50 % à tous les secteurs et 50 % selon le nombre de membres de chaque secteur. Lors de l'AGS, je vous communiquerai la somme définitive qui a été distribuée et je remettrai les chèques aux organismes subventionnés, si je les ai reçus à temps de Québec.

Finalement, aux personnes donatrices, grand merci pour votre grande générosité récurrente envers NOTRE FONDATION. Celles et ceux qui ont le flg cœur plein de bonté ne vieillissent jamais. Qu'en dites-vous?



MONTEZ À BORD DU GRAND CRU, LE TEMPS D'UNE DOUCE AVENTURE!

Le Grand Cru vous transportera sur les eaux du majestueux lac Memphrémagog véritable merveille naturelle des Cantons de l'Est. Tout en profitant de la promenade, musiciens et animateurs nous divertiront. Nous serons fascinés par la poésie du panorama en cette belle journée du mois d'août.

L'extérieur spacieux offre des points de vue à couper le souffle, des paysages estriens défileront sous nos yeux et sauront assurément nous charmer. Les employés nous concocteront de délicieux plats faits maison et composés d'aliments frais locaux, dans le but de nous offrir une cuisine digne des meilleures tables.

Le tout d'une durée de trois heures.

Votre Conseil sectoriel se fera un plaisir de vous recevoir
le vendredi 30 août 2024
de 11 heures à 14 heures

Veillez-vous inscrire le plus tôt possible, les places sont limitées.



CONSIGNES

- Il est conseillé d'arriver 30 minutes avant le départ.
- Le stationnement est situé au 345, rue du Moulin, Magog (Québec) environ 450 mètres, donc environ 5 minutes de marche.
- Un service de navette est disponible gratuitement.
- Le service du repas débute généralement dans les 30 minutes après le départ du quai.
- Le stationnement est au coût de 2,50 \$/heure pour un maximum de 10 \$ par jour, payable avec un horodateur.
- Vous devez avoir votre numéro de plaque d'immatriculation en votre possession.

MONTEZ À BORD

LE TEMPS D'UNE DOUCE AVENTURE!



Le vendredi 30 août 2024
de 11 heures à 14 heures

COUPON-RÉPONSE
« À BORD DU GRAND CRU »
À retourner avant vendredi le 24 mai 2024

Nom : # membre :

Tél. :

Nom : # membre :

Tél. :

Nous serons : _____ membres du secteur D X 50 \$ = _____ \$

Nous serons : _____ conjointes/conjoints X 60 \$ = _____ \$

Nous serons : _____ non-membres X 100 \$ = _____ \$

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** »
Sylvain Métras, 321, rue Pariseau, Sherbrooke (Québec) J1G 3J4.

Coupon-réponse par courriel : s.metras@videotron.ca

Note : Le paiement peut se faire par interac via la procédure suivante :

- Il faut utiliser l'adresse de l'AREQ : areq05d@gmail.com
- Question secrète : Quel est mon numéro de membre?
- Réponse : (votre numéro de membre)

Indiquez vos choix de menus

1^{re} personne : entrée # plat principal # dessert #

2^e personne : entrée # plat principal # dessert #

3^e personne : entrée # plat principal # dessert #

4^e personne : entrée # plat principal # dessert #

* Prendre note que les allergies et les intolérances sont indiquées au menu.

CHOIX DE MENUS

Vous devez choisir une entrée, un plat principal et un dessert puis l'inscrire sur le coupon-réponse.

ENTRÉE 1

Salade de tomates,
fraises et feta,
vinaigrette au basilic
(sans gluten, végétarien,
option végan disponible)

PLAT PRINCIPAL 1

Gaufre au canard effiloché du Lac
Brome, oeuf mollet, asperges, sauce hol-
landaise, crème sûre à la ciboulette

ENTRÉE 2

Panna cotta
au yogourt et au lait de coco,
ananas et granola
(végétarien)

PLAT PRINCIPAL 2

Filet de truite des Bobines,
quinoa au citron confit et aux herbes,
sauce vierge aux tomates et à l'argousier, purée
d'olives noires et câpres frits
(sans lactose, sans gluten)

ENTRÉE 3

Tartelette
à l'oignon caramélisé
et aux pommes,
fromage Madeleine,
graines de tournesol
et amandes effilochées,
réduction caramel balsamique,
roquette (végétarien)

PLAT PRINCIPAL 3

Pain plat à l'agneau du Québec,
courge rôtie, fromage feta, noix de pin,
oignons rouges, roquette, sauce au yogourt

PLAT PRINCIPAL 4

Sauté de temphe Général Tao,
riz basmati, légumes de saison
(végé, sans lactose, sans gluten)

DESSERT 1

Mousse caramel au beurre salé,
purée de courge butternut
au gingembre,
fruits frais
(sans gluten)

DESSERT 2

Cake au chocolat noisette,
confiture de mûres,
fruits frais
(sans gluten
et sans lactose)

DESSERT 3

Gâteau au fromage
à la vanille,
coulis de cerises noires,
fruits frais
(sans gluten)

« Il y a quelque chose de plus fort que la mort,
c'est la présence des absents dans la mémoire des vivants. »

Jean D'Ormesson

Nos sympathies aux familles de :



Au CHUS Fleurimont, le 14 février 2024, à l'âge de 79 ans, est décédée madame Nicole Patry Lisée, épouse de monsieur Jeannot Lisée, fille de feu Lorenzo Patry et feu Gisèle L'Heureux.

Ayant enseigné durant 35 ans et consacré 28 années d'engagement dévoué à l'AREQ, des dons à la Fondation Laure-Gaudreault seraient grandement appréciés :

<https://fondationlg.org/don-en-ligne/estrie-3/personal>

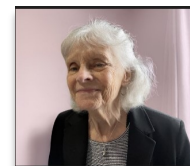
C'est dans l'amour et la sérénité que madame Lucie Morin Leclerc est décédée le 15 septembre 2023 à l'âge de 89 ans, épouse adorée de Gaston Leclerc depuis plus de 66 ans.

Le 13 octobre 2023, au CHUS Hôpital Fleurimont, est décédé M. Robert Labrecque à l'âge de 81 ans. Il était le fils de feu Roland Labrecque et de feu Rose-Anna Duperron.

Au CHUS – Hôtel Dieu de Sherbrooke, le 18 octobre 2023 est décédée à l'âge de 86 ans madame Dorothee Riendeau, fille de feu Eddy Riendeau et de feu Valérie Fortin, demeurant à Sherbrooke, QC.

À la Maison Aube-Lumière, le 4 décembre 2023, à l'âge de 76 ans, nous a quitté madame Louise Yergeau. Elle était l'épouse de monsieur Raymond Lépine, la fille de feu Albertine St-Amant et de feu Georges-Étienne Yergeau.

À l'Hôtel-Dieu de Sherbrooke, Mme Claire Doyon est décédée le 1^{er} janvier 2024 à l'âge de 80 ans avec courage et dignité.














CONSEIL SECTORIEL 2023-2024

COORDONNÉES

Louise Boutin, présidente	louise.boutin60@gmail.com	819 573-0849
Claire Gagnon, 1 ^{re} vice-présidente	gagnoncm744@gmail.com	819 565-0966
Lise Beaudoin, 2 ^e vice-présidente	bealys1@hotmail.com	819 348-2134
Secrétariat (poste à combler)		
Sylvain Métras, Trésorerie	s.métras@videotron.ca	819 578-2579
1 ^{re} personne conseillère (poste à combler)		
France Boucher, 2 ^e conseillère	franceboucher585@gmail.com	819 563-9228

RESPONSABLES DE COMITÉS OU DE DOSSIERS

 Assurances <i>Ghislain Lallier</i> Cell. 819 437-0300	 Comité des femmes <i>Claire Gagnon</i> 819 565-0966	Retraite
 Chaines tél./électronique <i>Céline Nappert, 819 562-3938</i> celine.nappert@videotron.ca	 Comité des hommes <i>Sylvain Métras</i> 819 578-2579	 Fondation Laure-Gaudreault <i>Jacqueline Paquette</i> 819 875-2004
 Environnement et dév. durable <i>Nicole Potvin</i> 819 563-6200	 Webmestre <i>Daniel Brousseau</i> 819 437-1929	 Site Web Édimestre intérim <i>Angèle Berger</i>
		 Action sociopolitique <i>Angèle Berger</i> 819 791-3970

AREQ - SECRÉTARIAT NATIONAL

AREQ	320, St-Joseph Est, Bureau 100 Québec QC G1K 9E7	1 800 663-2408 www.araq.lacsq.org info@araq.lacsq.org
------	--------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

SITE WEB DU SECTEUR D

<http://sherbrooke-est.araq.lacsq.org>

BULLETIN VENT D'EST

Conception du bulletin : Louise Boutin et le Conseil sectoriel
 Coordination de la production : Louise Boutin
 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 : France Boucher
 Transport (expédition) : Jean-Serge Therrien et Jean Drapeau
 Collaboration : les responsables des comités, des dossiers et autres membres
 Prochaine parution : août 2024 Date de tombée : le 15 juillet 2024

Parutions annuelles : Août - Novembre - Mars

Sectoriel / Mars 2024 **19**

**MOT DU PRÉSIDENT
POUR LE COMITÉ RÉGIONAL DE L'ESTRIE**

Jean-Claude Lavoie,
président régional



Mon mot du président consistera, pour ce troisième Bulletin Régional,
à vous **CONVOQUER** pour notre
Assemblée générale régionale du 14 mai 2024.

L'Assemblée générale régionale de l'AREQ Estrie
aura lieu le mardi 14 mai 2024 à 9 h 15
au Salon Steve Elkas, 4230, rue Bertrand-Fabi, Sherbrooke.

L'ordre du jour ainsi que les documents afférents
vous sont présentés à la suite de cette convocation soit à la page 28 du présent bulletin.



Réservez votre place avant le 6 mai

- **LIEU** : Salon Steve Elkas, 4230, rue Bertrand-Fabi, Sherbrooke
- **Accueil** : À partir de 8 h 45
- **Ouverture de l'assemblée** : 9 h 15
 - Repas offert par le Conseil régional.
 - Service de bar disponible pour ceux qui le désirent.
 - Votre présence à notre assemblée générale est toujours un encouragement pour votre Conseil régional.

NOUVELLE : Nous venons d'apprendre le décès de Mme Nicole Patry-Lisée
le 14 février dernier. Des détails suivront éventuellement.

**DOSSIER ASSURANCE ET L'IMPÔT 2023**

Les personnes participant au régime d'assurance collective ASSUREQ peuvent inclure les primes payées en assurance maladie (**relevé de primes**) ainsi que le montant des frais réclamés non remboursés par ASSUREQ (**relevé pour fins d'impôt de SSQ**) à leurs dépenses en soins médicaux lors de leur déclaration de revenus.

Relevé de primes

Primes d'assurance prélevées de votre rente du secteur public (RREGOP, RRE, RRCE, RRPE, etc) de Retraite du Québec	Primes facturées individuellement ou par paiement préautorisé
Annexer une copie du document « État des dépôts » émis par Retraite Québec. Le montant des primes admissibles y apparaît.	Un reçu d'impôt pour l'année 2023 vous sera automatiquement envoyé par SSQ.
Ou annexer le feuillet T-4 émis par Retraite Québec où vous retrouvez le montant des primes admissibles à votre déclaration.	

Relevé pour fins d'impôt (soins de santé) des frais réclamés non remboursés de Beneva

Le moyen de se procurer le relevé pour fins d'impôt est en l'imprimant par l'intermédiaire de *l'Espace client* de Beneva.

Si vous n'êtes pas déjà inscrit à *l'Espace client*, communiquez avec Beneva au 1 888 833-6962. Un préposé vous accompagnera.

➔ **Attention!** Le relevé de prestations peut contenir des frais non admissibles selon les lois de l'impôt. Chaque personne est responsable de consulter la liste des produits et services admissibles au remboursement de frais médicaux. Vous pouvez enlever des transactions de votre relevé, en décochant les soins à ne pas inclure dans la section « *Visualiser le relevé détaillé* ». Le bouton « *Recalculer* » vous permet de mettre à jour les montants demandés et montants remboursés.

**Consultez le site de l'Agence
de revenu du Canada**

. Site internet : [Lignes 33099 et 33199 – Frais médicaux admissibles que vous pouvez demander dans votre déclaration de revenus - Canada.ca](#)

et de Revenu Québec

. Site internet : [Frais médicaux | Revenu Québec \(revenuquebec.ca\)](#)
afin de vérifier les frais admissibles.

Bien lire les conditions d'admissibilité.

RETRAITE / INDEXATION

Réjean Raïche,
responsable
du comité régional

Le 14 février dernier se tenait une rencontre des responsables régionaux de la retraite. Ils étaient accompagnés des présidences régionales ainsi que des dirigeants de l'AREQ. L'objectif était de faire le point sur la situation actuelle et sur ce qui pourrait être fait dans les trois prochaines années pour l'améliorer.

Pour la 1^{re} fois au RREGOP, une indexation additionnelle sera versée en 2024 pour les années cotisées entre 1982 et 1999, en plus de l'indexation régulière, en raison de surplus constatés dans la dernière mise à jour de l'évaluation actuarielle du RREGOP (taux de capitalisation de 123,1 %, donc 23,1 % de surplus). Elle s'ajoutera à l'indexation régulière annoncée de 1,4 %.

Jusqu'à date, le dépassement est entre 110 et 120 % et ce n'est que ce qui dépasse 120 % qui peut servir à compenser la non-indexation des retraités pour la période 1982 à 1999. Lors de l'entente de 2010, le gouvernement **ne s'est pas engagé** à mettre sa part de l'indexation advenant un taux de capitalisation au-dessus de 120 %. Il le **PEUT**, mais ne le **DOIT** pas. Cette indexation ne sera donc que de 0.4 %. Notre action immédiate doit donc être de trouver le moyen d'inciter le gouvernement à mettre sa part de l'indexation additionnelle en 2024 pour les années 1982 à 1999, tel que le prévoit la Loi sur le RREGOP.

Prochainement, il devrait y avoir une rencontre des responsables locaux du dossier retraite/indexation pour déterminer les actions à entreprendre dans l'immédiat.

ACTION SOCIOPOLITIQUE

Denis Marchant,
responsable
du comité régional
de l'Estrie



COMITÉ D'ACTION SOCIOPOLITIQUE

Les représentant.e.s des comités d'action sociopolitique (CASP) des secteurs Sherbrooke-Est, East Angus et Coaticook tenaient dernièrement un intéressant partage d'opinions ouvert à tous leurs membres. Initiative de Roger Arbour (05D), ce groupe d'*Échanges citoyens* célébrera l'an prochain ses 10 ans d'existence. Tous les deux mois, quelques membres se réunissent dans un local du restaurant Eggsfruits sur la rue King Est pour partager, discuter et approfondir certains sujets d'actualité ou échanger sur un livre ou une émission qui concerne le sociopolitique.

Les participant.e.s considèrent qu'il est bon de prendre des temps d'arrêt pour comprendre et réfléchir sur ce qui apparaît dans les médias car le manque d'informations sur un sujet peut nous amener à croire de fausses nouvelles et à polariser nos propres idées, en d'autres mots, à penser que notre perception de l'évènement est infaillible. Donc, entendre une autre version de la nouvelle, en saisir l'importance et échanger la sienne, n'est certainement pas du temps perdu. Ne sommes-nous pas toujours des éducateurs pour nos enfants et petits-enfants ?

La prochaine réunion aura lieu le 13 mai prochain à 9 h 30.

Info : Angèle (819 791-3970)

Bienvenue à tous!



De g. à dr. : *Angèle Berger*, resp. Sh.-Est, *Jeanne-Chantal Bélanger*, Coaticook, *Guy Forget*, animateur, East Angus, *Claire Gagnon* Sh.-Est, *Francine Charest*, Sh.-Est, *Robert Tremblay*, rapporteur, Coaticook.

Absent : *Roger Arbour*, Sh.-Est, initiateur du comité.

**TABLE RÉGIONALE
DE CONCERTATION DES AINÉES DE L'ESTRIE**

Micheline Roberge,
présidente
et mandataire
TRCAESTRIE



L'envoi d'avis à la ministre, Madame Sonia Bélanger, est au centre du mandat des Tables régionales dans le cadre de l'actuelle Convention signée. Un avis concerne un enjeu prioritaire qui interpelle les personnes âgées d'une région. Une consultation auprès des partenaires du milieu estrien est organisée afin de trouver des pistes de solutions aux défis à relever.

La TRCAEstrie organise une rencontre de concertation régionale, à Sherbrooke, le 19 mars prochain. Toutes les personnes âgées, les élu.e.s et les organisations sont invité.e.s à s'exprimer. Les informations et le déroulement seront disponibles à info@ainesestrie.qc.ca/agenda.

Cette année, la Conférence des Tables régionales a désigné l'Estrie comme région hôte de la Journée Internationale des aînés 2024 (JIA). Les porte-paroles sont Marie Tifo et Pierre Curzy. La TRCAE profitera de l'occasion pour souligner son 25^e anniversaire. Plusieurs membres dont monsieur Jean-Claude Lavoie participeront à la réalisation de cette journée.

Nous avons tous un rôle à jouer. Notre implication citoyenne est primordiale. Prenons la parole pour énoncer ce que nous voulons et aussi pour dire ce que nous pouvons faire pour prévenir les maladies, les pertes d'autonomie et développer des saines habitudes de vie.



Journée internationale des droits des femmes



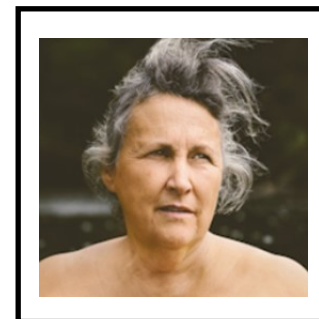
ÇA GRONDE était le thème retenu cette année
pour la journée internationale des droits des femmes.

« Ça gronde en dedans, ça gronde en dehors, ça gronde partout. Partout, les inégalités. Partout, les violences. Partout, les crises. Crise climatique, crise du logement, crise de nos services publics, crise de confiance en nos systèmes. Nos systèmes défailnants, dépassés, à bout de souffle. Nous aussi, on est à bout. En colère. Et on a peur, parfois. C'est vrai, notre feu pourrait s'éteindre, anéanti par nos peines et nos pleurs. Mais non. Il s'attise, il grandit. Il se nourrit des luttes des unes, s'alimente de l'indignation des autres. Ça gronde, ça bouillonne et ça fulmine. Ça explosera. Ça explose déjà de ce feu qui peut soigner, qui peut solidariser. De ce feu qui peut tout changer.

Ensemble, démontrons notre solidarité pour que toutes les femmes puissent vivre dans une société juste et sécuritaire. » ¹

¹ : Texte tiré de l'Infolettre CSQ

Le 5 mars dernier, nous attendions la venue de Marthe Laverdière. Malheureusement, elle n'a pu être présente pour des raisons de santé. Le comité tient à remercier les personnes qui se sont déplacées pour souligner la Journée internationale du droit des femmes.



COMITÉ DES HOMMES

Bernard Lecomte,
responsable du comité
régional des hommes
de l'Etrie



Bernard Lecomte

CONDITION DES HOMMES

Premièrement, nous tenons à vous informer que le comité régional des hommes s'est réuni le 6 décembre dernier dans le but de préparer la journée internationale des hommes. Les responsables de secteurs ont travaillé ensemble pour établir un plan d'action et une logistique d'organisation pour la réalisation de la journée internationale des hommes 2024.

Deuxièmement, comme responsable du comité régional des hommes, je me prépare à la rencontre des responsables régionaux des hommes qui aura lieu le mardi 13 février 2024 à Québec.

Avec moi, les responsables de secteurs du comité des hommes sont sans cesse à l'affût des nouveautés concernant les hommes et restent toujours inspirés par les différentes réalisations dont témoignent la majorité des régions de l'AREQ.

Tous les responsables de secteurs amènent de l'eau au moulin au comité régional et espèrent, qu'avec le temps et les différentes réalisations de chaque milieu, les hommes qui cheminent et qui, parfois, ont besoin d'appui, d'aide et de présence, soient confortés, par leur implication, dans leur mieux-être présent et à venir.

Le comité des hommes veut continuer à grandir et à devenir de plus en plus mature dans ses réflexions et dans ses projets concernant les hommes.

CHANGEMENTS CLIMATIQUES! QUE FAIRE?

Il ne se passe pas une semaine sans que nous soyons témoins de catastrophes naturelles ou de dérèglements climatiques qui affectent à plus ou moins grande échelle notre vie quotidienne. De même, les avertissements de groupes scientifiques sur les effets néfastes de nos habitudes de vie se multiplient à grande vitesse. Cela a un effet domino sur nos proches, nos enfants et petits-enfants. En bout de ligne, nous nous sentons souvent démunis quant aux gestes à poser et aux interventions à faire. Et pourtant!

POUR PASSER À L'ACTION

Devant ces situations alarmantes, au Québec et ailleurs dans le monde, plusieurs personnes de tous horizons ont décidé de passer à l'action sur le terrain pour changer l'ordre des choses. Voici deux initiatives inspirantes :

Au Québec, *Mères au front* :

Elles visent à « *Protéger nos enfants et la vie sur Terre face à l'urgence climatique. Plus concrètement, nous avons pour mission de rassembler des mères, des grands-mères et des allié-e-s pour mener des activités de mobilisation, d'éducation et de sensibilisation favorables à la protection de l'environnement* ».

<https://meresaufont.org/>

En Europe, *Grands-parents pour le climat* :

Ayant pour mission de « Pratiquer et de promouvoir les valeurs de solidarité et de bienveillance envers les générations qui nous suivent; de collaborer avec d'autres associations, en particulier celles des jeunes pour accélérer la mise en œuvre de plans d'action qui priorisent le respect des limites planétaires tout en veillant à plus de justice sociale; d'oser plus de radicalité (dans nos discours comme dans nos actions) et d'agir comme des catalyseurs de changements en vue d'une transformation profonde de la société. »

<https://gpclimat.be/vision-mission-objectifs/>

Voilà un menu qui devrait nous inciter à nous mobiliser et à monter au front!

Madame, Monsieur,

Les membres du Conseil régional vous convient à :

L'ASSEMBLÉE GÉNÉRALE RÉGIONALE

Mardi 14 mai 2024 à 9 h 15

Salle Elkas, 4230, rue Bertrand-Fabi, Sherbrooke J1N 1X6

PROJET D'ORDRE DU JOUR

8 h 30 : Inscription et accueil

9 h 15 : Début de l'assemblée générale régionale

1. Message d'ouverture du président régional et présentation des membres du Conseil régional
2. Nomination à la présidence d'assemblée et au secrétariat
3. Lecture et adoption de l'ordre du jour
4. Lecture et adoption du procès-verbal de l'AGR du 5 mai 2023
5. Rapport du président et du plan d'action
6. Rapport des responsables régionaux des différents comités et des personnes mandataires de l'AREQ à plusieurs organismes

Pause

7. Période de questions et commentaires (propositions, s'il y a lieu)
8. Rapport des états financiers 2022-2023 et 2023-2024
9. Période de questions et commentaires
10. Message de la personne invitée Mme Brigitte Roy, secrétaire nationale
11. Mot de clôture

11 h 30 : Assemblée générale de la Fondation Laure-Gaudreault

Dîner offert par le Conseil régional et prix de présence

COUPON-RÉPONSE POUR L'ASSEMBLÉE GÉNÉRALE RÉGIONALE AVANT LE 6 MAI 2024

Nom : _____ Téléphone : _____

Secteur : _____ # de membre : _____

Encerclez la réponse : Je dînerai. oui non

Allergie alimentaire : _____

Faire parvenir la réponse **par la poste** à :

Claire Gagnon, 744, rue Caroline, Sherbrooke (Québec) J1E 3R4