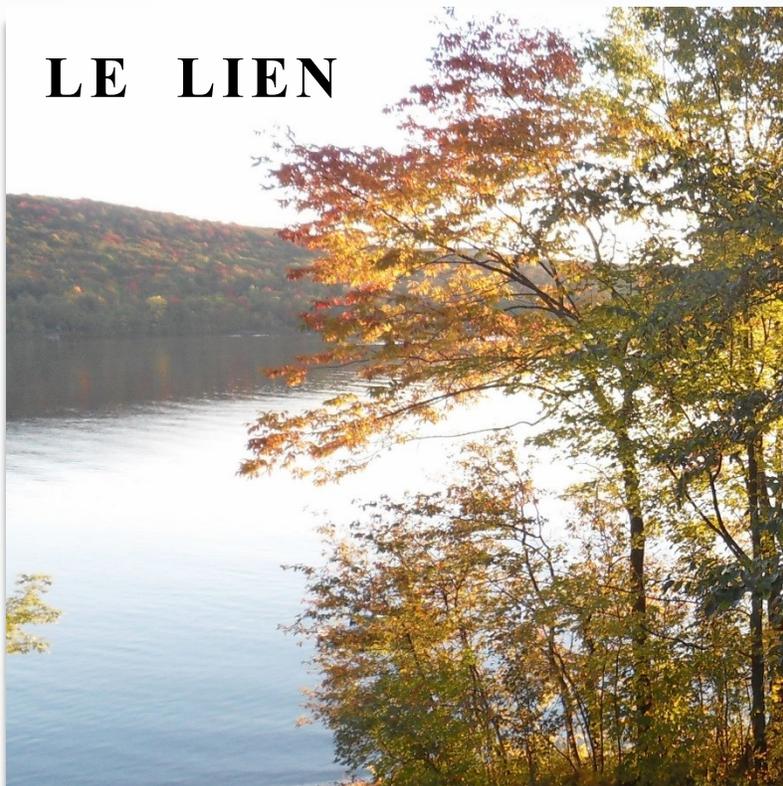


Septembre, 2024

Volume 29, n° 1

**LE LIEN**



Sommaire		
<b>LE SECTORIEL</b>		
3	Mot du président sectoriel	Gilles de Blois
4	Fondation Laure-Gaudreault Rapport annuel	Claude Smith
5	Sorties vélo	Sylvie Croteau
6	Cabane à sucre	Pauline D. Landry
7 8 - 9	Coups de cœur littéraires	Colette Baillargeon
10-11	Bon anniversaire!	Pauline D. Landry
12	IN MEMORIUM Voyage Merci	Pauline Dubois-Landry
<b>LE RÉGIONAL</b>		
13	Mot du président régional	Jean-Claude Lavoie
14	Environnement et développement durable	Michel Hébert
15	Fondation Laure-Gaudreault	Claude Smith
16	Comité de la condition des femmes	Hélène Larocque
17	Condition des hommes	Bernard Lecomte
18	Conférence : Journée internationale des hommes	Bernard Lecomte
19	Retraite / indexation	Réjean Raïche
20	Action sociopolitique	Denis Marchand
21	TRCAESTRIE	Micheline Roberge
22	Dossier des assurances	Fernand Grenier
23	Coupon-réponse : assurances	Fernand Grenier
24	Numéros utiles	

Journal Le Lien
<b>Équipe de préparation et montage</b>
- Pauline Dubois-Landry - Hélène Langlois - Colette Baillargeon (correctrice) - Diane Charrois (mise en page)
<b>Collaborateurs</b>
. Gilles de Blois . Colette Baillargeon . Pauline Dubois-Landry . Claude Smith . Sylvie Croteau  . Jean-Claude Lavoie . Micheline Roberge . Fernand Grenier . Bernard Lecomte . Michel Hébert . Hélène Larocque . Réjean Raïche . Denis Marchand
<b>Objectifs</b>
- Garder le lien entre les membres - Informer - Section régionale
<b>Plan d'action</b>
► Publier trois numéros durant l'année : . <u>Les retrouvailles</u> . <u>Noël</u> . <u>Le printemps 2025</u>
► Laisser la tribune à de nombreux collaborateurs
100 exemplaires imprimés CAB
90 abonnés Internet
<i><b>L'équipe du journal vous souhaite une année enrichissante!</b></i>



**MOT DU PRÉSIDENT SECTORIEL**  
**AREQ 05 C**  
*Gilles de Blois*

« La vie est un défi à relever, un bonheur à mériter, une aventure à tenter »  
*Mère Teresa*

Bonjour à l'ensemble de nos membres au secteur Asbesterie, 05 C.

Septembre, après un été particulier, est arrivé. Une autre année se pointe en débutant par notre activité de « Retrouvailles ».

Certaines et certains liront ce premier numéro, dans la salle, d'autres le recevront par la poste, par un ami ou par courriel; nos responsables de dossier se feront un plaisir de vous tenir informés.

J'en profite pour vous inviter personnellement à participer, avec le Conseil et nos responsables, à la vie de votre secteur. Vous retrouvez dans ce numéro les informations concernant les membres du Conseil et les responsables des dossiers. Votre aide sera toujours appréciée.

Plusieurs activités sectorielles ou régionales reviennent cette année. Nous serons toujours heureuses, heureux de vous y accueillir. Nous acceptons la collaboration. S'il vous arrivait d'avoir des idées pour de nouvelles activités et d'avoir envie de les partager, n'hésitez pas à nous contacter.

**ACTIVITÉS DE L'ANNÉE 2024-2025**

Date	Activité	Endroit
11 septembre	Retrouvailles	N-D-de-Toute Joie
09 octobre	Déjeuner des bénévoles	Camp musical
15 octobre	Rencontre régionale assurances	Steve Elkas
18 novembre	Journée internationale de l'homme, régionale	Steve Elkas
	Journée internationale de l'homme, sectorielle	Steve Elkas
5 décembre	Fête de Noël	Club de golf
Février	Saint-Valentin	
02 avril	Comité de l'action sociopolitique régional	Steve Elkas
10 mars	Journée internationale de la femme régionale	Steve Elkas
16 avril	Cabane à sucre	
23 avril	Assemblée générale sectorielle	Camp musical
13 mai	Assemblée générale régionale	Steve Elkas

**NOUVEAUX MEMBRES INSCRITS À L'AREQ 05 C**  
*Nathalie Drouin, Jean-Éric Guillemette et Johanne Lepage*



**RAPPORT ANNUEL  
DE LA FONDATION LAURE-GAUDREAU (05-C)  
SECTEUR DE L'ASBESTERIE 2024**



*Claude Smith*, responsable sectoriel

**CAMPAGNE DE SOLLICITATION 2023 :**

Nous avons réussi à recueillir la magnifique somme de **2 877 \$**. À ce montant, s'ajoute la somme de 161,88 \$ provenant du national.

- Don du secteur :	200,00 \$
- Cartes de sympathie :	20,00 \$
- Dons et activités de financement :	2 364,00 \$
- Dons entrés par internet :	230,00 \$
- Dons de dépenses :	63,03 \$
- National :	161,68 \$

Au niveau des activités de financement, le dîner spaghetti a rapporté la somme de 1 120 \$ et le tirage des centres de table à Noël 164 \$. Quant aux dons, ils proviennent en partie de membres de l'AREQ et de la Fondation. L'autre partie a été recueillie auprès de non-membres ou des organismes suivants : Coop Métro plus, la Pharmacie Jean Coutu et la municipalité Val-des-Sources.

**AIDE FINANCIÈRE 2024 : 2 751 \$ aux 6 organismes suivants :**



- Centre d'action Bénévole des Sources : 1 000 \$
- CDC des Sources, table d'action contre la pauvreté et l'exclusion sociale : 240 \$
- La Croisée des Sentiers : 500 \$
- Défi Handicap des Sources : 300 \$
- Centre des Femmes, le Point d'ancrage : 300 \$
- La Maison des Familles FamillAction : 411 \$

Remarque :  
Pour les frais d'administration, il faut enlever 10 % au montant 2 877 \$.  
Cependant, on ajoute la somme 161,68 \$ provenant du national.

**CAMPAGNE DE SOLLICITATION 2024 :**

Au niveau des activités de financement, j'ai l'intention de soumettre les deux mêmes activités tenues en 2023 au Conseil sectoriel et à la personne qui me remplacera comme **responsable de la FLG dans notre secteur**. Évidemment, il y aura aussi la demande du don du secteur lors de l'assemblée générale. **En ce qui a trait aux dons personnels de nos membres, la meilleure façon de procéder est d'aller sur le site de la Fondation. Il s'agit d'un procédé tout à fait sécuritaire.**

Enfin, je vous invite à vous joindre aux membres à vie de la Fondation au coût de 10 \$. Ce montant n'est pas considéré comme un don. Actuellement, nous sommes 73 membres à vie dans notre secteur.



## Calendrier de septembre-octobre 2024

Date	Destination	Distance	Départ
3 septembre	Danville-Kingsey Resto	30 km	9 h 30 Centre cycliste Danville
10 septembre	Danville-Richmond Resto	40 km	9 h 30 Danville
17 septembre	Wickham-Acton Vale Resto	35 km	8 h 30 Centre cycliste Danville
24 septembre	Granby-Waterloo Resto	40 km	8 h 30 Centre cycliste Danville
1 <sup>er</sup> octobre	Lennox-North-Hatley Lunch	30 km	8 h 30 Aréna Val-des-Sources
8 octobre	Danville- Warwick Resto	33 km	9 h 30 Centre cycliste Danville
15 octobre	Princeville-Halte Kelly Lunch	36 à 40 km	8 h 30 Centre cycliste Danville

La même règle s'applique pour les sorties d'automne, en cas de pluie, la randonnée est remise au jeudi lorsque c'est possible!

Attention, les heures de départ peuvent varier!

N'oubliez pas, si vous ne pouvez pas venir à la randonnée, prière de m'aviser! De cette manière, je pourrai mieux planifier nos sorties!

Merci de votre participation depuis le début! La saison n'est pas terminée!

*Sylvie Croteau*  
819 570-0010

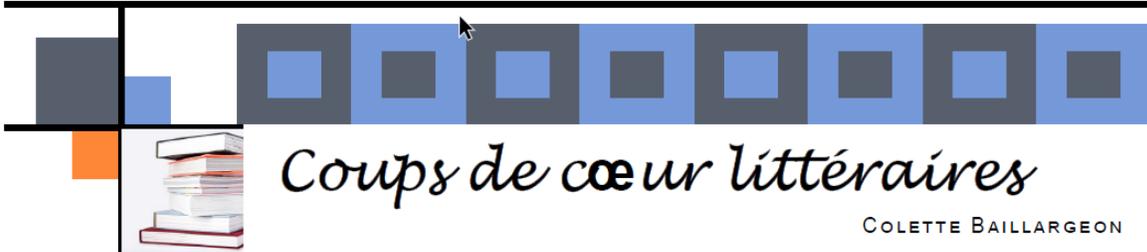
## **CABANE À SUCRÉ**

Le 16 avril dernier notre secteur a réuni une trentaine de personnes, dont notre président régional, Jean-Claude Lavoie, pour une activité cabane à sucre.

À la cabane Au bec sucré de Valcourt, les prix sont abordables, l'ambiance est bonne et le repas est savoureux Et on s'est sucré le bec à notre goût avec la tire sur la neige.



*Pauline Dubois-Landry*

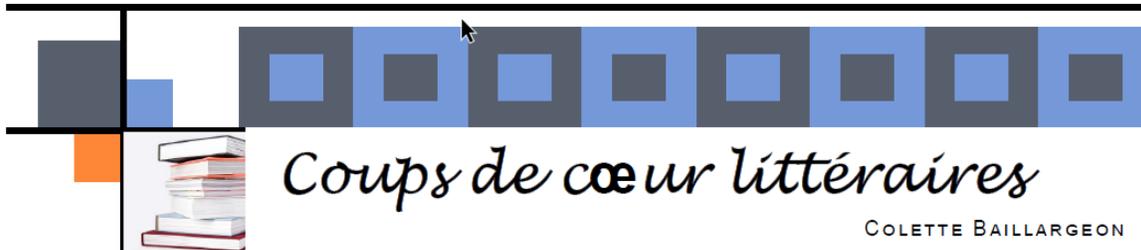


Bonjour chers lecteurs et lectrices du Lien.

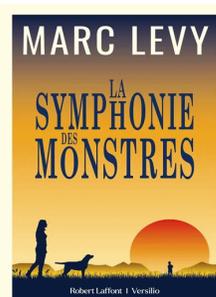
Pour débiter, je vous présente le 3<sup>e</sup> roman de Valérie Dionne, **J'ai oublié d'exister**. Madeline, femme de carrière débordée, ne prend pas beaucoup de temps pour son bien-être personnel. Elle travaille pour combler un vide qui ne se comble pas. Lorsque son grand-oncle, qui vivait en Écosse et qu'elle aimait tendrement puisqu'elle se sentait comprise, décède et qu'elle hérite de sa maison, de ses biens et du terrain, elle ne sait qu'en faire. Pourquoi à elle? Après maintes tergiversations, elle décide de prendre un mois de vacances pour aller vendre cette maison et faire le tri des affaires personnelles de son grand-oncle. Mais, arrivée en Écosse, que de souvenirs jaillissent en elle suite à deux précédents voyages qu'elle a effectués pour rendre visite à ce grand-oncle! Que fera-t-elle? Trouvera-t-elle des réponses à ses questions? J'ai aimé ce livre et surtout les descriptions des paysages de l'Écosse que décrit par l'autrice durant les excursions de Madeline et de son guide.



Pour faire suite, je vous transporte dans les marais qu'a si bien décrit Delia Owens dans **Là où chantent les écrevisses**. Dans ce roman, l'autrice nous raconte la vie de Kya, jeune fille de 10 ans qui vit seule dans les marais car sa mère un jour est partie. Elle n'en pouvait plus d'être violentée par son mari. Ensuite, ses sœurs et son frère sont partis à leur tour. Ainsi, elle a appris à vivre dans la vieille cabane. Elle a tant exploré les marais et les lagunes, qu'elle les connaissait suffisamment pour se cacher quand elle sentait un danger : exemple quand les fonctionnaires voulaient venir la chercher pour la placer en famille d'accueil ou pour l'obliger à aller à l'école. Un jour, un voisin Tate vivant aussi dans les marais a réussi à l'approcher et il lui a appris à lire et à écrire. Un monde s'ouvrait dans la vie de Kya. Mais Tate, un jour, partit étudier à l'université. Kya le prit pour un rejet et la solitude devient encore plus pesante pour elle. Que fera Kya? J'ai beaucoup aimé ce livre. L'auteure décrit tellement bien la vie qui fourmille dans les marais et l'histoire est intéressante.



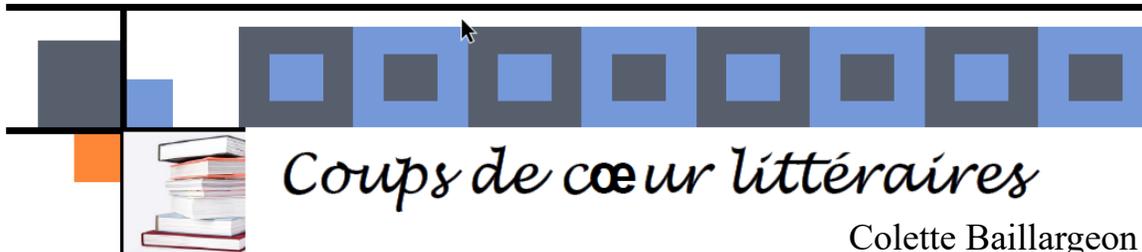
Pour revenir dans notre quotidien, j'ai lu l'histoire de Nicole Bilodeau qui nous raconte son propre cheminement depuis le grave accident qu'elle a subi le 13 mars 2005 à l'âge de 53 ans. **Dans le coma, je vous entendais**, Nicole nous fait entrer dans son intérieur et voulait surtout dire que, au chevet d'un mourant ou d'une personne comateuse, il faut toujours être positif car cette personne entend ce qu'on dit même si elle ne peut pas intervenir. Cela peut même l'aider à faire le choix de vivre ou de mourir. Comme Nicole a eu beaucoup de personnes aimantes autour d'elle, elle a fait le choix de se battre et d'essayer de recouvrir le plus d'autonomie dans ces nouvelles conditions et malgré les douleurs constantes. Mais elle y a trouvé un nouveau défi qu'elle s'efforce de relever chaque jour. Livre inspirant...



Marc Lévy a écrit un roman très actuel dans **La symphonie des monstres**. Durant la guerre en Ukraine, Véronika, rentre chez elle après sa journée au dispensaire et se rend compte que son fils Valentyn, 9 ans, a été enlevé par les Russes qui poursuivent leurs rafles pour enlever le plus d'enfants possible pour en faire des enfants russes en les endoctrinant. Véronika et sa fille Lilya vont tout faire pour retrouver Valentyn. Elles seront aidées par des maquisards et par le groupe des 9 qui travaillent dans l'ombre. Très bon roman qui est en plus très près de la réalité.

Pour faire suite, Michel Jean nous présente **Qimmik**. Comme toujours, l'auteur nous fait vivre le quotidien du peuple inuit. Dans son livre, on rencontre une jeune avocate inuite qui est chargée de défendre un homme inuk accusé d'avoir tué deux policiers à la retraite. Mais l'accusé refuse de parler. Entre temps, on suit Saullu, jeune fille inuit et Ulaajuk, jeune homme innu et leurs fidèles chiens, les qimmiit. On découvre le vaste territoire nordique et la vie de ces deux jeunes gens à travers les saisons. J'ai beaucoup aimé ce livre.

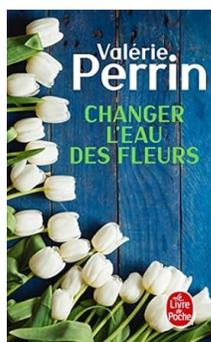




## Coups de cœur littéraires

Colette Baillargeon

Cette fois-ci encore, Dominique Demers nous invite à lire **Tant qu'il y aura des oiseaux**. Ce livre, à la fois humoristique et sérieux, est la suite de **Mon fol amour**. On se retrouve dans la maison des petits cochons ou la maison des courants d'air que Dominique avait achetée sur un coup de cœur. Pendant un reportage télé, Dominique a un accident en vélo. C'est un cas de CNESST. Elle a de la difficulté à se concentrer, à écrire et à faire des exercices. Elle rencontre alors une jeune fille prénommée Adèle, assise sur son quai. Une amitié s'établit. Entre la rencontre d'un bel aviateur britannique qui la chavire et les travaux de sa cuisine toute croche, voilà Dominique qui nous partage ses émotions et ses déboires. Une chance, ses amis de toujours sont là... Bon livre léger. Du bon Dominique Demers.

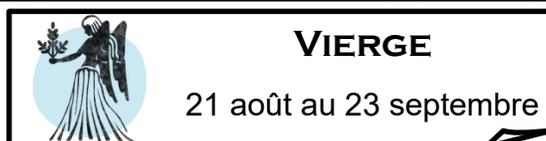


Et pour terminer, un livre qui sort de l'ordinaire, Valérie Perrin qui a écrit **Changer l'eau des fleurs**. Après **Les oubliés du dimanche**, voilà que l'autrice nous fait découvrir la vie de Violette, garde-cimetière dans une petite ville de Bourgogne. À travers la routine de son métier, elle fait de sa petite maison une demeure accueillante où les fossoyeurs et le jeune curé aiment venir y boire un thé et jaser. Son petit jardin et les fleurs lui sont un bon remontant car on découvre que sa vie n'a pas été simple. On découvre aussi des bouts d'histoire de gens qui sont décédés et qu'elle consigne dans des cahiers. Jusqu'au jour où un homme vient frapper à sa porte et lui demande où enterrer l'urne de sa mère qui veut être mis en terre à côté de son amant. Voilà où le quotidien de Violette prendra un nouveau tournant... Livre dont les intrigues passées modifient toujours le présent et que les non-dits sont parfois très néfastes.

# Bonne lecture !

## À vous tous... BON ANNIVERSAIRE !

Pauline D. Landry



Les Vierges, nées entre le 24 août et le 23 septembre sont très perfectionnistes, c'est pour ça qu'on leur prête une tendance étriquée. La Vierge n'aime pas lorsque quelque chose lui échappe. Ceci explique parfaitement ses qualités d'analyse et un sens critique très aiguisé. Le signe astrologique de la Vierge est souvent taxé comme étant une personne perfectionniste et maniaque. La Vierge a besoin d'être entourée de personnes qui la rassurent et qui partagent son besoin de vie tranquille, stable et bien organisée. C'est pourquoi des caractères comme celui du Bélier ou du Sagittaire, qui ont tendance à vivre au jour le jour, ne lui conviennent pas forcément.

25-08 Paquette Huguette	08-09 Lavallée Madeleine	20-09 Croteau Sylvie
01-09 Meunier Lise	09-09 Plante Marguerite	21-09 Lavallière-Brown Monique
05-09 Bergeron Maryse	11-09 Lachance Claude	23/09 Tessier-Levasseur Émilie
06-09 Gendreau Clément	11-09 Poulin Jean	
08-09 Délisle Pierre	19/09 Côté Lyne	



Sous la planète Venus, les Balances sont nées entre le 24 septembre et le 23 octobre. Les principaux besoins des Balances sont l'équilibre et la justice. En revanche, leurs principales faiblesses se retrouvent dans leurs indécisions dues à leur peur de déplaire. Ils peuvent donc devenir très rapidement froids ou se comporter comme "l'avocat du diable". Ils s'entendent bien avec les Béliers, Vierges, Capricornes et Poissons. Alors qu'au contraire, ils ne s'entendront pas avec les Taureaux et les Scorpions.

24/09 Blouin François	05/10 Carignan André	17/10 Couture Jeannine
24/09 Roulx Monique	06/10 Messier Pierre	17/10 Ellyson Suzanne
26/09 St-Hilaire Hertel	09/10 Vaillancourt Doris	18/10 Grimard Thérèse
28/09 Beaudoin Gisèle P.	14/10 Lefebvre Micheline	20/10 Morissette Jean-Claude
29/09 Benoît Paul	14/10 Lepage Joanne	

## À vous tous... BON ANNIVERSAIRE !

Pauline D. Landry



### SCORPION

24 octobre au 22 nov.

Nés entre le 24 octobre et le 22 novembre, les Scorpions sont un signe d'eau. Leurs planètes maitresses sont Mars et Pluton. Les scorpions sont des personnes déterminées, qui défendront coûte que coûte leurs valeurs et convictions. Du côté des défauts, les scorpions ne pardonnent pas facilement les offenses et peuvent se révéler vengeurs ou rancuniers. En amour, le scorpion a beaucoup de chance avec les Vierges, les Balances, d'autres Scorpions ainsi que les Poissons.

29/10 Cloutier Jean-Marc	05/11 Lemay Hippolyte	17/11 Turcot Guylaine
29/10 Picard Éliana	06/11 Proulx-Prince France	19/11 Lavigne Yvon
31/10 Girard Marie-Thérèse	10/11 Morel Denis	19/11 Williams Robet
01/11 Richer Ginette	12/11 Chaperon Carmen	



### SAGITAIRE

23 nov. au 22 déc.

Les Sagittaires sont nés entre le 22 novembre et le 21 décembre. Ils font partie de l'élément feu. Leur planète dominante est Jupiter. Leurs forces sont : l'humour, la générosité et l'idéalisme. En revanche ils ont tendance à faire des promesses faciles. Ils sont très peu patients et plutôt impulsifs. Ils préfèrent être libres plutôt qu'être contraints. Le sagittaire et le Bélier font tous deux partis des signes du feu, ils auront donc plusieurs choses en commun et seront plus facilement compatibles.

23/11 Bernard Gaétan	01/12 Poitras Claudette	15/12 Thiboutot Lise
25/11 De Blois Gilles	08/12 Charland Michelle	18/12 Belcourt Aline
26/11 Baillargeon Colette	08/12 Couture Francine	21/12 Christian Boilard
27/11 Dumas Gervaise	09/12 Potvin Bruno	22/12 Croteau Michel
30/11 Lambert-Messervier Cécile	12/12 Lambert-Picard Pauline	
30/11 Savage Camille	13/12 Grenier Hélène	



## **IN MEMORIAM**

Trois membres nous ont quittés depuis le mois de mai 2024.

Nos sympathies aux familles de :

Mme Laure Mailhot-Milot décédée le 19 mai 2024.

Mme Murielle Pouliot-Vaillancourt décédée le 24 mai 2024.

M. Jacques Marcotte décédé le 24 juin 2024.

---

## **VOYAGE**



Le 26 juin, 53 personnes ont participé à notre voyage annuel. Nous sommes allés voir la comédie musicale Waitress au théâtre St-Denis de Montréal. C'était la première médiatique et plusieurs ont apprécié rencontrer des artistes, leur parler, les photographier ou juste les voir de près.

---

## **MERCI**

Un merci spécial à Louise Courcy qui a travaillé très fort pour que nous puissions avoir des heures de piscine à L'Escale et des sauveteurs disponibles pour la surveillance. Et un merci aussi à un de nos membres, Guy Bonneville qui est disponible pour animer nos sessions d'aquajogging.



## MOT DU PRÉSIDENT RÉGIONAL

### *Jean-Claude Lavoie*



« L'homme n'est , il est vrai, qu'un roseau, le plus faible de la nature; mais c'est un roseau pensant. » **Travailler à bien penser** : voilà le principe de cet adage.

À l'AREQ nous cherchons à découvrir ce que nos membres veulent. Je viens de terminer ma tournée des Secteurs de notre belle région de l'ESTRIE. Il y a de la vie, de l'originalité et je suis impressionné par la qualité des activités qui sont offertes à tous les membres de l'AREQ.

Toutes ces actions s'inscrivent dans un plan triennal d'allure stoïque et froid, mais la chaleur qui se dégage de toutes les actions vécues pendant cette première année qui se termine, contribuent à bâtir des liens chaleureux entre nous.

La façon de rejoindre les autres ne repose pas sur les apparences. « C'est toujours ce qu'il y a dans le ballon qui le fait monter; la couleur ne sert à rien. »

Je suis enthousiasmé par cette première année comme président de la Région Estrie. Je me sens choyé d'être accompagné de vos présidentes et présidents de vos secteurs. Vous pouvez être fiers d'être représenté.e.s par cette équipe engagée et efficace.



En terminant, je me fais le porte-parole de vous tous et toutes pour offrir à notre amie Brigitte Roy, notre secrétaire au National et membre du CE, toutes nos sympathies pour le décès de son conjoint.

N'oubliez pas que « le Vin d'ici vaut mieux que L'EAU delà! »

**ENVIRONNEMENT ET DÉVELOPPEMENT DURABLE***Michel Hébert,*

responsable du comité régional de l'Estrie

**ENVIRONNEMENT ET DÉVELOPPEMENT DURABLE  
POUR DES VACANCES INSPIRANTES**

Au cours des semaines qui viennent, nombreuses seront les occasions de se permettre un petit laisser-aller, un moment de relâchement tant attendu, une oasis d'évasion : Ah! quel bonheur!

Toutefois, dans le cadre de ces moments tant recherchés, nous ne pourrons faire abstraction de ce contexte qui bouleverse de plus en plus profondément nos vies, celui des changements climatiques à l'échelle planétaire. Bien sûr, il ne s'agit pas de bouder son plaisir en cette joyeuse période estivale. Mais, à l'image de la période des fêtes annuelles d'hiver, serait-il possible d'innover, de prendre quelques instants en famille, avec des amis de passage ou des voisins pour aborder quelques instants les comportements que nous pourrions modifier, les engagements sociaux que nous pourrions prendre, voire les prises de parole que nous pourrions tenir près de chez soi et en faire nos résolutions *environnementales* de mi-année!

Tout cela sur un ton léger bien sûr mais avec la conscience de réfléchir sur l'avenir! Le nôtre pour les années qui viennent assurément, mais aussi de façon plus que pertinente l'avenir de nos enfants et de nos petits-enfants pour les décennies à venir.

Et si cela vous a inspiré, faites part de vos réflexions aux alentours!

***Bonnes vacances à toutes et à tous!***

**Soyez attentifs à vos courriels.**

Il y aura l'annonce de l'organisation d'une marche, à Québec,  
dans le cadre de la journée des Aînés,  
le 1<sup>er</sup> octobre 2024.



## FONDATION LAURE-GAUDREAU

*Claude Smith*



### LE TEMPS DES REMERCIEMENTS

Lors de l'assemblée générale du 14 mai dernier, j'ai eu droit à de belles surprises à l'occasion de mon départ après 13 ans à la présidence régionale de la Fondation Laure-Gaudreault. Le tout a débuté avec un hommage de la part de Ginette Bisson-Rouillard et Jacinthe Audet-Bolduc, membres du bureau régional de la FLG. Merci à vous d'avoir pris cette initiative qui m'a beaucoup touché.

La deuxième surprise est venue de la part du président régional de l'AREQ, Jean-Claude Lavoie, qui m'a remis un certificat-cadeau au nom du Conseil régional. J'ai toujours considéré que le soutien du Conseil est une pierre d'assise indispensable à la Fondation. C'est en ce sens que j'ai accueilli cette reconnaissance. Merci aux membres du Conseil régional 05-Estrie.

La troisième surprise est venue de la part du président national de la Fondation, Robert Gaulin. Constatant sa présence à notre assemblée générale, je lui ai demandé, en toute innocence, pourquoi il ne m'avait pas prévenu de sa visite. Vous comprendrez que je ne m'attendais pas à ce que le but de sa présence inattendue soit de me remettre la médaille de Laure-Gaudreault. J'ai alors pensé à Marcel Daurais et Louise Lacharité qui, dans notre région, ont reçu le même honneur.

Cette médaille, je tiens à la partager avec tous les membres passés et actuels du bureau régional de la Fondation.

Merci à toi Robert  
et aux membres du bureau national  
de la Fondation.



## CONDITION DES FEMMES

*Hélène Laroque,*  
représentante régionale du comité des femmes



## LE SYNDROME DE LA SCHTROUMPFETTE

Ce syndrome désigne la tendance des œuvres de fiction à représenter qu'**un unique personnage féminin** face à plusieurs **personnages masculins**. La figure féminine propage plusieurs **stéréotypes misogynes**. Elle sera l'épouse, l'assistante, la demoiselle en détresse, la beauté fatale, le faire-valoir,....

Il faut préciser que la Schtroumpfette a été inventée par Gargamel pour semer la zizanie d'après une recette tirée de son grimoire. La recette est pleine de stéréotypes féminins d'où le nom « Syndrome de la Schtroumpfette ».

<https://fr.wikipedia.org/wiki/Schtroumpfette#Origine>)



Au départ, elle a les cheveux foncés.  
Le Grand Schtroumpf fait changer son apparence.  
L'auteur s'inspire de Brigitte Bardot  
pour ses cheveux blonds et lui ajoute des talons hauts.



En 1985, les autrices Alison Bechdel et Liz Wallace ont conçu un indicateur (formé de 3 questions) servant à détecter la place des femmes dans les œuvres de fiction :

- ◆ Y a-t-il au moins deux personnages féminins portant des noms ?
- ◆ Ces deux femmes se parlent-elles ?
- ◆ Leur conversation porte-t-elle sur autre chose qu'un homme ?

Si les réponses sont négatives, les stéréotypes de genre sont reproduits. Si elles sont positives, l'auteur a su déjouer certains pièges sexistes.

De nos jours, nous sommes plus critiques à tout ce qui est véhiculé dans les œuvres artistiques. Dans certains pays, on se permet de les brûler ou de les censurer.

Au lieu de bannir les œuvres d'un autre siècle, il serait important d'en signaler les différents stéréotypes.

**CONDITION DES HOMMES***Bernard Lecomte,*

responsable du comité régional des hommes

*Bernard Lecomte*

Le comité régional des hommes s'est réuni le 3 juin dernier pour préparer la journée internationale des hommes qui aura lieu le 18 novembre prochain.

Pour cette occasion, nous vous proposons une activité d'information et de sensibilisation sur le cancer de la prostate. Le conférencier invité, Dr Michel Carmel, sommité dans le domaine au Québec, fera le point sur le cancer de la prostate, les traitements et les avancées de la recherche.

Comme beaucoup d'hommes, il n'est pas facile d'être à l'aise de parler de sa santé. Il est primordial de trouver des réponses à nos questions et de l'information fiable. Il est important d'être ouvert et de communiquer ses besoins et ses questions à un vrai spécialiste de la santé. Les hommes ont de la difficulté à parler de ce qui se passe sous la ceinture, mais cette activité de sensibilisation sur le cancer de la prostate nous démontre qu'il est acceptable de le faire, et même important d'en parler.

Vous êtes tous invités à participer à cette activité lundi le 18 novembre 2024 en complétant le coupon-réponse. Nous vous attendons en grand nombre.

**JOURNÉE INTERNATIONALE DES HOMMES**  
**THÈME : PARLONS-EN DU CANCER DE LA PROSTATE**  
**ÇA SAUVE DES VIES**

**Date :** Lundi 18 novembre  
**Lieu:** Salle Steve Elkas, 4230, rue Bertrand Fabi  
**Coût :** 22 \$ / membre ou 27 \$ / non-membre

**Déroulement prévu :**

9 h 30 Inscription  
10 h 00 Mot de bienvenue par Bernard Lecomte  
Présentation du conférencier par Gilles Lépine  
10 h 15 Conférence  
- Moyens de dépistage  
- Moyens de guérison  
- Impacts pour les proches  
11 h 00 Période d'échanges et questions  
11 h 30 Remerciements et tirage de prix de présence  
12 h 00 Dîner

*N. B. : Tous les membres et non-membres, hommes et femmes sont les bienvenus!*

**Coupon-réponse      Journée internationale CCH      Le lundi 18 novembre**

Nom : \_\_\_\_\_ Téléphone : \_\_\_\_\_

Nom : \_\_\_\_\_ Téléphone : \_\_\_\_\_

Nous serons \_\_\_\_\_ personne(s) à **22 \$/pers./membre**

*f* Nous serons \_\_\_\_\_ personne(s) à **27 \$/pers./non-membre**

SVP encerclez la lettre de votre secteur :    **A   B   C   D   E   F   G   J   H**

SVP indiquez votre numéro de membre : n° \_\_\_\_\_

**INSCRIPTION** : Par courrier : Mme Claire Gagnon, 744, rue Caroline, Sherbrooke J1E 3R4

**PAIEMENT** : Chèque au montant total de \_\_\_\_\_ \$      (Au nom de : **AREQ - Estrie**)

***Date limite d'inscription (oblitération postale) : le lundi 11 novembre 2024***

18

*Régional / Septembre 2024*



## **RETRAITE / INDEXATION**

*Réjean Raïche,*  
responsable du comité régional

### **BIEN VIVRE SA RETRAITE**

**Le 8 mai dernier avait lieu le Rendez-vous national sur le maintien à domicile, organisé par la Coalition pour la dignité des aînés, dont fait partie l'AREQ-CSQ, afin de proposer des recommandations précises et concrètes à nos décideurs.**

**Recommandation 1 :** Mettre en place un cadre légal sur le maintien de l'autonomie faisant de l'accès aux soins à domicile un droit visant à réduire les barrières liées à celui-ci, tout en énonçant le droit à un logement abordable et adapté ainsi que des options de mobilités accessibles.

**Recommandation 2 :** Faire des CLSC la porte d'entrée principale pour les personnes en besoin de soins et services à domicile pour mieux soutenir la personne aidée comme la personne aidante, ouvert 24 heures sur 24, 7 jours sur 7, qui doit être en mesure d'évaluer les besoins, d'offrir les soins ou de référer la personne au bon professionnel ou prestataire de soins et services à domicile. (La ministre des aînés s'y est engagée.)

**Recommandation 3 :** Assurer une meilleure coordination territoriale au bénéfice des personnes âgées et de leurs proches en accordant un mandat élargi aux tables régionales de concertation des aînés et du financement adéquat.

**Recommandation 4 :** Renforcer la place des soins et services à domicile dans l'organisation du réseau public de santé et de services sociaux en s'assurant que la nouvelle agence Santé Québec en ait le mandat.

Pour plus d'informations : <https://www.lacsq.org/actualite/le-rendez-vous-national-sur-le-maintien-a-domicile-evenement-a-succes/>

**ACTION SOCIOPOLITIQUE**

*Denis Marchand*  
responsable régional de l'Estrie



## **QU'EST-CE QUE L'INTELLIGENCE ARTIFICIELLE ? QUELS SONT SES EFFETS PERVERS ?**

Le 2 avril 2025, le comité régional de l'action sociopolitique offrira aux membres de l'AREQ-Estrie une journée d'information sur l'intelligence artificielle. Ceux-ci seront renseignés sur diverses applications mises en œuvre grâce à l'IA aussi bien dans le domaine médical qu'économique puis sur les façons de se protéger contre son utilisation malveillante.

Dès 9 h 30, une compétence régionale nous expliquera ce qu'est l'IA et, tout en remontant son historique, mettra en évidence les nombreux services, mis en œuvre grâce à l'IA, que les personnes vieillissantes utilisent présentement ainsi que le développement présent et futur d'applications dont elles pourront bénéficier dans un avenir rapproché.

À 13 h 30, une personne-ressource compétente sensibilisera les membres sur les effets pervers de l'intelligence artificielle, sur le comment des arnaqueurs peu scrupuleux dépouillent financièrement les personnes âgées. Elle nous fera connaître les moyens de se protéger contre leurs stratagèmes et nous fournira des petits trucs qui ont pour effet de diminuer l'inquiétude ressentie par les personnes vieillissantes vivant à domicile.

Pendant la pause et sur l'heure du diner, du temps sera accordé aux participants pour visiter des kiosques d'information dans le but de cueillir des documents et des réponses à leurs questions auprès de personnes expertes dans ce domaine.

Le comité intersectoriel;

*Johanne Pomerleau* Sherbrooke Ouest et Nord,  
*Françoise Turcotte* Lac-Mégantic,  
*Gilles De Blois* Val des Sources,  
*Angèle Berger* Sherbrooke-Est,  
*Jeanne-Chantal Bélanger* Coaticook,  
*Jocelyne Veilleux* Magog,  
*Brigitte Gobeil* East Angus,



## TABLE RÉGIONALE DE CONCERTATION DES AÎNÉES DE L'ESTRIE

*Micheline Roberge,*  
présidente et mandataire TRCAESTRIE



### SOINS ET SERVICES À DOMICILE

Le 6 février 2024, nous avons envoyé un avis à Madame Sonia Bélanger, ministre responsable des aînés, concernant les soins à domicile. Nous lui avons fait part des préoccupations des aînés et des actions entreprises en Estrie.

Le 19 mars 2024, nous avons tenu une rencontre des membres dont le thème était : « Le soutien à domicile, oui mais... » Nous nous questionnions à savoir : est-ce utopique de vouloir vieillir chez soi? L'invitation a été lancée à l'ensemble de la population estrienne. Environ 70 personnes étaient présentes. Vous pouvez lire le compte rendu sur notre site web : [info@aineseestrie.qc.ca](mailto:info@aineseestrie.qc.ca)

Par la suite, la TRCAE a été convoquée par le cabinet de la ministre le 12 juin afin de présenter les résultats de la rencontre de concertation. Nous avons 15 minutes pour lui faire part des enjeux et des pistes de solution de notre région. Cela nous a permis de faire connaître les services aux aînés et pour nous, d'identifier les défis en vue d'une prochaine rencontre.

Pour conclure, il faut changer la mentalité actuelle afin d'adopter une approche préventive et que la population aînée soit entendue dès maintenant. Et ce sont de petits gestes individuels qui provoqueront des changements. Souhaitons aussi que le plan d'action gouvernemental 2024-2029, La Fierté de vieillir, y contribuera efficacement et rapidement, car il y a urgence d'agir.

Bon été à toutes et à tous!



## DOSSIER DES ASSURANCES

*Fernand Grenier,*  
responsable régional (ASS)  
☎ 819 769-1884 Cell. 819 829-4539



### **TARIFS DU 1<sup>ER</sup> JUILLET 2024 AU 30 JUIN 2025 (RAMQ)**

#### *Dans la déclaration de revenus*

##### Prime annuelle :

- Cotisation payée à Revenu Québec dans votre déclaration de revenus
- De 0 \$ à 744 \$ par personne, selon le revenu familial net

#### *À la pharmacie*

##### Franchise mensuelle :

- Montant fixe payé lors de vos 1<sup>ERS</sup> achats du mois
- 22 \$

##### Coassurance :

- Pourcentage du coût des médicaments couverts que vous payez, une fois la franchise soustraite
- 32 %

##### Contribution maximale :

- Montant maximal à payer pour les médicaments couverts
  - o Par mois : 99,65 \$
  - o Par année : 1 196 \$
- Exception pour les personnes de 65 ans ou plus qui reçoivent moins de 94 % du Supplément de revenu garanti maximal
  - o Par mois : 56,17 \$
  - o Par année : 674 \$

### **TARIFS PRÉCÉDENTS (RAMQ)**

LES TARIFS SUIVANTS ÉTAIENT EN VIGUEUR DU 1<sup>ER</sup> JUILLET 2023 AU 30 JUIN 2024.

Prime annuelle : de 0 \$ à 731 \$ par personne, selon votre revenu familial net

Franchise mensuelle : 22,90 \$

Coassurance : 33 %

##### Contribution maximale :

- Montant maximal à payer pour les médicaments couverts
  - o Par mois : 99,65 \$
  - o Par année : 1 196 \$
- Exception pour les personnes de 65 ans ou plus qui reçoivent moins de 94 % du Supplément de revenu garanti maximal
  - o Par mois : 56,17 \$
  - o Par année : 674 \$

#### **INDEXATION**

Le gouvernement a honoré sa parole en accordant son 0,4 % d'indexation ce qui doublera à 0,8 % l'indexation à recevoir à partir d'août 2024.

Les membres du Conseil régional vous convient à  
une rencontre sur le dossier des ASSURANCES  
Mardi 15 octobre 2024 à 9 h  
Salle Elkas, 4230, rue Bertrand-Fabi, Sherbrooke J1N 1X6

**PROJET D'ORDRE DU JOUR**

**9 h Accueil**

**9 h 30 Début de la rencontre**

1. Régime public d'assurance médicaments de la RAMQ
2. Période de questions
3. Tour d'horizon du régime d'assurance collective ASSUREQ

**Vers 10 h 20 Pause de 20 minutes**

4. Période de questions
5. Présentation du site BENEVA par Johanne Freire et une personne ressource
6. Fin de la rencontre

**12 h Dîner**

*Fernand Grenier*, responsable régional du dossier ASSURANCES pour le Conseil régional

**COUPON-RÉPONSE à envoyer avant le 7 octobre 2024**

**DOSSIER ASSURANCES**

**RENCONTRE DU 15 OCTOBRE 2024**

Nom : \_\_\_\_\_ Téléphone : \_\_\_\_\_

Nom : \_\_\_\_\_ Téléphone : \_\_\_\_\_

Nous serons \_\_\_\_\_ personne(s) à 22 \$/pers./membre

Nous serons \_\_\_\_\_ personne(s) à 27 \$/pers./non-membre (même montant si tu ne dînes pas)

SVP encerclez la lettre de votre secteur : **A B C D E F G J H**

SVP indiquez votre numéro de membre : n° \_\_\_\_\_

Encerclez la réponse : Je dînerai. **oui** **non**

Allergie alimentaire : \_\_\_\_\_

Faire parvenir la réponse **par la poste** à : **Claire Gagnon**  
744, rue Caroline, Sherbrooke Qc J1E 3R4

**PAIEMENT** : Chèque au montant total de \_\_\_\_\_ \$ (Au nom de : **AREQ - Estrie**)

## NUMÉROS UTILES

**AREQ** 1 800 663-2408  
 Télécopieur : 418 525-0769  
 320, rue St-Joseph Est  
 Bureau 100, Québec QC

**CARRA** 1 800 463-5533  
 475, rue Saint-Amable  
 Québec QC  
 G1R 5X3

**Beneva inc.** 1 877 651-8080  
 625, rue Jacques Parizeau  
 Québec QC  
 G1R 2G5 beneva.ca

**RRQ** 1 800 463-5185  
 2600, boul. Laurier  
 Sainte-Foy QC  
 G1K 7S9

**Personne ressource du secteur  
 pour les Assurances**  
 Gilles Gagnon 819 879-7362

### À vos crayons!

Prochain numéro : décembre

Date de tombée : 11 novembre



### CONSEIL SECTORIEL (ASBESTERIE)

Président	Gilles de Blois	873-989-7002
1 <sup>re</sup> vice-présidente	Pauline Dubois-Landry	819 879-7933
2 <sup>e</sup> vice-présidente	Nicole Rioux	819 839-2111
Secrétaire	Huguette Lecomte	819 828-2868
Trésorière	Éliana Picard	819 879-0020
1 <sup>er</sup> conseiller	Gilles Gagnon	819 879-7362
2 <sup>e</sup> conseillère	Josée Cusson	819 879-4668

**Accédez à des tarifs d'assurance exclusifs**

Optez pour l'assurance de groupe auto, habitation et entreprise

[csq.lapersonnelle.com](http://csq.lapersonnelle.com)  
1 888 476-8737



Partenaire de la CSQ





Centrale des syndicats du Québec

laPersonnelle  
Assureur de groupe auto, habitation et entreprise

La Personnelle désigne La Personnelle, assurance générale inc. Le marque La Personnelle™ ainsi que les marques de commerce associées sont des marques de commerce de La Personnelle, compagnie d'assurance, employées sous licence. Certaines conditions, exclusions et limitations peuvent s'appliquer.