

LE GLANEUR

« L'AREQ, une force pour notre société »

Édition numéro 70

Avril 2015



Photo : Jeannette Desbiens

MOT DU PRÉSIDENT

POURQUOI PAS?

Enfin! Changements climatiques ou pas... qu'on y croit ou pas... que nous demeurions sceptiques ou pas, voici que le printemps tarde à se faire sentir! Cette période marque aussi la fin d'une année fort chargée en activités, comme à l'habitude!

Je dois vous avouer que, dans les circonstances, je me considère choyé et privilégié d'avoir pu compter sur des gens fiables et dévoués qui m'ont appuyé et encouragé. Faire tourner le calendrier de l'AREQ et assurer les engagements du plan d'action demande des efforts importants qui doivent être partagés. Sans l'implication de tous les membres du Conseil sectoriel qui prennent sur leurs épaules l'organisation des différents événements, une telle mise en œuvre aurait été impossible.

Même constat en ce qui concerne les responsables des comités : leur participation a assuré la bonne marche de tout ce qui a pu être offert aux membres et parfois même à la population de notre secteur. L'implication de toutes ces personnes démontre bien qu'il est possible de s'engager sans hypothéquer le temps et le plaisir de la retraite! Ces bénévoles ont eu à cœur de planifier et de réaliser des activités sociales diversifiées, enrichissantes et divertissantes!

Et vous en retour? Pourquoi ne pas tout simplement vous présenter à la réunion annuelle de l'Assemblée générale le 29 avril prochain? Ce sera votre participation! Votre présence sera le remerciement et la reconnaissance que vous offrirez à toutes celles et à tous ceux qui ont eu à cœur le bien-être et le bon fonctionnement du groupe.

Oui, pourquoi pas?

François Duperré, président



ASSEMBLÉE GÉNÉRALE SECTORIELLE

Vous êtes cordialement invité à l'assemblée générale de l'AREQ, secteur Chicoutimi-Valin, le **29 avril** prochain à compter de **9 h 30 à l'Hôtel La Saguenéenne**.

Le repas vous sera offert **gratuitement**. Bienvenue à tous!

Le mercredi 29 avril 2015, à 9 h 30, Hôtel La Saguenéenne

Projet d'ordre du jour :

9 h 30 Accueil et bienvenue (Café disponible).

10 h Mot de bienvenue.

Nomination de la présidence d'assemblée.

Ouverture de l'assemblée.

1. Lecture et adoption du projet d'ordre du jour.
2. Lecture et adoption du procès-verbal de l'assemblée du 30 avril 2014.
3. Rapport du président.
4. Présentation du rapport financier 2014-2015.
5. Rapport des comités par les répondants au Conseil sectoriel.
6. Mot de la présidente régionale, Mme Francine Tremblay.
7. Activités de fin d'année.
8. Orientations pour 2015-2016.
9. Questions diverses.
10. Levée de l'assemblée.

11 h 30 Tirages...Repas

François Duperré, président

CONVOCAION ASSEMBLÉE GÉNÉRALE RÉGIONALE

Vous êtes convoqués(es) à l'Assemblée générale **RÉGIONALE**
le mercredi 20 mai 2015 à 10 heures,
Le Vieux Théâtre
300 Boul. de la Grande-Baie Nord
La Baie

ACTION COMMUNAUTAIRE

Seulement trois retraitées de l'AREQ participent au projet d'aide aux devoirs mis en place avec le Centre d'amitié autochtone du Saguenay. C'est une expérience valorisante et enrichissante qui permet une prise de contact avec des membres de la communauté autochtone de notre secteur.

En complément, ces trois membres de l'AREQ sont jumelés à trois élèves de 5^e secondaire du PEI (programme d'études internationales) de l'école Charles-Gravel. C'est une action communautaire mais aussi intergénérationnelle fort intéressante.



JOURNÉE MONDIALE DE L'EAU

Dimanche, le 22 mars dernier, à la bibliothèque publique de Chicoutimi et en collaboration avec l'UQAC, le comité environnement a souligné la Journée mondiale de l'eau.

Pour débiter, nous avons assisté à un rituel de l'eau à la saveur autochtone avec Mme Geneviève Mckenzie Sioui de Wendake. Par la suite, avec nos deux personnalités invitées de UQAC, soit M. Claude Villeneuve de la chaire éco-conseil et M. Julien Walter doctorant spécialisé dans le domaine des eaux souterraines, nous avons réfléchi ensemble sur la réalité actuelle de cette ressource indispensable à nos vies.

De l'avis de l'ensemble des personnes présentes dont plusieurs étant de nos membres, cette formule favorisant la participation citoyenne a été des plus appréciée. La collaboration de l'AREQ, par l'entremise de Mme Mckenzie, s'est avérée une heureuse initiative. Le comité environnement, dans ses actions futures, tentera de favoriser une association nouvelle avec différents organismes déjà existants.

Claire Fortin, pour le comité environnement et de développement durable

CONDITION DES FEMMES

Merci à Mmes Carmen Dallaire et Huguette Larouche pour le beau travail sur l'historique de la Journée mondiale des femmes présentée lors du déjeuner du 5 mars. La sérieuse prestation, faite de façon humoristique a été très appréciée des invités.

Denise Arvisais, Sylvie Brassard, condition des femmes

SOCIO-POLITIQUE

L'activité régionale du 24 mars des comités socio-politique a eu lieu à Alma sous la présidence de Mme Francine Tremblay. Elle était accompagnée des conférencières Mmes Nathalie Savard, présidente de SIISNEQ-CSQ et Ginette Plamondon, conseillère à l'AREQ nationale. Le sujet actuel, la loi 10 et notre santé, a été apprécié.

Denise Arvisais, comité socio-politique



DÉJEUNERS MENSUELS

Vive le travail d'équipe! La nouvelle équipe des déjeuners formée de Mmes Monique Boisvert, Claudette Deschênes, Dorothee Létourneau, Béatrice Minier, Georgette Gagnon et Huguette Tremblay (responsable du comité), nous informe avoir battu des records de participation.

En plus de l'accueil, ces personnes, en tandem, se chargeaient de la préparation et de l'animation. Ces déjeuners ont été des rencontres amicales et une plateforme pour faire connaître les activités de l'AREQ.

Pour le dernier déjeuner de l'année, le **7 mai** prochain, nous nous retrouverons au restaurant **La Tourelle**, lequel est situé sur le boulevard Tadoussac, en-haut de la grande côte après St-Fulgence. Cet emplacement nous offre une vue magnifique sur le Fjord du Saguenay.

Nous ferons un bilan succinct de cette activité et recueillerons vos suggestions de lieux pour l'an prochain. Comme d'habitude des prix de présence seront attribués. L'équipe vous attend en grand nombre!

Louise Denis, répondante pour l'équipe au Conseil sectoriel

ACTIVITÉS SOCIALES

Nous devons souvent répondre par la négative à des demandes de publicité ou d'annonce dans notre journal ou sur notre site Internet.

Afin de répondre plus positivement et de satisfaire plusieurs de ces demandes, nous publierons en début d'année, en même temps que la programmation, une liste d'activités supportées par certains de nos membres.

Il n'est pas obligatoire que l'activité annoncée s'adresse uniquement à nos membres. Cependant, au moins un de nos membres de l'AREQ Chicoutimi-Valin doit en faire partie et s'en faire le promoteur.

Exemple : Je fais partie avec six autres membres de l'AREQ d'un club de bridge comptant en tout 25 membres. Le club est intéressé à se développer et veut recruter de nouveaux joueurs. Comme membre de l'AREQ, j'en fais la promotion et je sollicite la participation d'autres membres. La seule exigence sera de fournir les informations ci-dessous :

Quoi : Bridge

Où : St-Honoré

Quand : Jeudi, de 13 h à 15 h

Membres de l'AREQ à contacter : Jos Lacarte, tél : 418-673-0000

Même chose pour un groupe de danse, une ligue de scrabble, un groupe d'apprentissage du Mandarin, un club de water-polo , etc...

Nous prenons cette initiative sans aucune discrimination, ni favoritisme. Notre seul but est d'aider nos membres à vivre des activités qui peuvent les intéresser et aussi de donner un coup de main à celles et ceux qui organisent de telles activités.

Vous avez jusqu'au 10 août prochain pour vous faire connaître... plus tard, ça ira malheureusement à l'an prochain.



LES PANIERS DE PRODUITS SAISONNIERS LOCAUX

Chaque semaine, des producteurs de légumes saisonniers peuvent vous fournir un panier de différents produits répondant à vos besoins. Pour placer votre commande, voici la liste de ces producteurs :

Coop de solidarité, Les Jardins de la Montagne, Petit Saguenay, Tél : 418-820-2302

Les Jardins de Sophie, St-Fulgence, Tél : 418-674-1141

Le Jardin des Mômes, S-Fulgence, Tél : 418-674-1787

Les Artisans Paysans (Les Fermes Solidar), Chicoutimi, Tél : 418-696-3218

Claire Fortin, pour le comité environnement et de développement durable



JARDINS COMMUNAUTAIRES



À Saguenay, des jardins communautaires sont accessibles aux citoyens. Vous devez joindre les personnes responsables de ceux-ci pour participer à une de ces plantations. Pour information vous rendre sur le site internet de Ville Saguenay sous l'onglet « Environnement » ou par téléphone au 418 698-3000.

Louise Denis, pour le comité Environnement

L'ADOLESCENT ET LE VIEUX CHÊNE



On n'accepte en réalité la vieillesse et la mort qu'à l'heure où elles arrivent. (George Sand)

Jeannot, jeune adolescent, participait à chaque été à un camp de vacances au Lac-Trois-Saumons. Dans ses moments libres, à l'orée des bois, il prenait plaisir à visiter un vieux chêne. Cette année-là, Jeannot le trouve vraiment mal en point. Le vieil arbre l'informe de la gravité de son état :

- Je vais de mal en pis et comme tu vois, j'ai perdu toutes mes feuilles.
- Dis-moi ce qui t'arrive pour être dans un tel état? s'inquiète Jeannot.
- L'an passé, une vague de froid tardive a gelé toutes mes jeunes feuilles. Par le fait même, je n'avais plus de poumon et mon organisme a manqué d'oxygène. Il en résulta par la suite que les fibres de tout mon être se dégradèrent. Ainsi, j'ai perdu toute ma vitalité. Bientôt ce sera la fin.
- Que pourrions-nous faire pour arrêter la progression de la maladie? s'informe l'adolescent.
- Il est trop tard pour réagir. Ma grande faiblesse m'empêche de remonter la pente et les parasites voraces auront vite raison de moi.
- Tu broies du noir en ce moment, honorable Chêne. As-tu consulté un horticulteur?
- Non! Ici, la végétation du terrain est laissée à elle-même et vu la gravité de mon état, une intervention médicinale serait inutile. Merci de t'inquiéter à mon sujet. Cependant, ton amitié t'empêche de voir que ma fin est proche. Il est temps de faire nos adieux...

Ce furent les dernières paroles du Chêne. Dans les minutes qui suivirent, un craquement sinistre est entendu à cent lieues à la ronde. Sous le coup d'une bourrasque, le moribond perd l'équilibre, se rompt au ras du sol et s'étend de tout son long. Il n'en fallait pas plus... Le vieil arbre n'est plus...

Jeannot se souviendra toujours de la sagesse du vieux Chêne parti, hélas, trop vite avec tous ses souvenirs.

Carmen Dallaire

Ce n'est que dans la vieillesse que l'homme devient vraiment lui-même
(Robert Charbonneau)



**AREQ SAGUENAY-LAC-ST-JEAN
JOURNÉE RÉGIONALE DE COLLECTE DE FONDS
POUR LA FONDATION LAURE-GAUDREULT**

Mardi 9 juin 2015

9 h 30 à 15 h

2 activités vous sont proposées:

Centre de conservation et d'interprétation de la faune (zoo)

ou

balade à pied sur les trottoirs et dans les escaliers
de Chûte aux Galets (à la fin du rang 4).

9 h 30 : rendez-vous au 296, rang 2

pour la visite guidée du Zoo de St-David de Falardeau.

Ce zoo est unique avec ses multiples variétés d'animaux et
la possibilité de prendre un petit tigre près de soi et le caresser.

Covoiturage suggéré

Le site est accessible pour les personnes à mobilité réduite.

(nourriture pour animaux à vendre) (bouteille d'eau aussi).

Apportez votre gourde d'eau et prévoyez de l'insecticide car...on ne sait jamais.

Ensuite, nous revenons au 200, rue du Chalet
pour le dîner à la salle des Chevaliers de Colomb de St-David.

Vin, bière et breuvages en vente.

Le coût pour la journée : 35\$ / par personne.

**Des billets seront en vente pour vous permettre
de gagner une peinture de Micheline Hamel (valeur de 350\$).**

Attention! Nous sommes l'AREQ hôte et nous vous demandons d'être nombreux pour
venir accueillir nos invités. **Billets en vente** à l'assemblée générale sectorielle le **29
avril**, à l'assemblée générale régionale le **20 mai**, ou en communiquant avec
Madeleine Tremblay au 418 543-1044 ou **madeleine.tremblay@live.ca**.

LES LECTURES DE CLAIRE



Les amateurs de la nature seront heureux de découvrir le guide d'observation et d'identification intitulé **Oiseaux, Québec et Amérique du Nord** paru chez Modus. Contenant quelque 600 espèces différentes et 1,700 illustrations couleur, ce superbe ouvrage apporte une foule d'informations sur la faune ailée de notre continent.

Paru chez JCL, le roman **Jour de folie** de Suzie Robichaud est tout à fait charmant. Brodée autour de la première flamme de Simone, l'histoire se déroule au Saguenay. Tout en explorant la complexité de l'amour et de la fidélité, l'auteure fait ressortir l'importance de profiter du moment présent.

Le coffret des cristaux de guérison paru chez Ada offre l'opportunité d'explorer le monde minéral afin de découvrir tous les bienfaits que les pierres peuvent procurer. Accompagné de 12 cristaux choisis, le livre informatif contient des instructions complètes pour aider à les utiliser efficacement.

Aimer la vie, l'apprécier et lui donner plus de sens, voilà l'invitation faite par le psychologue Jean-François Vézina dans son livre **Tout se joue avant 100 ans** paru aux Éditions de l'Homme. Suggérant des pistes de réflexion sur la notion du jeu, ce volume novateur nous incite à réinventer notre quotidien de manière à créer notre propre destinée.

Dans son livre **Quand le cancer disparaît** paru aux Éditions Guy Trédaniel, le cancérologue Luc Bodin explique très bien ce qu'est cette maladie, parle des causes et des traitements offerts. Appuyé sur le résultat de multiples recherches, on y démontre la possibilité de faire disparaître définitivement le spectre de la maladie. Une vision toute nouvelle du cancer et aussi, d'autres voies de guérison.

Pour tous les enfants avides de savoir, **Mon grand livre des pourquoi** de National Geographic paru aux Éditions Scholastic est tout indiqué. Avec plus de 300 photos couleurs, des informations judicieuses et des expériences fascinantes, ce livre saura satisfaire l'inépuisable curiosité des petits, tout en les divertissant.

Claire Chainey, chroniqueuse

COMITÉ ENVIRONNEMENT ET DÉVELOPPEMENT DURABLE

En répondant au slogan lancé à la conférence de Rio sur l'environnement « **Penser globalement, agir localement** », le comité environnement attire régulièrement notre attention sur la consommation de l'eau du robinet et propose différents gestes écologiques dont un guide « **Pour acheter et jeter autrement** ». Ce guide est disponible sur la page d'accueil du site de l'AREQ Chicoutimi-Valin, sous l'onglet Comité de l'environnement.

Chaque mois, le comité diffuse des capsules environnementales pour nous inciter à réfléchir et à agir autrement. Ces informations nous permettent de cultiver de nouveaux réflexes et d'intégrer de nouvelles pratiques dans notre quotidien.

Ces actions régulières de réduction de nos déchets, de réutilisation, de recyclage, de compostage, etc... ont une incidence certaine, ici et ailleurs. Et ce, que ce soit sur la production de gaz à effet de serre, la dépense excessive d'énergie, le gaspillage d'eau potable et le pillage des ressources non-renouvelables.



« LA JOURNÉE MONDIALE DE LA TERRE »



Afin de continuer nos réflexions, le comité nous convie au restaurant Les 400 Coups de Jonquière le **mercredi 22 avril à 8 h 30**.

Lors de ce déjeuner-conférence avec la participation de M. Gérald Tremblay, celui-ci nous informera sur les enjeux de la société actuelle et des propositions d'actions concrètes. Ce déjeuner se promet d'être fort intéressant.

Réservez votre billet au coût de 7\$ soit par courriel à « lodenis@live.ca » ou par téléphone au 418-543-8772. Comme d'habitude le covoiturage est recommandé. Un montant sera accordé à l'utilisateur de sa voiture soit : 5\$/1pers, 10\$/2pers, 15\$/3pers, 20\$/4pers.

Louise Denis, pour le comité Environnement

LA FÊTE DES SAGES

Lieu de magie. Étions tous là à promener sur notre épaule nos vieux ans soudainement rebourgeonnés d'une fluide jeunesse; visages fleuris de sourires, de rires et de chants, le tout, fruit d'un grand dévouement.

Jacques P. Vaillancourt

À l'occasion de la Fête des Sages et de la St-Valentin

D'être reconnu sage, ça m'a mis un peu mal à l'aise... c'est comme un point de non-retour.

Je vous l'annonce en primeur : nous sommes peut-être de vieux voiliers, mais pas encore naufragés.

Bien sûr, bien sûr, avec les années, la vue s'en va, la vue s'en va, mais n'oubliez jamais ce qu'a dit le grand philosophe grec Platon, et je cite : "C'est quand la vue s'en va que l'esprit de la femme voit clair". De moi : "De l'homme aussi ... parfois".

Félix a dit aussi : "C'est pas parce qu'on est des vieux pommiers qu'on produit des vieilles pommes. Ce n'est pas parce qu'on a un pas un peu plus hésitant, qu'on se trompe de chemin".

Les années s'accumulant sur notre tête, on en ressent le poids; les mots deviennent plus rares. Par contre, souvent, ils acquièrent la légèreté des libellules. Quelque soient nos âges, rien ne nous empêche d'être des oiseaux perchés sur un printemps.

Enfin, regardez le firmament, vous y verrez toujours une étoile un peu plus scintillante que toutes les autres. C'est sur cette étoile qu'on doit se donner rendez-vous. De grâce, ne vous trompez pas, il ne s'agit pas de l'étoile polaire mais plutôt de celle qu'a fréquentée et que fréquente encore la déesse Vénus.

Jacques P. Vaillancourt

FÊTE DES BÉNÉVOLES



Cette année encore, nous aurons l'occasion de souligner notre reconnaissance envers nos fidèles bénévoles qui ont contribué, si efficacement, à la bonne marche des activités de notre organisation.

Une rencontre sociale, suivi d'un dîner aura lieu le 16 juin prochain à 10 h 30 au Club Nautique du Fjord. Une belle occasion pour les bénévoles de se voir et de fraterniser avant les grandes vacances!



VOTRE PAGE FACEBOOK...



En janvier, j'ai créé une page Facebook et une invitation a été envoyée à tous les membres de l'AREQ, ayant une adresse courriel. **Malheureusement**, il n'y a que 26 membres qui y ont adhéré. Facebook permet des contacts faciles et plus informels que nos autres moyens de communication électroniques.

N'ayez aucune crainte, car **seulement** nous de l'AREQ, pouvons consulter cette page. Cela peut vous permettre de partager des informations ou des photos qui vous tiennent à cœur et dont vous aimeriez que vos compagnes et compagnons connaissent de vous.

N'hésitez donc pas à venir vous joindre à nous, par le site web de **L'AREQ CHICOUTIMI-VALIN**. Au plaisir de communiquer!

Mario Baillargeon

L'AREQ « TOUJOURS EN ACTION »



Accompagnement en soins palliatifs

Dans le cadre d'un programme de l'AREQ « Toujours en action », quinze membres de notre secteur ont suivi une formation en approche palliative. Cette activité mise en œuvre par l'AREQ Chicoutimi-Valin, s'inscrivait dans les orientations du plan d'action national. Celui-ci préconise d'offrir des activités sur la santé physique et mentale et faire connaître les initiatives visant les améliorations de fin de vie.

Dispensées par Palli-Aide, ces quinze heures de formation se sont avérées très profitables pour toutes et tous. L'ensemble des thèmes abordés ont suscité l'intérêt des personnes participantes et Mme France Sirois, intervenante psycho-sociale, a fait généreusement profiter le groupe de ses connaissances et de son expérience.

Si l'intérêt manifesté par les membres persiste, il y aura probablement l'an prochain un suivi à cette activité.

François Duperré, pour L'AREQ « Toujours en action »



COURS DE TABLETTE ÉLECTRONIQUE

Le cours de tablette Apple donné en janvier dernier a été un grand succès. Nous avons pu former deux groupes de neuf personnes.

Notre formatrice a su nous faire apprivoiser ce nouvel outil. Quoi de mieux que de se faire guider pour apprendre.

Hélène Tremblay, pour L'AREQ « Toujours en action »

LES RANDONNÉES DU PRINTEMPS



Toujours fidèle au rendez-vous depuis plus de dix ans, nous sommes « en marche » tous les lundis de mai et juin. Selon notre habitude, le rythme de chacun est respecté. Les trajets sont d'environ 6 km et durent en moyenne 1 h 30 à 2 h. Bienvenue à tous : amis(es), conjoints(es), parenté...

Pour informations : Claire Fortin (418-973-4466) ou clairefortin@netcourrier.com
Jacinthe Lavoie (418-549-6966) ou jaclavoie@videotron.ca

Date	Lieu d'activité	Départ et durée du parcours	Détail du parcours	Guide
4 mai	La Pulperie	9 h à midi	Stationnement Petite Maison blanche, Chicoutimi	
11 mai	Bec-Scie	9 h à midi	Centre Plein-Air Bec-Scie, La Baie	
18 mai	Des Rats-Musqués	9 h à midi	École Antoine de St-Exupéry, Chicoutimi	
25 mai	Lac Kénogami	8 h à 13 h	Boul. Talbot vers Québec, à droite entre 222 et 223 km	
1 ^{er} juin	Cap Jaseux	9 h à midi	Chemin Pointe aux Pins, St-Fulgence	
8 juin	Sentier des Messieurs	8 h à 16 h	3 km rue Eugène-Morin, Petit-Saguenay	
15 juin	Sentier Eucher	9 h à midi	Stationnement Marina, Anse à Benjamin	Claire
22 juin	Sentier de la Passerelle	8 h à 13 h	Passerelle Rivière Shipshaw, 8 km dans Rang 4, Falardeau	François
29 juin	Jean-Langevin	9 h à midi	Boul. Saguenay, au bout Jean-Langevin (avant le pont) Dîner au Parasol, Chicoutimi	

Vous rendre 10 minutes avant l'heure du départ, au Quai de La Marjolaine, au Vieux Port, près de l'horloge. Covoiturage avec compensation pour l'essence : dans Chicoutimi (0\$), moins de 40 km (5\$), 40 à 100 km (10\$) et plus de 100 km (15\$). Apportez : eau, collation, crème anti-moustiques, protection solaire, etc ...

N'oubliez pas...une bonne chaussure de marche est primordiale.



À L'AGENDA

ACTIVITÉS	DATES	LIEU
Assemblée générale sectorielle	29 avril, 9 h 30	Salle Champagne, La Saguenéenne
Déjeuner mensuel	7 mai, 9 h	Restaurant La Tourelle, Saint-Fulgence
Assemblée générale régionale	20 mai, 10 h	Le Vieux Théâtre, La Baie
Fondation Laure-Gaudreault	9 juin, 9 h 30	Zoo de Falardeau
Fête des Bénévoles	16 juin, 10 h	Club Nautique du Fjord

POUR NOUS JOINDRE ÉCRIVEZ-NOUS

Les pages du «Glaneur» vous sont grandes ouvertes. N'hésitez pas à soumettre un article de votre cru! La prochaine date de tombée est fixée au 10 août 2015.

Sylvie Pelletier 418-549-4663 Courriel « sylviepe@videotron.ca »

Mise en page : Huguette Girard

MERCI À NOS PARTENAIRES

SYNDICAT DE L'ENSEIGNEMENT DU SAGUENAY, Chicoutimi 418-549-8523

LA COMMISSION SCOLAIRE DES-RIVES-DU-SAGUENAY – Service de reprographie (*Association des retraitées et des retraités de l'éducation et des autres services publics du Québec –AREQ (CSQ) – secteur Chicoutimi-Valin, #70, 2015*)