



NOUVEL ENVOL

Secteur Louis-Frédette - Région Québec-Chaudière-Appalaches

Décembre 2024

MOT DE LA PRÉSIDENTE

Un travail d'équipe!

Pour l'année 2024-2025, de septembre à décembre, le conseil sectoriel a inscrit au programme neuf occasions d'une rencontre pour nos membres et, c'est sans compter les voyages de Claire et les déjeuners de Viviane. Dans ce Nouvel Envol, vous avez la liste des activités qui vont suivre. À vous de vous inscrire et d'y participer.



Comme on le constate, le secteur 03G est très actif; nos membres sont fidèles et la participation toujours bonne. L'équipe du CS dépense beaucoup d'énergie pour la réussite de ces rencontres.

On continue cependant de déplorer l'absence des plus jeunes personnes retraitées. Nous aimerions les rencontrer pour connaître ce qui peut les intéresser, afin de mieux adapter nos activités et de bien les renseigner sur l'AREQ et les services offerts.

L'activité des « Retrouvailles » a été un beau succès et le plaisir que les personnes ont eu à se retrouver, c'était vraiment beau à voir!

Le 17 octobre, on a fêté plusieurs de nos sages avec un succulent repas quatre services et une coupe de vin. Dans l'après-midi, la conférence sur les assurances a été une précieuse source d'informations sous l'habile direction de madame Johanne Freire, notre conseillère à l'AREQ.

Il y a eu aussi, le 3 octobre dernier, la rencontre très importante des responsables de dossiers et de comités. Ce fut l'occasion privilégiée pour des échanges d'idées et de suggestions. Grand merci à ces bénévoles qui sont le rouage indispensable de la vitalité de notre secteur.

Si l'on ajoute à tout cela, la « Célébration des défunts », les activités régionales « Sociopolitique », « Environnement » et la « Journée des hommes », on peut dire que nous avons eu un début d'année très productif.

Bientôt ce sera notre dîner de Noël, une très belle fête dans notre secteur, qui marquera le début d'un temps de réjouissances. Toute l'équipe du conseil sectoriel se joint à moi pour vous souhaiter de célébrer avec vos êtres chers et de prendre le temps de savourer chaque instant.

À tous nos membres, à leur famille et à leur entourage, nos vœux de santé et de nombreuses occasions de petits et grands bonheurs.



Nicole Talbot, présidente

PAIEMENT PAR INTERAC

Il est maintenant possible de vous inscrire aux activités en utilisant « INTERAC » (ACCESD Desjardins) à liseptoine@telus.net en utilisant la question de sécurité suivante :

- * « Comment s'appelait notre fondatrice? »
- * Réponse : « Laure »

Après avoir effectué votre paiement, afin de compléter votre inscription :

- * Faire parvenir un courriel à : liseptoine@telus.net en indiquant le **nom et prénom de chaque personne inscrite** en spécifiant si celle-ci est membre ou non-membre.
- * Indiquer également votre **numéro de téléphone**.

Nous vous prions de vous inscrire pour **une seule activité à la fois** en respectant le délai prévu.

Nous espérons que cette nouvelle procédure facilitera votre inscription.

Au plaisir de vous accueillir à nos activités!

Les membres du conseil sectoriel

Pour plus d'information concernant la procédure à suivre pour faire un virement INTERAC, consulter le lien suivant :

<https://www.desjardins.com/qc/fr/comptes-services/virement-interac.html>

SOMMAIRE

| | |
|--|-----------|
| Assurances..... | p. 4 |
| Fondation Laure-Gaudreault | p. 5 |
| Sociopolitique | p. 6 |
| Réponses : Quiz sur les chansons..... | p. 6 |
| Environnement | p. 7 |
| Activités à venir..... | p. 8, 9 |
| Carnet voyages | p. 10 |
| Retour sur les activités..... | p. 11-13 |
| Si j'avais les ailes d'un ange, je partirais pour...p. | 14, 15 |
| Poème du matin..... | p. 16 |
| Invitation aux artistes (AREQ en spectacle)..... | p. 16 |
| Quiz sur les chansons..... | p. 17 |
| Coupons-réponse..... | p. 18, 19 |
| Nécrologie..... | p. 20-22 |
| Informations utiles | p. 23, 24 |



TABLEAU SYNTHÈSE DES ACTIVITÉS HIVER / PRINTEMPS 2025 (À découper et conserver)

| ACTIVITÉ | DATE DE L'ACTIVITÉ | DATE LIMITE D'INSCRIPTION | PARTICIPE |
|------------------------------|--------------------|---------------------------|-----------|
| Quilles et dîner | 22 janvier 2025 | Mercredi, 8 janvier | |
| Ski de fond | 17 février 2025 | Lundi, 3 février | |
| <i>Journée des femmes***</i> | 7 mars 2025 | Vendredi, 20 février | |
| Cabane à sucre | 2 avril 2025 | Mercredi, 19 mars | |
| <i>Environnement***</i> | 22 avril 2025 | Mardi, 8 avril | |

*** Les activités en italique sont des activités régionales

LES GRANDS EXPLORATEURS

Saison 2024 - 2025 : Créateurs de rencontres

Comme à chaque année, les Grands Explorateurs sont créateurs de belles rencontres.

Il est toujours temps de s'abonner de façon virtuelle.

La programmation de cette saison est fort intéressante :

- * Normandie (15 décembre 2024)
 - * Honduras (2 mars 2025)
 - * Thaïlande (30 mars 2025)
 - * Les Baléares (4 mai 2025)
 - * Canada (25 mai 2025)
- Hors-série : Terre de feu (19 janvier 2025)



Je suis disponible pour répondre à vos questions!

Belle saison!

Denise Leclerc, 418-837-3872

MOT DE LA RESPONSABLE DU NOUVEL ENVOL

Par : Lise Patoine

Chères lectrices! Chers lecteurs!

Nous souhaitons que notre bulletin sectoriel soit à l'image de nos membres et de notre secteur. Vous êtes donc invités à nous partager vos textes : poésie, humour, réflexions personnelles, récits de voyage, etc.

C'est grâce au magnifique travail de montage effectué par Martine Lagacé et aux belles photos de notre photographe officiel, Yvan Gravel, que nous pouvons bénéficier de cette publication dont nous espérons qu'elle satisfait vos attentes!

Au cours des dernières années, nous avons accueilli dans nos rangs plusieurs membres associés suite au décès de leur conjoint(e) de même que des membres issus d'autres secteurs. Nous aimerions vous connaître!

N'hésitez pas à participer aux activités de notre secteur et à nous communiquer vos commentaires...

ASSURANCES

À la « Fête des sages », le 17 octobre dernier, c'était « SAGE » d'y participer. Pour bien commencer la rencontre, nous avons eu un succulent repas quatre services avec vin.

Dans l'après-midi, la conférence avec madame Johanne Freire s'est avérée une précieuse source d'informations.

1. L'AREQ est maintenant preneur de notre assurance collective;
2. Distinction du Régime A – Assurance maladie Santé et Santé Plus avec les protections assurées;
3. Explication de la fameuse facture de la RAMQ :
Franchise - Coassurance - Contribution maximale par mois;
4. Revue du tableau des garanties dans chaque régime :
Assurance maladie - Assurance voyage - Assurance vie;
5. Assurance maladie :
Hospitalisation - Maison de convalescence - Appareils auditifs - Lentilles intraoculaires - Entrée en CHSLD...
6. Assurance voyage :
Avoir sa carte « Assistance voyage » avec soi. Sur cette carte, il y a les numéros à contacter ainsi que votre numéro de contrat à donner lors d'un appel.
Suggestion : Faire une copie de cette petite carte pour la personne accompagnatrice.
7. Assurance vie :
Choix 1, 2 ou 3 et prestations aux décès selon le choix. Les primes restent les mêmes, même si l'âge avance.
Protection individuelle ou familiale. Il est important d'avertir l'assurance lors d'un décès pour percevoir les prestations et au besoin changer de protection.
8. Droit au paiement anticipé en assurance vie;
9. Prestation en cas de mutilation accidentelle;
10. Il est sage d'avertir nos proches de notre participation à l'assurance collective de l'AREQ.

Dans le prochain « Quoi de neuf », madame Freire publiera un article avec le tableau de l'augmentation des primes en janvier 2025 et les raisons de cette augmentation. Vous y trouverez également le feuillet 2025 « Votre régime en un coup d'œil »; important de le conserver et de le consulter.

Sur notre site Internet (louisfrechette.areq.lacsq.org), Martine maintient les informations à jour. Prenez le temps de le consulter. Dans le menu, cliquez sur l'onglet « [Assurances](#) ». Le feuillet et la brochure au complet s'y retrouvent de même que des renseignements utiles sur des points précis.

En cas de doute, il est toujours sage de s'informer. Bonne santé!

Nicole Talbot, comité des assurances

FONDATION LAURE-GAUDREULT



Comme à l'habitude, en cette période d'automne, nous sommes en mode « collecte de dons » en ce dernier tournant de l'année.

À la mi-octobre, nous avons amassé plus de 1 600 \$ grâce aux dons du secteur, à des dons personnels envoyés directement à la Fondation et à des dons des participants lors des activités. Grâce à votre générosité, nous espérons atteindre les 2 000 \$ et même plus.

Pensons aux personnes âgées dans le besoin, aux proches aidants et aux personnes pour qui l'aide alimentaire est une nécessité.

C'est pour tout cela que vos dons (déductibles d'impôt) sont importants.

Voici comment faire un ou des dons :

- En allant sur le site Internet de la FLG (fondationlg.org) et en cliquant sur « Dons en ligne ». N'oubliez pas de sélectionner votre région. Vous pouvez aussi accéder à ce site en passant par le site Internet de l'AREQ Louis-Fréchette (<https://louisfrechette.araq.lacsq.org/>).
- Ou par chèque, en complétant un formulaire d'inscription. Puis, vous envoyez le tout, par la poste à l'adresse suivante :

Fondation Laure-Gaudreault,
320, rue Saint-Joseph Est, Bureau 100
Québec (Québec) G1K 9E7

Pour le formulaire, vous pouvez utiliser celui ci-dessous ou le faire imprimer à partir du site de la Fondation ou celui de l'AREQ Louis-Fréchette.

Robert Hins, responsable de la FLG de notre secteur

Votre contribution à la Fondation Laure-Gaudreault peut prendre différentes formes :

- Devenir membre à vie de la Fondation (10 \$)
- Faire un don
- Vous procurer nos cartes de condoléances (10 \$)

Formulaire d'inscription ou de don

| | | | |
|--|---------------|-------------|------------|
| Nom et prénom : | | Région : | |
| Adresse : | | | |
| Ville : | Code postal : | Téléphone : | |
| <input type="checkbox"/> Devenir membre à vie de la Fondation (10 \$) | | | \$ |
| <input type="checkbox"/> Faire un don au montant de : _____ \$ | | | \$ |
| <input type="checkbox"/> Achat de _____ carte(s) de condoléances (10 \$/unité) | | | \$ |
| Reçu d'impôt pour toute souscription annuelle de 15 \$ ou plus. | | | Total : \$ |

SOCIOPOLITIQUE

Le 9 octobre dernier, à l'occasion de la rencontre régionale, nous avons eu trois conférences.

La première conférence portait sur le sujet « Biais cognitifs ». Madame Isabelle Blanchette en a fait la présentation en quatre thèmes selon la perception du cerveau :

1. Fausses nouvelles, désinformation;
2. Perception du cerveau de façon lente ou rapide;
3. Rationalité, recherche d'éléments, de preuves;
4. Sentiments, influence de nos émotions.

Deuxième conférence : « L'âgisme », présentation de monsieur Samuel Labrecque, conseiller aux dossiers sociaux de l'AREQ.

L'âgisme consiste en des stéréotypes, des préjugés, des discriminations fondés sur l'âge et ça peut se produire à tout âge, mais c'est surtout attribué aux personnes en âge avancé. Les femmes en sont davantage affectées.

Résultat : isolement, troubles cognitifs, problèmes de santé mentale et physique.

Troisième conférence : « Le rire, joie et santé », présentée par madame Linda Leclerc.

C'est une manière d'aider à soulager le stress, l'anxiété et les situations du quotidien. C'est aussi une façon de prendre soin de notre santé mentale et physique en s'offrant des moments de détente et de sociabilité.

Jacques Olivier, comité socio-politique



| |
|--------------------------|
| 31. Giacomo Puccini! |
| 28. Isabelle Pierre |
| 25. Annie Philippe |
| 22. Bruno Pelletier |
| 19. Chantal Pary |
| 16. Michel Pagliaro |
| 13. Daniel Oderra |
| 10. Jacques Normand |
| 7. Nicoletta |
| 4. Alex Nesky |
| 1. Mouffe |
| Réponses de la page : 17 |
| 3. Georges Moustaki |
| 6. Jean Nichol |
| 9. Paulo Noël |
| 12. Claude Nougaro |
| 15. Rose Quellette |
| 18. Vanessa Paradis |
| 21. Fred Pellerin |
| 24. M.-Denise Pelletier |
| 27. Paul Piché |
| 30. Eddy De Pretto |
| 2. Nana Mouskouri |
| 5. Marie-Josée Neuville |
| 8. Michel Noël |
| 11. Notre-Dame-de-Paris |
| 14. Offenback |
| 17. Marcel Pagnol |
| 20. Mario Pelchat |
| 23. Claire Pelletiere |
| 26. Paf |
| 29. Michel Polnareff |

ENVIRONNEMENT

Une journée enlevante!

Le 25 octobre dernier, si vous n'étiez pas présentes ou présents aux deux conférences : « **J'aime ma poubelle mais je la quitte** » et « **Mères au front** » à l'Hôtel Québec, dans le cadre de la journée de l'environnement, vous avez manqué tout un événement! Nos deux conférencières invitées, madame Camille Defoly et madame Hélène Landry, nous ont vraiment fait vibrer, tant par le contenu de leurs propos que par l'éloquence qu'elles y ont mise.

Dans un premier temps, madame Camille Defoly nous a démontré l'importance de bien gérer nos déchets en nous expliquant les enjeux qu'ont ceux-ci sur notre environnement et ce, sans jamais nous culpabiliser d'aucune manière. Elle nous a de plus sensibilisés à l'adoption de pratiques simples mais combien efficaces pour améliorer notre rendement. Vous pourrez d'ailleurs avoir accès à un tableau récapitulatif qui nous sera fourni par l'organisme [Le Jour de la Terre](#) et qui vous sera envoyé par l'intermédiaire de l'AREQ Louis Fréchette. Ce tableau, pour peu qu'il soit à portée de main, répondra à vos interrogations ou confirmera vos bonnes pratiques déjà intégrées.



La participation enthousiaste, tout au long de la présentation, a fait ressortir le grand intérêt de tous les participants. Fait inusité, la conférencière a même eu droit, à sa grande surprise, à une ovation debout à la fin de l'exercice, preuve de l'engouement de la salle.



En deuxième partie, c'est une grand-maman émouvante qui est venue livrer un vibrant témoignage de son engagement auprès de [Mères au Front](#). Madame Hélène Landry a su nous présenter l'organisme en relatant son origine, en précisant son objectif et en nous démontrant les actions qui ont été menées jusqu'à ce jour ainsi que leurs résultats, le tout accompagné d'illustrations plus qu'éloquentes. Bref une conférence livrée avec émotion par une femme des plus inspirantes. Il va sans dire que celle-ci nous encourage grandement à nous joindre au mouvement pour faire en sorte que nos enfants et nos petits-enfants aient un avenir meilleur.

C'est par un beau soleil en fin d'après-midi que nous sommes donc tous repartis plus énergisés que jamais et enchantés de notre journée de l'environnement.

C'est donc un rendez-vous le **22 avril prochain** pour le « Jour de la terre ».

Claire Morency,
responsable du comité de l'environnement
pour l'AREQ Louis-Fréchette



ACTIVITÉS HIVER / PRINTEMPS 2025

- L'inscription est obligatoire en tout temps et sera effective à la réception de votre paiement. Il est essentiel de respecter le délai prévu pour vous inscrire tout en tenant compte du délai postal. **Aucun paiement ne pourra être effectué à l'entrée.**
- Ne pas oublier de joindre votre coupon-réponse ou d'envoyer l'information requise par courriel si vous payez par **INTERAC** (voir procédure dans le **texte de la page 2**).
- Vous pouvez vous inscrire à plus d'une activité à la fois; placer vos inscriptions dans la même enveloppe, mais **faire un chèque pour chaque activité.**

| | | |
|--|------------------------|--|
| Quilles et dîner | | Mercredi, 22 janvier 2025 (ou mercredi 29 janvier, si tempête) |
| Lieu : Boule-O-Drome Lévis , 44, rte du Président Kennedy, Lévis (entrée par la rue Pie X) | | |
| Accueil : 8 h 30 | Quilles : 9 h | Dîner : 11 h 30 |
| Coût membres : | Quilles : 10 \$ | Dîner : 20 \$ |
| Coût non-membres : | Quilles : 18 \$ | Dîner : 30 \$ |
| Inscription obligatoire : Louise Guay avant mercredi, 8 janvier 2025 | | |
| Chèque à l'ordre de AREQ 03G . Le faire parvenir à Louise Guay, 3899, rue des Opales, Lévis, QC G6W 7M2 ou paiement par INTERAC à : lisepatoine@telus.net Voir texte : page 2 | | |
| Information : 418-833-9809 ou camarine@videotron.ca | | Coupon-réponse : p. 18 |
| Nombre de places limité; la priorité sera donnée aux inscriptions reçues et payées à l'avance. | | |
| Vous formerez vos équipes sur place (maximum 4 personnes par allée). Sur le coupon-réponse, préciser si vous êtes membre ou non-membre et indiquer un numéro de téléphone de référence. N'oubliez pas de préciser si vous jouerez aux petites ou grosses quilles. | | |

| | | |
|--|--|--|
| Ski de fond | | Lundi, 17 février 2025 (ou mardi 18 février, si tempête) |
| Lieu : Club de ski Bord de l'Eau , 96, route Kennedy, Saint-Henri | | |
| Accueil : 9 h 30 | Dîner : Vers 12 h | |
| Coût : 5 \$ (ski, raquette ou marche dans les sentiers) | Gratuit pour les membres du club de ski | |
| Coût pour le dîner : | Membres : 15 \$ | Non-membres : 25 \$ |
| Repas chaud : bouillon, lasagne ou pâté au poulet, salade, pain et dessert. Préciser votre choix lors de votre inscription. Coupon-réponse : p. 18 | | |
| Inscription obligatoire : Claude Couture avant lundi, 3 février 2025 | | |
| Chèque à l'ordre de AREQ 03G : Claude Couture, 100, rue de l'Anse, Lévis G6K 1C6 | | |
| N.B. : Vous pouvez apporter votre lunch et le déguster au chalet. S'il y a tempête, l'activité sera remise au lendemain. (Veuillez noter votre numéro de téléphone sur votre coupon d'inscription.) | | |

| Journée internationale des femmes | Vendredi, 7 mars 2025 |
|--|-----------------------------------|
| Lieu : Hôtel Québec , 3115, av. des Hôtels, Québec | |
| Inscription : 8 h 30 | Dîner : 12 h |
| Coût : 20 \$ pour les membres | 40 \$ pour les non-membres |
| Inscription obligatoire : Louise Guay avant vendredi, 20 février 2025 | |
| Conférencière à déterminer (pour plus d'information, consulter notre site Internet) | |
| Chèque à l'ordre de AREQ 03G . Le faire parvenir à Louise Guay, 3899, rue des Opales, Lévis, QC G6W 7M2 ou paiement par INTERAC à : liseptoine@telus.net Voir texte : page 2 | |
| Information : 418-833-9809 ou camarine@videotron.ca | Coupon-réponse : p. 19 |

| Cabane à sucre | Mercredi, 2 avril 2025 |
|--|-----------------------------------|
| Lieu : Érablière du Cap , 1925, chemin Lambert, Saint-Nicolas (Lévis) | |
| Accueil : 11 h | Dîner : Vers 12 h |
| Animation musicale | Tire en après-midi |
| Coût : 30 \$ pour les membres | 40 \$ pour les non-membres |
| Inscription obligatoire : Louise Guay avant mercredi, 19 mars 2025 | |
| Chèque à l'ordre de AREQ 03G . Le faire parvenir à Louise Guay, 3899, rue des Opales, Lévis, QC G6W 7M2 ou paiement par INTERAC à : liseptoine@telus.net Voir texte : page 2 | |
| Information : 418-833-9809 ou camarine@videotron.ca | Coupon-réponse : p. 19 |
| Service de bar sur place | Tirage moitié-moitié |

| Environnement | Mardi, 22 avril 2025 |
|--|-----------------------------------|
| Lieu : Hôtel Québec , 3115, av. des Hôtels, Québec | |
| Inscription : 8 h 30 | Conférence : 9 h |
| Coût : 20 \$ pour les membres | 40 \$ pour les non-membres |
| Inscription obligatoire : Louise Guay avant mardi, 8 avril | |
| Conférences à déterminer (pour plus d'information, consulter notre site Internet) | |
| Chèque à l'ordre de AREQ 03G . Le faire parvenir à Louise Guay, 3899, rue des Opales, Lévis, QC G6W 7M2 ou paiement par INTERAC à : liseptoine@telus.net Voir texte : page 2 | |
| Information : 418-833-9809 ou camarine@videotron.ca | Coupon-réponse : p. 19 |

Activités à venir : (Pour les activités suivantes, toute l'information se retrouvera sur le site Internet (louisfrechette.areq.lacsq.org) ainsi que dans le prochain bulletin Nouvel Envol).

- Assemblée générale de secteur (AGS) : _____ Jeudi, 1^{er} mai 2025
- Assemblée générale régionale (AGR) : _____ Mardi, 27 mai 2025
- AREQ en spectacle : _____ Vendredi, 13 juin 2025



VOYAGES ET SORTIES CULTURELLES

Claire Buteau, 2315, rue Bellevue, Lévis G6W 2T9

Courriel : clairebuteau@hotmail.com

Cell. : (418) 456-6759



Vous trouverez toutes les informations et les mises à jour sous l'onglet « [Agenda/Voyages](#) » du site Internet de l'AREQ Louis-Fréchette : <https://louisfrechette.areq.lacsq.org/>.

Visitez-le régulièrement afin de vous tenir informés sur tous nos projets de voyages et découvrir les magnifiques albums souvenirs de nos escapades.

- **Avril 2025** : Visite guidée du [Parlement](#) suivie d'un dîner au restaurant [Le Parlementaire](#). On assiste à la période de questions. Coût et date à venir (autobus scolaire).
- **23 mai 2025** : Visite de la [Maison de Radio-Canada](#). Coût : **179 \$**. Dîner inclus et visite de Montréal en après-midi.
- **24 mai 2025** : 30 ans d'Amour au Centre Vidéotron (de 13 h à 17 h). Spectacle [La victoire de l'Amour](#); plusieurs artistes seront sur scène (Mélicha Bédard, Guylaine Tanguay, Patrick Norman, Nathalie Lord, Sœur Angèle). Coût : **69 \$**.
- **2 au 9 juin 2025** : Croisière sur [Le Bella Desgagnés](#) (Rimouski / Blanc Sablon). Détails à venir.
- **Fin juin 2025** : Théâtre Beaumont-St-Michel (en auto, date et coût à venir).
- **26 juillet au 2 août 2025** : La Baie Georgienne (autocar de luxe), 8 jours (passeport obligatoire). Coût : **2 349 \$** incluant 19 repas. Réservation **avant le 28 février 2025**
- **16 septembre 2025** (à confirmer) : Bateau-mouche et la maison du [Bootlegger](#). Route vers La Malbaie en autocar de luxe. Coût : **199 \$** (maximum de 47 personnes). Guide accompagnateur et dîner inclus.
- **Début octobre 2025** : Mont Tremblant, 2 jours. Dates et coût à venir.
- **14 octobre 2025** : Lanaudière, [Auberge de la Montagne Coupée](#), Coût : **179 \$** (en autocar de luxe, inclus dîner et 3 visites.)

PROJETS À VENIR : Croisière en Alaska et bien plus...

Merci de me donner votre nom si vous êtes intéressé(e)s.

Vous avez des destinations à me suggérer... Que ce soit pour des sorties culturelles, des voyages d'une journée ou plus, vos suggestions sont importantes et très appréciées.

Claire Buteau : 418-456-6759

RETROUVAILLES

SOURIRES! SOURIRES! SOURIRES!

Voilà le point commun qui unissait les 98 personnes qui ont participé à l'activité « Retrouvailles », le 12 septembre dernier.

Dans la salle Desjardins de l'aréna de Saint-Henri, l'ambiance était au rendez-vous : les tables magnifiquement décorées par les bouquets d'hydrangées et feuillages confectionnés par Madeleine St-Hilaire, l'accueil chaleureux des membres du conseil sectoriel, le délicieux repas préparé par le traiteur Le CUBE, et surtout la bonne humeur et le plaisir de se revoir et d'anticiper une nouvelle année de rencontres et d'activités de notre AREQ Louis-Fréchette.



La présidente, Nicole Talbot, nous a d'ailleurs cordialement invités aux nombreuses possibilités offertes cet automne : trois journées régionales (Sociopolitique, Environnement et Journée des hommes) et trois activités sectorielles (Hommage aux sages, Messe des défunts et Social de Noël)...

Comme à l'habitude, des boîtes étaient destinées à recevoir du matériel scolaire et des jouets pour envoyer à des écoles d'Amérique centrale par l'intermédiaire du groupe Casira. Une somme de 200 \$ fut accumulée pour cette œuvre sans compter des chèques de dons offerts par nos généreux participants. Cette générosité fait honneur à nos membres et elle sera sûrement très appréciée!

Ce fut le prélude d'une année bien remplie! À nous d'en profiter!

Par : Lise Patoine



HOMMAGE AUX SAGES

Chaque activité organisée par notre AREQ Louis-Fréchette donne lieu à des rencontres amicales et des conversations animées, dans une ambiance chaleureuse. C'est ce que nous avons constaté lors de l'activité « Hommage aux sages » le 17 octobre 2024, à la salle Desjardins de l'aréna de Saint-Henri. Soixante-trois personnes, dont 43 sages (12 de la cuvée 1948 - 1949) ont pu



apprécier un excellent repas quatre services, préparé par le traiteur « Le CUBE » de Sainte-Croix, assorti de vin rouge ou blanc. Les commentaires positifs et les sourires de satisfaction en témoignaient abondamment!

À cette occasion, les dons à la Fondation Laure-Gaudreault se sont chiffrés à 100 \$ et chaque donateur a eu droit à une impression sur bois réalisée par monsieur Jean-Paul Mercier et son épouse. Celle que j'ai choisie peut se lire ainsi : « Quand tu as envie d'abandonner, pense à la raison qui t'a fait commencer. »

En après-midi, la spécialiste des assurances pour notre AREQ, madame Johanne Freire, nous a entretenus de nos protections d'assurance. Une feuille bien remplie d'informations a été remise à tous les participants pour compléter sa présentation. Au chapitre des mauvaises nouvelles, comme on sait que tout augmente, personne ne sera surpris que cela soit aussi le cas pour nos primes d'assurance, dès le mois de janvier 2025, que ce soit pour le régime Santé ou Santé +, de même que pour l'assurance vie...



Il est important de consulter notre protection d'assurance pour en bénéficier dans de nombreuses situations auxquelles on ne pense pas nécessairement : chaussures orthopédiques, maison de convalescence, soins à domicile, appareils auditifs... La liste est longue et il est de notre responsabilité de nous renseigner pour obtenir les remboursements auxquels nous avons droit. Nos réclamations doivent être présentées dans un délai de 12 mois.

L'un des plus grands avantages de notre assurance collective est celui de profiter de très bonnes protections d'assurance voyage (assistance en cas de maladie, accident ou décès) et assurance annulation, quel que soit notre âge. Tout voyage comportant au moins deux nuitées ou à plus de 400 km aller-retour peut bénéficier de ces protections.

Il est impossible de rapporter tout le contenu de la présentation de Mme Freire mais vous pouvez en apprendre davantage sur le site Internet de l'AREQ Louis-Fréchette (<https://louisfrechette.araq.lacsq.org/>) où de nombreuses photos de notre photographe officiel, Yvan Gravel, compléteront cet article...

Lise Patoine

HOMMAGES À NOS DÉFUNTS

Thème : LA LUMIÈRE

Par cette belle journée ensoleillée du 7 novembre, 55 personnes étaient présentes à l'église de Saint-Henri afin de « Rendre hommage » aux enseignant(e)s disparu(e)s depuis la dernière année.

La célébration a débuté par le chant « *Entrer dans la lumière* », magnifiquement interprété par la chorale dirigée par Lise Patoine.

L'abbé Denis Cadrin présidait la cérémonie. Dans son homélie, il nous a invités à une réflexion sur la mort... espérance chrétienne. La mort n'est pas la fin de tout. Quel souvenir de moi je veux laisser à mon entourage? Qu'est-ce que je peux faire du temps qu'il me reste?...



Par la suite, Madeleine St-Hilaire nous a présenté la liste des 37 personnes décédées depuis l'an passé. Un lampion pour chacun déposé devant l'autel, nous donnait l'occasion de prier pour eux.

Ce fut une célébration priante.

Merci à l'abbé Denis Cadrin pour cette belle célébration. Merci pour cette généreuse disponibilité depuis plusieurs années!

Merci à la chorale pour votre professionnalisme habituel!

Merci à tous les intervenants qui ont collaboré à la réalisation de cette cérémonie!

Monique Lehouillier



Réflexion : « Au bout du chemin de la vie, se trouve un seuil qui nous conduit de l'autre côté de la nuit, vers LA LUMIÈRE où nous attendent le repos et la paix... »

« Si j'avais les ailes d'un ange, je partirais pour... »

C'est après une grande inquiétude de la grève imminente des pilotes d'avion d'Air Canada que nous prenons notre envol vers San Francisco (Californie). Nous sommes un groupe de 17 personnes de notre secteur et les autres voyageurs proviennent de la région de Montréal. Surprise! Nous comptons une passagère canine dans notre autocar (Daisy); celle-ci accompagne sagement sa maîtresse qui vit un problème de santé et elle agit comme son ange-gardien.

C'est sous une brume matinale que nous vivons nos premières journées en sol américain; cette dernière, heureusement, se disperse vers la fin de l'avant-midi. À Los Angeles nous avons pu contempler l'étoile de Céline Dion, de Guy Laliberté et de bien d'autres artistes qui ont dû payer 25 000 \$ pour que leur nom soit gravé sur le trottoir des célébrités.

Le Groupe Voyages Québec a soigneusement planifié notre itinéraire et le guide accompagnateur veille au bon déroulement de nos activités quotidiennes. C'est parfois avec l'éclairage d'un guide local que nous découvrons une ville nouvelle ou un site touristique attrayant. Heureusement, aucun visiteur n'est resté enfermé dans la célèbre prison d'Alcatraz, résidence temporaire du célèbre gangster Al Capone.

C'est sous un ciel immaculé et une chaleur croissante que nous poursuivons notre périple. On peut constater que l'eau devient une ressource inestimable dans ces régions plutôt désertiques. Certaines municipalités subventionnent les citoyens qui font des aménagements paysagers avec des plantes tropicales et des matériaux qui ne nécessitent pas d'arrosage.

Certains membres de notre groupe ont eu le privilège de survoler le Grand Canyon (long de 450 km et profond de 1300 m) en hélicoptère; expérience qui fournit de grandes sensations.

D'autres sont allés contempler les grottes uniques de « Antelope Canyon » qui offrent un ravissement par ses puits de lumière et ses rochers multicolores façonnés par l'érosion durant des milliers d'années. Nous avons pu déguster un somptueux dîner au pied d'une falaise rougeâtre et dans un décor désertique; c'était un repas unique dans un endroit pittoresque.



Le parapluie est demeuré sagement remisé tout au long du voyage puisque le soleil de plomb est maître du ciel, 300 jours par année, dans ce secteur du pays.

Nous avons parcouru plusieurs parcs nationaux, photographié des séquoias géants (5 mètres de diamètre et 90 mètres de hauteur), contemplé des paysages magnifiques, mais c'est à Bryce Canyon qu'une marche de deux heures, en montagne et en altitude, fut l'apothéose avec ces géants rocheux qui offrent un ravissement de formes et de couleurs spectaculaires.



Les dernières journées furent passées dans la ville extravagante de Las Vegas avec ses hôtels somptueux et ses casinos qui claironnent dans nos oreilles. Nous avons pu constater la fébrilité de cette cité par une visite nocturne suggérée par notre guide accompagnateur; une expérience mémorable!

La discipline et la cohésion du groupe ont grandement contribué à la réussite de ce voyage. Dans les jours qui suivent le retour à la maison, des images et des expériences vécues continuent à alimenter notre imaginaire.

L'adage dit que les voyages forment la jeunesse, mais ils enrichissent et apportent assurément du pétillant dans la vieillesse.

Claude Couture



POÈME DU MATIN

Oh lumière du matin,
Toi qui chasses mon chagrin.
Je roule à vélo, je cherche mon destin.
Je promène ainsi mon regard au loin
Sur ces merveilleux champs de foin,
Pour pouvoir enfin trouver ce merveilleux chemin.

Oh, lumière du matin, oh toi enfin,
Toi qui m'aides à préciser mon destin,
Pour essayer de trouver enfin,
Ce qui précisera ce fameux chemin
Qui tranquillement en me menant vers la fin,
M'apportera certainement un certain regain.
Pour que cette vie à chercher ce chemin,
M'ait enfin permis de trouver le mien.



Par : Richard Arcand

ARTISTES, À VOS TALENTS!

« On est tous des artistes » dit la chanson de Claude Dubois!



Pour la présentation de la prochaine édition de l'**AREQ en Spectacle**, le 13 juin 2025, nous vous invitons à venir nous partager vos talents : musiciennes et musiciens, interprètes, compositeurs, danseurs, magiciennes et magiciens, monologues, conteurs, humoristes et même jongleurs ou contorsionnistes!

Cette invitation s'adresse aux membres de l'AREQ Louis-Fréchette de même qu'à leurs conjointes ou conjoints.

Pour vous inscrire, veuillez communiquer le plus tôt possible avec Lise Patoine au (418) 479-2900 ou lisepatoine@telus.net.

Grâce à vous, nous pourrions présenter un spectacle varié et convivial qui saura ravir tous nos spectateurs!

Lise Patoine



Quiz « M – N – O – P » sur les chansons

Associez à la colonne de gauche chacun des chanteurs, interprètes, groupes ou chansonniers qui ont interprété les chansons suivantes.

Origines : Québec (Q) France (F) Italie (I) Autre (A)



| Titre des chansons | Année | Origine | Le nom des artistes |
|------------------------------------|-------|---------|---------------------|
| 1. Je suis femme | 1975 | (Q) | Mou _____ |
| 2. Un Canadien errant | 1966 | (I) | Mou _____ |
| 3. Le métèque | 1969 | (A) | Mou _____ |
| 4. Himalaya, mon amour | 2010 | (Q) | Nes _____ |
| 5. Dans les trains, dans les gares | 1956 | (F) | Neu _____ |
| 6. O'Lady Mary | 1998 | (Q) | Nic _____ |
| 7. Mamy blue | 1970 | (F) | Nic _____ |
| 8. J'ai deux amours | 1965 | (Q) | Noë _____ |
| 9. Souvenirs d'amour | 1959 | (Q) | Noë _____ |
| 10. Que Dieu protège notre amour | 1966 | (Q) | Nor _____ |
| 11. Belle | 1998 | (Q) | Not _____ |
| 12. Tu dormiras longtemps | 1966 | (F) | Nou _____ |
| 13. Je persiste et signe... Brel | 1991 | (F) | Ode _____ |
| 14. Chu un rockeur | 1977 | (Q) | Off _____ |
| 15. La Poutine au paradis | 1946 | (Q) | Oue _____ |
| 16. J'entends frapper | 1972 | (Q) | Pag _____ |
| 17. La parole à la nuit | 1956 | (F) | Pag _____ |
| 18. Marilyn et John | 1987 | (F) | Par _____ |
| 19. Mon enfant, je crois en toi | 2010 | (Q) | Par _____ |
| 20. Pleurs dans la pluie | 2013 | (Q) | Pel _____ |
| 21. Au commencement du monde | 2020 | (Q) | Pel _____ |
| 22. Le temps des cathédrales | 1999 | (Q) | Pel _____ |
| 23. Kabir Kouba | 2000 | (F) | Pel _____ |
| 24. Berceuse pour un ange | 2013 | (Q) | Pel _____ |
| 25. Ticket de quai | 1966 | (F) | Phi _____ |
| 26. À quoi ça sert l'amour | 1962 | (F) | Pia _____ |
| 27. J'aurai jamais 18 ans | 2009 | (Q) | Pic _____ |
| 28. Le temps est bon | 1971 | (Q) | Pie _____ |
| 29. La poupée qui fait non | 1966 | (F) | Pol _____ |
| 30. Jimmy | 2018 | (F) | Pre _____ |
| 31. La bohème | 1896 | (A) | Puc _____ |

COUPONS-RÉPONSE

- L'inscription est obligatoire en tout temps et sera effective à la réception de votre paiement.
- Aucun paiement ne pourra être effectué à l'entrée.
- MERCI de respecter la date limite d'inscription.
- Faire un chèque à l'ordre de AREQ 03G pour chaque activité en précisant le nom de l'activité.
- Ne pas agraffer votre coupon-réponse à votre chèque.



Quilles et dîner

Mercredi, 22 janvier 2025

(ou mercredi 29 janvier, si tempête)

Lieu : **Boule-O-Drome Lévis**, 44, rte du Président Kennedy, Lévis (entrée par la rue Pie X)

Coût (quilles) : 10 \$ pour les membres 18 \$ pour les non-membres

Coût (dîner) : 20 \$ pour les membres 30 \$ pour les non-membres

Nom et prénom : _____ Membre Non-membre

Numéro de téléphone : _____ Petites quilles Grosses quilles

Nom et prénom : _____ Membre Non-membre

Numéro de téléphone : _____ Petites quilles Grosses quilles

Inscription obligatoire **avant mercredi, 8 janvier 2025**

Chèque à l'ordre de : **AREQ 03 G**. Le faire parvenir à Louise Guay, 3899, rue des Opales, Lévis G6W 7M2
ou paiement par **INTERAC** et inscription par courriel à : lisepatoine@telus.net **Voir texte : page 2**

Information : 418 833-9809 ou par courriel : camarine@videotron.ca (Détails : p. 8)



Ski de fond

Lundi, 17 février 2025

(ou mardi 18 février, si tempête)

Lieu : **Club de ski Bord de l'Eau**, 96, route Kennedy, Saint-Henri

Coût (ski, raquette ou marche dans les sentiers) : 5 \$ (Gratuit pour les membres du club de ski)

Coût (dîner) : 15 \$ pour les membres 25 \$ pour les non-membres

Nom et prénom : _____ Membre Non-membre

Numéro de téléphone : _____ Lasagne Pâté au poulet

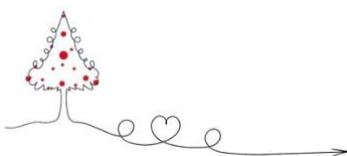
Nom et prénom : _____ Membre Non-membre

Numéro de téléphone : _____ Lasagne Pâté au poulet

Inscription obligatoire **avant mercredi, 3 février 2025**

(Détails : p. 8)

Chèque à l'ordre de : **AREQ 03 G**. Le faire parvenir à Claude Couture, 100, rue de l'Anse, Lévis, G6K 1C6



Journée internationale des femmes

Vendredi, 7 mars 2025

Lieu : Hôtel Québec, 3115, av. des Hôtels, Québec

Coût : 20 \$ pour les membres 40 \$ pour les non-membres

Nom et prénom : _____ Membre Non-membre

Numéro de téléphone : _____

Nom et prénom : _____ Membre Non-membre

Numéro de téléphone : _____

Inscription obligatoire (activité et conférence) **avant vendredi, 20 février 2025**

Chèque à l'ordre de : **AREQ 03 G**. Le faire parvenir à Louise Guay, 3899, rue des Opales, Lévis G6W 7M2 ou paiement par **INTERAC** et inscription par courriel à : liseptoine@telus.net **Voir texte : page 2**

Information : 418 833-9809 ou par courriel : camarine@videotron.ca (Détails : p. 9)



Cabane à sucre

Mercredi, 2 avril 2025

Lieu : Érablière du Cap, 1925, chemin Lambert, Saint-Nicolas (Lévis)

Coût : 30 \$ pour les membres 40 \$ pour les non-membres

Nom et prénom : _____ Membre Non-membre

Numéro de téléphone : _____

Nom et prénom : _____ Membre Non-membre

Numéro de téléphone : _____

Inscription obligatoire **avant mercredi, 19 mars 2025**

Chèque à l'ordre de : **AREQ 03 G**. Le faire parvenir à Louise Guay, 3899, rue des Opales, Lévis G6W 7M2 ou paiement par **INTERAC** et inscription par courriel à : liseptoine@telus.net **Voir texte : page 2**

Information : 418 833-9809 ou par courriel : camarine@videotron.ca (Détails : p. 9)



Environnement

Mardi, 22 avril 2025

Lieu : Hôtel Québec, 3115, av. des Hôtels, Québec

Coût : 20 \$ pour les membres 40 \$ pour les non-membres

Nom et prénom : _____ Membre Non-membre

Numéro de téléphone : _____

Nom et prénom : _____ Membre Non-membre

Numéro de téléphone : _____

Inscription obligatoire **avant mardi, 8 avril 2025**

Chèque à l'ordre de : **AREQ 03 G**. Le faire parvenir à Louise Guay, 3899, rue des Opales, Lévis G6W 7M2 ou paiement par **INTERAC** et inscription par courriel à : liseptoine@telus.net **Voir texte : page 2**

Information : 418 833-9809 ou par courriel : camarine@videotron.ca (Détails : p. 9)



NÉCROLOGIE



Membres qui nous ont quittés :



Madame Jacqueline Langlois Mercier, décédée le 12 juin 2023 à l'âge de 89 ans. Elle habitait à Beaumont (Bellechasse).



Monsieur Alain Létourneau, décédé le 14 juin 2023 à l'âge de 65 ans. Il a enseigné les arts plastiques. Il demeurait à Lévis.



Monsieur Maurice Martineau, décédé le 24 décembre 2023 à l'âge de 80 ans et 7 mois. Il a travaillé toute sa vie dans le domaine de l'enseignement, soit comme professeur ou directeur d'école. Domicilié auparavant à Saint-Jacques-de-Leeds.



Madame Bibiane Fortier, décédée le 31 janvier 2024. Elle habitait à Beaumont (Bellechasse).



Monsieur Gaston Cloutier, membre associé, décédé le 10 février 2024 à l'aube de ses 96 ans. Il était l'époux de madame Gaétane Nolet. Il demeurait à Lévis.



Monsieur Réal Mercier, décédé le 7 juin 2024 à l'âge de 75 ans. Il a enseigné le français au niveau secondaire à Lévis, Saint-Damien-de-Buckland et Saint-Charles-de-Bellechasse.



Madame Armande Boilard, conjointe de feu monsieur Bruno Lamontagne, décédée le 9 juin 2024 à l'âge de 90 ans et 5 mois. Elle a enseigné à la polyvalente de Lévis, lieu où elle demeurait.



Madame Denise Marmet, décédée le 12 juin 2024 à l'âge de 76 ans et 4 mois. Elle a fait sa carrière au niveau primaire à Beaumont (Bellechasse). Elle habitait à Lévis.



Madame Monique Turcotte, décédée le 12 juin 2024 à l'âge de 88 ans. Elle a enseigné à Sainte-Marie (Beauce) à l'Externat (Maribel) et à l'école Mgr Feuilteault. Elle résidait à Saint-Elzéar-de-Beauce.



Madame Lorraine Morin Lemelin, conjointe de monsieur Yvon Carrier, décédée le 14 juin 2024 à l'âge de 82 ans. Elle a fait sa carrière d'enseignante à l'école primaire de Saint-Lazare-de-Bellechasse, endroit où elle habitait.



Monsieur Claude Bisson, conjoint de madame Monique Dubé (membre de notre AREQ), décédé le 28 juin 2024 à l'âge de 83 ans. Il a enseigné les sciences à la polyvalente de Lévis. Il demeurait à Lévis.



Madame Claudette Asselin, conjointe de monsieur Hermann Asselin, décédée le 15 juillet 2024 à l'âge de 78 ans. Elle a enseigné au niveau de la maternelle dans sa localité. Elle demeurait à Saint-Charles-de-Bellechasse.

Membres qui nous ont quittés (suite) :



Monsieur Jean Létourneau, décédé le 16 août 2024 à l'âge de 84 ans et 10 mois. Il a enseigné en adaptation scolaire dans le secteur de Lévis. Natif de L'Islet, il demeurait à Lévis.



Monsieur Gérard Larochelle, décédé le 11 octobre 2024 à l'âge de 90 ans. Il a dédié sa vie à l'enseignement en tant qu'enseignant au secondaire et directeur d'école au secondaire, entre autres à Lac Etchemin.

Condoléances à :

- Mesdames Pierrette et Denise Mercier ainsi qu'à monsieur Germain Mercier pour le décès de leur frère, monsieur Réal Mercier (membre de notre AREQ), décédé le 7 juin 2024 à l'âge de 75 ans. Il demeurait à Saint-Lazare-de-Bellechasse.
- Mesdames Louise et Lucie Marmet pour le décès de leur sœur, madame Denise Marmet (membre de notre AREQ), décédée le 12 juin 2024 à l'âge de 76 ans et 4 mois. Elle demeurait à Lévis.
- Monsieur Gilles Morin pour le décès de sa sœur, madame Lorraine Morin Lemelin (membre de notre AREQ), décédée le 14 juin 2024 à l'âge de 82 ans. Elle demeurait à Saint-Lazare-de-Bellechasse.
- Madame Anita Marceau Campagna pour le décès de son frère, monsieur Marcel Marceau, décédé le 18 juin 2024 à l'âge de 84 ans. Il demeurait à Saint-Anselme (Bellechasse).
- Mesdames Cécile et Yvette Faucher pour le décès de leur sœur, madame Lise Faucher Hébert, décédée le 24 juin 2024 à l'âge de 86 ans. Elle demeurait à Sainte-Marie (Beauce).
- Monsieur Robert Hins pour le décès de son frère, monsieur Roland Hins, décédé le 28 juin 2024 à l'âge de 78 ans. Il était l'époux de madame Ghislaine Labonté. Il demeurait à Québec.
- Madame Monique Dubé pour le décès de son conjoint, monsieur Claude Bisson (membre de notre AREQ), décédé le 28 juin 2024 à l'âge de 83 ans. Il demeurait à Lévis.
- Madame Louise Arsenault-Tanguay pour le décès de sa soeur, madame Gemma Arsenault, décédée le 14 juillet 2024 à l'âge de 84 ans. Elle demeurait à Saint-Gervais, Bellechasse.
- Madame Rolande Carrier Beaudoin pour le décès de sa soeur, madame Yvette Carrier, épouse de monsieur Jean-Claude Elliot, décédée le 30 juillet 2024 à l'âge de 70 ans. Elle demeurait à Québec.
- Monsieur Jean-Claude Nadeau pour le décès de sa conjointe, madame Thérèse Morisset, décédée le 14 août 2024 à l'âge de 81 ans. Elle demeurait à Lévis.
- Madame Louise Arsenault-Tanguay pour le décès de sa soeur, madame Évangéline Arsenault-Côté, décédée le 24 août 2024 à l'âge de 93 ans et 6 mois. Elle demeurait à Saint-Gervais et autrefois de Saint-Lazare.
- Madame Louise Nadeau (Saint-Isidore) pour le décès de son frère, monsieur Roger Nadeau, conjoint de madame Louiselle Mathieu. Il est décédé le 19 septembre 2024 à l'âge de 71 ans et 11 mois. Il habitait à Saint-Félicien.

Condoléances à (suite) :

- Monsieur Yoland Laflamme pour le décès de sa mère, madame Alyce Baillargeon Laflamme. Elle est décédée le 23 septembre 2024 à l'âge de 91 ans et 2 mois. Elle demeurait à Sainte-Marie, autrefois de Sainte-Hénédine.
- Madame Louise Drapeau pour le décès de son frère, monsieur Ronald Drapeau, décédé le 23 septembre 2024 à l'âge de 74 ans. Il était l'époux de madame Monique Royer et demeurait à Saint-Henri-de-Lévis.
- Madame Anita Marceau pour le décès de son conjoint, monsieur Guy Campagna, décédé le 3 octobre 2024 à l'âge de 85 ans. Il demeurait à Honfleur (Bellechasse).
- Madame Bibiane Ruel pour le décès de sa mère, madame Aldéa Boutin Ruel, décédée le 3 octobre 2024 à l'âge de 98 ans et 11 mois. Elle demeurait à Sainte-Claire (Bellechasse).
- Madame Michelle Coulombe (membre associée, conjointe de feu monsieur Wilfrid Côté) pour le décès de sa fille, madame Manon Côté (épouse de monsieur Daniel Shink), décédée le 11 octobre 2024 à l'âge de 44 ans. Elle demeurait à Saint-Henri-de-Lévis, native de Saint-Lazare-de-Bellechasse.
- Madame Denise Larochelle pour le décès de son conjoint, monsieur Jean-Noël Maguire, décédé le 16 octobre 2024 à l'âge de 85 ans. Il demeurait à Saint-Bernard.
- Monsieur René Verreault pour le décès de son frère, monsieur André Verreault, décédé à l'âge de 80 ans. Il demeurait à Québec et autrefois de Lévis.
- Madame Francine Quirion pour le décès de son frère, monsieur Gaston Quirion, époux de madame Monique Vaillancourt, décédé le 17 octobre 2024 à l'âge de 86 ans. Il demeurait à Lévis.
- Madame Lise Jolin Barnabé pour le décès de son frère, monsieur Réal Jolin, décédé le 18 octobre 2024 à l'âge de 79 ans. Il était l'époux de madame Marie-Chantal Boutin et demeurait à Saint-Philémon.
- Madame Suzanne Laliberté pour le décès de sa mère, madame Jacqueline Chamberland, décédée le 29 octobre 2024. Elle demeurait à Lévis.
- Monsieur Henri Larose pour le décès de sa sœur, madame Françoise Larose, épouse de monsieur Gérard Fournier, décédée le 31 octobre 2024 à l'âge de 87 ans. Elle demeurait à Sainte-Claire.

*« 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)

À noter que : « **Condoléances à** » inclut le décès d'un enfant, conjoint, père, mère, frère et sœur.
Pour qu'un avis de décès soit publié dans le Nouvel Envol, il est **IMPORTANT** d'en informer :
Madeleine St-Hilaire au 418 885-9232 ou msth1950@hotmail.com



Informations utiles :

MEMBRES DU CONSEIL SECTORIEL

| | | | |
|------------------------------------|-----------------|--------------|--|
| Présidente : | Nicole Talbot | 819 604-7004 | n-talbot@videotron.ca |
| 1 ^{ère} vice-présidente : | Lise Patoine | 418 479-2900 | lisepatoine@telus.net |
| 2 ^e vice-président : | Claude Couture | 418 831-7181 | coutureclaudes48@gmail.com |
| Secrétaire : | Robert Hins | 418 885-4694 | rhins@videotron.ca |
| Trésorier : | Jacques Olivier | 819 604-7004 | n-talbot@videotron.ca |
| 1 ^{ère} conseillère : | Louise Guay | 418 833-9809 | camarine@videotron.ca |
| 2 ^e conseillère : | Claire Bégin | 581 999-3183 | clairebegin7@gmail.com |

RESPONSABLES DÉLÉGUÉS AUX COMITÉS RÉGIONAUX

| | | | |
|-----------------------|-----------------|--------------|--|
| Assurances : | Nicole Talbot | 819-604-7004 | n-talbot@videotron.ca |
| Condition masculine : | Richard Arcand | 418 903-2673 | richardarc47@hotmail.com |
| Environnement : | Claire Morency | 418-903-2673 | clairemo52@hotmail.com |
| FLG : | Robert Hins | 418-885-4694 | rhins@videotron.ca |
| Retraite : | Nicole Talbot | 819 604-7004 | n-talbot@videotron.ca |
| Sociopolitique : | Jacques Olivier | 819 604-7004 | n-talbot@videotron.ca |

AREQ LOUIS-FRÉCHETTE

Louise Guay, 3899, rue des Opales, Lévis
G6W 7M2

Téléphone : 418-833-9809

Messagerie : camarine@videotron.ca

SITE INTERNET : AREQ Louis-Fréchette

<https://louisfrechette.areq.lacsq.org/>

Responsables :

Martine Lagacé, Jacques Brochu

Nous joindre : louis.areq03g@gmail.com

NUMÉROS UTILES

[AREQCSQ](#) : 418-525-0611 ou 1 800 663-2408

[Assurances RésAut](#) : (La Personnelle) : 1 888-476-8737

[Retraite Québec](#) : 418-643-4881 ou 1 800 463-5533

[RAMQ](#) : 418-646-4636 ou 1 800 561-9749

[RRQ](#) : 418-643-5185 ou 1 800 463-5185

[BENEVA](#) : 1 855-747-2233

[Sécurité de la vieillesse](#) : 1 800 277-9915

[SAAQ](#) : 418-643-7620 ou 1 800 361-7620

ÉQUIPE DU JOURNAL

Responsable : Lise Patoine

Mise en page : Martine Lagacé

Photos : Yvan Gravel, Claude Couture

Faire parvenir vos articles à :

Lise Patoine : lisepatoine@telus.net

[NOVUM](#) : L'AREQ est fière de s'allier à **NOVUM** afin d'offrir un service de consultations juridiques gratuites et illimitées à ses membres.

Ligne téléphonique sans frais accessible partout au Canada pour les membres de l'AREQ : **1 844 745-4714**

Site Internet : <https://novumlegal.ca/>

Date de tombée pour la prochaine
édition de notre bulletin sectoriel :

1^{er} mars 2025

Pour tout changement d'adresse, nous
vous prions de communiquer avec :

l'AREQ provincial
418 525-0611
ou 1 800 663-2408

CANADA



POSTES

POST

CANADA

Postage paid

Port payé

Publications Mail

Poste-publications

Convention # 40 739 048

Maison des Aînés de Lévis : Ateliers, Internet, danses, activités diverses.

Information : 418 838-4100

<https://www.maisondesaineslevis.ca/>

Cours, déjeuners, conférences données par l'Université Laval.

Information : 418 656-3202 ou 1 800 785-2825

<https://uta.ulaval.ca/>

Patro de Lévis : Que ce soit pour le sport, l'art, la cuisine ou le bien-être,
notre programme a quelque chose pour vous.

Information : 418 833-4477

<https://www.patrolevis.com/>

Table de concertation des aînés de Chaudière-Appalaches

Pour le mieux-être des aînés. Parce que l'avenir nous appartient.

418 833-5678, poste 200

<https://tabledesainesca.com/>

Centre de femmes l'Ancrage, 4535, boul. Guillaume-Couture, Lévis.

Un lieu de partage, d'accueil, d'écoute, de soutien.

Information : 418 838-3733

<https://centrefemmeslanfrage.com/>

Reproduit par : Groupe ETR

1130, Boul. Charest Ouest #110, Québec, QC G1N 2E2

Tél. : 418 658-8122

Fax : 418 658-8171
