



# NOUVEL ENVOL

Secteur Louis-Frédette - Région Québec-Chaudière-Appalaches

Août 2025

## SOMMAIRE

Paiement par Interac.....	p. 2
Tableau des activités.....	p. 2
Mot du président régional.....	p. 3
Hommage à nos défunts.....	p. 3
Retraite.....	p. 4
Entraide et solidarité.....	p. 4
Assurances.....	p. 5
Grands Explorateurs.....	p. 5
FLG.....	p. 6
Vie associative.....	p. 7
Activité rég. sociopolitique.....	p. 8
Journée des hommes.....	p. 9
Activités à venir.....	p. 10-12
Carnet voyages.....	p. 13
Retour sur les activités.....	p. 14-20
Le printemps des Prairies.....	p. 20
Suggestions d'endroits adaptés à visiter à Lévis.....	p. 21
Coupons-réponse.....	p. 22,23
Quiz sur les chansons.....	p. 24
Nécrologie.....	p. 25,26
Informations utiles.....	p. 27,28

Au secteur 03G Louis-Frédette, nous abordons l'année 2025-2026 avec enthousiasme. Nous aurons, grâce à la collaboration d'un grand nombre de bénévoles, des activités pour répondre à tous les goûts : voyages, sorties culturelles, activités sociales et sportives. Vous en avez la liste dans ce Nouvel Envol.

En ce début d'année, nous souhaitons la BIENVENUE à nos nouvelles personnes retraitées. Nous espérons vous rencontrer à nos activités; vous allez y trouver de belles occasions de socialiser.

Dans ce bulletin, à la page 7 « Vie associative », se retrouvent tous les renseignements utiles aux personnes retraitées AREQ. Vous y trouverez également l'adresse de notre site Internet. Je vous conseille de le consulter régulièrement pour vous tenir à jour.

Au niveau national, la revue « Quoi de neuf » nous renseigne sur le fonctionnement de l'AREQ et sur les enjeux défendus. À ce niveau, nous avons une équipe de personnes conseillères pour répondre à nos questions et nous venir en aide au besoin. Il serait également sage de vous abonner à l'[infolettre](#) de l'AREQ; c'est gratuit.

Dans notre secteur, malgré les coûts qui augmentent, nous allons maintenir les prix compétitifs de nos activités, sans hausse de tarifs. Pour donner suite à certaines suggestions, il y aura quelques modifications à l'activité « Hommage à nos défunts » ainsi qu'à celle de la « Fête des personnes âgées ». Nous attendons vos impressions.

Faire partie de l'AREQ apporte des avantages appréciables comme notre « Assurance collective » mais c'est aussi l'occasion de participer à de nombreuses activités. Cependant, il faut se rappeler que la raison d'être de l'AREQ dépasse l'organisation d'activités. L'AREQ c'est avant tout une association qui défend les droits de ses membres et de toutes les personnes âgées dans notre société.

Encore cette année, le conseil sectoriel compte sur votre participation, gage de la vitalité de notre secteur.

Au plaisir de se voir bientôt,

Nicole Talbot, présidente



Adobe Stock

## PAIEMENT PAR INTERAC

Il est maintenant possible de vous inscrire aux activités en utilisant « INTERAC » (ACCESD Desjardins) à [liseptoine@telus.net](mailto: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](mailto: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>



### TABLEAU SYNTHÈSE DES ACTIVITÉS AUTOMNE 2025 (À découper et conserver)

ACTIVITÉ	DATE DE L'ACTIVITÉ	DATE LIMITE D'INSCRIPTION	PARTICIPE
Retrouvailles 2025	Jeudi, 11 septembre	Jeudi, 28 août	
Responsables de dossiers	Vendredi, 3 octobre	Vendredi, 19 septembre	
<i>Sociopolitique***</i>	Jeudi, 23 octobre	Jeudi, 9 octobre	
Fête des personnes âgées	Vendredi, 24 octobre	Vendredi 10 octobre	
Hommage aux défunts	Mercredi, 5 novembre	Aucune	
<i>Journée des hommes***</i>	Mercredi, 19 novembre	Mercredi, 5 novembre	
Dîner de Noël	Mercredi, 3 décembre	Mercredi, 19 novembre	

\*\*\* Les activités en italique sont des activités régionales

## **MOT DU PRÉSIDENT RÉGIONAL**



On arrive à la fin de la deuxième année de notre triennat avec le secteur de l'AREQ, et franchement on peut être super fier de tout ce qu'on a accompli jusqu'à présent.

Organiser 13 assemblées générales en un mois, ce n'est pas rien! C'est grâce à l'énergie et l'engagement de chacun d'entre nous que tout ça a été possible.

La prochaine année s'annonce déjà intense, car on va commencer à préparer notre prochain congrès qui aura lieu en juin 2026. C'est un moment à privilégier pour faire le point. Il est important de s'assurer que la délégation de la région soit complète et que les voix de chaque secteur soient entendues. C'est une super opportunité pour nous de réfléchir à ce qu'on veut réaliser ensemble et comment on peut continuer à faire avancer nos idées et nos projets. On a déjà fait tellement de chemin; je suis convaincu que l'on peut encore faire des choses incroyables.

Alors, prenons ce temps de préparation pour rêver grand, pour imaginer le futur qu'on veut construire et pour se soutenir les uns(e)s les autres dans nos efforts. Continuons à collaborer, à échanger et à travailler ensemble avec cette belle énergie qui nous anime.

Un immense merci à vous tous et toutes pour votre dévouement et votre passion. On est sur la bonne voie et je suis vraiment enthousiaste à l'idée de voir où cette prochaine année nous mènera.

Allez, on reste motivé(e)s et on continue!

Réjean Lemelin

---

## **HOMMAGE À NOS DÉFUNTS**

Le 5 novembre prochain, nous rendrons un dernier hommage aux membres de notre association qui sont disparus au cours de la dernière année. Nous conserverons le même endroit (église de Saint-Henri), le même célébrant (abbé Denis Cadrin). Cependant des modifications seront apportées pour s'adapter aux rites funéraires actuels.



La célébration sera axée sur des textes à caractère religieux mais aussi sur d'autres textes significatifs pour ce genre d'événement. Il n'y aura pas de consécration eucharistique (pas de communion) comme par les années passées. Cet hommage à nos défunts demeure une activité pertinente et une cérémonie de commémoration pour l'apport de chacun des disparus au cours de leur vie.

Claude Couture



## **ASSURANCES**

En ce qui concerne les assurances, il est important d'avertir nos proches.

Notre assureur : [BENEVA](#), 2525, boul. Laurier, Québec G1V 2L2  
Téléphone : 1 888 235-0606

### **ASSURANCE VOYAGE - Formulaire**

**Canassistance** : <https://canassistance.com/assures/reclamations>

Service à la clientèle : Canada : 1 800 465-2928 - International (frais virés) : 1 514 286-8412

**Beneva** : <https://www.beneva.ca/fr/trouver-un-formulaire>

Service à la clientèle : 1 855 635-9460

\* En voyage, toujours avoir sa carte « Assistance voyage » avec soi. Les informations sont au verso.

### **ASSURANCE VIE - Variation des primes versées selon l'âge**

	<b>Choix A</b>	<b>Choix B</b>	<b>Choix C</b>
Moins de 60 ans	20 000 \$	40 000 \$	60 000 \$
60 à 64 ans	15 000 \$	30 000 \$	40 000 \$
65 ans et plus	10 000 \$	20 000 \$	30 000 \$

RAPPEL : Sur notre site Internet, à l'onglet **ASSURANCES**, vous avez le feuillet et la brochure en entier.  
Notre site ([louisfrechette.areq.lacsq.org](http://louisfrechette.areq.lacsq.org)) regorge d'informations; il faut le consulter souvent.

Bonne santé,

Nicole Talbot, comité des assurances

---

## **Les Grands Explorateurs – Créateurs de rencontres Saison 2025-2026**

Voici la programmation pour la nouvelle saison :



- Les Îles Éoliennes, bijoux d'Italie
- Copenhague, à la découverte du bonheur
- Pérou, vallée des Incas
- Ouganda, aux sources du Nil
- Sri Lanka, perle de l'océan Indien
- Maroc en vanlife
- Hors-série : Bali, île de merveilles

Je suis disponible pour les abonnements. Contactez-moi!

Denise Leclerc : 418 837-3872

## FONDATION LAURE-GAUDREULT

Voici un petit rappel :



Pour l'année 2024, nous avons amassé **2073,25 \$**.

Ce montant provient des tirages moitié-moitié que l'on a recommencé à Noël, de l'achat de cartes de sympathie par le conseil sectoriel, de dons lors des activités et aussi par la poste et par Internet.

Ceci a permis de donner 1000 \$ à chacun des deux organismes ci-dessous :

### [Regroupement des proches-aidants de Bellechasse](#)

De gauche à droite :

Johanne Audet, directrice générale

Violaine Margueret, adjointe administrative

Anik Paradis, intervenante



### [Les Petits frères de Lévis](#)

Roxane Pomerleau, coordonnatrice

Les personnes représentant ces deux organismes étaient très heureuses de recevoir ces montants.

Un grand merci à vous tous et toutes pour votre générosité qui a permis d'amasser ces fonds et ainsi d'aider ces organismes.

Robert Hins, responsable de la FLG de notre secteur

## **VIE ASSOCIATIVE**

### **Personne ressource :**

Louise Guay ([camarine@videotron.ca](mailto:camarine@videotron.ca)) - Tél. : 418 833-9809

### **Conseil sectoriel :**

Nicole Talbot (présidente), Louise Guay (1<sup>ère</sup> vice-présidente), Claude Couture (2<sup>e</sup> vice-président), Lise Patoine (trésorière), Robert Hins (secrétaire), Jacques Olivier (1<sup>er</sup> conseiller), Claire Bégin (2<sup>e</sup> conseillère).

Vous trouverez les coordonnées à l'avant dernière page de notre bulletin « Nouvel Envol » et sur notre site Internet.



### **Renseignements utiles :**

Bulletin Nouvel Envol, site Internet ([louisfrechette.areq.lacsq.org](http://louisfrechette.areq.lacsq.org))

Infolettre de l'AREQ : [areq.lacsq.org/#infolettre](http://areq.lacsq.org/#infolettre)

### **Devenir membre de l'AREQ :**

Toute personne qui a été un jour membre de la CSQ peut devenir membre de l'AREQ.

Informations : 418 525-0611

### **Cotisation :**

0,34 % de la rente au moment de la prise de retraite. N.B. : Il n'y a plus de changement à 65 ans.

### **AREQ :**

10 régions, 83 secteurs, congrès aux trois ans (le prochain en 2026).

### **Assurance collective :**

Pour notre assurance collective, les **nouvelles personnes retraitées** doivent faire une demande par écrit à la fin de l'admissibilité de leur assurance collective au travail. Il y a un délai à respecter et une possibilité d'exemption.

### **Assurance maladie :**

Choix de protection : Santé, Santé Plus (Plus = ajout de la médecine alternative).

Renseignements : Feuillet « Votre régime en un coup d'œil » et la brochure « Votre régime ». On retrouve le feuillet et la brochure au complet sur notre site Internet ([louisfrechette.areq.lacsq.org](http://louisfrechette.areq.lacsq.org)).

### **Assurance voyage :**

Santé, 90 jours consécutifs - Santé Plus, 180 jours consécutifs. Critères à respecter. **Notre assurance ne couvre pas les bagages.**

### **Assurance vie :**

Choix 1, 2 ou 3. Prestation selon l'âge au moment du décès.

Nicole Talbot, présidente

## **ACTIVITÉ RÉGIONALE SOCIOPOLITIQUE**

Vous êtes invité(e)s à l'activité régionale organisée par  
le comité régional sociopolitique

**Jeudi, 23 octobre 2025**

**Hôtel Québec,  
3115, av. des Hôtels, Québec**

---



1<sup>ère</sup> conférence : **Intelligence artificielle : Quel est l'impact sociétal de l'IA sur la société, avec Samuel Labrecque**

Conseiller aux dossiers sociaux Samuel Labrecque dispose d'une solide expérience dans le milieu des organismes dédiés aux aînés. Samuel occupe la fonction de conseiller aux dossiers sociaux lesquels traitent notamment des enjeux liés à l'avenir du système de santé public.

2<sup>e</sup> conférence : **Aspect légaux et financiers en situation d'invalidité et de fin de vie. Comprendre l'importance de la planification successorale avec Jérémie Côté**

Conseiller juridique chez Desjardins et deux ans comme enseignant à l'Université Laval, il a développé une solide expertise en droit notarial et en pédagogie. Il est également le chargé de cours responsable de développer et d'enseigner la « Clinique juridique en droit civil ».

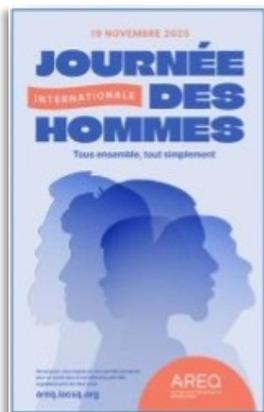


**Pour terminer la journée en musique...**

Œuvrant comme chansonnier à Québec depuis plus de 30 ans, **Frédéric Matte** a plus d'un spectacle dans sa poche. Accompagné de sa guitare, il vous fera voyager à travers les époques de la chanson québécoise ainsi que dans le répertoire folk américain des années 50 à aujourd'hui. Une belle façon de clore cette rencontre sur une note chaleureuse et nostalgique.

Jacques Olivier, responsable du comité sociopolitique

Informations supplémentaires en page : 11



Par la présente, nous vous invitons à l'activité régionale AREQ 03  
qui marquera la

« *Journée internationale des hommes* » (JIH 2025)

19 novembre 2025

Hôtel Québec, 3115, av. des Hôtels, Québec

## « **La solitude sur notre route** »

**9 h 30 - 10 h 30 :**

Conférencier : **Michel Giroux** (psychologue) : *Solitudes, créativité et maturité masculine*

- La solitude des hommes : un carrefour de sens
- De la solitude subie à la solitude choisie
- La créativité comme réponse à la solitude
- Vers une maturité réconciliée

**10 h 45 - 11 h 45 :**

Conférencier : **Francis Dupuis** (récréologue au Château Sainte-Marie) : *Solitudes masculines vécues en RPA*

- Identifier des solitudes que tout homme peut vivre dans sa vie
- Les solitudes particulières des hommes vivant en RPA
- Différentes approches thérapeutiques

**12 h 15 : Dîner communautaire**

**13 h 15 - 14 h 15 :**

Conférencier : **Michel Proulx** (photographe professionnel) : *Photos avec le cellulaire*

- Les outils de base pour prendre de bonnes photos
- Formats de fichiers pour les photos
- Prendre des photos couleurs ou noir et blanc
- Les photos influencées par l'intelligence artificielle

**14 h 30 : Conclusion de notre activité**

Remerciements du président régional

Salutations et au revoir!

Richard Arcand, condition des hommes

Vous trouverez plus d'informations en page : 12

## ACTIVITÉS AUTOMNE 2025

- **L'inscription est obligatoire en tout temps et sera effective à la réception de votre paiement.** Il est essentiel de **respecter la date limite prévue** pour vous inscrire tout en tenant compte du délai postal. **Aucun paiement ne pourra être effectué à l'entrée.**
- Vous pouvez vous inscrire à plus d'une activité à la fois; placer vos coupons-réponse dans la même enveloppe, mais **faire un chèque pour chaque activité.**
- Vous pouvez toujours vous inscrire par **INTERAC** en suivant les procédures indiquées dans le texte de la page 2 du présent bulletin.
- Les coupons-cadeau sont valides en tout temps et transférables à la personne de votre choix.

<b>Retrouvailles 2025 (Dîner)</b>		<b>Jeudi, 11 septembre 2025</b>	
Lieu : <b>Aréna de Saint-Henri</b> (salle Desjardins), 120, rue Belleau, Saint-Henri			
Accueil : <b>11 h</b>		Dîner : <b>12 h</b>	
Coût : <b>20 \$</b> pour les membres	<b>30 \$</b> pour les non-membres	<b>10 \$</b> pour les nouveaux	
Inscription obligatoire : Louise Guay <b>avant jeudi, 28 août 2025</b>			
Chèque à l'ordre de <b>AREQ 03G</b> . Le faire parvenir à Louise Guay, 3899, rue des Opales, Lévis, QC G6W 7M2 ou paiement par <b>INTERAC</b> à : <a href="mailto:liseptoine@telus.net">liseptoine@telus.net</a> <b>Voir texte : page 2</b>			
Information : 418-833-9809 ou <a href="mailto:camarine@videotron.ca">camarine@videotron.ca</a>			
Solidarité internationale : invitation à faire des dons (Voir texte en page : 4 )			

### Coupon-réponse

✂-----

#### Retrouvailles 2025 (Dîner)

**Jeudi, 11 septembre 2025**

Lieu : **Aréna de Saint-Henri** (salle Desjardins) 120, rue Belleau, Saint-Henri

Coût : **20 \$** pour les membres **30 \$** pour les non-membres **10 \$** pour les nouveaux

Nom et prénom : \_\_\_\_\_ Membre  Non-membre

Numéro de téléphone : \_\_\_\_\_

Signaler toute intolérance ou allergie alimentaire : \_\_\_\_\_

Nom et prénom : \_\_\_\_\_ Membre  Non-membre

Numéro de téléphone : \_\_\_\_\_

Signaler toute intolérance ou allergie alimentaire : \_\_\_\_\_

Inscription obligatoire **avant jeudi, 28 août 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](mailto:liseptoine@telus.net) **Voir texte : page 2**

Information : 418 833-9809 ou par courriel : [camarine@videotron.ca](mailto:camarine@videotron.ca)

✂-----

<b>Rencontre des responsables de dossiers</b>	<b>Vendredi, 3 octobre 2025</b>
Lieu : <b>Normandin</b> , 206, route du Président-Kennedy, Lévis	
Accueil : <b>9 h</b>	Déjeuner : <b>9 h 15</b>
Déjeuner-échange pour tous les responsables des dossiers à l'AREQ Louis-Fréchette	
Inscription obligatoire <b>avant vendredi, 19 septembre 2025</b> : Louise Guay <a href="mailto:camarine@videotron.ca">camarine@videotron.ca</a> ou par téléphone : 418 833-9808	

<b>Sociopolitique</b>	<b>Jeudi, 23 octobre 2025</b>
Lieu : <b>Hôtel Québec</b> , 3115, avenue des Hôtels, Québec	
Inscription : <b>8 h 30</b>	Conférences : Consulter le texte en <b>page 8</b>
Coût : <b>20 \$</b> pour les membres	Coût : <b>40 \$</b> pour les non-membres
Inscription obligatoire : Louise Guay <b>avant jeudi, 9 octobre 2025</b>	
Chèque à l'ordre de <b>AREQ 03G</b> . Le faire parvenir à Louise Guay, 3899, rue des Opales, Lévis, QC G6W 7M2 ou paiement par <b>INTERAC</b> à : <a href="mailto:liseptoine@telus.net">liseptoine@telus.net</a> <b>Voir texte : page 2</b>	
Information : 418-833-9809 ou <a href="mailto:camarine@videotron.ca">camarine@videotron.ca</a>	Coupon-réponse : p. 22

<b>Fête des personnes âgées</b>	<b>Vendredi, 24 octobre 2025</b>	
Lieu : <b>Hôtel L'Oie des Neiges</b> (salle Hirondelle-Paruline, 3 <sup>e</sup> étage) 165, rte du Président-Kennedy, Lévis		
Accueil : <b>11 h</b>	Dîner : <b>12 h</b>	Conférence : <b>13 h 30</b>
Coût : <b>25 \$</b> pour les membres	<b>35 \$</b> pour les non-membres	<b>20 \$</b> pour les aîné(e)s
Conférence : La proche aidance, soutien à domicile par : Samuel Labrecque		
Coût pour la <b>conférence seulement</b> : <b>5 \$</b> (payable à l'entrée). Inscription obligatoire auprès de Louise Guay : 418-833-9809 ou <a href="mailto:camarine@videotron.ca">camarine@videotron.ca</a> <b>Nombre de places limité</b>		
Inscription obligatoire : Louise Guay <b>avant vendredi, 10 octobre 2025</b>		
Chèque à l'ordre de <b>AREQ 03G</b> . Le faire parvenir à Louise Guay, 3899, rue des Opales, Lévis, QC G6W 7M2 ou paiement par <b>INTERAC</b> à : <a href="mailto:liseptoine@telus.net">liseptoine@telus.net</a> <b>Voir texte : page 2</b>		
Information : 418-833-9809 ou <a href="mailto:camarine@videotron.ca">camarine@videotron.ca</a>		Coupon-réponse : p. 22
* Si vous êtes nés avant le 31 décembre 1950, vous êtes considérés comme étant une personne aînée		

<b>Hommage aux défunts</b>	<b>Mercredi, 5 novembre 2025</b>
Lieu : <b>Église de Saint-Henri-de-Lévis</b> , 219, rue Commerciale, Saint-Henri	
Accueil : <b>9 h 30</b>	Hommage : <b>10 h</b>
Aucune inscription requise	Consulter le texte en <b>page 3</b>

<b>Journée des hommes</b>		<b>Mercredi, 19 novembre 2025</b>	
Lieu : <b>Hôtel Québec</b> , 3115, avenue des Hôtels, Québec			
Inscription : <b>8 h 30</b>		Conférences : Consulter le texte en <b>page 9</b>	Dîner : <b>12 h</b>
Coût : <b>20 \$</b> pour les membres		Coût : <b>40 \$</b> pour les non-membres	
Inscription obligatoire : Louise Guay <b>avant mercredi, 5 novembre 2025</b>			
Chèque à l'ordre de <b>AREQ 03G</b> . Le faire parvenir à Louise Guay, 3899, rue des Opales, Lévis, QC G6W 7M2 ou paiement par <b>INTERAC</b> à : <a href="mailto:liseptoine@telus.net">liseptoine@telus.net</a> <b>Voir texte : page 2</b>			
Information : 418-833-9809 ou <a href="mailto:camarine@videotron.ca">camarine@videotron.ca</a>		Coupon-réponse : p. 23	

<b>Dîner de Noël</b>		<b>Mercredi, 3 décembre 2025</b>	
Lieu : <b>Aréna de Saint-Henri</b> (salle Desjardins), 120, rue Belleau, Saint-Henri			
Accueil : <b>11 h</b>		Dîner : <b>12 h</b>	
Animation musicale : Duo RéMichel		Cocktail de bienvenue et vin au repas	
Coût : <b>35 \$</b> pour les membres		<b>45 \$</b> pour les non-membres	
Inscription obligatoire : Louise Guay <b>avant mercredi, 19 novembre 2025</b>			
Chèque à l'ordre de <b>AREQ 03G</b> . Le faire parvenir à Louise Guay, 3899, rue des Opales, Lévis, QC G6W 7M2 ou paiement par <b>INTERAC</b> à : <a href="mailto:liseptoine@telus.net">liseptoine@telus.net</a> <b>Voir texte : page 2</b>			
Information : 418-833-9809 ou <a href="mailto:camarine@videotron.ca">camarine@videotron.ca</a>		Coupon-réponse : p. 23	

## *Prochaine session*

Quilles et dîner : \_\_\_\_\_ Mercredi, 21 janvier 2026  
Ski de fond : \_\_\_\_\_ Lundi 16 février ou mardi 17 février 2026  
Journée des femmes : \_\_\_\_\_ Vendredi, 6 mars 2026  
Cabane à sucre : \_\_\_\_\_ Jeudi, 2 avril 2026  
Environnement : \_\_\_\_\_ Mercredi, 22 avril 2026  
Assemblée générale sectorielle (AGS) : \_\_\_\_\_ Jeudi, 23 avril 2026  
Assemblée générale régionale (AGR) : \_\_\_\_\_ Vendredi, 12 mai 2026  
Dîner partage : \_\_\_\_\_ À déterminer  
Salon des loisirs créatifs : \_\_\_\_\_ À déterminer





## VOYAGES ET SORTIES CULTURELLES



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

Courriel : [clairebuteau@hotmail.com](mailto: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-Frédette : <https://louisfrechette.araq.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.

- **16 septembre 2025** : 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.
- **6 au 7 octobre 2025** : **Mont Tremblant** : Coût : 619 \$ (occupation double – 38 passagers payants). Chèque à l'ordre de : **Alta Voyages**. Le coût inclus le transport en autocar de luxe, guide accompagnateur, pourboires, repas et activités inclus dans l'horaire.
- **14 octobre 2025** : Journée champêtre en Lanaudière, [Auberge de la Montagne Coupée](#). Coût : 179 \$ (en autocar de luxe, inclus dîner et 3 visites.)
- **Avril 2026** : Visite guidée du [Parlement](#) et de la bibliothèque. Dîner au restaurant [Le Parlementaire](#). Nous assisterons à la période de questions. Coût à venir... **environ 69 \$**. Transport en autobus scolaire. Important de vous inscrire avant la fin d'octobre 2025 (je dois réserver début novembre).

**PROJETS POUR 2026** : Surveillez les mises à jour sur notre site Internet.

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  
[clairebuteau@hotmail.com](mailto:clairebuteau@hotmail.com)

## JOURNÉE INTERNATIONALE DES FEMMES



Cette activité régionale de l'AREQ 03 fut tenue à l'Hôtel Québec le 7 mars 2025 sous le thème **Encore en lutte**, et je vais essayer de vous en donner un aperçu... Les deux conférencières de l'avant-midi nous ont permis de prendre conscience des nombreux progrès réalisés par les femmes depuis les années 1970, avec la création du « Conseil du Statut de la Femme » en 1973.

À partir des 306 recommandations formulées en 1978 portant sur la socialisation et les stéréotypes sexuels, la maternité, la santé et la violence faite aux femmes, le marché du travail et la place faite aux femmes dans les arts, les loisirs et les postes de pouvoir, la première conférencière, madame **Mélanie Julien**, directrice de recherche au Conseil, nous a rappelé les projets de lois progressistes qui ont été adoptés en faveur de l'avancement des femmes : allocations familiales, congés de maternité, garderies, équité salariale, loi sur le patrimoine familial lors d'un divorce, égalité dans le couple, etc. Cependant, malgré ces avancées, il reste du chemin à faire : la violence conjugale est en augmentation, l'équité est loin d'être atteinte, il y a insuffisance de dépistage et de recherches sur les maladies spécifiquement féminines, le travail des femmes proches-aidantes n'est pas reconnu et seulement 25 % de femmes sont impliquées dans le monde municipal, etc.



Lors de la deuxième conférence, madame **Julie Pinel**, conseillère en actions féministes à la CSQ, a bien fait remarquer que toutes ces lois en faveur des femmes ont été le résultat des mouvements sociaux initiés par les luttes syndicales et féministes... En 1973, la création du Comité Laure-Gaudreault a permis la formation de 40 équipes locales qui ont mis en évidence les enjeux des femmes dans notre société : accès aux études supérieures et au marché du travail, éducation sexuelle, contraception et avortement, rémunération du travail à domicile, participation à la vie syndicale, etc.

Au congrès de 1980, il fut décrété que : le travail est un droit fondamental non assujéti au sexe. Il faut donc un réseau de services éducatifs à l'enfance pour soutenir le travail des femmes. Pour contrer les stéréotypes sexuels et la discrimination, la CEQ a eu un droit de regard sur le matériel didactique dans les écoles. Les congés de maternité ont été institués en 1975. La loi sur l'équité salariale a été promulguée en 1984.

Cependant, il faut valoriser les emplois féminins qui sont encore majoritairement de prendre soin, d'accompagner, etc. En santé, l'éducation sexuelle, l'accès à l'avortement, la gratuité des moyens contraceptifs, la lutte contre la violence conjugale demeurent de grands enjeux pour l'avenir!

En après-midi, le spectacle **Le coquillage : histoire des femmes à l'ouvrage** a fait l'unanimité par sa présentation très vivante et instructive. Les deux protagonistes, **Mélanie Demers** et **Liette Renom**, ont relaté l'évolution du travail des femmes dans l'exécution des travaux d'aiguille, la culture du chanvre et du lin, la fabrication de l'étoffe du pays, le tissage et le tricot, etc., le tout agrémenté de plusieurs chansons, accompagnées de musique avec des instruments antiques : musette (semblable à la cornemuse), vielle à roue (ancêtre du violon), flute fabriquée avec une corne de buffle, clochettes, cornet, etc.



Les religieuses furent très importantes dans la transmission de ces habiletés ménagères. Les artistes ont rappelé les poches de sucre et de farine en coton imprimé de différents motifs, qui ont servi à la fabrication de vêtements dans les années 1940 et 1950. Grâce à plusieurs chansons d'époque et d'autres compositions originales, nous avons pu apprécier les différentes étapes de la confection des vêtements, que ce soit dans les grandes maisons de couture françaises ou dans les foyers québécois.

Comme toujours lors de ces activités régionales, cette journée fut à la fois instructive et divertissante!

Bravo et merci aux organisatrices!

Par : Lise Patoine



## UN BON TEMPS DES SUCRES



À tous les ans, des personnes retraitées de l'AREQ et des amis(es) se réunissent pour échanger et créer de nouvelles connaissances à l'Érablière du Cap.

Ce fut le cas le 2 avril dernier avec un groupe de 72 personnes et un soleil qui brillait à l'horizon.

Pour chacun de nous, la cabane à sucre devient un lieu de détente et de plaisir.

Vers midi, un copieux repas nous est servi, agrémenté de musique et chansons de circonstance.

Pour le dessert, ce sont de délicieuses dégustations de tartes au sucre et de crêpes arrosées de sirop d'érable.

Après le repas, nous assistons au tirage moitié-moitié ainsi qu'à celui des prix de présence : 3 coupons de 10 \$ pour une prochaine activité et 3 produits de l'érable.

Pour terminer cette belle rencontre, nous dégustons de la tire sur la neige.

Un gros merci au conseil sectoriel pour l'organisation de cette activité.

Jacqueline Richard

N.B. : Pour conclure, il est important de savoir qu'au Québec la tradition de la cabane à sucre est une industrie florissante. Notre belle province est aujourd'hui le plus grand producteur de sirop d'érable avec 72 % de la production mondiale grâce à ses 13500 producteurs acéricoles. En 2024, cela a représenté 152 millions de livres.



## LE JOUR DE LA TERRE

Comme deuxième activité du comité de l'environnement, le 22 avril dernier, nous avons célébré le « Jour de la Terre ». À cette occasion, nous avons reçu deux conférenciers qui sont venus nous entretenir de certains enjeux particulièrement préoccupants.

Dans un premier temps, la docteure **Johanne Elsener** nous a parlé des effets de la pollution sur notre santé. Non seulement nous a-t-elle mis en garde contre les maladies pulmonaires, les maladies cardiaques et le cancer, mais elle a aussi mis l'accent sur d'autres troubles comme la démence, l'autisme et la dépression qui peuvent être causés par l'infiltration de fines particules dans notre cerveau.



Elle nous a convaincus de faire tous les efforts individuels, tant pour nous protéger que pour diminuer le plus possible la pollution sous toutes ses formes, mais aussi de s'engager collectivement pour demander à nos gouvernements de s'impliquer dans la recherche de solutions.



En après-midi, notre conférencier, monsieur **Serge Lepage**, en avait beaucoup à dire sur les changements climatiques et leurs répercussions à court, à moyen et à long terme. Ce fut un défilé de tableaux, de graphiques et de chiffres tout aussi inquiétants les uns que les autres.

Le temps presse, il est minuit moins une nous a-t-il démontré. Encore là, il est urgent que nous nous engagions à poser des gestes et à réclamer aux autorités en place d'agir dans les plus brefs délais pour que nous laissons à ceux qui suivront une planète viable.

Claire Morency, responsable comité environnement

***Passons à l'action, chacun à notre façon!***

## **ASSEMBLÉE GÉNÉRALE SECTORIELLE**

1<sup>er</sup> mai 2025

### **Rapport de la présidence**

L'année AREQ 2024-2025 se termine alors que nous vivons une période d'incertitude, d'inquiétude. Heureusement à l'AREQ notre milieu est plus stable avec nos objectifs et nos activités.

Dans notre secteur, le bulletin « Nouvel Envol » reste le meilleur outil pour informer l'ensemble de nos membres. Il a été modifié pour répondre à la loi 25 et faire bonne figure. Merci à Martine et Jacques.



Nous avons maintenu nos activités avec le report de la « Journée des sages », tout en gardant les mêmes prix fixés l'an dernier même si les coûts augmentent. Cette année, nous proposons une nouvelle activité : le « Dîner partage » pour remplacer l'AREQ en spectacle. Ce sera l'occasion de parler d'innovation comme le suggérait notre président régional, Réjean Lemelin, dans son message du printemps.

L'AREQ, c'est quoi? Que fait notre association?

Notre présidente, madame Micheline Germain, connaît bien ses dossiers et les fait avancer. Elle contribue grandement à la visibilité de l'AREQ. Notre association travaille pour le bien de ses membres mais aussi pour l'avancement de toute la société en mettant de l'avant les besoins, tout en insistant sur l'apport des personnes âgées.

Les dossiers à l'étude sont nombreux :

- Soins à domicile
- Âgisme
- Aide médicale à mourir
- Coalition pour la dignité des personnes âgées
- Tribune des retraités
- Observatoire de la retraite
- Politique de bienveillance
- Marche du 1<sup>er</sup> octobre
- Préparation du congrès 2026 et plus.

Notre association est très active; nos conseillers ont vraiment à cœur l'AREQ.

Pour terminer, grand merci à nos bénévoles, aux membres du CS, aux responsables de comités ou de dossiers. Merci à vous d'être présents et merci à tous nos membres pour leur participation et leur façon de nous suivre avec le Nouvel Envol.

C'est un privilège d'être votre présidente,

Nicole Talbot

## Assemblée générale sectorielle en photos



Quelques-unes des personnes bénévoles responsables de dossiers au niveau de notre secteur



Jeanne-d'Arc Dutil – Huguette Fournier  
Cartes pour les aîné(e)s



Richard Arcand  
Condition des hommes



Micheline Héroux  
Condition des femmes



Claire Morency  
Comité environnement



Madeleine St-Hilaire  
Nécrologie



Denise Leclerc  
Les Grands Explorateurs

## DÎNER PARTAGE

Le 22 mai dernier, le conseil sectoriel invitait ses membres à partager un dîner au restaurant le Vieux Duluth de Lévis.

Quelle belle manière de clore nos rencontres de l'année!

Plus de 49 personnes étaient présentes et ont pu déguster un succulent repas.

Tous et toutes ont socialisé dans la bonne humeur. Le conseil sectoriel nous a demandé de remplir un sondage pour que chacun et chacune exprime son degré de satisfaction et suggère des idées pour de nouvelles activités.

De nombreux prix de présence ont été tirés au sort et tout le monde est reparti à la maison le ventre plein et la tête remplie de merveilleux souvenirs.



Par : Jeanne-d'Arc Turcotte

## *Le printemps des Prairies*



Par : Richard Arcand

*Pas un mot  
Dans cette éternité de silence  
Pas un mot  
Pour décrire cette brillance  
Pas un mot  
Pour toute cette beauté blanche  
Que le bruit de pas  
Qui creusent lentement  
Un chemin dans le vent  
Je ne me retournerai pas  
Lumière de printemps  
Souvenir d'antan  
La neige brille un temps  
On n'entend que le vent  
Peut-être l'oiseau  
Niché un peu plus haut  
Qui lance son cri  
Jusqu'à l'infini  
Pas un mot  
Mais toute la beauté du monde  
Qui allège les fardeaux  
Et apporte une paix profonde*

## **Voici quelques endroits adaptés à visiter**

En tant que personne à mobilité réduite, je désire partager avec vous de l'information sur des lieux que j'ai visités à Lévis. Facilement accessibles, ces endroits offrent tous des commodités pour des personnes avec des limitations physiques.



- [Le Patro de Lévis](#) et son [Café Tiers-Lieu](#) qui se trouve au rez-de-chaussée. En plus de ses nombreuses activités, le Patro réunit des coureurs et des marcheurs avec des personnes ayant une limitation physique ou cognitive pour : [Les courses partagées](#) qui ont lieu aux deux semaines, par beau temps, de mai à octobre.
- [Le Quai Paquet](#) : Ce dernier est le point central donnant accès à de vastes espaces pour déambuler et profiter de la vue. De nombreuses chaises et tables permettent de profiter de l'endroit.
- La [Maison Alphonse-Desjardins](#) : Il y a un stationnement pour handicapés situé derrière la maison et qui se prend par la rue Guenette.
- La [Maison Louis-Fréchette](#) : Ici, il n'y a pas de stationnement réservé sur la rue Saint-Laurent. On peut laisser la voiture en bordure de rue pour avoir accès à un passage vers la porte d'entrée donnant au rez-de-chaussée.
- Le [Vieux Bureau de Poste](#) : Deux sièges, à l'arrière de la salle, sont réservés pour les personnes à mobilité réduite. Lors de l'achat d'un billet, par téléphone, précisez que vous désirez occuper ces places.
- [L'Anglicane](#) : Cette salle de spectacles offre des commodités pour des personnes en situation de handicap.

Lucette Bergeron



**Brisons l'isolement en accompagnant des personnes vivant avec des limitations!**

## 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.

✂-----

### Sociopolitique

**Jeudi, 23 octobre 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 : \_\_\_\_\_

Signaler toute intolérance ou allergie alimentaire : \_\_\_\_\_

Nom et prénom : \_\_\_\_\_ Membre  Non-membre

Numéro de téléphone : \_\_\_\_\_

Signaler toute intolérance ou allergie alimentaire : \_\_\_\_\_

Inscription obligatoire (activité et conférence) **avant jeudi, 9 octobre 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](mailto:liseptoine@telus.net) Voir texte : page 2

Information : 418 833-9809 ou par courriel : [camarine@videotron.ca](mailto:camarine@videotron.ca) (Détails : p. 11)

✂-----

### Fête des personnes âgées

**Vendredi, 24 octobre 2025**

Lieu : Hôtel L'Oie des Neiges (salle Hirondelle-Paruline), 165, rte du Président-Kennedy, Lévis

Coût : 25 \$ pour les membres 35 \$ pour les non-membres 20 \$ pour les personnes aîné(e)s

Nom et prénom : \_\_\_\_\_ Membre  Non-membre

Numéro de téléphone : \_\_\_\_\_

Signaler toute intolérance ou allergie alimentaire : \_\_\_\_\_

Nom et prénom : \_\_\_\_\_ Membre  Non-membre

Numéro de téléphone : \_\_\_\_\_

Signaler toute intolérance ou allergie alimentaire : \_\_\_\_\_

Inscription obligatoire **avant vendredi, 10 octobre 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](mailto:liseptoine@telus.net) Voir texte : page 2

Information : 418 833-9809 ou par courriel : [camarine@videotron.ca](mailto:camarine@videotron.ca) (Détails : p. 11)

✂-----



**Journée des hommes**

**Mercredi, 19 novembre 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 : \_\_\_\_\_

Signaler toute intolérance ou allergie alimentaire : \_\_\_\_\_

Nom et prénom : \_\_\_\_\_ Membre  Non-membre

Numéro de téléphone : \_\_\_\_\_

Signaler toute intolérance ou allergie alimentaire : \_\_\_\_\_

Inscription obligatoire **avant mercredi, 5 novembre 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](mailto:lisepatoine@telus.net) **Voir texte : page 2**

Information : 418 833-9809 ou par courriel : [camarine@videotron.ca](mailto:camarine@videotron.ca) (Détails : p. 12)



**Dîner de Noël**

**Mercredi, 3 décembre 2025**

Lieu : **Aréna de Saint-Henri** (salle Desjardins) 120, rue Belleau, Saint-Henri

Coût : 35 \$ pour les membres 45 \$ pour les non-membres

Nom et prénom : \_\_\_\_\_ Membre  Non-membre

Numéro de téléphone : \_\_\_\_\_

Signaler toute intolérance ou allergie alimentaire : \_\_\_\_\_

Nom et prénom : \_\_\_\_\_ Membre  Non-membre

Numéro de téléphone : \_\_\_\_\_

Signaler toute intolérance ou allergie alimentaire : \_\_\_\_\_

Inscription obligatoire **avant mercredi, 19 novembre 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](mailto:lisepatoine@telus.net) **Voir texte : page 2**

Information : 418 833-9809 ou par courriel : [camarine@videotron.ca](mailto:camarine@videotron.ca) (Détails : p. 12)



## Quiz « T » sur les chansons francophones

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



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

Titre des chansons	Année	Origine	Le nom des artistes
1. Pour un Noël country	2006	(Q)	Tan _____
2. La balade des sans-abris	2008	(F)	Tat _____
3. Le lac des cygnes	1876	(A)	Tch _____
4. Si j'étais un homme	1981	(Q)	Tel _____
5. Blue jeans sur la plage	1962	(Q)	Têt _____
6. Sur la mer bleue	1960	(Q)	Thé _____
7. C'est beau un homme	1965	(Q)	Thé _____
8. Rappelle-toi	1947	(Q)	The _____
9. Ma mère chantait toujours	1993	(Q)	Thi _____
10. Père Noël arrive ce soir	2006	(Q)	Thi _____
11. Le rapide blanc	1954	(Q)	Thi _____
12. La chanson des prunes	1954	(Q)	Thi _____
13. L'exode rural	1976	(Q)	Ti- _____
14. Tes bras comme muraille	2017	(Q)	Tir _____
15. Une vague bleue	1973	(F)	Tor _____
16. Dis, quand reviendras-tu?	1968	(Q)	Tre _____
17. La mer	1946	(F)	Tre _____
18. Ouvre tes yeux	2019	(Q)	Tro _____

Par : André Lavallée

Réponses :		
1. Tanguay, Guyline	2. Tatos, Jacques	16. Tremblay, Rod
4. Tell, Diane	5. Têtes blanches	13. Ti-Nor
7. Thérooux, Shirley	8. Therrien, Noëlla	10. Thibert, Marie-Élaine
9. Thibault, Fabienne	11. Thiffault, Oscar	17. Trenet, Charles
12. Thiffault, Oscar	14. Tire le coyote	18. Trois Accords
6. Thériault, Pierre	15. Torr, Michèle	
3. Tchakovski		

## NÉCROLOGIE



### *Membres qui nous ont quittés :*



Le 28 novembre 2024, à l'âge de 81 ans, est décédé monsieur **Bruno Rousseau**, époux de madame Julienne Bédard. Il a enseigné la mécanique, entre autres, à l'école professionnelle Wilbrod Bherer de Québec. Il demeurait à Lévis.



Le 19 décembre 2024, à l'âge de 80 ans, est décédée madame **Rita Guérin**, épouse de monsieur Roger Gauthier. Elle demeurait à Lévis dans le secteur Saint-Jean-Chrysostome.



Le 2 mars 2025, à l'âge de 81 ans, est décédée madame **Marie-Marthe Thiboutot**, épouse de feu monsieur Roger Breton (membre de notre AREQ 03G). Elle était enseignante au niveau primaire à Lévis, endroit où elle résidait.



Le 20 mars 2025, à l'âge de 78 ans et 10 mois ans, est décédée madame **Lise Gagnon**, conjointe de monsieur Yvan Deblois. Elle a fait sa carrière d'enseignante au niveau primaire à l'école Morissette de Sainte-Claire. Native de Sainte-Hénédine, elle demeurait à Sainte-Claire.



Le 1<sup>er</sup> avril 2025, à l'âge de 76 ans, est décédée madame **Ginette Lamontagne**, épouse de monsieur Jean-Paul Guillemette. Elle a enseigné dans Bellechasse au niveau primaire, et a terminé sa carrière à l'école Le Tremplin à Saint-Lazare. Elle demeurait à Saint-Damien-de-Buckland.



Le 10 avril 2025, à l'âge de 86 ans, est décédé monsieur **Ulric Asselin**, époux de feu madame Diane Savoie. Il a enseigné aux écoles Pie X, Champagnat et à la polyvalente de Lévis. Il demeurait à Lévis (secteur Saint-David).



Le 11 avril 2025, à l'âge de 83 ans, est décédé monsieur **Blaise Breton**. Il a enseigné le français dans plusieurs écoles de Lévis notamment à l'école Vincent-Chagnon, puis à l'école Christ-Roi. Il a terminé sa carrière à l'école Champagnat. Il demeurait à Saint-Michel-de-Bellechasse.



Le 28 avril 2025, à l'âge de 83 ans, est décédé monsieur **Marc-André Pouliot**. Il a débuté sa carrière d'enseignant au secondaire à l'école Morissette de Sainte-Claire et par la suite, à la polyvalente de Saint-Anselme. Il demeurait à Sainte-Claire, Bellechasse.



Le 26 mai 2025, à l'âge de 93 ans, dont 69 ans de vie religieuse à la Congrégation Notre-Dame, est décédée sœur **Hélène Talbot**. Elle a enseigné la couture à la polyvalente Benoit-Vachon dans les années 70-80.



Le 12 juin 2025, à l'âge de 78 ans, est décédée madame **Pierrette Simard Guay**, épouse de monsieur Claude Guay. Elle a enseigné au primaire à l'école Monseigneur-Feuilaud de Sainte-Marie-de-Bauce, durant les années 1960 à 1990. Elle demeurait à Saint-Elzéar.

**Condoléances à :**

- Monsieur Yvon Gosselin pour le décès de son fils, monsieur Maxime Gosselin, décédé le 24 janvier 2025 à l'âge de 49 ans et 11 mois. Il était domicilié à Joliette et originaire de Lévis.
- Madame Jeanne-Paul Brochu ainsi qu'à monsieur Charles Brochu pour le décès de leur frère, monsieur Laurier Brochu, décédé le 25 février 2025 à l'âge de 87 ans. Il demeurait à Saint-Damien-de-Buckland.
- Madame Lucie Chabot pour le décès de sa mère, madame Jeannette Hébert, décédée le 9 mars 2025 à l'âge de 101 ans et 9 mois. Elle demeurait à Saint-Anselme.
- Madame Aline Pouliot pour le décès de sa sœur, madame Rollande Pouliot, épouse de monsieur Léo Béland. Elle est décédée le 16 mars 2025 à l'âge de 90 ans. Elle demeurait à Saint-Henri-de-Lévis.
- Monsieur Henri Larose pour le décès de son frère, monsieur Jacques Larose, époux de madame Simone Paradis. Il est décédé le 24 mars 2025 à l'âge de 76 ans. Il demeurait à Saint-Isidore.
- Madame Jocelyne Goulet pour le décès de son frère, monsieur André Goulet, décédé le 27 mars 2025 à l'âge de 69 ans et 3 mois. Natif de Honfleur en Bellechasse, il demeurait à Lévis.
- Monsieur Raynald Brochu pour le décès de sa sœur, madame Bérangère Brochu, décédée le 30 mars 2025 à l'âge de 86 ans. Elle était native de Saint-Lazare, Bellechasse.
- Madame Éva Grenier pour le décès de sa sœur, madame Rosa Grenier Lehoux, décédée le 31 mars 2025 à l'âge de 96 ans et 11 mois. Elle demeurait à Saint-Gilles, Lotbinière. Cependant, elle a habité à Sainte-Agathe de Lotbinière durant 67 ans.
- Madame Paulette Forgues pour le décès de sa sœur, madame Carmen Forgues, décédée le 16 avril 2025 à l'âge de 82 ans. Native de Frampton, elle a habité à Saint-Léon-de-Standon, puis à Saint-Anselme.
- Madame Fernande Lemieux pour le décès de son frère, monsieur Joseph-Olivier Lemieux, décédé le 20 avril 2025 à l'âge de 97 ans. Il demeurait à Sainte-Anne-de-Beaupré. Il était originaire de Lauzon.
- Madame Éva Grenier pour le décès de son conjoint, monsieur Simon Bisson. Il est décédé le 23 mai 2025 à l'âge de 85 ans. Il demeurait à Sainte-Marie-de-Beauce.
- Monsieur Germain Bisson pour le décès de son frère, monsieur Simon Bisson, décédé le 23 mai 2025 à l'âge de 85 ans. Il demeurait à Sainte-Marie-de-Beauce.
- Monsieur Gérald Couture pour le décès de son frère, monsieur Clément Couture, décédé le 16 juin 2025 à l'âge de 80 ans et 8 mois. Il était l'époux de madame Julie Laliberté et demeurait à Saint-Henri.



*« 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](mailto:msth1950@hotmail.com)

Informations utiles :

**MEMBRES DU CONSEIL SECTORIEL**

Présidente :	Nicole Talbot	819 604-7004	<a href="mailto:n-talbot@videotron.ca">n-talbot@videotron.ca</a>
1 <sup>ère</sup> vice-présidente :	Louise Guay	418 833-9809	<a href="mailto:camarine@videotron.ca">camarine@videotron.ca</a>
2 <sup>e</sup> vice-président :	Claude Couture	418 831-7181	<a href="mailto:coutureclaudes48@gmail.com">coutureclaudes48@gmail.com</a>
Secrétaire :	Robert Hins	418 885-4694	<a href="mailto:rhins@videotron.ca">rhins@videotron.ca</a>
Trésorière :	Lise Patoine	418 479-2900	<a href="mailto:lisepatoine@telus.net">lisepatoine@telus.net</a>
1 <sup>er</sup> conseiller :	Jacques Olivier	819 604-7004	<a href="mailto:n-talbot@videotron.ca">n-talbot@videotron.ca</a>
2 <sup>e</sup> conseillère :	Claire Bégin	581 999-3183	<a href="mailto:clairebegin7@gmail.com">clairebegin7@gmail.com</a>

**RESPONSABLES DÉLÉGUÉS AUX COMITÉS RÉGIONAUX**

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

**AREQ LOUIS-FRÉCHETTE**

Louise Guay, 3899, rue des Opales, Lévis  
G6W 7M2  
Téléphone : 418-833-9809  
Messagerie : [camarine@videotron.ca](mailto:camarine@videotron.ca)

**ÉQUIPE DU JOURNAL**

**Responsable** : Lise Patoine  
**Mise en page** : Martine Lagacé  
**Photos** : Yvan Gravel, Robert Hins  
**Faire parvenir vos articles à** :  
**Lise Patoine** : [lisepatoine@telus.net](mailto:lisepatoine@telus.net)

**SITE INTERNET** : AREQ Louis-Fréchette

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

**Responsables** :  
Martine Lagacé, Jacques Brochu  
Nous joindre : [louis.araq03g@gmail.com](mailto:louis.araq03g@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  
[CanAssistance](#) Canada : 1 800 465-2928  
[CanAssistance](#) International (frais virés) : 1 514 286-8412

(Les informations pour CanAssistance se trouvent à l'arrière de votre carte d'assurance)

[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<sup>er</sup> novembre 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 du loisir 50+**, 10 rue Giguère, Lévis

Information : 418 838-4100

<https://www.maisonduloisir50.ca/>

**Université du 3<sup>e</sup> âge** : Cours et ateliers donnés par l'université Laval

Information : 418-656-3010

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

**Centre d'éducation des adultes des Navigateurs**

Formation 50 ans et plus

<https://cssdn.gouv.qc.ca/education-des-adultes/formations/formation-grand-public/>

**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.

Information : 418 833-5678, poste 200

<https://tabledesainesca.com/>

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

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

Information : 418 838-3733

<https://centrefemmeslancrage.com/>

Reproduit par : Groupe ETR

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

Tél. : 418 658-8122

Fax : 418 658-8171