



NOUVEL ENVOL

Secteur Louis-Fréchette - Région Québec-Chaudière-Appalaches

Décembre 2025

SOMMAIRE

Paiement par Interac.....	p. 2
Tableau des activités.....	p. 2
Sociopolitique.....	p. 3
Assurances.....	p. 4
Fondation L.-Gaudreault.....	p. 5
Environnement.....	p. 6
Invitation artistes/artisans.....	p. 7
Changement d'adresse.....	p. 7
Activités à venir.....	p. 8-10
Carnet voyages.....	p. 11
Retour sur les activités.....	p. 12-15
Mot de Lucette Tanguay.....	p. 16
Mot de la responsable du Nouvel Envol.....	p. 16
Solutions du quiz.....	p. 16
Mot de Ginette Ash.....	p. 17
Coupons-réponse.....	p. 18,19
Quiz sur les chansons.....	p. 20
Nécrologie.....	p. 21,22
Informations utiles.....	p. 23,24

Joyeuses Fêtes

L'année 2025-2026 est une année de congrès à notre association. Ce congrès aura lieu à Lévis, au Centre des Congrès les 8, 9, 10 et 11 juin 2026. On y fera l'élection des cinq membres du conseil exécutif (CE) et l'expérience d'un congrès sans papier.

Dans notre secteur, il y aura aussi des élections : 2^e vice-présidence, secrétariat, 2^e conseillère ou conseiller et présidence. Les postes sont ouverts à tous les membres et, le plus difficile à combler semble être celui de la présidence.

Pourtant, **la présidence est un poste essentiel**. Sans présidence, pas d'allocations (\$) et la possibilité de la disparition du secteur tel qu'on le connaît. Il peut même y avoir fusion avec un autre secteur. Heureusement, nous avons d'excellents secteurs voisins : Montmagny, Saint-Georges-de-Beauce, Québec. Cependant, pour participer aux activités, la distance serait plus grande et un pont souvent très long à atteindre. **Pour la survie de notre secteur, il nous faut une personne à la présidence.**

À Louis-Fréchette, occuper le poste de présidence c'est avant tout faire partie d'une équipe d'exception, expérimentée. Le travail est déjà bien préparé à l'aide de canevas détaillés. C'est une expérience enrichissante, un beau défi, une façon d'avoir une retraite productive.

Le rôle de la présidence : travailler en équipe avec le conseil sectoriel (CS), représenter le secteur au conseil régional (CR) et au conseil national (CN). La partie la plus agréable est sans doute la préparation en équipe des activités pour les membres de notre secteur et la participation, dans la mesure du possible, à ces activités. Ça reste une occupation bénévole avec le droit de s'absenter au besoin et même de démissionner si nécessaire.

Il nous faut une personne à la présidence. À vous de réfléchir, d'en parler autour de vous. Lors de l'assemblée générale du secteur (AGS), nous allons nommer seulement les personnes qui auront rempli leur feuille de candidature, il n'y a aucune pression sur place.

À qui la chance d'être élu(e) à la présidence ou à un des postes en élection?

On attend vos candidatures. Occuper la présidence à Louis-Fréchette, c'est un privilège.

Nicole Talbot, présidente

PAIEMENT PAR INTERAC

Il est maintenant possible de vous inscrire aux activités en utilisant « INTERAC » (ACCESD Desjardins) à lisepatoine@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 : lisepatoine@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>

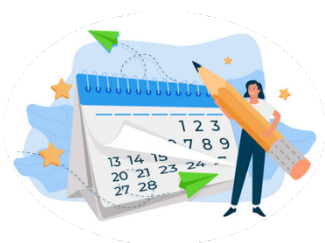


TABLEAU SYNTHÈSE DES ACTIVITÉS

HIVER / PRINTEMPS 2026

(À découper et conserver)

ACTIVITÉ	DATE DE L'ACTIVITÉ	DATE LIMITE D'INSCRIPTION	PARTICIPE
Quilles et repas	Mercredi, 21 janvier	Mercredi, 7 janvier	
Ski de fond	Lundi, 16 février	Lundi, 2 février	
<i>Journée des femmes***</i>	Vendredi, 6 mars	Vendredi, 20 février	
Cabane à sucre	Jeudi, 2 avril	Jeudi 19 mars	
Salon des loisirs créatifs	11 et 12 avril	-----	
<i>Environnement***</i>	Mercredi, 22 avril	Mercredi, 8 avril	

*** Les activités en italique sont des activités régionales

SOCIOPOLITIQUE

Lors de la journée régionale du 23 octobre dernier, nous avons assisté en avant-midi à deux conférences très intéressantes.

1^{ère} conférence :

Monsieur Jérémie Côté, notaire et chargé d'enseignement à l'Université Laval, a traité des aspects légaux et financiers en fin de vie et en cas d'incapacité.

Les grands thèmes abordés :

- Sortes de testaments : olographe, olographe avec témoin et le plus sécuritaire, testament notarié;
- Les legs particuliers (bijoux, tableaux, collection, argent, etc.);
- Les problèmes s'il n'y a pas de testament.



Les autres thèmes :

- Droits matrimoniaux (mariage, union de fait, union parentale);
- Succession;
- Soins en fin de vie;
- Droits et obligations en cas d'incapacité.

2^e conférence :

Monsieur Samuel Labrecque, conseiller à l'AREQ, a démystifié l'intelligence artificielle (IA). Il nous a fait connaître, à l'aide d'exemples, les services possibles et très utiles pour les personnes âgées.

Par exemple, pour une personne seule dans sa maison ou son appartement :

- Télésurveillance;
- Capteur de mouvement (chute);
- Rappel pour la prise de médicaments;
- Assistance vocale;
- Façon de briser l'isolement, etc.

S'il faut rester vigilant avec l'IA, ce n'est pas à cause de la technologie mais de l'usage que l'on en fait.



En après-midi, monsieur Frédéric Matte nous a offert, en chansons, quelques grands classiques qui nous ont rappelé de bons souvenirs.

Jacques Olivier, comité sociopolitique

ASSURANCES ET RETRAITE

Retraite Québec (autrefois CARA)

La personne conjointe survivante du conjoint ou de la conjointe membre de l'AREQ à la retraite, a droit à :

1. La prestation de décès de la Régie des rentes du Québec;
2. La rente de personne survivante de la Régie des rentes du Québec;
3. La demi-pension du REGOP, RRE, RRCE, RRF;
4. La prestation d'assurance vie payable en vertu du régime collectif d'assurance offerte aux membres de l'AREQ, le cas échéant;
5. Le maintien des protections d'assurance maladie et d'assurance vie détenues par la protection familiale de la personne retraitée avant son décès.

Questions :

1. Avez-vous un testament notarié?
2. Avez-vous un mandat d'inaptitude?
3. Est-ce que vos proches savent où trouver les éléments qui composent votre patrimoine?
4. Est-ce que vos proches connaissent les protections en assurance que vous avez à l'AREQ?
5. Est-ce que vos proches connaissent les coordonnées de l'AREQ?
6. Est-ce que vos proches connaissent le nom de notre conseillère en assurances à l'AREQ?
7. Est-ce que vos proches ont la possibilité de lire le Nouvel Envol?
8. Est-ce que vos proches connaissent le site de l'AREQ 03G où se trouvent les renseignements utiles à la retraite et particulièrement sur nos assurances?

(418 525-0611)

(louisfrechette.areq.lacsq.org)

Bonne santé,

Nicole Talbot,
comité des assurances et de la retraite

