

# LE DÉFI

BULLETIN D'INFORMATION  
DU SECTEUR AMIANTE 03L

Volume 33 Numéro 1 – Septembre 2023



## MOT DE LA PRÉSIDENTE



### Le nouveau Conseil sectoriel de l'Amiante est en action

L'été tire à sa fin... quel été me direz-vous ? Oui, Dame nature ne nous a pas tellement gâtés cette année.

Qu'à cela ne tienne ! D'autres moyens sont disponibles pour nous réchauffer le cœur. En effet, l'automne laisse place à des occasions multiples de partager des moments de rencontre, de s'impliquer dans des causes qui

nous tiennent à cœur ou simplement de retrouver nos hobbies préférés ou encore de suivre de nouveaux cours !

Le Conseil sectoriel de l'AREQ compte bien faire sa part pour ajouter de la couleur à votre quotidien dans la prochaine saison, qui porte une variété de tons, des plus sombres au plus lumineux. Il ne vous restera qu'un pas à faire pour vous joindre aux activités proposées.

Nous avons commencé le trimestre en force avec la participation de plus de 90 personnes au déjeuner des retrouvailles. Ce fut l'occasion de présenter un programme préliminaire des activités, de donner la parole aux responsables des comités (assurances, retraite, environnement, sociopolitique, comité des femmes, comité des hommes et Fondation Laure-Gaudreault) pour expliquer leur mandat et leurs services ainsi qu'à d'autres responsables d'activités sociales, comme les petites quilles, le club de lecture, le club de raquettes, etc. D'ailleurs, je remercie sincèrement toutes ces personnes. Sans leur implication, ces activités ne seraient pas possibles.

Le 20 septembre dernier a eu lieu une visite guidée du lieu historique du Magasin O'Brien à Black Lake, animée par M. Renald Turcotte, ex-professeur d'histoire au secondaire. D'autres activités vous seront offertes par le biais d'invitations courriels. Restez à l'affût.

J'en profite pour lancer l'invitation à nous faire savoir ce qui vous plairait, et il nous fera plaisir de mettre tout en œuvre pour satisfaire vos intérêts. Le nouveau conseil sectoriel attend vos propositions, car faire vivre l'AREQ dans notre secteur commence par répondre aux besoins et intérêts de ses membres. Et pour cela, il faut les connaître, n'est-ce pas?

### Dans ce numéro :

<i>Mot de la présidente</i>	1-2
<i>L'AAVA</i>	2
<i>Mot du prés. régional</i>	.3
<i>LIREA TOUTAGE</i>	.3
<i>Bienvenue aux nouveaux</i>	.4
<i>Bottin comités et activités 23-24</i>	5
<i>Progr. des activités 23-24.....</i>	6
<i>Babillard</i>	7
<i>Dîner reconnaissance</i>	8
<i>Fondation Laure-Gaudreault...8</i>	
<i>Congrès 2023</i>	9
<i>Journée rég. Environnement....10</i>	
<i>Journée int. des hommes</i>	11
<i>Marche en raquettes</i>	12
<i>Comité sectoriel des femmes</i>	12
<i>Assurances</i>	13
<i>Conseil sectoriel 03L...</i>	13
<i>Nécrologie</i>	14
<i>C'est quoi être WOKE</i>	15
<i>À tort ou à raison</i>	16
<i>Le quarantième de l'AREQ</i>	16
<i>Suggestions de lecture</i>	17
<i>Déjeuner (en photos)</i>	18-19
<i>Curiosités linguistiques</i>	20
<i>Devinettes et historiettes</i>	21
<i>Cinéma du Lac – Disraëli.....</i>	22-23
<i>Rencontres d'échanges sur une lecture commune</i>	24

N'hésitez pas à me contacter.

Cette année, nous sommes heureux d'accueillir parmi nos membres, douze nouveaux retraités. Une rencontre tout en légèreté sera proposée prochainement aux jeunes retraités des cinq dernières années par le biais d'un 5 à 7.

Pour ma part, à titre de présidente de secteur, je participerai à plusieurs rencontres régionales et nationales au cours desquelles nous discuterons des enjeux pour les retraités et des moyens de bien y répondre, entre autres, par le biais de « journées régionales » comme l'environnement, la journée internationale des hommes et celle des femmes ; ou encore, par le biais de documents écrits ou d'actions auprès des instances concernées par ces enjeux.

Ici, dans le secteur Amiante, à titre de présidente et avec la précieuse collaboration des membres du Conseil sectoriel, j'ai comme objectif de rassembler, de favoriser la réflexion et l'action. J'espère sincèrement que vous serez nombreux au rendez-vous.

En terminant, je désire remercier l'équipe habituelle du Défi dont les membres ont accepté de poursuivre leur mandat. C'est très apprécié. Il s'agit de Michelle Breton, Pierre Asselin, Denise Lessard et une nouvelle recrue, M. Jean Gourdes, qui se joint à eux, il assurera la mise en page du journal.

À bientôt.

Renée Blais, présidente  
reneeblais.areq@outlook.com

## ASSOCIATION de l'ACTION VOLONTAIRE APPALACHES (AAVA)



*Sur votre sentier  
de proche aidant*

Il y a la personne aidée +  
Votre entourage +  
Le personnel médical +  
VOUS &  
NOUS, l'AAVA.

Formations  
Conférences  
Cafés-rencontres  
Groupes de soutien

418 334-0111

Association  
de l'action volontaire  
Appalaches

L'AAVA souligne le dévouement de tous les proches aidants qui embellissent, illuminent et soutiennent le quotidien de la personne aidée. Nous les accompagnons par des cafés-rencontres, des conférences, des formations et des groupes de soutien sur le territoire appalachien.

SUIVEZ-NOUS SUR FACEBOOK

<http://www.facebook.com/action.volontaire/>

Un geste simple, mais Ô combien soutenant



## Mot du président régional, Réjean Lemelin



Un beau « Bonjour » à chacune et chacun,

À peine sortis de l'effervescence du dernier congrès sous le thème « Une voix pour les personnes âgées » (qui, soit dit en passant, a été exceptionnel autant par ses décisions et ses conférenciers que par sa soirée « reconnaissance », nous voilà arrivés à la reprise de nos activités sectorielles et régionales. Certaines activités sur le plan régional sont déjà prévues et planifiées.

Ainsi, au niveau régional, le 5 octobre prochain, nous tiendrons la rencontre du comité de l'environnement. Et le 17 novembre, on se rassemblera pour la « Journée internationale des Hommes ». Bientôt, vous aurez également vos propres rencontres sectorielles.

En ce qui me concerne, comme président régional fraîchement élu, j'aurai la chance de compter sur douze présidences sectorielles engagées dont certaines cumulent, en plus de leur tâche sectorielle, des responsabilités au comité exécutif régional (CER).

Comme le passé est garant de l'avenir, le travail ne manquera sûrement pas pour toutes ces personnes. En terminant, laissez-moi vous redire que « le salaire des élu.e.s, c'est votre participation ». Et le mien, c'est d'avoir le plaisir de vous y rencontrer.

Réjean Lemelin, président région 03



### Connaissez-vous **LIRATOUTÂGE**?

(Par Michelle Breton)



**Liratoutâge** est un service gratuit pour les personnes qui ne peuvent plus s'adonner à la lecture pour diverses raisons et qui aiment entendre lire à voix haute.

L'AREQ (CSQ) soutient cet organisme qui existe depuis maintenant 15 ans. Il s'agit d'offrir un service simple de lecture auprès de personnes qui souhaitent lire avec les yeux et la parole d'une autre personne. Ce service est offert entièrement par des bénévoles, après une entente entre l'organisme **Liratoutâge** et la direction de l'établissement. D'une durée d'environ 45 à 60 minutes, les séances hebdomadaires de lecture sont convenues avec la personne bénévole et la personne responsable du service dans l'établissement. Le *Quoi de neuf* de l'été 2023 présente des témoignages en pages 16. Pour plus d'informations, visitez leur site internet : [liratoutage.com](http://liratoutage.com)

Si cette activité vous interpelle, vous pouvez devenir bénévole-lecteur/lectrice. Écrivez à [liratoutage@areq.lacsg.org](mailto:liratoutage@areq.lacsg.org). L'équipe de **Liratoutâge** vous fournira l'encadrement, la formation et la documentation nécessaires pour vous permettre de contribuer, à votre façon, à la réalisation de cette précieuse mission.

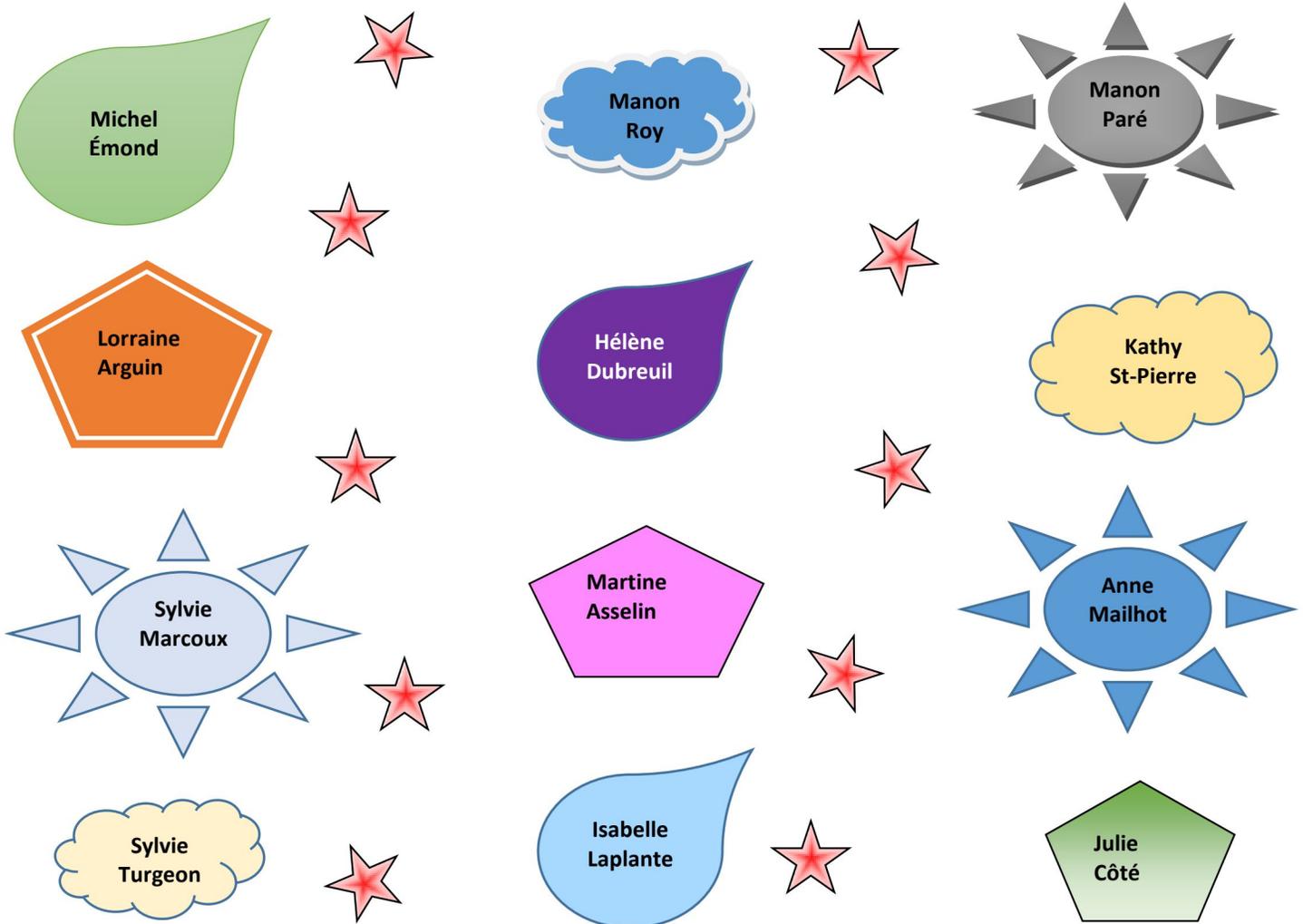
# Bienvenue aux nouveaux membres de l'AREQ-Amiante



Douze personnes retraitées ont joint nos rangs en cours d'année, et c'est avec fierté et grand plaisir que nous les avons accueillies lors du « déjeuner des retrouvailles » le 7 septembre dernier.

Nous vous souhaitons une très belle retraite et le plaisir de vous revoir pour de beaux et bons moments avec les gens de l'AREQ !

Bonne retraite à



## Bottin des comités et activités permanentes 2023-2024

<u>ACTIVITÉS</u>	<u>RESPONSABLES</u>	<u>TÉLÉPHONE</u>
<p><b><u>COMMUNICATIONS :</u></b>            Site web : administrateur            Inscription aux activités            Avis de décès            Journal Le Défi              Mise en page du journal Le Défi            Défi Express            Mise en page du Défi Express</p>	<p><b><u>*MEMBRE DU CONSEIL SECTORIEL</u></b>            Pierre Asselin (intérim)            Lynda Turcotte*            Pierre Asselin            Renée Blais *            Michelle Breton            Pierre Asselin            Denise Lessard            Jean Gourdes            Renée Blais*            Michelle Breton</p>	<p><b><u>(418)</u></b>            335-6471            338-1839            335-6471            333-8158            338-1078            335-6471            338-8268            338-1790            333-8158            333-4977</p>
<p><b><u>RESPONSABLES SECTORIELS 03L</u></b>            Action sociopolitique            Assurances            Retraite            Comité des femmes              Comité des hommes            Environnement            Fondation Laure Gaudreault (FLG)</p>	<p>Louise Turcotte            Paul St-Hilaire            Paul St-Hilaire            Carmen Huppé            Renée Blais* (régional)            Pierre Grenier            Diane Carrier            Gisèle Ouellet</p>	<p>423-5146            333-5414            333-5414            281-0367            333-8158            334-3783            338-8782            338-4520</p>
<p><b><u>ACTIVITÉS CULTURELLES ET SPORTIVES</u></b>            Club de lecture            Ensemble vocal CODA            Lectures sociopolitiques              Golf – Thetford (années paires)            Golf – Adstock (années impaires)            Raquette, galettes et café              Quilles (petites)</p>	<p>Micheline Quirion            (inactif pour le moment)            Louise Turcotte            *            *            Responsable recherché            Lise Charest (intérim)            Michelle Breton et            Denise Lessard            Georgette Gagnon et Sylvie Tardif</p>	<p>338-5100              423-5146                338-8417            333-4977            338-8268            335-9845</p>



## Programme préliminaire des activités pour l'année 2023-2024

20 septembre 2023	Visite Magasin O'Brien Avec Rénald Turcotte	Inscriptions
30 septembre 2023	Adstock en couleurs	Libre Collaboration – organismes en santé mentale
5 octobre 2023	Journée régionale – Environnement Diane Carrier	Inscriptions – transport à organiser (lieu : Québec)
Octobre	5 à 7 – Invitations aux membres (5 ans et moins)	Inscriptions
2 novembre 2023	Commémoration des défunts	Inscriptions Maison funéraire de l'Amiante
17 novembre 2023	Journée régionale des hommes Pierre Grenier	Inscriptions – transport à organiser (lieu : Québec)
6 décembre 2023	Commémoration – victimes Polytechnique Et activités féministes	Inscriptions – (Lieu : Manoir du Lac William)
14 décembre 2024	Dîner de Noël	Inscriptions Lieu à déterminer
<b>Autres activités</b>	<b>Après les fêtes</b>	<b>Activités particulières</b>
• Quilles	• Déjeuner du jour de l'an	Fête du 40 <sup>e</sup> anniversaire de l'AREQ – secteur Amiante
• Chorale	• Journée régionale des femmes (8 mars)	Sorties d'été
• Club de lecture	• Raquettes	
• Activités culturelles ?	• Dîner des bénévoles	
• Activités sportives ?	• Golf	



# BABILLARD



## DES OCCASIONS DE MIEUX CONNAÎTRE DES SERVICES DANS LA RÉGION

La Maison funéraire de l'Amiante, située au 651, Pie XI à Thetford vous invite à une **Porte ouverte, dimanche le 22 octobre prochain de 13 h à 16 h.** À cette occasion, se dérouleront des visites guidées de leurs installations, des kiosques d'information seront disponibles et vous pourrez également assister à une conférence.

Est-ce que vous connaissez des gens qui doivent soutenir des personnes atteintes de troubles en santé mentale ? L'organisme **La Croisée** offre des services pour aider des personnes qui vivent cette situation. Vous souhaitez en savoir plus ? Vous êtes invités à la **Porte ouverte de La Croisée**, située au 1197, rue Notre-Dame, Thetford, **vendredi le 22 septembre prochain.**

## COMMUNIQUER UN CHANGEMENT D'ADRESSE

**Il est très important de nous avertir** lorsqu'il y a un changement dans vos coordonnées : téléphone, courriel, adresse postale, lieu de résidence, etc.

Vous pouvez communiquer vous-même à l'AREQ nationale :

Site Internet : [areq.lacsq.org](http://areq.lacsq.org)

Cliquez sur « Nous joindre »

et déroulez pour

« Cliquer ici pour effectuer un changement d'adresse »

ou par tél. : 1-800-663-2408

Pour aviser le secteur Amiante :

[reneeblais.areq@outlook.com](mailto:reneeblais.areq@outlook.com) ou 418 333-8158

**Prévenez un membre de votre famille** afin qu'il effectue ce changement lorsque vous ne serez plus en mesure de le faire vous-même.

## CÉRÉMONIE COMMÉMORATIVE, LE 2 NOVEMBRE PROCHAIN

Une cérémonie toute particulière pour honorer nos membres décédés durant le dernier triennat (2020-2023) aura lieu à la Maison funéraire de l'Amiante, 650 Boulevard Pie XI.

Cette célébration se déroulera à la chapelle du centre funéraire à 11 h, accueil à 10 h 30. Elle rappellera à notre mémoire ces confrères et ces consœurs que nous avons côtoyés pendant notre carrière et notre retraite. Vous êtes attendus en grand nombre pour leur rendre hommage.

La cérémonie sera suivie d'un dîner sur place. Un message de l'AREQ-Amiante vous parviendra par courriel vers la mi-octobre pour vous permettre de vous inscrire.

Pour toute information, contactez Pierre Asselin (418 335-6471) ou Michelle Breton (418 333-4977).

## Le traditionnel dîner « Reconnaissance » pour les membres sortants !



C'est avec beaucoup de générosité que les membres sortants du Conseil sectoriel de l'Amiante ont informé les nouveaux membres du Conseil de leurs dossiers respectifs en transférant leurs méthodes et outils de travail.

En guise de reconnaissance et en poursuivant la tradition, un dîner « reconnaissance » a été partagé, en réunissant les deux équipes (ancien et nouveau conseil sectoriel) dans le magnifique décor du Manoir du Lac William par une journée chaude et ensoleillée, le 24 août dernier.

Au nom des membres du nouveau Conseil, je tiens à vous remercier de votre disponibilité pour nous soutenir dans nos nouvelles responsabilités.

Michelle, Lucille, Nicole et Diane, votre implication a permis aux membres de vivre plusieurs beaux moments dans les nombreuses activités que vous nous avez concoctées au fil des ans. Maintenant, venez profiter de celles que l'on vous proposera au cours des prochaines années.

Renée Blais, présidente

### À propos de la Fondation Laure-Gaudreault

(Par Gisèle Ouellette, responsable sectorielle de la FLG)

Laure Gaudreault est une institutrice qui a fondé le premier syndicat des institutrices rurales, ce qui a donné naissance aux syndicats CEQ et CSQ. Militante infatigable, elle a mené une lutte pour obtenir de meilleures conditions de travail et une retraite décente.

Ensuite, en 1961, avec d'autres pionniers et pionnières, elle a fondé l'AREQ qui regroupe aujourd'hui 60 000 personnes retraitées de l'enseignement.

En hommage à Laure Gaudreault, l'AREQ a créé en 1990 la Fondation Laure Gaudreault (FLG) pour poursuivre son œuvre et son engagement. Cette fondation a une mission d'aide reposant sur l'aide aux personnes âgées dans le besoin, la recherche médicale ou sociale pour la qualité de vie des aînés, l'appui aux œuvres de jeunesse ou aux jeunes dans le besoin.

La FLG vient en aide à environ 200 bénéficiaires chaque année. Les dons recueillis dans une région financent les projets d'aide de cette même région. Plus de 2,5 millions ont été distribués à plusieurs personnes dans le besoin ou en appui à des centaines d'organismes depuis la création de la Fondation.

Plus de 11 000 membres contribuent à son œuvre par leur bénévolat, leur participation financière et leur engagement. Toute personne intéressée peut devenir membre de la FLG. 10 \$ suffisent pour devenir membre à vie.

Dans notre secteur, des dons ont été remis au printemps dernier à quatre organismes de la région, soit *Le Berceau* (500 \$), *La Maison des jeunes* (500 \$), le *Centre de Stimulation L'Intercom* (500 \$) et le *Centre régional du deuil* (200 \$). Le rôle des organismes communautaires est de plus en plus important pour les personnes en difficulté dans notre société.

# CONGRÈS 2023

## « Une voix pour les personnes âgées depuis 1961 »

(Par Michelle Breton, déléguée au congrès)

C'est le thème qui a rassemblé les 448 congressistes de l'AREQ du 5 au 8 juin dernier. Quatre membres du secteur Amiante y étaient délégués par l'Assemblée générale sectorielle : Michelle Breton (présidente sortante), Lynda Turcotte (trésorière), Lucie Landry (1<sup>re</sup> vice-présidente) et Carmen Huppé (responsable du comité des femmes).

Ce congrès a donné lieu à des débats enrichissants qui ont complété un important travail de préparation réalisé tout au long de l'année dans les secteurs et les régions.

Rappelons que le congrès est l'instance responsable de la modification et de l'adoption des statuts et règlements. Un cahier présentant les propositions de modifications a guidé et facilité les décisions par votes des congressistes. Le tout s'est déroulé rondement sous l'habile travail des deux présidences des débats. Entre autres modifications, notre association a un nouveau nom (article 1). Ce qui était l'«Association des retraités et retraitées de l'éducation et des autres services publics du Québec AREQ (CSQ)» devient tout simplement «AREQ (CSQ)». Il devient, comme pour un nom-marque, un sigle sans précision sur les lettres. L'intention est de favoriser l'inclusion de plusieurs professions, tout en conservant **AREQ** et **CSQ**. D'ailleurs, nous avons ajusté notre bulletin sectoriel *Le Défi* à ce nouveau nom. Voyez en page couverture.

Un cahier semblable portait sur les orientations 2023-2026 qui guideront les conseils (sectoriel, régional et national) dans l'élaboration de leur plan d'action triennal. Ces orientations sont présentées en deux axes :

- 1- La vie associative et les services aux membres, ciblant neuf orientations.
- 2- La défense des droits de nos membres et la participation au mieux-être de la société, ciblant 20 orientations. Voilà qui sera un outil de base pour le conseil sectoriel du présent triennat.

Durant ces journées de travaux, les congressistes ont pu assister à quelques conférences d'intérêt, dont celle de madame Pauline Marois, ex-première ministre du Québec. De même, une heureuse surprise nous attendait à la suite du banquet d'honneur : un spectacle de chansons avec Isabelle Boulay.

Enfin, le congrès tenait des élections. Voici la composition du nouvel exécutif de l'AREQ :

### Nouveau CE « 2023-2026 »

(de gauche à droite)

- **Martin St-Pierre, 1<sup>er</sup> vice-président**
- **Francine Tremblay, 2<sup>e</sup> vice-présidente**
- **Micheline Germain, présidente**
- **Brigitte Roy, secrétaire**
- **Carole Pedneault, trésorière**

*Félicitations et merci pour votre engagement !*



# Journée régionale Environnement

Jeudi 5 octobre 2023

Hôtel Québec 3115 Avenue des Hôtels Québec G1W 3Z6

Nous vous invitons à assister à deux conférences qui nous permettront de réfléchir et d'échanger à l'aide de deux conférencières des pistes de solution pour cheminer vers un monde meilleur.

Inscription : 8h30

Conférence : 9h15

## AM : Madame Vickie Pedneault



Biologiste, entrepreneure et fondatrice de l'entreprise **La Baleine Nomade**, créée en 2017 (lauréate des bourses d'honneur pour les jeunes entrepreneurs du Québec), Madame Pedneault abordera deux thématiques : les baleines et l'environnement. **La Baleine Nomade** assure une éducation récréative de la biologie marine. Sur ces sujets, elle a touché plus de 15 000 jeunes dans les écoles du Québec avec plus de 200 animations dans les écoles.

## PM : Madame Inês Lopez

Psychologue depuis dix ans, Madame Lopez, s'intéresse aux impacts des changements climatiques sur la santé physiologique, psychologique et communautaire. Elle nous parlera de l'écoanxiété, qui touche toutes les générations. En plus de décrire le phénomène, elle présentera les stratégies d'adaptation individuelles et collectives, et la littératie sur le sujet que les grands-parents peuvent utiliser avec leurs petits-enfants.



Le coût de l'activité, incluant le repas, est de 20 \$ pour les membres et 40 \$ pour les non-membres. On vous attend en grand nombre !

Source :  
**La caricature de Côté**  
Par André-Philippe Côté, Le Soleil  
| 1er septembre 2023

**Un peu de nostalgie**



## Journée internationale des hommes Émotif... moi ???

C'est sous ce thème, peut-être un peu dérangent, que nous vous invitons à notre activité régionale qui marquera, pour une 9<sup>e</sup> année, la *Journée internationale des hommes*.

Nous vous attendons avec grand plaisir, hommes, femmes et autres personnes intéressées, **vendredi, le 17 novembre 2023**, à l'Hôtel Québec, au 3115 Ave des Hôtels. L'inscription débutera dès 8 h 30. Nous voulons, pour vous, que cette journée soit des plus captivantes et des plus divertissantes.

Comme d'habitude, notre journée sera divisée en quatre étapes :

### 1<sup>re</sup> Étape, conférence, 9 h :

Vincent Chouinard, de l'organisme *AutonHommie*  
« *Voir les hommes autrement, pour modifier son savoir-être* »



### 2<sup>e</sup> Étape, conférence, 10 h 30 :

Paul Boisvert, kinésologue, coach poids santé  
« *Mieux gérer votre intelligence émotionnelle* ».



### 3<sup>e</sup> Étape : dîner sur place, 12 h

### 4<sup>e</sup> Étape : animation, 13 h 15

Gilles et André Carrier « *Les frères Carrier* »  
○ Duo musical (chansons et animation participative)

Nous vous rappelons que le coût pour assister à cette activité est fixé :

- **Pour les membres, à 20 \$ ;**
- **pour les non-membres, à 40 \$**

La date limite pour votre inscription « **obligatoire** », que vous allez faire dans votre secteur, est fixée au **3 novembre 2023**. Vous pouvez déjà vous inscrire, selon les procédures habituelles de votre secteur et garder le tout en mémoire, jusqu'au 17 novembre 2023...

**Une bienvenue spéciale à toutes et à tous ; merci d'en parler !**

---

Jean-Noël Laprise  
Responsable régional du Comité des hommes

## LA MARCHE en RAQUETTES à neige : une activité de l'AREQ, comme façon d'apprécier l'hiver !



**OÙ ?** Rejoignez le groupe de l'AREQ-Amiante à partir du Club de Golf et Curling de Thetford au pied de la 1<sup>re</sup> piste. Les pistes sont variées, bien balisées et accessibles à tous les niveaux.

La grande salle du Club est ouverte et après l'activité, le groupe se rejoint pour socialiser en prenant un café accompagné de petites gâteries.

**QUAND ?** Tous les MERCREDIS à partir du 10 JANVIER 2024, et ce, jusqu'à la mi-mars.

**HEURE** de départ: 13 h30

**DURÉE:** au choix.

**COÛT:** L'accès est gratuit pour les activités régulières.

Possibilité de location de raquettes sur place en s'adressant à l'avance aux responsables.

**BIENFAITS:** Une sensation de bien-être en douceur pour le corps et l'esprit.



Denise Lessard et Michelle Breton, responsables de l'activité

### Comité sectoriel des femmes

(Par Carmen Huppé, responsable du comité)

Comme à chaque année, nous vous inviterons à assister à un dîner pour souligner la commémoration des victimes de la Polytechnique, le 6 décembre prochain. Il y sera aussi question des trop nombreux féminicides au Québec.

À cette occasion, il nous fera plaisir de vous transmettre des informations reçues du Comité national des femmes de l'AREQ, des avancées et des enjeux nationaux pour les femmes. Vous recevrez une invitation pour vous inscrire à ce dîner au cours du mois de novembre.

Par ailleurs, le comité régional des femmes s'assurera d'organiser son activité annuelle du 8 mars : Journée internationale du droit des femmes avec un programme percutant. Nous espérons que vous serez des nôtres. Des informations précises vous seront transmises en temps et lieu.

Nous souhaitons votre participation en grand nombre aux activités à saveur féministe.

# Assurances



## La RAMQ ajuste les tarifs du régime public d'assurance médicaments

La RAMQ a récemment ajusté certains montants à la hausse de votre contribution financière au régime public d'assurance médicaments. Ces tarifs sont en vigueur du 1<sup>er</sup> juillet 2023 au 30 juin 2024.

La **prime annuelle maximale**, prélevée lors de la production de votre déclaration de revenus, passe de 710 \$ à 731 \$.

La **contribution maximale**, montant maximal à payer **dans un mois** pour l'achat de médicaments en pharmacie, passe de 96,74 \$ à 99,65 \$. Pour **une année**, cette contribution est établie à 1196 \$

La **franchise mensuelle** à payer lors d'un achat de médicaments en pharmacie passe de 22,25 \$ à 22,90 \$

### Baisse du tarif de la coassurance

La coassurance est le pourcentage du coût du médicament que vous devez assumer **une fois la franchise enlevée**. Une baisse de 2% la fait passer de 35% à 33% ; la RAMQ rembourse dorénavant 67% du coût des médicaments.

Paul St-Hilaire

Source : RAMQ

## CONSEIL SECTORIEL 03L



De gauche à droite :

- ✚ Lucie Landry, 1<sup>re</sup> vice-présidente
- ✚ Renée Blais, présidente
- ✚ Hélaine Bédard, 2<sup>e</sup> vice-présidente
- ✚ Renald Turcotte, 2<sup>e</sup> conseiller
- ✚ Gisèle Ouellette, secrétaire
- ✚ Lynda Turcotte, trésorière

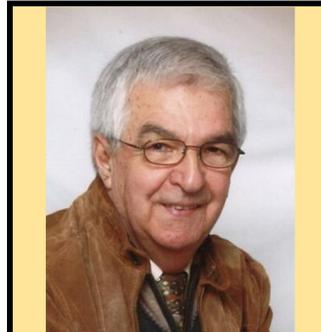
**Il reste toujours un siège à combler (1<sup>er</sup> conseiller). À qui la chance !**

# À la douce mémoire de nos membres défunts...

2022-2023



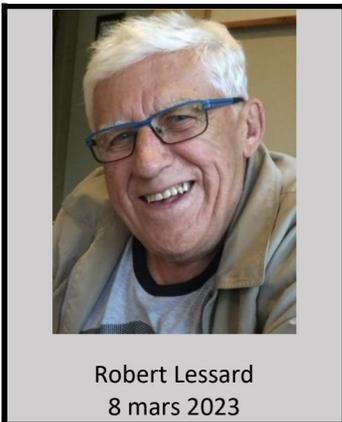
Claire Poulin-Lessard  
17 mai 2023



Marcel Neault  
22 avril 2023



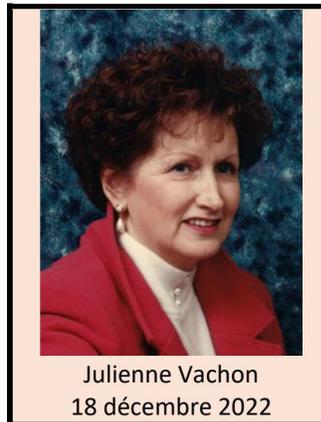
Lise Clavet  
13 avril 2023



Robert Lessard  
8 mars 2023



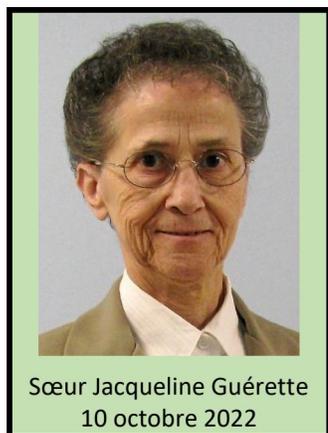
Joan Routhier-Beattie  
26 janvier 2023



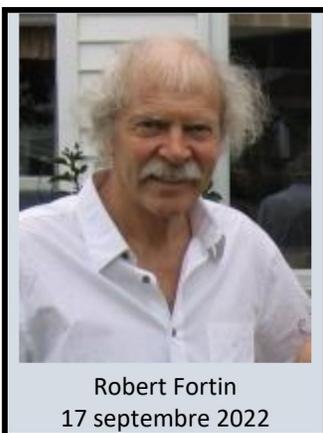
Julienne Vachon  
18 décembre 2022



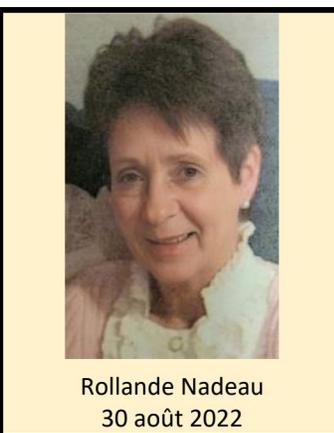
Lilette Gagnon-Tousignant  
2 décembre 2022



Sœur Jacqueline Guérette  
10 octobre 2022



Robert Fortin  
17 septembre 2022



Rollande Nadeau  
30 août 2022



*Nos sincères condoléances aux parents et amis de nos membres défunts.*

## C'est quoi être WOKE ?

(Par Louise Turcotte)

Depuis quelque temps, nous entendons souvent le mot « woke » et plusieurs se demandent ce qu'il signifie. Louise Turcotte, responsable du comité sociopolitique nous transmet une partie d'un texte qu'elle a lu dans « 24 heures.ca ».

**C'est quoi, être woke ? D'où vient le terme et que veut-il dire aujourd'hui ? Texte de Gabriel Ouimet et Andrea Lubeck (24 heures .ca)**

### Des origines afro-américaines

Être *woke*, selon le Petit Robert, c'est une personne qui est consciente et offensée des injustices et des discriminations subies par les minorités et qui se mobilise pour les combattre, parfois de manière intransigeante (surtout péjoratif, par dénigrement). On dit également du *wokisme*, dans le Larousse, qu'il s'agit d'une « idéologie d'inspiration woke, centrée sur les questions d'égalité, de justice et de défense des minorités, parfois perçue comme attentatoire à l'universalisme républicain ».

Selon la définition initiale de 2017 du terme – c'est à ce moment que l'usage de ce néologisme est devenu plus courant et qu'il est entré dans le réputé *Oxford English Dictionary* –, *woke* signifie une « personne alerte aux injustices sociales, particulièrement au racisme ».

« Le terme *woke* désignait le fait de ne pas rester passif ou de ne pas fermer les yeux devant la ségrégation raciale vécue par les communautés noires américaines, souligne le professeur de sociologie politique à l'UQAM Guillaume Dufour. C'était un terme intimement lié à l'espoir qu'en restant conscients, actifs et éveillés, ces dynamiques de ségrégation pouvaient être nommées, dénoncées et renversées. »

### Des définitions bien de chez nous

François Legault nous avait pour sa part proposé, en 2021, sa propre définition du terme. Selon le premier ministre, une *personne woke* est « quelqu'un qui s'oppose à la défense de la nation québécoise ». Sa définition visait très spécifiquement Gabriel Nadeau-Dubois. Le week-end dernier, c'était au tour de Pierre Poilievre de ramener le terme *woke* dans l'actualité. Lors de son élection comme chef du Parti conservateur du Canada (PCC), il a promis de libérer le Québec du « gouvernement centralisateur et woke à Ottawa ».

Dimanche matin, le chef du Parti conservateur du Québec (PCQ), **Éric Duhaime**, s'est dit animé de cette

même volonté. Selon lui, le *wookisme* consiste à vouloir diviser la société en fonction de certaines caractéristiques, touchant principalement l'orientation sexuelle et l'identité de genre, et pratiquer la discrimination positive.

Le mot a été défini pour la première fois dans les médias en 1962 par William Melvin Kelley, un romancier à la peau noire qui écrivait sur l'argot afro-américain. Il le définissait alors comme une expression désignant un Afro-Américain « bien informé, conscient et à jour ». La communauté noire aux États-Unis a continué de l'utiliser en référence au racisme pendant des décennies.

### Black Lives Matter et les réseaux sociaux

Ce n'est qu'en 2014 que la majorité des gens ont entendu parler du terme *woke* pour la première fois, avec le mouvement *Black Lives Matter* (BLM). Ce mot était utilisé lors des manifestations qui ont suivi la mort de Michael Brown, un adolescent noir tué par un policier alors qu'il n'était pas armé. On conseillait aux Afro-Américains de rester vigilants, ou *woke*, face à la brutalité policière.

On l'utilise aujourd'hui pour toutes sortes de causes : défense des droits des Premières Nations, des réfugiés ou de la communauté LGBTQ+.

### Un terme devenu péjoratif ?

Le mot semble cependant s'être perdu dans les guerres culturelles et idéologiques entre la gauche et la droite politique. Résultat : il est maintenant surtout utilisé d'une manière péjorative, souligne Guillaume Dufour.

On l'associe désormais plus souvent à des personnes moralistes, dogmatiques, qui donnent des leçons, qui prônent la culture du bannissement et la rectitude politique, selon une définition qu'en fait Nadine Vincent, professeure au Département de communication de l'Université de Sherbrooke.

« Le terme a été remobilisé par des acteurs politiques pour dénoncer ce qu'ils perçoivent comme une surmoralisation de la politique. On trouve des conservateurs pour utiliser le terme ainsi, mais aussi des gens plutôt à gauche sur un ensemble de questions sociales, qui estiment qu'il y a des risques à se présenter toujours comme vertueux en politique et à agir toujours au nom de la vertu », soutient pour sa part Guillaume Dufour.

Vous trouverez aussi à la bibliothèque du CÉGEP le livre : **La religion woke** de Jean-François Braunstein.

## À tort ou à raison

(Par Raymond Devos)



On ne sait jamais qui a raison ou qui a tort. C'est difficile à juger.

Moi, j'ai longtemps donné raison à tout le monde. Jusqu'au jour où je me suis aperçu que la plupart des gens à qui je donnais raison avait tort ! Donc, j'avais raison !

Par conséquent, j'avais tort ! Tort de donner raison à des gens qui avaient le tort de croire qu'ils avaient raison. C'est-à-dire que moi qui n'avais pas tort, je n'avais aucune raison de ne pas donner tort à des gens qui prétendaient avoir raison, alors qu'ils avaient tort. J'ai raison, non ? Puisqu'ils avaient tort ! Et sans raison, encore !

Là, j'insiste, parce que... moi aussi, il arrive que j'aie tort.

Mais quand j'ai tort, j'ai mes raisons, que je ne donne pas. Ce serait reconnaître mes torts !!!

J'ai raison, non ? Remarquez... Il m'arrive aussi de donner raison à des gens qui ont raison aussi. Mais, là encore, c'est un tort. C'est comme si je donnais tort à des gens qui ont tort. Il n'y a pas de raison !

En résumé, je crois qu'on a toujours tort d'essayer d'avoir raison devant des gens qui ont toutes les bonnes raisons de croire qu'ils n'ont pas tort !

(Merci à Marie Lehoux, membre de l'AREQ Amiante pour l'envoi de ce texte humoristique de Raymond Devos.)

### NOUS AURONS 40 ANS EN 2024 !

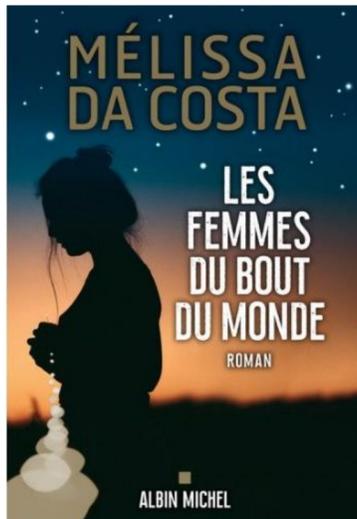
C'est en novembre 1984 qu'a été formé le premier Comité Directeur du secteur Amiante. Il était formé de Mme Thérèse Bourassa, présidente, de Mme Gabrielle Gilbert-Jacques, vice-présidente (cette dernière est toujours membre de notre secteur), de Mme Gabrielle Doyle, trésorière et Mme Julienne Turmel, secrétaire.

Dès avril 1985, une quarantaine de personnes assistaient à la première Assemblée Générale. C'était déjà un signe évident que le secteur Amiante serait par la suite un secteur très actif et vivant.

Tout au long de l'année 2024, nous aurons l'occasion de célébrer cet anniversaire. Un comité prendra bientôt le départ pour mettre en place diverses activités festives.



## SUGGESTIONS DE LECTURE



### *Les femmes du bout du monde* de Mélissa da Costa

À la pointe sud de la Nouvelle-Zélande, dans la région isolée des Catlins, au cœur d'une nature sauvage, vivent Autumn et sa fille Milly. Sur ce dernier bastion de terre avant l'océan Austral et le pôle Sud, elles gèrent le camping *Mutunga o te ao*, le bout du monde en maori. Autumn et Milly forment un duo inséparable, jusqu'au jour où débarque Flore, une jeune parisienne en quête de rédemption... Hantées par le passé, mais bercées par les vents et les légendes maories, ces trois femmes apprendront à se connaître, à se pardonner et à s'aimer.

Mélissa Da Costa nous offre un voyage inoubliable à travers des paysages d'une stupéfiante beauté, aux côtés de personnages inspirés et inspirants. Un nouveau roman magistral et une ode à la liberté.

Très bien écrit !

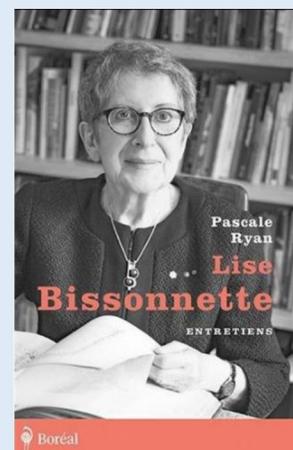
France Fortier, membre du Club de lecture de l'AREQ Amiante

### *Lise Bissonnette Entretiens*

avec Pascale Ryan, Éditions du Boréal, 2023.

Voilà un livre qui nous permet de suivre l'évolution du Québec pendant la deuxième partie du XXe siècle à nos jours, à travers le parcours professionnel lié à l'engagement social, culturel et intellectuel de Lise Bissonnette. Ce livre nous permet de saisir l'impact majeur des idées et des actions de cette femme sur la société québécoise, sa culture et ses institutions, autant comme journaliste au *Devoir* que comme fondatrice ou gestionnaire de plusieurs institutions nationales d'importance au Québec (la Grande Bibliothèque ; le Parc olympique ; l'UQAM). Les entretiens de Pascale Ryan avec Lise Bissonnette « rendent compte d'un parcours unique et permettent de jeter un regard novateur sur quelques grands enjeux au cœur de la société québécoise. » (Quatrième de couverture)

Bonne lecture !  
Michelle Breton



**La vie, c'est comme un piano. Il y a du blanc et du noir.  
Et il faut jouer les deux pour avoir une belle mélodie.**

# DÉJEUNER DES RETROUVAILLES EN PHOTOS



Notre présidente



Conseil sectoriel 2023-2024



Conseil sectoriel sortant



Quatre des nouvelles retraitées



Responsables de comités



Responsables d'activités



Participants



Participants



Participants



Jeu de la rentrée



D'heureuses retraitées



Conférence de l'AAVA

# CURIOSITÉS LINGUISTIQUES

## Palindromes, lipogrammes, anagrammes, antonymes et autres curiosités linguistiques

1. Le plus long mot palindrome de la langue française est « ressasser ».  
→ C'est-à-dire qu'il se lit dans les deux sens.
2. « Institutionnalisation » est le plus long lipogramme en « e ».  
→ C'est-à-dire qu'il ne comporte aucun « e ».
3. L'anagramme de « guérison » est « soigneur ».  
→ C'est-à-dire que le mot comprend les mêmes lettres.
4. « Endolori » est l'anagramme de son antonyme « indolore ».  
→ ce qui est paradoxal.
5. « Squelette » est le seul mot masculin qui se finit en « ette ».
6. « Où » est le seul mot contenant un « u » avec un accent grave.  
→ Il a aussi une touche de clavier à lui tout seul !
7. Le mot « simple » ne rime avec aucun autre mot.  
→ Tout comme « triomphe », « quatorze », « quinze », « pauvre », « meurtre »  
« monstre », « belge », « goinfre » ou « larve ».
8. « Délice », « amour » et « orgue » ont la particularité d'être de genre masculin et deviennent de genre féminin à la forme plurielle.  
→ Toutefois, peu sont ceux qui acceptent l'amour au pluriel. C'est ainsi !
9. « Oiseaux » est, avec 7 lettres, le plus long mot dont on ne prononce aucune des lettres :  
→ [o], [i], [s], [e], [a], [u], [x]
10. « oiseau » est aussi le plus petit mot de langue française contenant toutes les voyelles.



### **MESSAGE IMPORTANT**

Depuis la rentrée, nous avons eu des problématiques avec notre réseau de diffusion pour faire parvenir les invitations aux membres. Si jamais vous faites partie des personnes qui n'ont pas reçu l'invitation pour le déjeuner des retrouvailles ou la visite du Magasin O'Brien ou la journée régionale de l'environnement, veuillez m'en informer par courriel à l'adresse :

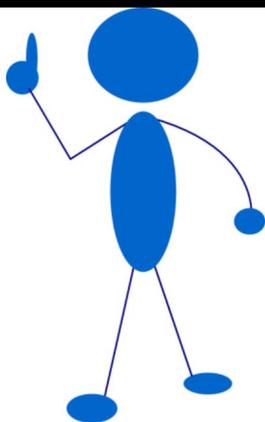
[reneeblais.arez@outlook.com](mailto:reneeblais.arez@outlook.com)

Renée Blais, présidente



## Devinettes et historiettes en jeux de mot

1. Quel animal court le plus vite ?  
▶▶ Le pou, car il est toujours en tête.
2. Que fait un canard quand il a soif ?  
▶▶ Il se tape une cannette.
3. Savez-vous comment communiquent les abeilles ?  
▶▶ Par e-miel.
4. Une poule sort de son poulailler et dit : « brrr, quel froid de canard ».  
▶▶ Un canard qui passe lui répond : « Ne m'en parlez pas, j'ai la chair de poule ».
5. Pourquoi les coqs ont-ils des ailes et les poules pondent-elles des œufs ?  
▶▶ Parce que les coqs ont besoin « d'elles » et les poules ont besoin « d'eux ».
6. Deux coccinelles font la course. Au bout d'un moment une s'arrête et dit :  
▶▶ « STOP !!! J'ai un point de côté !!! »
7. Que se disent deux chats quand ils sont amoureux ?  
▶▶ Nous sommes félins pour l'autre ».
8. Deux mites se rencontrent dans un « pull » l'une dit :  
▶▶ Ou vas-tu en vacances cette année ? Au bord de la Manche.
9. Un vieux rat rencontre une petite taupe. Curieux, il lui demande :  
▶▶ Que veux-tu faire plus tard, ma petite ? Une taupe-modèle !
10. Deux souris voient passer une chauve-souris... :  
▶▶ Regarde ! Un ange !!!



## DIVERTISSEMENT :

Pour ajouter à vos loisirs, voici quelques films pour cet automne.

# CINÉMA DU LAC DISRAELI AUTOMNE 2023

### LA CORDONNIÈRE de François Bouvier

G+



Canada (Québec). 2023. 104 min.

Avec Rose-Marie Perreault, Pierre-Yves Cardinal, Nicolas Fontaine, Élise Guibault.

LA CORDONNIÈRE retrace l'histoire de Victoire Du Sault, fondatrice de la confection à l'origine de la fortune des DuRoi, mieux connus pour le château qui porte leur nom dans Hochelaga-Maisonneuve. « Avec LA CORDONNIÈRE, François Bouvier propose un mélodrame classique, mais très beau, bien épaulé d'une direction artistique soignée. À l'avant-scène d'une distribution où évoluent plusieurs visages connus, Rose-Marie Perreault incarne avec une présence envoûtante celle qui a été une pionnière à plus d'un égard. » (Geneviève Bouchard, Le Soleil)

DIMANCHE 24 SEPTEMBRE À 13 H 30 - MERCREDI 27 SEPTEMBRE À 19 H

### MON CRIME de François Ozon

G+



France. 2023. 102 min.

Avec Nadia Tassakewicz, Rebecca Marder, Fabrice Luchini, Isabelle Huppert.

Dans les années 30 à Paris, Madeleine Verdier, jeune et jolie actrice sans le sou et sans talent, est accusée du meurtre d'un célèbre producteur. Aidée de sa meilleure amie Pauline, jeune avocate au chômage, elle est acquittée pour légitime défense. Commence alors une nouvelle vie, faite de gloire et de succès, jusqu'à ce que la vérité éclate au grand jour... « Du grand cinéma populaire, divertissant et intelligent. » (Stéphane Joby, Le Journal du Dimanche)

DIMANCHE 1<sup>er</sup> OCTOBRE À 13 H 30 - MERCREDI 4 OCTOBRE À 19 H

### LE TEMPS D'UN ÉTÉ de Louise Archambault

G+



Canada (Québec). 2023. 126 min.

Avec Patrice Robitaille, Élise Guibault, Sébastien Ricard, Guy Nadeau.

Depuis plus de 25 ans, Marc Côté, aumônier de rue et curé de paroisse, vit avec les pauvres et les itinérants. Épuisé, stressé par les comptes qu'il n'arrive plus à payer, Marc doit se rendre à l'évidence : il devra fermer son église. Comme un appel de la Providence, il hérite d'une propriété dans le Bas-du-Fleuve et décide d'y emmener avec lui une bande de sans-abri. « Impossible de passer sous silence les prises de vue magnifiques sur le fleuve et l'esthétisme visuel, qui ajoutent une touche de beauté à ce récit qui n'en manque pas. » (Silvia Galipeau, La Presse)

DIMANCHE 15 OCTOBRE À 13 H 30 - MERCREDI 18 OCTOBRE À 19 H



### DIVERTIMENTO de Marie-Castille Mention-Schaar

G +



**France. 2022. 110 min.**

Avec Oulaya Amama, Lina El Arabi, Niels Avestrap.

À 17 ans, Zahia rêve de devenir cheffe d'orchestre. Sa sœur jumelle, Fattouma, violoncelliste professionnelle. bercées depuis leur plus tendre enfance par la musique symphonique classique, elles souhaitent à leur tour la rendre accessible à tous. Alors comment peut-on accueillir ces rêves si ambitieux en 1995 quand on est une femme, d'origine algérienne et qu'on vient de Seine-Saint-Denis? Avec détermination, passion, courage et surtout le projet incroyable de créer leur propre orchestre : Divertimento. « Un éloge du collectif bienvenu et nécessaire qui casse les codes, en associant l'éthique de travail et les quartiers populaires. » (Michaël Milikard, L'Humanité)

**DIMANCHE 29 OCTOBRE À 13 H 30 - MERCREDI 1<sup>er</sup> NOVEMBRE À 19 H**

### L'AUDIENCE d'Émilie B. Guérette et Peggy Nkunga Ndona

G +



**Canada (Québec). 2023. 93 min. Documentaire.**

Ayant fui la République démocratique du Congo, Peggy, Simon et leurs enfants demandent l'asile au Canada au terme d'une route migratoire périlleuse. Le film accompagne la famille au jour le jour, à travers les dédales juridiques de leur quête pour obtenir le statut de réfugiés. « La sincérité et l'émotion qui se dégagent des confidences du couple au courage inspirant apportent un supplément d'âme à cette œuvre éclairante, aussi empathique que perturbante. » (Charles-Henri Ramond, Mediafilm)

**DIMANCHE 5 NOVEMBRE À 13 H 30 - MERCREDI 8 NOVEMBRE À 19 H**

### BUNGALOW de Lawrence Côté-Collins

G +



**Canada (Québec). 2023. 102 min.**

Avec Sonia Croteau, Guillaume Cyr, Geneviève Schmidt, Ève Landry.

Sarah et Jonathan achètent un bungalow à rénover pour en faire la maison de leurs rêves. Les mauvaises décisions, le manque de cash et les mensonges poussent le couple à franchir des zones esthimes. Leur vie se transforme en cauchemar. Jusqu'où iront-ils pour sauver leur amour et les apparences? Watch out les petites réno! « Alternant les passages épiques et les saynètes drôlatiques, cette comédie pas si absurde repose avant tout sur son aéropage de figures loufoques, dignes des univers d'André Forcier ou de Robert Morin. » (Charles-Henri Ramond, Ciné-Bulles)

**DIMANCHE 12 NOVEMBRE À 13 H 30 - MERCREDI 15 NOVEMBRE À 19 H**

### LA NUIT DU 12 de Dominik Moll

G +



**France - Belgique. 2023. 114 min.**

Avec Bastien Bouffes, Bouli Lannès, Anouk Grisey, Théo Cholbi.

À la Police Judiciaire, chaque enquêteur tombe un jour ou l'autre sur un crime qu'il n'arrive pas à résoudre et qui le harce. Pour Yohan c'est le meurtre de Clara. Les interrogatoires se succèdent, les suspects ne manquent pas, et les doutes de Yohan ne cessent de grandir. Une seule chose est certaine, le crime a eu lieu la nuit du 12. « Dominik Moll signe un film d'enquête discret, tendu et économe dans sa méditation politique sur le Némeicide, l'inverse d'une démontstration par l'outrance. » (Sandia Onana, Libération)

**DIMANCHE 19 NOVEMBRE À 13 H 30 - MERCREDI 22 NOVEMBRE À 19 H**

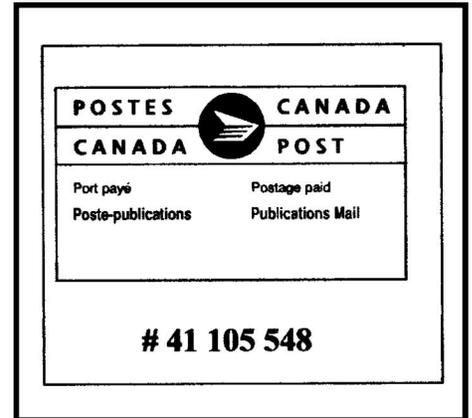
**NOUVELLE PROGRAMMATION À PARTIR DE JANVIER 2024**



**Au maître de poste :**

Si non réclamé, retournez à  
AREQ 03 L  
721, 11e Avenue  
Thetford Mines (QC) G6G 1Y3

Site internet :  
[amiante.areq.lacsq.org](http://amiante.areq.lacsq.org)



Pour profiter de la version électronique pleine couleur du bulletin *Le Défi* et de ses hyperliens, visitez notre site, section Publications : [amiante.areq.lacsq.org](http://amiante.areq.lacsq.org)

### Rencontres d'échanges sur une lecture commune

En septembre dernier, je vous ai annoncé la formation d'un groupe qui aurait pour objectif de donner son opinion sur un livre dont chaque participante et participant aurait fait la lecture. Nous avons eu une première rencontre après avoir lu *Le miracle québécois* de Mario Polèse, paru aux Éditions du Boréal 2021.

Ainsi, huit personnes ont pu exprimer leur avis sur ce livre, ce qu'elles en retenaient, ce qui leur plaisait ou pas. Ce fut un bel échange, et c'est pourquoi nous avons décidé de continuer à nous rencontrer cet automne.

Alors, pour faire suite à cette première lecture, nous avons choisi comme prochain livre *Une fois le Québec souverain* de Nicolas Marceau, paru chez VLB Éditeur, 2022.

Si vous êtes intéressé(e)s à vous joindre à ce groupe, vous trouverez ce livre à la bibliothèque du CÉGEP. Tout membre de l'AREQ peut inviter des ami(e)s à participer à ces rencontres.

Bienvenue à toutes et à tous.

Louise Turcotte, responsable du comité sociopolitique.