

Comme L'Eau



AREQ-02 Saguenay-Lac-Saint-Jean
Secteur « B » Le Fjord



Automne 2021

Sommaire du bulletin

Président	page 1
Remerciements	page 2
Président régional	page 2
Bulletin sectoriel	page 3
Conseil sectoriel	page 4
Comité des sages	page 4
Comité d'environnement	page 5
Site Web & Facebook	page 6
Collecte de sang Héma-Québec	page 6
D'autres nouvelles...	page 7
Fondation Laure-Gaudreault	page 8
À la mémoire de...	page 9
Novum	page 9
Coordonnées importantes	page 10
La signature standard de l'AREQ	page 10
Changement	page 10
Listes des comités et des responsables	page 11
Merci Audrey	page 11
L'équipe du bulletin	page 12

Président Gaétan



Gaétan Boudreault
Président sectoriel
gaetan@royaume.com
418 544 - 7764

C'est déjà la cinquième communication avec vous depuis la pandémie. J'espérais bien vous annoncer de bonnes nouvelles. Au début de l'été, le nombre de cas diminuait et le nombre de vaccinés ayant reçu leurs deux doses augmentait. Tout semblait indiquer que nous pourrions reprendre certaines activités en respectant les consignes sanitaires de la Santé publique. Hélas ! après les variants alpha, bêta et gamma, un petit nouveau "delta" nous a attaqués sans trop nous avertir avec les résultats que nous connaissons tous. Pour le moment, tout est encore sur la glace.

Je ne peux pas vous dire quand les activités pourront reprendre. En tenant compte des directives de la Santé publique, nous pouvons être un maximum de 10 personnes par table à l'intérieur d'un restaurant et respecter une distanciation de deux mètres entre les tables. Elle privilégie les activités à l'extérieur où les rassemblements plus

nombreux sont permis. Cela n'est pas toujours facile d'organiser une activité en plein air, car la température ne le permet pas toujours. Finalement, il faut garder en tête que le passeport vaccinal est requis dans plusieurs lieux publics. Le conseil sectoriel préfère attendre pour que tous les membres puissent être présents à une activité. Elle ne sera que plus grandiose.

J'ai continué d'assumer le travail que mon rôle de président requiert. J'ai assisté au 47^e congrès en mode virtuel. Louise Simard, Marlène Houde et Jocelyn Poirier y ont aussi participé. On ne pourra pas dire que ce fut l'expérience la plus agréable que nous aurons vécue pendant nos mandats.

Malgré la situation, nous avons quand même tenu notre assemblée générale sectorielle en vidéoconférence. Vingt-deux membres se sont branchés devant leur écran pour y participer. J'ai été réélu à la présidence ; Marlène Houde a également été réélue au poste de secrétaire et Lucette Côté l'a été à la deuxième vice-présidence. Nous aurons exceptionnellement un mandat de deux ans. Renée Dion a, quant à elle, tiré sa révérence après six ans au conseil. Pour l'assemblée générale régionale, ce fut à peu près le même scénario. Plus de 125 membres, dont 18 de notre secteur ont participé à l'assemblée. Francine Tremblay ayant terminé ses deux mandats, François Duperré a été élu à la présidence régionale. J'ai également conservé mon poste de trésorier régional. Francine Tremblay ne quitte pas pour autant l'AREQ. Au congrès, elle a été élue au poste de deuxième vice-présidente au comité exécutif. Je lui souhaite la meilleure des chances dans ce nouveau défi. Nous demeurons bien représentés avec Lise

Lapointe et Francine Tremblay sur le comité.

En terminant, je vous souhaite d'espérer un retour à nos activités et de nous revoir en "présentiel" le plus tôt possible. On garde la forme et on ne lâche pas.

Remerciements

Gaétan

Après six ans au conseil sectoriel, Renée Dion a dû quitter après ses deux mandats au poste de deuxième vice-présidente comme le stipulent nos statuts et règlements. Je la remercie sincèrement du temps et du dévouement qu'elle a mis au service des membres pendant ces années. Elle continuera d'être responsable du comité des sages.



Un gros merci aussi à Thierry Roncen comme responsable des assurances dans notre secteur. Il a su répondre à nos membres qui avaient des interrogations.

Président régional

François



François Duperré
Président régional
jofmduperre72@gmail.com
418 973 - 4466

Quand les bateaux...

Au tout début de cette triste période de pandémie, je me préparais sereinement à faire accoster le navire et à débarquer. Effectivement, le bateau a touché quai et comme on nous l'imposait, nous avons descendu les voiles que nous avons ensuite remisées... Nous avons alors compris que l'escale imprévue serait longue et qu'elle risquait même de s'éterniser !

Et en dépit de mes premières intentions, je n'ai pas quitté le navire ! Malgré la déception, la tristesse et l'ennui... malgré l'arrêt de toutes nos activités et l'interruption de rencontres chaleureuses et amicales, j'ai cru, comme la majorité d'entre nous, que nous verrions la fin de ce cauchemar et qu'un jour nous pourrions rembarquer. Ce moment s'en vient !

Déjà certains membres de l'équipage ont rallié le navire et se sont affairés à le préparer. Ils ont huilé la machinerie, vérifié les instruments et ressorti les voiles de leur rangement. Cet équipage n'est pas encore tout à fait complet. Mais quelques-unes et quelques-uns ont été appelés et ne sauraient tarder à regagner leur poste.

Depuis le mois de mai dernier, j'ai accepté d'être le pilote de ce navire régional qui fait partie de la grande flotte de l'AREQ. Vous pouvez avoir confiance en moi ! Avec toute l'équipe formée des cinq conseils sectoriels, soyez assurés que nous naviguerons encore agréablement et sécuritairement ! Que vous soyez du haut du Lac, de Normandin ou de St-Ludger de Milot, que vous habitiez au Bas Saguenay, à Petit-Saguenay ou à Sagard, préparez-vous l'embarquement ne saurait trop tarder !

D'ici là, faisons encore preuve d'un peu de patience et surtout, soyons solidaires tous ensemble.



Bulletin sectoriel René-Benoît



René-Benoît Thériault
Responsable du bulletin sectoriel
bulletincommeleau@hotmail.com
418 306 - 1262

Depuis la dernière publication du bulletin, j'ai reçu plusieurs commentaires positifs. Merci beaucoup ! J'ai également reçu 3 nouvelles demandes d'adhésion pour recevoir le bulletin en format PDF, à une adresse de courrier électronique, merci. L'offre tient toujours et vous pouvez vous inscrire à tout moment en écrivant à l'adresse courriel suivante :

bulletincommeleau@hotmail.com



Merci aux responsables des différents comités, de prendre le temps d'écrire des textes pour nous informer et nous tenir au courant de ce qui se passe, dans notre magnifique secteur Le Fjord.

Ce bulletin est imprimé à 280 exemplaires et envoyé en format PDF à 41 de nos membres. Il manque encore 9 adhésions afin que mon rêve secret, d'atteindre le nombre de 50 adhésions se réalise, d'ici la fin de cette année, Noël 2021.

Durant le printemps après discussion avec le président, j'ai créé une adresse électronique pour notre association. Je gère donc deux comptes électroniques :

1) bulletincommeleau@hotmail.com
Utilisé uniquement pour l'envoi du bulletin Comme L'eau ;

2) areqlefjord@hotmail.com
Afin de communiquer aux 198 membres qui ont partagé leur adresse de courrier électronique, lors de la mise à jour de notre liste à l'automne 2020.

C'est de l'adresse areqlefjord@... que les membres ont reçu au printemps dernier des informations concernant les deux rencontres Zoom : l'assemblée générale de secteur et l'assemblée générale régionale. C'est aussi par cette adresse courriel que les membres ont reçu une demande d'Héma-Québec.

Le but est de pouvoir communiquer rapidement avec vous. Si vous voulez être sur cette liste de distribution, vous pouvez communiquer avec moi et il me fera plaisir de vous y ajouter.

areqlefjord@hotmail.com

Je vous souhaite donc bonne lecture. En passant, je n'ai pas caché un petit Joyeux Noël dans ce bulletin comme je l'avais fait l'an passé parce que Gaétan m'a confirmé

qu'il y aurait un bulletin en décembre, alors au plaisir.

Conseil sectoriel 2021-2022

Président : Gaétan Boudreault
1^{re} vice-présidente : Louise Simard
2^e vice-présidente : Lucette Côté
Secrétaire : Marlène Houde
Trésorier : Jocelyn Poirier
1^{re} conseillère : Louise Minier



Louise Minier, Marlène Houde, Lucette Côté, Jocelyn Poirier, Gaétan Boudreault et Louise Simard

Comité des sages

Renée



Renée Dion
Responsable du comité des sages
reneeguitare@gmail.com
418 306 - 2422

Le comité des sages existe depuis plusieurs années. Au début il s'était donné le mandat de souligner les anniversaires de naissance de tous nos membres âgés de 75 ans et plus en leur faisant parvenir une carte de souhaits la journée de leur fête.



Depuis quelques années, le comité souligne les anniversaires des membres ayant atteint 75 ans au

cours de l'année. Les octogénaires reçoivent une carte à chaque anniversaire. Plusieurs personnes nous ont mentionné qu'elles appréciaient beaucoup cette délicate attention.

De plus, nous offrons à nos membres qui ont 80 ans et plus un dîner au restaurant la Normande. Cette activité a lieu habituellement à l'automne. Celle-ci a toujours eu un franc succès. Malheureusement, à cause de la Covid, nous n'avons pu l'organiser depuis les deux dernières années. Nous espérons pouvoir l'offrir à nos membres au printemps prochain si la Santé publique nous le permet.

Le comité des sages est actuellement composé de Candide Simard, Lucette Côté et de Renée Dion.

Comité d'environnement Réjane et Jocelyn



Réjane Bouchard
Responsable du comité
d'environnement
bourre44@yahoo.fr
418 544 - 5009



Jocelyn Poirier
Secrétaire du comité
d'environnement
poirierjos@hotmail.com
418 544 - 4979

L'été 2021 nous questionne...

- Des forêts qui brûlent
- Pandémie
- Élections fédérale et municipale
- Pluies torrentielles, sécheresses, ouragans...
- Changements climatiques

Et moi, dans tout ça ?

Qu'est-ce que j'en pense, qu'est-ce que je fais ?

- Du recyclage ?
- De l'achat local ?
- Du covoiturage ou transport en commun ?
- Du compostage ?

Oui, nous savons que :

- Tout appareil électronique ou électrique peut-être déposé à l'écocentre ;
- Tout ce qui est apporté à cet endroit est expédié au CES (Carrefour Environnemental Saguenay) au 1816, rue Lavoie (Boul. St-Jean Baptiste) ;
- Le 216 des Oblats existe toujours ainsi que **Culture à partager** pour la récupération des livres ;
- Pas nécessaire de mettre le bac bleu à la rue toutes les 2 semaines (on attend qu'il soit plein) ;
- Il faut privilégier l'achat local ;
- C'est relativement facile de composter en attendant les bacs bruns (automne 2022).



Laure Waridel* nous invite à passer de la parole aux actes afin de bien choisir

aujourd'hui ce que sera demain.

Bon automne à chacun, chacune, tout en continuant nos petits pas pour un meilleur environnement.

* Laure Waridel CQ, est cofondatrice et ancienne présidente et porte-parole d'Équiterre, une organisation écologiste québécoise. Écosociologue PhD et professeure associée à l'UQAM, spécialisée en développement international et en environnement, elle est considérée comme l'une des pionnières du commerce équitable et de la consommation responsable au Québec.

AREQ – Le Fjord

Site Web

<http://lefjord.areq.lacsq.org/>

Site Web & Facebook

Louise



Louise Minier
Responsable site Web & Facebook
louise_minier@hotmail.com
418 544 - 5587

Le temps d'arrêt que nous vivons présentement, nous amène à des réflexions sur les façons de faire que nous répétons souvent malgré nous. Cela se veut sécurisant. Cette année, j'ai remarqué que nos membres de l'AREQ Le Fjord étaient de plus en plus à l'aise avec leurs outils de communication que sont les ordinateurs,

tablettes et téléphones cellulaires. Il y a 5 ans quand je suis arrivée à cette fonction de « webmestre », je me donnais comme défi de faire toutes les mises à jour du site de l'AREQ Le Fjord à partir de ma tablette. J'ai réussi mais, ce n'était pas sans essais et erreurs.

Je parlais de la structure « Microsoft » pour tout adapter en mode « Apple ». Ainsi, je voulais que l'utilisateur (vous, les membres) ait un accès rapide au site dans le format de sa tablette et téléphone portable. Maintenant, je suis rendue à l'étape de revamper notre site. J'ai donc fait appel à des experts qui m'aideront à améliorer dans la mesure du possible certaines chroniques (les photos entre autres, la nécrologie, etc.). Cela se fera au fil des prochains mois.

Si vous avez des suggestions, vous pouvez m'écrire à l'adresse suivante :

lefjordareq02b@gmail.com

Collecte de sang Héma-Québec



Le jeudi 22 juillet dernier avait lieu une collecte de sang à la salle des Moose et 12 membres de notre association étaient présents comme bénévoles. C'était la première fois que nous étions responsables d'un tel événement.

Merci aux membres suivants qui ont répondu à l'appel :



Lucette Côté, Louise Minier, Géraldine Gobeil, Paula Gagné, Réjane Bouchard, Louise Perron, Angéline Gagné, Doris Bolduc, Gaétan Boudreault et Jocelyn Poirier

Absents sur la photo : Renée Dion et René-Benoît Thériault

Les tâches étaient variées :

Accueil : distribution du masque, prendre les présences et expliquer la procédure, démarche à suivre.

Tablette : assister et répondre aux donneurs lors du remplissage du questionnaire.

Accompagner le donneur à son lit de repos après son don de sang.

Surveiller le donneur au lit de repos jusqu'au moment de son départ.

Notre aide fut très appréciée par l'équipe d'Héma-Québec dont les membres sont tout à fait exceptionnels.

Deux membres ont passé la journée complète soit Louise Perron et moi-même.

Texte de : René-Benoît Thériault

D'autres nouvelles...

Gaétan



Gaétan Boudreault
Président sectoriel
gaetan@royaume.com
418 544 - 7764

La nouvelle année de l'AREQ a débuté le premier juillet et depuis ce temps, j'ai assisté à trois réunions du conseil régional et à deux du conseil sectoriel. Maintenant, il nous est permis de le faire en "présentiel" dans un restaurant qui est un endroit public. Je continue de répondre aux demandes qui me sont acheminées.

À la demande d'Héma-Québec, douze membres de notre secteur ont participé bénévolement à l'organisation d'une collecte de sang le 22 juillet. Le conseil régional a même accepté que l'AREQ 02 devienne un partenaire officiel. Cela signifie que les conseils de chacun des secteurs fourniront des bénévoles pour leurs collectes de sang en juillet. Ce sera une belle visibilité pour l'AREQ régionale.

La fondation Laure-Gaudreault a versé un montant de 529\$ à un organisme de notre secteur. J'ai fait les démarches, auprès des membres du conseil sectoriel, pour en trouver un à qui nous n'avions jamais fait de dons. IntégrAction La Baie a été notre choix. C'est un organisme à but non lucratif offrant des services aux personnes vivant avec des limitations fonctionnelles et à leurs proches. Il offre des activités et des services dans une perspective d'intégration sociale et de répit. Je pense que le conseil sectoriel a fait un choix judicieux.

Le 10 septembre, le conseil sectoriel a accueilli les nouveaux retraités. Sept invitations ont été faites ; seulement deux l'ont acceptée. Ce fut agréable de les recevoir. Notre nouveau président régional, François Duperré, était également parmi nous. Trois de ces retraités sont déjà membres de notre secteur. Je souhaite la bienvenue à Andrée Bouchard, Martine Desgagné et Marline Thibeault.

Une recherche-action sur la relève et la participation sociale a été initiée par le national. Une rencontre de consultation aura lieu dans notre région en octobre. Deux personnes engagées au sein de l'AREQ et deux membres retraités depuis les cinq dernières années seront invités à participer à ces rencontres.

Pour les responsables de dossiers, Thierry Roncen n'a pas renouvelé son mandat comme responsable des assurances. J'ai le plaisir d'accueillir Pierre Pouliot comme responsable au comité des hommes et Guy C. Janelle aura la responsabilité du comité des assurances. Il me reste toujours le comité des femmes à combler. Si le poste vous intéresse, je vous demande de communiquer avec moi. Je remercie également tous les autres responsables qui ont accepté de prolonger leur mandat pour la prochaine année.

Faits saillants de l'action bénévole au Saguenay-Lac-St-Jean

Il y a :

*3 233 administrateurs bénévoles pour 450 organismes reconnus ;

*23 167 bénévoles impliqués pour les 450 organismes reconnus ;

*L'implication bénévole est, en moyenne, 8,5 heures par personne par mois ;

*La durée moyenne d'implication bénévole est de 10,4 ans.

Source : Ville de Saguenay

L'AREQ fait partie de ces statistiques et je suis agréablement surpris du travail fait auprès de notre population par ces organismes.

Fondation Laure-Gaudreault Diane



Diane Larouche
Responsable de la Fondation L-G
lard.flg@outlook.com
418 678 - 9579

Bonjour à tous et toutes,

Une nouvelle année débute et espérons que nous puissions nous voir. Malgré la pandémie, nous avons pu aider des organismes de la Baie. La Fondation est venue en aide à la soupe populaire, à la maison d'hébergement le Rivage et tout récemment à IntégrAction, organisme qui s'occupe des personnes handicapées. Vos dons sont utiles à la communauté. Vous pouvez donner par l'entremise de notre site web. J'espère vous revoir bientôt.

Alors voici l'adresse du site de la Fondation :

<https://fondationlg.org>

À la mémoire de...

Tu n'es plus là où tu
étais, mais tu es
partout là où je suis.
Victor Hugo



17 février 2021
Murielle Lavoie
1945-2021

10 mars 2021
Hélène Bolduc
1935-2021

22 mars 2021
Normand Loisel
1932-2021

1^{er} juin 2021
Vincent Perron (membre associé)
1928-2021
Époux de feu dame Marguerite Michaud

21 juin 2021
Marcel Lafrenaye
1952-2021

29 juin 2021
Julie Sergerie
1964-2021

7 juillet 2021
Léonard Houde
1926-2021

27 août 2021
Béatrice Girard
1936-2021

12 septembre 2021
Orietta Coulombe
1933-2021

Novum

L'AREQ s'est alliée à Novum afin d'offrir un service de consultations juridiques gratuites et illimitées à ses membres. L'entente de deux ans découle d'un projet-pilote apprécié par les membres de l'Association. Elle couvre la période de juillet 2021 à juin 2023.

Les consultations couvrent toutes les questions juridiques d'ordre personnel* :

Droit familial : séparation, divorce, garde d'enfants, etc.

Droit civil: garantie légale, contrat de vente auto et habitation, contrat bancaire, faillite, bail en résidence, etc.

Immigration: les consultations incluent la recherche de jurisprudence, l'analyse des documents, la formulation d'avis juridiques verbaux, ainsi que les explications des impacts juridiques d'un recours.

***Le droit criminel est exclu.**

Pour une prise en charge simple et rapide de votre demande, vous devez la soumettre via l'application mobile Accès Novum, disponible sur toutes les plates-formes : Android, Apple ou par téléphone sans frais accessible partout au Canada pour les membres de l'AREQ : **1 844 745-4714**.

Si vous n'êtes pas en mesure d'utiliser l'application mobile, nous vous invitons à laisser un message vocal en mentionnant :

- Votre nom complet ;
- Votre numéro de membre ;
- Mentionner que vous êtes un membre de l'AREQ ;

- Votre numéro de téléphone ;
- Et la date à laquelle vous devez vous présenter devant un tribunal, le cas échéant.



Site Internet : novumlegal.ca

Coordonnées importantes

Retraite Québec

www.retraitequebec.gouv.qc.ca

Régie des rentes du Québec (RRQ)

1 800 463-5185

Retraite Québec (CARRA)

1 800 463-5533

Assurances Résaut - CSQ

1 888 476-8737

www.lapersonnelle.com

SSQ Assurance / ASSUREQ

1 888 833-6962

www.ssq.ca

R.A.M.Q

Régie de l'assurance maladie du Québec

1 800 561-9749

www.ramq.gouv.qc.ca

Sécurité de la vieillesse

1 800 277-9915

La signature visuelle standard de l'AREQ



Au cœur de la signature visuelle de l'AREQ, on retrouve l'ovale, symbole de l'humain. On retrouve également deux formes dynamiques qui se joignent, symbole de la rencontre. Cette interrelation s'exprime par une forme qui épouse une autre forme, créant un double mouvement qui va à la fois vers le haut et vers le bas. C'est le symbole du mouvement et de la solidarité. L'AREQ est dynamique, contemporaine et moderne.

AREQ

1 800 663-2408

Télécopie : 418 525-0769

Site Web

<http://areq.lacsq.org/>

Changement

Nous vous invitons à signaler tout changement : adresse, téléphone, courrier électronique au secrétariat de l'AREQ à Québec. Vous aurez besoin soit de votre numéro de membre ou de votre date de naissance. En vous rendant sur le site web, cliquer NOUS JOINDRE, un formulaire est aussi disponible.

Liste des comités et des responsables

Assurances	Guy C. Janelle	418 544 - 3710
Comité des femmes	Poste à combler	
Comité des hommes	Pierre Pouliot	418 544 - 1527
Comité des sages	Renée Dion	418 306 - 2422
Environnement	Réjane Bouchard	418 544 - 5009
Envoi de cartes lors d'un décès	Huguette Martin	418 678 - 2858
Fondation Laure-Gaudreault	Diane Larouche	418 678 - 9579
Réseau téléphonique	Mireille Gauthier	418 544 - 5264
Retraite	Louise Simard	418 544 - 4508
Webmestre (Site Internet et Facebook)	Louise Minier	418 544 - 5587
Sociopolitique	Diane Larouche	418 678 - 9579
Toujours en action	Gaétan Boudreault	418 544 - 7764

Merci beaucoup à Madame Audrey Côté, service
de reprographie de l'école secondaire des
Grandes-Marées.



L'équipe du bulletin sectoriel

Les membres du conseil sectoriel et les responsables des comités.

Révision : Patricia Michaud

Marlène Houde

Réjane Bouchard

Lise Carrier

Gaétan Boudreault

Envoi postal : Patricia Michaud et René-Benoît Thériault

Mise en page : René-Benoît Thériault

Tirage : 280 copies

Les opinions émises dans ces pages ne reflètent pas nécessairement celles de l'association et n'engagent que la responsabilité des auteurs.



Bulletin Comme L'eau
2522 avenue du Parc
La Baie (Québec) G7B 1T8

Joyeux Noël

À :

