

# Comme l'eau



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

**Automne 2022**

## Sommaire du bulletin

Président	page 1
Président régional	page 2
Bulletin sectoriel	page 3
Hommage posthume à Patricia	page 3
Assemblée régionale de secteur	page 4
Assemblée régionale du SLSJ	page 4
Dîner des membres	page 5
Environnement	page 6
Comité sociopolitique	page 6
PTEA	page 7
À la mémoire de...	page 7
Changement	page 7
Conseil sectoriel 2022-2023	page 7
Comité des hommes	page 8
Fondation Laure-Gaudreault	page 8
Héma-Québec et l'AREQ Le Fjord	page 8
Site web et Facebook	page 9
Comité des femmes	page 10
Comité des sages	page 10
Membres artisans recherchés	page 11
Responsables des comités	page 11

## Sommaire du bulletin

Merci Audrey	page 11
Déjeuner des nouveaux retraités	page 11
Activité de la rentrée	page 12
Calendrier des activités	page 13
Équipe du bulletin sectoriel	page 14

## Président Gaétan



Gaétan Boudreault  
Président  
[gaetan@royaume.com](mailto:gaetan@royaume.com)  
418 544 - 7764

La cueillette de petits fruits sauvages étant maintenant terminée, il faut se remettre au travail. Je commence donc cette dernière année de présidence de notre secteur avec une certaine fébrilité et aussi des incertitudes. Les restrictions émises par la santé publique étant pratiquement toutes levées, je vais de l'avant en laissant derrière les deux dernières années. Avec le nouveau conseil sectoriel, nous avons planifié une année pleine d'activités en souhaitant ardemment que nous pourrions les



réaliser en surfant sur la « nième » vague annoncée pour l'automne. J'espère aussi que vous répondrez présents à chacune d'entre elles.

Le printemps nous a permis des rencontres en présentiel. Le dîner des membres et nos assemblées générales sectorielle et régionale ont ouvert le chemin à cette nouvelle année. Personnellement, ce fut un début d'été exceptionnellement bizarre. Un glissement de terrain près de chez moi a causé certaines inquiétudes. Je remercie tous ceux et celles qui se sont informés de ma situation en particulier Lise, Francine et François. Heureusement pour nous, nous n'avons pas été évacués. Malheureusement, un de nos membres a eu moins de chance. Sa situation a été l'un des pires scénarios que l'on puisse imaginer. Des gens de cœur lui ont prêté main forte pour récupérer le contenu de sa maison avant la démolition.

Comme je vous l'indiquais au début, c'est ma dernière année comme président et c'est aussi la dernière de la secrétaire. J'invite les membres qui auraient de l'intérêt pour ces postes, à participer à l'une de nos rencontres du conseil sectoriel. Cela ne vous engage à rien et vous permettra d'avoir un aperçu de la tâche que représente ces deux fonctions. Il vous suffit simplement d'aviser un membre du conseil sectoriel.

En terminant, je tiens à remercier Jocelyn Poirier pour ses six années comme trésorier et Louise Minier pour ses trois années comme conseillère. Ces membres quittent le conseil sectoriel avec la satisfaction du devoir accompli. Je souhaite vous rencontrer en pleine santé, que les activités proposées sauront vous plaire, que la pandémie ne viendra pas bousculer tous les efforts ainsi

que l'énergie que nous avons mis à préparer cette année.

## Président régional François



François Duperré  
Président régional  
[jofmduperre72@gmail.com](mailto:jofmduperre72@gmail.com)  
418 973 - 4466

À la même période l'an dernier, je vous annonçais un embarquement sur le navire de l'AREQ et une reprise de nos activités habituelles. Nous étions tous exaspérés par ces vagues incessantes de COVID qui se succédaient et enfin nous en entrevoyions la fin ! Hélas, ce n'était pas le cas et nous allions encore être freinés dans plusieurs de nos rencontres !

Mais là, aujourd'hui, je crois fermement que nous sommes sur la bonne voie !

Après une première rencontre du conseil régional avec les présidences des secteurs, j'ai pu constater qu'une année normale est en préparation : « On ne sait pas exactement ce que vaudra dire la réalité de vivre avec le virus, mais nous nous préparons à vivre normalement »! J'abonde dans le même sens que Denise à Chicoutimi-Valin, que Gaétan au Fjord, que Jacques à La Jonquière, que Martin au Lac-St-Jean et que Camil à Louis-Hémon. Préparons-nous une belle année !

Si au national, la tenue du Congrès en juin prochain vient s'ajouter aux nombreux dossiers, pour nous au régional, nous avons déjà planifié et organisé deux activités que nous voulons d'envergure. D'ailleurs, ce bulletin vous donnera probablement plus

d'informations sur celles-ci : une conférence sur les soins de fin de vie et sur l'aide médicale à mourir au mois d'octobre, ainsi qu'un rassemblement en novembre pour souligner la Journée Internationale des Hommes. Les comités régionaux de l'action sociopolitique et celui des hommes sont confiants d'obtenir du succès avec ces deux activités.

Je vous incite à reprendre là où nous en étions avant la COVID ! Encourageons et supportons ces bénévoles des comités qui se sont investis dans l'organisation. Ce sont des membres de chacun des secteurs et ils méritent toute notre reconnaissance. La meilleure façon de le démontrer, c'est d'être présent et de participer. Donc, réservez-les 11 octobre et 19 novembre prochains à votre agenda.

Pour ma part, j'ai bien hâte de vous revoir et de reprendre le rythme de nos rencontres. Avec la retraite, l'AREQ est devenue un noyau important de mes relations et vous en faites partie !

En attendant, je vous souhaite un bel automne... rejoignez vos amis de l'AREQ... gardez-vous en santé et...surveillez COVID du coin de l'œil !

## Bulletin sectoriel

### René-Benoît



René-Benoît Thériault  
Responsable du bulletin sectoriel  
[bulletincommeleau@hotmail.com](mailto:bulletincommeleau@hotmail.com)  
418 306 - 1262

Bonjour,

Je suis maintenant conseiller. Je siège donc au conseil sectoriel en plus de m'occuper de la mise en page, l'impression et la distribution de notre bulletin. J'aimerais souhaiter la bienvenue à Marlène Belley qui fera équipe avec moi et s'occupera de plier le bulletin, de gommer ce dernier, d'y ajouter l'étiquette et le timbre. C'est un gros travail, merci Marlène!

Mon objectif encore cette année est que nous augmentions la distribution du bulletin en format électronique et diminuions celui papier. Je sais, je sais, beaucoup d'entre vous aimez tenir entre vos mains ce produit de l'arbre et je respecte votre choix.

Aimerais-tu recevoir dans ta boîte e-mail, le bulletin dès qu'il est chez l'imprimeur avant qu'il soit à la poste? Il suffit de communiquer avec moi par courriel et il me fera plaisir d'ajouter ton nom, c'est si simple.

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

C'est ma 10<sup>e</sup> publication. Encore une fois, je remercie les responsables des différents comités pour leur texte, merci au comité de correction. Vous trouverez à la dernière page de ce bulletin les noms de tout ce beau monde, cette équipe derrière moi.

Je vous souhaite donc une très belle rentrée, un merveilleux automne et au plaisir de vous rencontrer lors de nos activités. Tout commentaire et suggestion seront toujours lus.

Bonne lecture!

## Hommage posthume à Patricia Michaud



Chère Patricia, tu nous as quittés beaucoup trop rapidement. Lors de ma visite à la Maison des soins palliatifs de Saguenay, le 24 mars, je t'avais dit que je ne viendrais pas te voir la semaine suivante car j'étais au

conseil national à Trois-Rivières. Je te reverrais donc au début avril. La mauvaise nouvelle est arrivée le 4 avril avant que je puisse te revoir. Depuis plus de deux ans, tous les jeudis matin ou presque, j'allais chercher ta liste pour faire ton épicerie. Nous prenions le temps de mettre à jour notre placotage et parfois prendre une « glutenberg » (bière sans gluten). Ma routine me manque.

Tu étais comme la réalisatrice d'un film installée derrière la caméra. Le travail que tu faisais pour notre association n'était pas aux premières loges. Avec ta complice Carole Lessard, pendant des années, vous vous êtes occupées d'envoyer les cartes d'anniversaire, toutes écrites et adressées à la main aux membres de 75 ans et plus. Lors de l'envoi des bulletins, c'était la même chose. Discrète et efficace, tu voulais passer inaperçue. Une petite gommette collée sur l'enveloppe trahissait ton travail. Même à la maison des soins palliatifs, tu aurais voulu que je t'apporte les étiquettes et les timbres pour préparer l'envoi du bulletin le printemps dernier. Tu me disais : « Tant que je serai capable, je vais le faire ».

Aujourd'hui, quand vient l'heure de préparer le bulletin sectoriel, je ne peux m'empêcher de penser à toi, chère collaboratrice. Repose en paix.

Gaétan

## Assemblée générale de secteur

Cette année, nous avons pu reprendre notre assemblée générale de secteur en présentiel avec 45 membres dans



la salle en plus du président régional; ce qui représente une assez bonne diminution par rapport à 2019. Néanmoins, l'assemblée s'est très bien déroulée. Depuis huit années que je suis dans le conseil sectoriel, j'ai pu assister à une première : il y a eu des élections. Cela montre qu'il y a des membres intéressés à maintenir notre secteur bien en vie. Après 6 ans de trésorerie, Jocelyn Poirier a quitté le conseil sectoriel à la fin de son 2<sup>e</sup> mandat et Louise Minier a terminé son 1<sup>er</sup> mandat et elle ne s'est pas représentée. Donc, Guy-C. Janelle a été élu comme trésorier et René-Benoît Thériault au poste de conseiller. L'an prochain, il y aura deux postes complètement vacants. J'espère qu'il y aura autant d'enthousiasme à occuper ces postes.

Gaétan

## Assemblée générale régionale AREQ-Saguenay-Lac-Saint-Jean

Le 10 mai dernier, c'était ma première réunion annuelle en présentiel depuis ma retraite. J'étais tout excité de voir peut-être des enseignantes et des enseignants que j'ai côtoyés durant mes années à la défunte Commission scolaire de la Baie des Ha! Ha!,

de la Commission scolaire des Rives-du-Saguenay et enfin le Centre de service scolaire des Rives-du-Saguenay.

Gaétan Boudreault notre président, Covid oblige, était absent ainsi que Marlène Houde, ça va de soi.

Il y avait une très belle délégation qui représentait notre association AREQ Le Fjord.

François Duperré notre président régional était émotif au tout début de son discours de bienvenue. Il était content de revoir tant de membres. Nous étions environ 3000, non j'exagère juste un petit peu, environ 133 participants dont 17 de notre secteur.

Martin St-Pierre, président du secteur Lac-Saint-Jean, a fait une belle présentation au sujet de la relève et l'implication des nouveaux retraités. Des documents seront bientôt disponibles pour les membres et pour les comités sectoriels.

Notre association est en bonne santé financière.

Je ne peux passer sous silence la présence de madame Lise Lapointe, présidente nationale et de madame Francine Tremblay notre nouvelle marraine.

En terminant, gourmand que je suis, le repas était vraiment, mais vraiment très bon. Le petit potage aux tomates, doux et velouté. La pièce de bœuf, ah! ça fondait dans la bouche, les petits légumes mignons et goûteux et le dessert, cette mousse avec son petit coulis au chocolat. Finalement le plus agréable dans tout ça, c'était de partager un repas avec des gens d'ici, c'était vraiment plaisant.

Venez faire un tour l'an prochain, ça vaut le déplacement, pis c'est gratuit pour notre secteur.

René-Benoît

## Dîner des membres



La première activité de « retrouvailles » a été le dîner des membres le 27

avril. Nous étions 61 personnes qui s'étaient données rendez-vous avec un grand plaisir de se revoir. La bonne humeur rayonnait sur tous les visages démasqués. Le dîner fut excellent malgré le manque de cuisson des... grelots.

Nous en avons profité pour faire le tirage des dernières œuvres achetées, dans le cadre du soutien aux arts, il y a maintenant cinq ans. À chaque année, un secteur de notre région reçoit la subvention pour le soutien aux arts. Ce sera à notre tour de recommencer le cycle.

Gaétan

## Comité d'environnement et développement durable

### Réjane



Réjane Bouchard  
Responsable du comité  
d'environnement  
[bouurre44@yahoo.fr](mailto:bouurre44@yahoo.fr)  
418 544 - 5009

## Échos du comité d'environnement

Notre environnement, c'est aussi les personnes qui nous entourent. Notre comité se compose de personnes de grande valeur et

je tiens à leur dire merci pour tout le travail effectué depuis presque 20 ans. Je me permets de souligner l'immense travail réalisé par notre ami Jocelyn Poirier. Il a décidé de laisser sa place à la relève. Nous lui disons un gros MERCI!



Enfin! Les fameux bacs bruns sont arrivés. Vous pouvez trouver tous les renseignements nécessaires sur le site de la Ville Saguenay dans l'onglet environnement. J'ai assisté à un webinaire présenté par la conseillère en environnement de Saguenay Madame Noémie Bussières. Elle nous a fourni d'excellents conseils dont un très important : aucun sac de plastique n'est accepté dans le bac brun, même s'il est compostable, en raison de la grande variété de ces sacs. Seulement les sacs de papier sont acceptés. Il sera possible de rencontrer Madame Noémie Bussières en l'invitant à une de nos activités. En attendant, on prépare nos questions.

### **Actions à venir :**

- Surveiller les candidats à la prochaine élection provinciale et leur engagement au niveau environnement et développement durable.
- Semaine de la réduction des déchets en octobre.
- Journée de la terre en avril.

Saviez-vous que le 29 septembre est la Journée Internationale de la sensibilisation aux pertes et gaspillages de nourriture? Alors, pourquoi ne pas en profiter pour réviser nos façons de faire à la maison? Tentons ensuite d'adopter de meilleures habitudes de consommation et de

conservation des aliments à longueur d'année. (Magazine Coeliaque Québec)

*Je profite de cette chronique pour inviter les personnes qui se préoccupent de l'environnement à venir se joindre à notre équipe, afin de nous aider à poursuivre le bon travail commencé. Si vous êtes intéressés, vous pouvez communiquer avec moi ou avec notre président.*

Profitons de notre belle nature d'automne et gardons le sourire!

## **Comité sociopolitique**

### **Diane**



Diane Larouche  
Comité sociopolitique  
418 678 - 9579

Le comité d'action sociopolitique régional a retenu une activité régionale spécifique : l'organisation d'une conférence sur l'aide médicale à mourir et les demandes anticipées. Elle sera donnée par Mme Ginette Plamondon de l'AREQ.

La conférence aura lieu le mardi 11 octobre 2022 en après-midi, à l'hôtel Universel d'Alma.

Nous vous attendons en grand nombre.

## **La conférence du 11 octobre ... ... et les invités**



Les soins de fin de vie et l'aide médicale qui s'y rattache sont des sujets qui suscitent souvent des discussions entre

parents ou amis. Pour cette activité, un membre de l'AREQ pourra se faire accompagner d'une personne qu'il invitera. Vous devrez toutefois vous inscrire auprès de votre secteur en téléphonant à Diane Larouche avant le 2 octobre.

## **Projet Toujours En Action (PTEA)** **Gaétan**

Nous avons pensé présenter un projet de rafraîchissement du code de la route dans le cadre d'un Projet Toujours En Action. Pour la majorité d'entre nous qui n'avons pas suivi de cours de conduite, une mise à jour pourrait alors s'imposer. Connaissons-nous les nouvelles règles du code de la route : la signification sur les panneaux de signalisation, des marques sur la chaussée, des signaux lumineux, etc.? Ce rafraîchissement pourrait donc être opportun.

La durée sera de 2 heures. Il faut un minimum de 15 personnes pour un groupe avec la possibilité de faire 2 groupes. Le projet se déroulera le printemps prochain. Il vous en coûtera 10 \$. Vous avez jusqu'au 14 octobre pour me donner votre nom soit par courriel ou par téléphone. S'il n'y a pas d'intérêt, nous ne présenterons pas de projet.

## **À la mémoire de...**

Une personne chère ne nous quitte jamais. Elle vit au plus profond de notre cœur et pour la revoir, il suffit de fermer les yeux.



Yvon Pellerin  
**24 mars 2022**  
(1942-2022)

Patricia Michaud  
**4 avril 2022**  
(1945-2022)

Henriette Lévesque-Girard  
**27 mai 2022**  
(1927-2022)

Olivette St-Pierre  
**30 juillet 2022**  
(1938-2022)

## **Changement**

Nous vous invitons à signaler tout changement : adresse, téléphone, courrier électronique au secrétariat de l'AREQ à Québec. Vous aurez besoin de votre numéro de membre ou de votre date de naissance. En vous rendant sur le site web, cliquez « nous joindre », un formulaire sera disponible.

## **Conseil sectoriel 2022-2023**



Lucette Côté (2<sup>e</sup> vice-présidente), Marlène Houde, (secrétaire), Guy-C. Janelle (trésorier), Louise Simard, (1<sup>re</sup> vice-présidente), René-Benoît Thériault (conseiller), Gaétan Boudreault (président)

## Comité des hommes

### Pierre



Pierre Pouliot  
Responsable du comité des hommes  
418 544 -1527  
[pouliotpi@hotmail.com](mailto:pouliotpi@hotmail.com)

J'étais absent lors de la dernière réunion régionale et j'ai été aimablement remplacé par René-Benoît Thériault qui me corrigera si j'écris des énormités.

Alors, sous la gouverne du responsable régional Éric Vandal et s'inspirant du plan national, le comité des hommes retient les points suivants :

- ✚ Supporter « Procure », « Émergence » et « À cœur d'homme ».
- ✚ Promouvoir la journée internationale de l'homme par divers moyens de communication et en organisant une activité régionale le 19 novembre à Alma.
- ✚ Prévoir une participation à la marche Jean Pagé en juin 2023.

N.B. Pour l'activité du 19 novembre, un autobus est prévu pour les membres de La Baie.

## Fondation Laure-Gaudreault

### Diane



Diane Larouche  
Responsable de la FLG  
[lard.flg@outlook.com](mailto:lard.flg@outlook.com)  
418 678 - 9579

Bonjour, un autre automne se pointe à

l'horizon ce qui semble prometteur pour nos rencontres. La Fondation reste encore présente pour aider ceux et celles qui demandent notre aide. Il nous faut pour cela vos dons et vous rencontrer permet de faire de belles récoltes monétaires. Donc au plaisir de se revoir et de partager nos expériences des 2 dernières années. Il est bien entendu toujours possible de donner sur le site internet de la FLG. À bientôt.

## Héma-Québec et l'AREQ Le Fjord



HÉMA-QUÉBEC

Notre 2e collaboration à une collecte de sang avec Héma-Québec avait lieu, le mardi 9 août dernier, aux Galeries de la Baie.

La participation de nos membres fut fort appréciée par l'équipe d'Héma-Québec. L'AREQ régionale est partenaire avec Héma-Québec pour les collectes de sang qui ont lieu durant l'été, partout au Saguenay Lac St-Jean.

Un peu de statistiques lors de la collecte du 9 août :

L'objectif était de 90 inscriptions et il y en a eu 95. Wow !

76 personnes ont fait un don. Certaines personnes sont venues mais n'ont pas pu donner pour différentes raisons (le taux de fer trop bas, l'oubli de la liste de médicaments, etc...).

4 nouveaux donateurs

5 personnes ont donné pour la 2<sup>e</sup> fois

21 personnes ont plus de 50 dons

4 personnes ont plus de 100 dons



L'AREQ Le Fjord sera présent l'an prochain pour une 3<sup>e</sup> participation. Si tu veux te joindre à nous, n'hésite pas à le communiquer.



1<sup>re</sup> rangée: Paula Gagné, André Tremblay, Marlène Belley, Lucette Côté

2<sup>e</sup> rangée: Pauline Paquet, Marlène Houde, Louise Minier, Martine Côté, Hélène Hudon, Réjane Bouchard

3<sup>e</sup> rangée: Gaétan Boudreault, René-Benoît Thériault, Louisette Perron, Guylaine Tremblay

René-Benoît

## Site web & Facebook

### Louise



Louise Minier  
Responsable Facebook et le site  
de l'AREQ Le Fjord  
418 544 - 5587  
lefjordareq02@gmail.com

Bonjour, l'été tire à sa fin. Certaines activités se présenteront à nous cet automne. Afin de noter et garder efficacement en mémoire tous nos rendez-vous, je vous propose l'application « Notes ». Souvent les cliniques nous donnent des petits aide-mémoires qui

trainent dans nos poches ou sur le bureau. Avec l'application « Notes », il est facile de les garder à portée de main sans les perdre ou les détériorer. C'est ce que je vous propose aujourd'hui. Pour plus d'informations, n'hésitez pas à m'écrire un courriel à :

**lefjordareq02b@gmail.com**

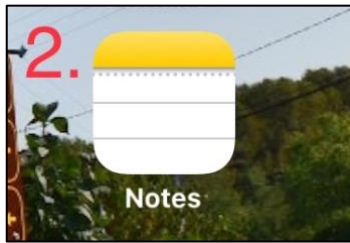
1. Application « Notes » disponible sur nos tablettes (iPad) et nos cellulaires (iPhone)
2. L'application vue de près
3. Créer un dossier
4. Ajouter une nouvelle note
5. Écrire, prendre une note

Dans le prochain bulletin, nous verrons de nouvelles fonctions avec l'application « Notes ».

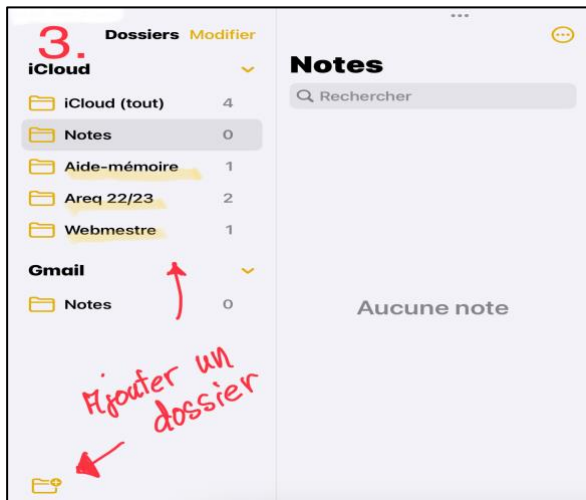
1. L'application « **Notes** » sur nos tablettes ou nos téléphones mobiles



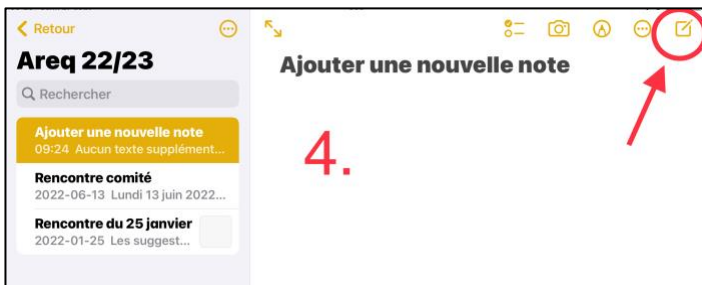
## 2. L'application « Notes » vue de près



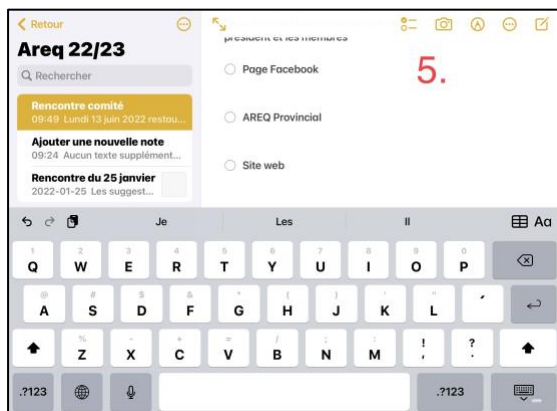
## 3. Créer un dossier



## 4. Ajouter une nouvelle note



## 5. Écrire, prendre une note



Je vous souhaite un bel automne et de beaux projets!

## Comité des femmes

### Renée



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

Bonjour à tous et à toutes,

Cette année le comité des femmes sera sous ma responsabilité. Louise Boudreault m'assistera dans cette tâche. Nous devrions être en mesure de vous proposer une activité aux alentours du 8 mars pour souligner la journée des femmes. Nous travaillons présentement à ce projet en collaboration avec les responsables du comité des femmes de tous les secteurs de l'AREQ régionale pour en déterminer l'essence. Au plaisir de vous rencontrer lors de notre prochaine activité.

## Comité des sages

### Lucette



Lucette Côté  
Responsable du comité des Sages  
418 540-6982  
lucette.cote@hotmail.ca

Bonjour à tous les membres. On peut dire que la vie reprend en douceur. Toutes les activités et toutes les rencontres se feront avec prudence. C'est avec plaisir que je vous annonce que le dîner des sages (80 ans et plus) aura enfin lieu cette année. Inscrivez à votre agenda que ce dîner aura lieu le 12 octobre. L'endroit sera spécifié dans la lettre

d'invitation que vous recevrez. Au plaisir de vous rencontrer bientôt.

## Membres artisans recherchés

Vous êtes un artisan et désirez faire découvrir vos talents et vos réalisations. Nous vous invitons à notre déjeuner thématique, le 19 octobre prochain à la salle du restaurant Lucerne. Lors de ce déjeuner, vous pourrez vendre vos créations. Pour information, communiquez avec Marlène Houde, 418-544-7764.

Les membres et leurs amis sont invités à participer à ce déjeuner.

## Responsable des comités

### Assurances

Guy-C. Janelle  
418 544 - 3710

### Comité des femmes

Renée Dion  
418 306 - 2422

### Comité des hommes

Pierre Pouliot  
418 544 - 1527

### Comité des sages

Lucette Côté  
418 540 - 6982

### Environnement et développement durable

Réjane Bouchard  
418 544 - 5009

### Envoi de cartes lors d'un décès

Louise Simard  
418 544 - 4508

### Fondation Laure-Gaudreault

Diane Larouche  
418 678 - 9579

### Réseau téléphonique

Mireille Gauthier  
418 544 - 5264

### Retraite

Louise Simard  
418 544 - 4508

### Webmestre (Facebook et site Internet)

Louise Minier  
418 544 - 5587

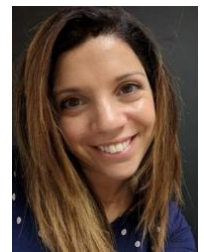
### Sociopolitique

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.



## Déjeuner des nouveaux retraités Jeudi 2 septembre dernier



Notre toute première activité avait lieu jeudi dernier le 2 septembre à l'auberge du Presbytère St-Alexis, près du Musée du Fjord. Nous avons

invité 20 nouveaux retraités à venir échanger avec les membres du conseil sectoriel de l'AREQ Le Fjord et seulement 5 magnifiques personnes ont accepté notre invitation.



Robert Perron, Clément Sergerie, Dany Brassard, Marie-Josée Lavoie et Pascale Simard

Au plaisir de vous revoir lors d'une prochaine rencontre. Bonne retraite, c'est le temps de penser à vous.

René-Benoît

## **Activité de la rentrée Jeudi le 29 septembre**

C'est parti! Voici l'activité que nous vous proposons : une visite du musée de la Défense Aérienne de Bagotville ainsi qu'un repas à l'Auberge des Battures. Vous pouvez aussi choisir qu'une seule des 2 activités.

La visite commence à 9 h 30 pour se terminer vers 11 h 30. Nous vous proposons un point de rassemblement, le stationnement du Théâtre du Palais Municipal vers 9 h 15, pour ceux et celles qui aimeraient faire du covoiturage, un bien beau geste pour notre planète.

Le coût pour les membres est de 20 \$.

Vous pouvez être accompagné, il lui en coûtera 40 \$ (20 \$ frais de cotisation pour l'année et 20 \$ pour l'activité).

Des frais de cotisation pour la personne qui vous accompagne, c'est quoi ça? Durant l'année cela lui permettra de participer aux 3 activités suivantes :

L'activité de la rentrée (29 septembre)

La fête de Noël (8 décembre)

La Saint - Valentin (9 février)

En payant les frais de cotisation, le coût des activités sera le même montant que celui du membre.

Les téléphonistes vous contacteront afin de connaître le nombre de personnes intéressées.

Au plaisir de vous voir.

René-Benoît

AREQ Le Fjord

Site web

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

AREQ

1 800 663-2408

Télécopie : 418 525-0769

Site web

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

## Calendrier des activités

### Septembre 2022

Vendredi le 2  
Déjeuner des nouveaux membres et retraités

Mercredi le 7  
Déjeuner des responsables de comités

Mercredi le 28  
Journée internationale des Aînés

Jeudi le 29  
Activité de la rentrée

### Octobre 2022

Mardi le 11  
Activité régionale action sociopolitique à Alma

Mercredi le 12  
Activités et dîner « Hommage aux 80 ans et plus »

Mercredi le 19  
Déjeuner thématique – Artisans et artistes

### Novembre 2022

Jeudi le 10  
Dîner des membres

Samedi 19  
Journée des hommes

### Décembre 2022

Jeudi le 8  
Souper de Noël

### Janvier 2023

Mercredi le 18  
Déjeuner thématique

### Février 2023

Jeudi le 9  
Activité de la Saint-Valentin

### Mars 2023

Mercredi le 8  
Journée internationale des droits de la femme

Jeudi le 16  
Souper des bénévoles

### Avril 2023

Jeudi le 6  
Déjeuner thématique « la cabane à sucre »

Jeudi le 20  
Jour de la terre

### Mai 2023

Jeudi le 4  
Assemblée générale de secteur (AGS) à la Baie

Mercredi 10 mai  
Assemblée générale régionale (AGR) à Alma

### Juin 2023

Samedi le 17  
La marche Jean Pagé, pour le cancer de la prostate

## L'équipe du bulletin sectoriel

Les membres du conseil sectoriel et les responsables des comités

Révision : Marlène Houde, Réjane Bouchard, Lise Carrier,

Lucienne Tremblay et Gaétan Boudreault

Envoi postal : Marlène Belley et René-Benoît Thériault

Mise en page : René-Benoît Thériault

Tirage : 265 exemplaires papier / 50 exemplaires en format PDF (courriel)

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