

LE POINT DE CHUTE

Mars 2021 - Volume 30, numéro 4

Secteur 03-M Beauport — Côte-de-Beaupré

Comité « Hommage » à nos membres aînés



Année 2019-2020

L'équipe du comité « Hommage » est composée de seize personnes qui, d'une année à l'autre, contribuent à l'accompagnement de nos membres âgés de quatre-vingts ans et plus. La stabilité de l'équipe a fait en sorte que de belles amitiés ont pu se développer au fil des ans. Nous remercions de tout cœur Chantal Tremblay et Claudette Gagnon qui ont dû quitter l'équipe et nous souhaitons la bienvenue à Nicole Lettre et à Francine Labadie qui ont accepté de se joindre à l'équipe à compter de l'année 2020.

Les objectifs du comité se poursuivent en continuité avec les priorités mises de l'avant à sa création :

- S'assurer que les personnes visitées vivent dans des conditions sociales acceptables ;
- Souligner leur contribution à la vie de notre secteur ;
- Profiter de leur anniversaire pour créer des contacts amicaux, en leur rendant visite et en leur offrant un souvenir ;
- Souligner la journée internationale des personnes aînées par une rencontre amicale où chants, collation et bonne humeur sont au rendez-vous ;
- Souligner le temps des fêtes par l'envoi de cartes ou d'appels téléphoniques.

Une cinquantaine de personnes ont été visitées entre septembre et décembre 2019, mais la pandémie a réduit considérablement les visites en 2020 puisque seulement celles des anniversaires de janvier, février et quelques-unes du début de mars ont pu être réalisées. Grande déception, car ces contacts sont très appréciés tant par les membres de l'équipe que par les personnes qui nous

reçoivent à leur domicile. Heureusement, pendant l'été, certaines équipes ont pu refaire leurs visites, particulièrement à l'extérieur quand c'était possible. Cette année, ce sont des veilleuses et des arrêts de porte qui ont été offerts comme cadeaux d'anniversaire.

Le comité a maintenu son goûter musical pour la fête des personnes aînées au club de golf Royal Québec en 2019 ; la rencontre a eu lieu le mardi 1^{er} octobre et la participation des membres et des personnes qui les ont accompagnés a été excellente. La rencontre a débuté avec un texte très touchant composé par Jacques Juneau et lu par Francine Dumas sur l'importance des personnes aînées. La rencontre s'est poursuivie avec le groupe VARIANCES qui a su charmer les invités par un répertoire pertinent et de magnifiques voix ! Par la suite, ce fut le temps pour les personnes présentes de fraterniser entre elles, tout en dégustant les douceurs du club de golf.

Année 2020-2021

Malheureusement en raison du confinement et du nombre de cas infectés par la COVID-19 à l'automne, la majorité de nos visites ont été interrompues. Elles ont été remplacées par des appels téléphoniques et des cartes à l'occasion des anniversaires et du temps des fêtes.

Même scénario depuis janvier 2021 où nos activités sont en pause jusqu'à nouvel ordre. Difficile période pour notre comité où les contacts sociaux sont au premier plan de nos objectifs et de nos activités.

Danielle Rondeau, pour le comité Hommage

Mot de la présidente sectorielle



Il faut voir le côté positif des choses car l'année 2020 nous a fait découvrir plein de nouveautés dans les communications (Zoom, Webinaire, etc...) pour nous aider à rester en contact avec les personnes qui nous sont chères. Nous en sortons des personnes plus fortes et déterminées à poursuivre dans un avenir plus sécuritaire et en présentiel.

Le printemps est là et nous apporte un peu de liberté tant espérée. Nous aurons encore à nous conformer aux recommandations de la santé. Il est important de se faire vacciner, l'espoir est là !

Au plaisir de se voir par Zoom pour notre prochaine assemblée générale sectorielle !

Denise Lachance, présidente

Nouvelles

Nouvelles sectorielles

L'assemblée générale sectorielle aura lieu par vidéoconférence, le vendredi 23 avril 2021 à 9 h. **L'inscription est nécessaire, veuillez consulter les convocations jointes dans ce bulletin.** Nous devons avoir un quorum de 44 personnes pour que les personnes en élection soient élues.

Les postes en élection sont : la présidence, la 1^{re} vice-présidence, la 2^e vice-présidence, le secrétariat et la 2^e personne conseillère. Il nous faut aussi entériner les personnes déléguées au Congrès.

Il y a des postes vacants au comité des femmes et au comité action sociopolitique. Les personnes qui souhaitent s'impliquer dans nos comités, envoyez-moi un courriel à

denise.lachance@vidéotron.ca.

Si nous voulons que des choses changent, nous devons nous unir et nous mettre en action.

Nouvelles régionales

Toutes les personnes responsables des comités se sont rencontrées de deux à trois fois par vidéoconférence. La motivation est là et les anime.

L'assemblée générale régionale aura lieu par vidéoconférence, le lundi 10 mai 2021 à 9 h.

Nouvelles nationales

Le Conseil national a eu lieu par vidéoconférence, du 23 au 25 mars 2021. Une centaine de personnes y ont assisté.

Le Congrès de l'AREQ aura lieu du 1^{er} au 4 juin 2021, par vidéoconférence.

Inscrivez-vous à l'infolettre pour en savoir plus et suivre toutes les actions entreprises par l'AREQ.

SOMMAIRE

Mot de la présidente sectorielle	2
Nouvelles	2
Comité des femmes	3
Compte rendu du comité des femmes.....	3
Comité de la retraite.....	3
Comité des hommes	4
Notre site Web	4
Convocation à l'AGS	5
Convocation à l'AGR.....	6
Comité du bulletin.....	7
Comité environnement.....	8
Comité des assurances.....	8
Fondation Laure-Gaudreault.....	9
Nécrologie	9
Comités	10

PROCHAIN BULLETIN

**Tombée des articles et envoi du bulletin
Juin 2021**



Le Conseil national en vidéoconférence par Zoom, le 23 mars 2021.

Comité des femmes

Le comité des femmes s'est réuni trois fois par vidéo-conférence Zoom.

Pour souligner la journée internationale des femmes du 8 mars 2021, il a été décidé de façon spéciale de faire une simple marche, seule ou accompagnée. Dans la semaine du 1^{er} au 8 mars, les personnes étaient invitées à noter :

- le kilométrage ;
- le nombre de pas ;
- ou le temps que vous avez fait dans une journée.

Une compilation sera faite de tous les secteurs de la région Québec–Chaudière–Appalaches.

Je remercie les 12 personnes de notre secteur qui y ont répondu pour un total de 184 km.

Deux conférences en webinaire ont été présentées :

- Conférence de la députée Véronique Hivon, le lundi 8 mars 2021.
- Conférence de Monique Richard, le 10 mars 2021.

Le poste d'une personne responsable est toujours vacant, vous souhaitez vous impliquer, envoyez-moi un courriel à denise.lachance@videotron.ca

Denise Lachance, présidente et remplaçante

Compte rendu comité des femmes 2019-2020

Le 8 mars 2019, journée internationale du droit des femmes à l'Hôtel Québec. Journée intéressante et stimulante.

Le 11 mars 2019, l'OMS annonce une pandémie mondiale.

Le 13 mars 2019, le Québec est sur pause.

Au secteur, nous avons prévu une demi-journée de conférence en collaboration avec le comité des hommes. Francine Hamel, de ACEF nous entretenait de concept budgétaire et Manon Cloutier de la Société d'arthrite

pour faire la différence entre arthrose et arthrite. Malheureusement, cette activité fut annulée.

L'AREQ est en attente, les règles sanitaires ne nous permettent pas encore de rassemblements.

Je vous souhaite de l'espoir pour la reprise de notre vie précédente et surtout bonne santé.

Au plaisir de vous retrouver.

Pierrette Simoneau, responsable sectorielle et régionale 2019 et 2020.

Comité de la retraite

Année 2019-2020

On a eu une journée régionale le 17 octobre 2019 avec le comité des assurances à l'Hôtel Québec.

Pour la retraite, on nous a donné des informations sur le FARR (Fonds d'amortissement des régimes de retraite) et du RREGOP.

Notre responsable régional a démissionné pour cause de maladie.

Nous n'avons eu aucune réunion au niveau régional.

Seulement quelques communications par courriel pour la journée du 17 octobre 2019.

Début de la pandémie en mars 2020...

Année 2020-2021

Nous n'avons eu aucune réunion au niveau régional. Comme vous le savez, la pandémie (COVID-19) en est la cause.

Notre nouveau responsable régional est Paul St-Hilaire qui remplace Christian Bégin du Grand-Portage qui est décédé.

On essaie de vous informer du mieux qu'on peut.

Continuez à nous lire avec *Le Point de chute*, le site sectoriel, le site régional et le site national.

Daniel Gagné, responsable



Comité des hommes

Rapport d'activités 2019-2021

1- Implication :

- Au conseil d'administration de l'organisme Auton-Homme, ressource pour hommes en difficulté et en croissance personnelle de la région.
- Au comité organisateur pour souligner le 35^e anniversaire de l'organisme AutonHomme.
- Contribution à la préparation d'un mémoire de l'organisme AutonHomme à présenter devant la Commission Laurent sur la DPJ.
- Contribution à l'amélioration de l'offre de services de l'organisme AutonHomme pour les hommes en situation de rupture conjugale.
- Au Comité régional des hommes de l'AREQ Québec-Chaudière-Appalaches.
- Au Comité des hommes de l'AREQ nationale pour le triennat 2017-2020 et contribution au plan d'action du Comité national des hommes.
- Contribution à une étude de l'Institut national de

santé publique (INSPQ) portant sur la consommation d'alcool et de cannabis chez les personnes âgées au Québec.

- Contribution à la recherche de l'AREQ sur la grand-parentalité au masculin.



2- Activités :

- Les 19 novembre 2019 et 2020 : participation à la journée internationale des hommes sous les thèmes : *Partageons nos forces et rêvons encore.*
- Parution d'articles sur la situation des hommes, dans les bulletins sectoriels de 2019 et 2020 et dans le bulletin national, *Quoi de Neuf.*
- Mai 2019 : participation au 5^e Rendez-vous national en santé et bien-être des hommes sous le thème : *Miser sur la santé et le bien-être des hommes, une priorité collective.*

Bernard Deschênes, responsable du comité

Notre site WEB

Rapport du site WEB 2019-2021

Notre site WEB, créé il y a trois ans, sur la plateforme WordPress, par l'AREQ (CSQ) a pour but de vous informer des nouvelles du secteur et de l'AREQ nationale.

Ce site est constamment mis à jour, selon les communiqués de presse du National, les activités à venir, les nouvelles du secteur et des autres secteurs. Le babillard contient différentes informations touchant des cours, des expositions et des stages. La présidente reçoit les articles et elle me les retransmet pour les déposer sur le site. Nous mettons aussi sur le site Web, les bulletins de l'association.

Les responsables du site WEB sont la présidente, Denise Lachance qui approuve tout ce qui s'y retrouve et moi-même, Martin Châteauvert.

Le site possède un compteur qui permet de voir s'il est bien fréquenté (2973).

Rapport Facebook 2019-2021

À tous les jours, la page et le groupe Facebook sont mis à jour. Nous partageons les infolettres et les publications de la page Facebook de l'AREQ (CSQ) nationale, des autres secteurs et des communiqués de presse. Présentement, il y a une vingtaine de membres dans le groupe privé Facebook. On vous invite à vous inscrire, à aimer et à partager avec nous.

Martin Châteauvert, responsable

Assemblée générale sectorielle 2021



Québec–Chaudière–Appalaches
Beauport–Côte-de-Beaupré

CONVOCAATION

Par la présente, nous vous convoquons officiellement à l'assemblée générale sectorielle (AGS) de l'AREQ Beauport–Côte-de-Beaupré.

Date : le vendredi 23 avril 2021

Heure : de 9 h à 10 h 30

En raison de la pandémie et de mesures gouvernementales en vigueur, l'AGS aura lieu exceptionnellement cette année par vidéoconférence Zoom à laquelle il faut s'inscrire.

Les points traités seront les suivants :

- rapport de la présidence ;
- rapport financier ;
- élections au conseil sectoriel ;
- délégation au Congrès.

Un tirage aura lieu parmi les personnes qui auront assisté à toute l'assemblée générale sectorielle.

Veillez également noter qu'une allocation de 25 \$ sera versée aux personnes participantes à toute l'assemblée générale sectorielle.

Élections

Les personnes qui désirent présenter leur candidature à l'un des postes en élection (présidence, 1^{re} vice-présidence, 2^e vice-présidence, secrétariat et personne 2^e conseillère), peuvent obtenir un bulletin de candidature auprès de la présidente du secteur à denise.lachance@videotron.ca

Denise Lachance
Présidente sectorielle

Inscription à l'assemblée générale sectorielle

Pour participer à l'AGS, nous vous invitons à communiquer avec nous par courriel à nicoleareq@hotmail.com ou par téléphone au 418 406-1487, au plus tard le vendredi 16 avril 2021.

Vous recevrez, 48 heures avant l'AGS, un hyperlien et un mot de passe vous donnant accès à la réunion sur Zoom.

CONVOCATION

Par la présente, nous vous convoquons officiellement à l'assemblée générale régionale (AGR) de l'AREQ Québec–Chaudière–Appalaches (03).

Date : Le lundi 10 mai 2021

Heure : 9 h 30

En raison de la pandémie et de mesures gouvernementales en vigueur, l'AGR aura lieu exceptionnellement cette année par vidéoconférence Zoom.

Les points traités seront les suivants :

- rapport de la présidence ;
- rapport financier ;
- élections au conseil régional ;
- signatures des effets bancaires.

Un tirage aura lieu parmi les personnes présentes.

Veillez également noter qu'une allocation de 25 \$ sera versée aux personnes participantes.

Élections

Les personnes qui désirent présenter leur candidature au poste de la présidence régionale, peuvent obtenir un bulletin de candidature auprès de la présidence d'élection de la région à remois@videotron.ca avant le samedi 1^{er} mai 2021.

Carole Pedneault

Présidente régionale

Inscription à l'assemblée générale régionale

Pour participer à l'AGS, nous vous invitons à communiquer avec nous par courriel à carole.pedneault@hotmail.com au plus tard le samedi 1^{er} mai 2021.

Une fois votre inscription complétée, vous recevrez un hyperlien et un mot de passe 48 heures avant l'AGS ainsi que les documents nécessaires.

Comité du bulletin

En raison de la pandémie du COVID-19, notre bulletin Le Point de chute a dû prendre une petite pause cet hiver. Le confinement forçant l'annulation des activités et des sorties, il n'y a donc pas eu de rapports d'activités ni de nouvelles à annoncer dans notre bulletin.

LE POINT DE CHUTE est avant tout un bulletin d'information, il paraît quatre fois par année : en août, en novembre, en mars et en juin.

- Il s'efforce de donner à ses membres toutes les informations pertinentes sur les différents secteurs : national, régional et sectoriel.
- Il annonce les activités proposées aux membres du secteur et en publie les comptes-rendus rédigés par un des participants à l'activité.
- Il transmet aux membres les informations provenant de chacun de nos comités.

Pour l'inscription aux activités, on peut trouver les coupons-réponse à l'intérieur du bulletin et ils sont aussi disponibles sur le site au moment de sa parution. Les bulletins sont archivés et peuvent être consultés en tout temps sur notre site.

www.beauport.areq.lacsq.org

De plus en plus de membres, soucieux de l'environnement en bénéficient et les consultent à l'écran.

Les responsables

Grâce à l'application Zoom, les membres du conseil sectoriel et des différents comités poursuivent leurs travaux ainsi que la planification de nouvelles activités qui sont annoncées dans le bulletin.

- Les membres des comités au conseil sectoriel rédigent les articles à paraître dans le bulletin.
- La présidente Denise Lachance reçoit les articles par courriel, les vérifie et les approuve.
- La mise en page, effectuée par Luciana Tesolin est conçue dans un souci de clarté, de cohérence et de lisibilité. Elle assure aussi la révision des textes, la collecte et la préparation des photos ainsi que les modifications ou corrections nécessaires.
- Les membres du conseil sectoriel ainsi que six autres bénévoles assurent une vérification méticuleuse des textes.

L'envoi du bulletin

Bien que la quantité de bulletins en format papier ait diminué (425 personnes le reçoivent encore en format papier), l'impression, la mise sous enveloppe et l'envoi des bulletins sont assurés par *Les Copies du Pavois* qui est une entreprise d'économie sociale poursuivant la mission de l'organisme en santé mentale *Le Pavois*.

Il est toujours possible de faire un pas pour l'environnement et de diminuer le coût des parutions en faisant parvenir votre adresse courriel à

denise.lachance@videotron.ca

L'implication de nouveaux bénévoles est toujours la bienvenue afin d'assurer la pérennité des publications du bulletin.

Luciana Tesolin et Denise Lachance, responsables



Comité environnement

Rapport annuel 2020-2021

C'est avec plaisir que j'ai accepté de relever le défi en tant que responsable régionale du comité depuis octobre 2020, succédant à Bernard Croteau.

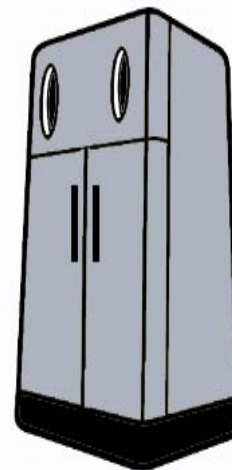
À ce jour, il y a eu trois rencontres virtuelles : le 23 octobre, le 2 décembre 2020 et une autre est prévue en mai.

À notre première rencontre, nous avons fait connaissance et parlé des projets en cours dans chaque section. À la deuxième, nous avons priorisé le thème : **Gaspillage alimentaire**. Un thème stimulant qui fait la différence dans notre quotidien. Suite de notre mise en candidature pour la conférence virtuelle **À vos frigos**, nous avons été sélectionnés. Celle-ci a eu lieu le 29 mars 2021.

En octobre 2020, il y a eu une participation active des membres pour la semaine SQRD (semaine québécoise de récupération des déchets) soit en restaurant le projet Z et toutes autres interventions en lien avec le thème.

Avec l'engagement de chaque responsable de secteur en environnement, des petites actions au quotidien se concrétisent ayant comme but de faire une différence.

À vos frigos !



Lyne Camiré, responsable sectorielle et régionale

Comité des assurances

Tout le monde tourne au ralenti, l'AREQ aussi et le contact nous manque.

En 2020, nous avons eu une rencontre ZOOM avec le responsable régional d'une durée de 90 minutes. Le résultat de cette rencontre est apparu dans notre bulletin *Le point de chute 2020*.

Une autre rencontre ZOOM est prévue plus tard dans la saison, donnée par Johanne Freire. Le principal sujet sera : *Assurance-voyage avec assistance et assurance annulation de voyage*.

C'est d'ailleurs le titre d'un nouveau document qui vient remplacer les pages 30 à 42 de notre brochure 2015.

Ce nouveau document se trouve sur le site WEB de l'AREQ.

<https://areq.lacsq.org/wp-content/uploads/Dpliant-ASSUREQ-ASSURANCE-voyage.pdf>

Noël Fortier, responsable



Le nouveau document est disponible sur le site WEB de l'AREQ.

Fondation Laure-Gaudreault



Pour notre région, Québec–Chaudières-Appalaches en 2019 nous avons reçu 18 036 \$ et la Fondation a remis 16 032 \$. Les demandes s'élevaient à un peu plus de 43 000 \$. Le 24 septembre 2020, le Bureau régional de la FLG s'est réuni pour choisir les bénéficiaires de chaque secteur, et le nôtre ayant donné 1404 \$ en 2019, le montant distribué a été de 1264 \$ en tenant compte du 90% à donner.

Le seul projet qui a été présenté dans notre secteur a été retenu, celui des *Petits chanteurs de Beauport* qui ont reçu 1000 \$ comme demandé.

Il faut se rappeler que la mission principale de la Fondation se résume en AIDE AUX PERSONNES DANS LE BESOIN sous forme directe ou en passant par un organisme reconnu. L'année 2020 a été particulière, mais la Fondation a fourni tous les efforts possibles pour poursuivre ses objectifs afin de répondre à des

gens dans le besoin. Elle sollicite votre collaboration pour continuer d'amasser des fonds pour l'année 2021 et surtout pour lui faire connaître des besoins auxquels elle pourrait répondre.

En 2020, les fonds amassés pour notre région sont d'environ 10 000 \$. Nous vous sommes reconnaissants et vous remercions pour votre générosité.

La Fondation souhaite vivement aider le plus possible et pourra le faire grâce à vous. Sur le site web de la fondation : **fondationlg.org** vous pouvez suivre les directives pour faire un don en choisissant la région Québec–Chaudières-Appalaches et nous vous ferons parvenir votre reçu pour l'impôt.

Pour un don par la poste ou en argent vous trouverez tous les renseignements nécessaires sur le site :

fondationlg.org/comment-donner.

Merci de votre soutien.

Nicole Vallée Larue, responsable

Nécrologie

*Sylvie Croteau, sœur de Bernard Croteau ;
Rodrigue Gagnon, frère de Céline Gagnon ;
Gilles Poulin, conjoint de Micheline Laviolette ;
Albert Rhéaume, conjoint de Carmen Gravel ;
Jacques Roussin, conjoint de Nicole St-Amant.*

*À ces familles éprouvées, nous offrons nos plus sincères condoléances.
Noël Fortier*



Consultez régulièrement les sites de l'AREQ :

beauport.areq.lacsq.org

areq.lacsq.org/publication/quoi-de-neuf

Pour l'espoir...



**Opération
vaccination
COVID-19**

...et la santé

beauport.areq.lacsq.org

Faites partie des 607 personnes éco-responsables qui reçoivent le bulletin virtuel pleines couleurs !
Envoyez votre adresse courriel à denise.lachance@videotron.ca et un message vous informera
que le bulletin est disponible sur le site.

CONSEIL SECTORIEL

Présidence

Denise Lachance 418 666-7895
denise.lachance@videotron.ca

1^{re} vice-présidence

Poste vacant

2^e vice-présidence

Daniel Gagné 418 822-2876
gagne_daniel@hotmail.com

Trésorerie

Nicole Vallée Larue 418 406-1487
nicoleareq@hotmail.com

Secrétariat

Bernard Deschênes 418 663-1649
bernard.deschenes@hotmail.com

1^{er} conseiller

Noël Fortier 418 948-0895
nfortier@ccapcable.com

2^e conseillère

Lyne Camiré 418 829-0697
lyne874@gmail.com

Présidente régionale

Carole Pedneault caroleareq@hotmail.com

AREQ (changement d'adresse et de téléphone)

Secrétariat 418-525-0611
info@areq.lacsq.org

FLG 418-667-8850

AREQ-CSQ 1-800-663-2408

CARRA 1-800-463-5533

SSQ 1-888-833-6962

NOS COMITÉS

Fondation Laure-Gaudreault

Nicole Vallée Larue 418 406-1487

Comité des femmes

Poste vacant

Comité des hommes

Bernard Deschênes 418 663-1649

Comité des assurances

Noël Fortier 418 948-0895

Comité de l'environnement

Lyne Camiré 418 829-0697

Comité de la retraite

Daniel Gagné 418 822-2876

Comité action sociopolitique

Poste vacant

Comité hommage à nos personnes âgées

Danielle Rondeau 581 300-1413

Chaîne électronique

Denise Lachance denise.lachance@videotron.ca

Bulletin

Luciana Tesolin 418 660-4483

Denise Lachance 418 666-7895

Site WEB

Denise Lachance denise.lachance@videotron.ca

Martin Châteauvert martinchateauvert@hotmail.com

Cartes d'anniversaire

Ginette Marcoux-Demers 418 667-9882

Jocelyne Nadeau 418 762-1100

Micheline St-Pierre Jourdain 418 667-0644

Lucie Thomassin 418 663-6461

Un merci tout particulier à tous nos collaborateurs au bulletin.