



## Retour sur le Conseil national de l'AREQ

Le Conseil national (CN) automnal de l'AREQ a réuni plus de 100 personnes élues de l'ensemble des régions et des secteurs de l'AREQ, du 19 au 22 octobre 2009 à Jonquière, au Saguenay–Lac-St-Jean.

Lors de ce CN, les personnes déléguées ont abordé plusieurs dossiers majeurs. D'abord, elles ont effectué un retour sur la manifestation du 30 septembre pour réclamer la création d'une table de travail avec le gouvernement sur la protection du pouvoir d'achat. Elles ont également fait le point sur la négociation en cours des conventions collectives, incluant les régimes de retraite, des employés de l'État réunis en Front commun.

### Réflexions sur l'euthanasie et l'éthique

De plus, l'AREQ a reçu M. Marcel Mélançon, professeur associé en bioéthique à l'UQAC, à propos d'un enjeu social majeur : le droit de mourir dans la dignité. Le professeur Mélançon a notamment expliqué la différence entre les concepts d'euthanasie, de suicide assisté et de soins palliatifs. Au terme de son exposé, l'AREQ a réclamé que le gouvernement apporte un meilleur éclairage au débat social qui entoure cette question délicate. Rappelons que le plan d'action 2008-2011 de l'Association prévoit qu'elle ouvre un débat sur le droit de mourir en toute dignité. La réflexion à cet égard se poursuivra lors du prochain Conseil national qui aura lieu en avril 2010.

Les personnes déléguées se sont aussi entretenues avec le professeur Henri Lamoureux concernant l'éthique et la gouvernance. Elles ont également fait le point sur le projet SIRA Santé, réalisé par l'AREQ et financé par le Secrétariat aux aînés.

Enfin, le Conseil national a été l'occasion d'adopter les prévisions budgétaires 2009-2010 de l'AREQ, de dévoiler le nouveau site Internet de l'Association et d'actualiser la « Politique portant sur les personnes amies de l'AREQ ».

Nos remerciements à l'AREQ Saguenay–Lac-St-Jean pour leur accueil de même qu'au personnel organisateur et aux bénévoles pour leur gentillesse, leur compréhension et leur sourire!

### Dans ce numéro :

Retour sur le Conseil national de l'AREQ

1

Formations gratuites de la Commission des droits de la personne

2

À surveiller en novembre

2

Un nouveau site Web pour l'AREQ

3

Partenariat avec la Fondation des maladies du cœur du Québec

4

Capsule homme

4

Nos comités à pied d'œuvre

5

Capsule verte

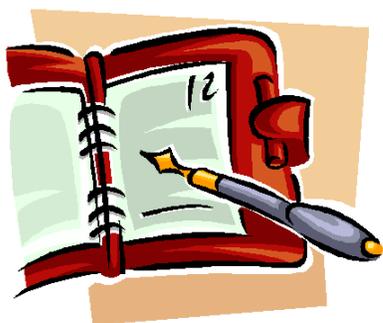
5

## Formations gratuites de la Commission des droits de la personne

La Commission des droits de la personne et des droits de la jeunesse offre des formations gratuites intitulées « Acteurs et stratégies pour une défense communautaire des droits ». Ces formations s'adressent à toutes les personnes désirant s'initier à la défense des droits ou à la mobilisation citoyenne. Plus précisément, l'objectif est de développer un coffre d'outils théoriques et pratiques pour concevoir, planifier et évaluer divers scénarios d'intervention communautaire en matière de défense des droits et de développement social.

- ✧ Durée : 2 sessions de 3 heures ainsi qu'une journée de travail de 6 heures
- ✧ Nombre de personnes : 12 à 15

Les régions et les secteurs qui souhaitent obtenir plus d'information à ce sujet peuvent communiquer avec Jean-Marc Harnois par courriel à [jean-marc.harnois@cdpdj.qc.ca](mailto:jean-marc.harnois@cdpdj.qc.ca) ou par téléphone au 514 873-5522 ou 1 800 361-6477.



### À surveiller en novembre

- ✧ **Conseil exécutif**  
3-4-5 (a. m.) novembre
- ✧ **Comité de sélection pour les projets « AREQ en action »**  
4-5 novembre
- ✧ **Comité national de la condition des hommes**  
6 novembre
- ✧ **Comité national de l'environnement et du développement durable**  
10 novembre
- ✧ **Comité national des assurances**  
10 novembre
- ✧ **Correction des épreuves du magazine *Quoi de neuf***  
10 novembre
- ✧ **Comité national de la retraite**  
11 novembre
- ✧ **Rencontre des personnes responsables régionales en environnement et développement durable**  
11 novembre
- ✧ **Rencontre de planification et d'évaluation du magazine *Quoi de neuf***  
12 novembre
- ✧ **Conseil d'administration spécial**  
Date à confirmer
- ✧ **Comité national des communications**  
16 novembre
- ✧ **Comité national de l'action sociopolitique**  
18 novembre
- ✧ **Comité national de la condition des femmes**  
19 novembre
- ✧ **Rencontre des responsables régionales de la condition des femmes**  
20 novembre
- ✧ **Comité national des Statuts**  
24-25 (a. m.) novembre
- ✧ **Groupe de travail des associations de retraités (GTAR)**  
26 novembre



## L'AREQ sur la place publique (communiqués)

**22 octobre 2009**

L'AREQ demande au gouvernement d'apporter un meilleur éclairage au débat social entourant l'euthanasie et le suicide assisté

**19 octobre 2009**

### Promotion de la santé chez les personnes âgées

L'AREQ et la Fondation des maladies du cœur du Québec annoncent une entente de partenariat

**1<sup>er</sup> octobre 2009**

Journée internationale des personnes âgées : l'AREQ et la CSQ rappellent l'engagement social majeur des personnes retraitées

**Vous pouvez consulter tous les communiqués de l'AREQ au [www.areq.qc.net](http://www.areq.qc.net).**

## Un nouveau site Web pour l'AREQ

Le nouveau site Internet de l'AREQ est en ligne depuis le 28 octobre. L'adresse du site demeure la même : [www.areq.qc.net](http://www.areq.qc.net).

Le nouveau site, qui repose sur la technologie TYPO3, reprend les applications fort prisées qui existaient auparavant : actualités, communiqués, activités à venir, etc. Son moteur de recherche est plus performant.

Il présente aussi de nouvelles sections pour offrir plus d'information sur les services offerts par l'AREQ et les grands dossiers traités par nos centaines d'élus et de bénévoles actifs partout au Québec.

Autres ajouts intéressants : la « question de la semaine » et une carte dynamique de nos régions. D'autres améliorations devraient être apportées au cours des prochains mois, dont une version virtuelle du magazine *Quoi de neuf* et une section réservée aux membres de l'AREQ.

La refonte du site Internet a pour but de répondre aux besoins croissants et variés d'information de nos membres. Elle vise du même coup à rafraîchir la présentation visuelle du site pour le rendre plus convivial et épuré. Cette refonte est le fruit d'une démarche collective. Ainsi, les membres du comité national des communications et le personnel de l'AREQ ont été consultés. L'ensemble des membres de l'AREQ est aussi invité à transmettre leurs commentaires et suggestions.

## Partenariat avec la Fondation des maladies du cœur du Québec

L'AREQ et la Fondation des maladies du cœur du Québec ont annoncé le 19 octobre dernier une entente de partenariat en matière de promotion de la santé, particulièrement en lien avec la saine alimentation et les facteurs de risque des maladies cardiovasculaires. Cette entente prévoit la mise sur pied de plusieurs initiatives en matière d'information et de formation destinées aux membres de l'AREQ : conférences sur mesure en région, diffusion de capsules dans les outils d'information de l'AREQ (magazine *Quoi de neuf*, bulletin *Le Focus*, site Internet) et un programme d'information. Plus de détails à ce sujet seront connus au cours des prochaines semaines.



Cette annonce avait lieu dans le cadre de l'assemblée générale d'ASSUREQ. À cette occasion, les membres d'ASSUREQ ont réélu trois représentants au sein de leur Conseil d'administration. Le C. A. 2009-2010 est formé de Mme Sonia Desgagné (présidente), M. Pierre Haché (réélu 1<sup>er</sup> vice-président), M. Claude Chevrier (2<sup>e</sup> vice-président), M. Pierre-Paul Côté (réélu secrétaire) et M. Denis Laplante (réélu trésorier).

### Messieurs, saviez-vous que... <sup>1</sup>

- Au niveau des comportements plus à risque, la proportion de la population de 18 ans et plus présentant un surplus de poids (2003) :
  - ✧ **Hommes 55 % - Femmes 39 %**
- Taux de mortalité par maladies associées au tabagisme pour 100 000 habitants (2006) :
  - ✧ **Hommes 293 - Femmes 177**
- Nombre annuel moyen de décès par accidents de véhicules à moteur (de 2000 à 2005) :
  - ✧ **Hommes 496 - Femmes 201**
- Nombre annuel moyen de décès par traumatismes non intentionnels (de 2000 à 2005) :
  - ✧ **Hommes 1 209 - Femmes 201**

D'autres données vous seront offertes dans les mois à suivre non pas dans le but de vous déprimer, mais bien au contraire de vous souligner l'importance d'adopter de saines habitudes de vie. Au plaisir de pouvoir discuter d'homme à homme avec vous!



<sup>1</sup> : Données tirées de l'article « Des chiffres et des hommes » Par Jonathan Trudel, dans l'édition de l'Actualité.com du (2 Mars 2009), [http://www.lactualite.com/20090302\\_165304\\_5428?page=0.0](http://www.lactualite.com/20090302_165304_5428?page=0.0)

## AREQ (CSQ)

**Une association regroupant plus de 53 000 personnes retraitées de l'éducation et des autres services publics**

### COORDONNÉES :

320, rue St-Joseph Est  
Bureau 100  
Québec (Québec)  
G1K 9E7

### TÉLÉPHONE :

418 525-0611  
1 800 663-2408

### TÉLÉCOPIE :

418 525-0769

### COURRIEL :

[areq@csq.qc.net](mailto:areq@csq.qc.net)

[www.areq.qc.net](http://www.areq.qc.net)

Le Focus est un bulletin mensuel d'information destiné principalement aux personnes présidentes des régions et des secteurs de l'AREQ.

### COORDINATION : **Dominic Provost**

Conseiller en communication

[provost.dominic@csq.qc.net](mailto:provost.dominic@csq.qc.net)

### CONCEPTION :

**Martine Faguy**

Secrétaire affectée aux communications, sociopolitique et condition des femmes

[faguy.martine@csq.qc.net](mailto:faguy.martine@csq.qc.net)



## Nos comités à pied d'œuvre

Avec la tenue du Conseil national automnal, un seul comité consultatif de l'AREQ s'est réuni en octobre. En voici le résumé :

**Comité national de l'action sociopolitique (13 octobre) :** les membres du comité ont été informés de l'état d'avancement du projet SIRA Santé mené par l'AREQ et d'un projet concernant la maltraitance envers les personnes âgées. Ils ont également discuté de leur plan d'action, particulièrement en lien avec la santé, sous les volets de l'accessibilité et du financement du système de santé. À cet égard, ils ont convenu d'organiser une rencontre de formation sur la pauvreté et l'accessibilité au système de santé à l'intention des personnes responsables régionales, le 8 décembre prochain. Enfin, les membres ont discuté des autres dossiers prioritaires comme la réforme du mode de scrutin et le financement des services publics.

## Saviez-vous...

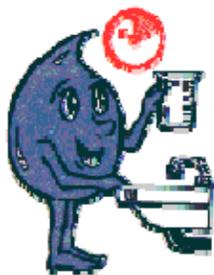
### combien peut-on « manger » d'eau?

(Par Mme Claudette Lefebvre)



En plus de son pays de provenance, la quantité d'eau utilisée pour produire un aliment peut dépendre de l'aliment lui-même.

- Une tranche de pain blanc demande 45 % plus d'eau à produire qu'une tranche de pain brun. Pourquoi? Eh bien le pain blanc est fait de plus de farine et cette farine est en plus blanchie.
- L'élevage implique aussi l'utilisation d'un très grand volume d'eau. On doit abreuver le bétail, nettoyer les installations et l'équipement. En plus, le bétail doit être alimenté avec une certaine quantité de nourriture qu'il faut produire et qui nécessite en soi une certaine quantité d'eau.



Dans le prochain *Focus*, nous donnerons quelques exemples d'aliments et la quantité d'eau nécessaire pour leur production.