

POUVOIR D'ACHAT
Deux pas dans
la bonne direction

EUTHANASIE
L'AREQ dépose
un mémoire nuancé

Quoi de neuf

Le magazine de l'AREQ 

octobre - novembre 2010 | www.araq.qc.net

DOSSIER LA RECONSTRUCTION D'HAÏTI

Ti-peyi mwen pa sispann krye

(Mon pays continue de pleurer)



DOSSIER

LA RECONSTRUCTION D'HAÏTI



POUVOIR D'ACHAT

Deux pas dans la bonne direction

12



EUTHANASIE : L'AREQ dépose un mémoire nuancé

8



ÉDITO : Vivre le moment présent!	3
PLACE PUBLIQUE	4
OPINION	5
LA VIE DANS NOS RÉGIONS	
L'histoire des régimes de retraite et de l'indexation, de 1900 à nos jours	6
Le Jour de la Terre, édition 2010 à Lac-Mégantic	7
EUTHANASIE : L'AREQ dépose un mémoire nuancé	8
CONGRÈS 2010 : En marche vers le congrès	10
POUVOIR D'ACHAT : Deux pas dans la bonne direction	12
ENTREVUE : Robert Gaulin, volubile et engagé!	14
ACCOMMODEMENTS	
Le gouvernement Charest n'est ni pour ni contre, bien au contraire	16
ASSURANCES	
Les tarifs de la RAMQ au 1 ^{er} juillet 2010	18
DOSSIER : LA RECONSTRUCTION D'HAÏTI	
Ti-peyi mwen pa sispann krye (Mon pays continue de pleurer)	19
Haïti est en lutte et nous ne baisserons pas les bras	20
Reconstruire Haïti exige une mobilisation nationale pour changer son image!	21
L'Haïti post-séisme : Qui reconstruit quoi, pourquoi faire?	22

Haïti : reconstruction et croissance après le séisme	24
« Ce jour-là, la terre a tremblé »	25
ACTION SOCIOPOLITIQUE : Raviver l'esprit citoyen	27
Projet SIRA Santé : Un poids pour la société?	28
ACTIVITÉ PHYSIQUE	
Être actif et en forme à la retraite	29
EN BREF...	30
NUTRITION : La vitamine D	31
CONDITION DES FEMMES	
Môman travaille pas, elle a trop d'ouvrage	32
CAMPAGNE D'ENTRAIDE 2010	33
QUESTIONS HEBDOMADAIRES	33
DISTRACTION	34
PETITS PLAISIRS : Promenade dans le sous-bois	36
LA SOURCE DES MOTS : L'@ en quelques mots	37
NOS MEMBRES PUBLIENT	38
VERT... DEMAIN : Un pour tous, tous pour l'eau!	39
CHRONIQUE : Un auteur prolifique s'éteint	40
FONDATION LAURE-GAUDREAU	
La région de l'Estrie et la reconnaissance	41
WWW	42
CHRONIQUE D'UN PASSEUR	
Les séismes de l'injustice	43

Fondée en 1961, l'AREQ (CSQ) – Association des retraitées et retraités de l'éducation et des autres services publics du Québec, regroupe plus de 54000 personnes retraitées, issues des secteurs de l'éducation, de la santé, des services de garde, des communications, des loisirs, de la culture et du milieu communautaire. Elle est affiliée à la Centrale des syndicats du Québec (CSQ). Édité à Québec avec la collaboration de la Centrale des syndicats du Québec 320, rue St-Joseph Est, bureau 100, Québec (Québec) G1K 9E7 / **Téléphone** : 418 525-0611 / 1 800 663-2408 / **Télexcopie** : 418 525-0769 / **Courriel** : areq@csq.qc.net / **Site Internet** : www.araq.qc.net / **Coordination** : Dominic Provost et Annie Brochu / **Équipe de conception et de correction** : Denys Bergeron, Jules Desfossés, Ghislaine Émond, Michel Jacques et Renaud Turcotte / **Révisure linguistique** : Lyne Gariépy / **Diffusion** : Annie Brochu / **Design graphique** : Denis Bernard / **Assistante à la production** : Louise St-Gelais / **Gestion scriptovisuelle** : Louise Rochefort / **Préresse** : Graphiscan Transcontinental / **Impression** : Transcontinental / **Tirage** : 57 700 exemplaires / **Dépôt légal** : Bibliothèque nationale du Québec / **Poste-publications** : N° de convention 40007982 / ISSN : 0822-7292 / **Crédit photo des auteurs** : Denys Bergeron (Danielle Couture) / **Photo de la couverture** : Marie Marsolais / *Les idées et les opinions exprimées dans les chroniques et les textes publiés dans le magazine Quoi de neuf n'engagent que les personnes qui les ont rédigés.*



Vivre le moment présent!

Depuis quelque temps, je me fais demander ce que je ferais à la suite de mon mandat à la présidence en juin 2011. Ayant été élue pour un mandat de deux ans en 2003, tout comme plusieurs présidentes et présidents régionaux ou sectoriels, cela fera donc huit ans que je participe à la vie aréquienne au niveau national. Oui, bien sûr, il me faut envisager diverses possibilités, car on ne peut, du jour au lendemain, cesser une implication quotidienne...



Mariette Gélinas
Présidente
mariettegelinas@videotron.ca

Mais, si la vie du peuple haïtien a été complètement changée, après seulement quelques minutes de séisme, que ce peuple a dû se retrousser les manches afin de faire face au présent, pour moi comme pour vous, le moment présent est le plus important.

Accaparer le passé n'apporte rien sauf pour améliorer notre comportement, nos attitudes, référer aux stratégies gagnantes, délaisser les perdantes. Penser à l'avenir, oui, s'y préparer d'une

la richesse, l'expertise et la contribution des personnes âgées souvent considérées, à tort, comme un fardeau pour la société, autant au plan financier pour le gouvernement qu'au plan de l'engorgement du système de santé.

Dernièrement, une étude mentionnait que les problèmes causés par les cigarettes sont à ce point importants que, s'ils étaient enlevés, il y aurait beaucoup moins de malades dans les hôpitaux. Et les fumeuses et les fumeurs ne sont pas que des personnes âgées!¹

Si chacune et chacun des membres de l'AREQ profitait de ce mois d'octobre pour faire valoir un des apports des

des femmes, se prononce, entre autres, pour des services publics de qualité. L'AREQ et ses membres devront donc surveiller le gouvernement Charest dans les domaines de la santé mais aussi des finances publiques. Bienvenue à la nouvelle présidente du Conseil du trésor, M^{me} Michelle Courchesne. Nous espérons qu'elle contribuera à l'amélioration économique des personnes retraitées de l'État en formant une table de travail avec celles-ci afin de rétablir la protection du pouvoir d'achat.

Enfin, les réflexions pour un Congrès rassembleur axé sur les préoccupations des membres et des personnes âgées et retraitées, et tenant compte de la solidarité intergénérationnelle, sont amorcées. Il importe de continuer le travail dans les secteurs, au quotidien!

« **Le secret de la santé physique et mentale est de ne pas s'en faire avec le passé, de ne pas s'inquiéter du futur ou d'anticiper les problèmes.** »

(auteur inconnu)

certaine façon par une attitude positive, mais se faire du souci et essayer de prédire ce qui va arriver, c'est spéculer et bien souvent investir des énergies au mauvais endroit, car il y a tant de choses à faire aujourd'hui, au quotidien.

Journée internationale des aînés

Parmi les actions à continuer, il y a toujours la promotion de l'apport des personnes âgées et retraitées à la société. La Journée internationale des aînés 2010 : Plus on marche longtemps, plus on laisse de traces, est un moment exceptionnel pour promouvoir

âînés et aînés à notre société, tant au plan économique que familial et social, du bénévolat réalisé par ces personnes et de la place qu'elles devraient occuper comme citoyennes et citoyens à part entière, cela ferait plus de 54 000 interventions qui aideraient à contrer des préjugés et à changer les mentalités.

La Marche mondiale des femmes

Du 12 au 17 octobre, notons aussi la Marche des femmes dans les régions sous le thème : *En 2010, ça va marcher!* La Marche des femmes qui revendique l'égalité économique des hommes et

Savoir profiter du moment présent, savoir vivre pleinement chaque instant et ne pas uniquement penser aux jours à venir, voilà un défi à relever dès maintenant! Comme l'écrivait Charles Caleb Colton : *Le moment présent a un avantage sur tous les autres : il nous appartient!*

¹ Une étude réalisée par les économistes du Groupe d'Analyse pour le compte de la Coalition québécoise pour le contrôle du tabac révèle qu'en 2008 le tabagisme était responsable d'environ le tiers (32,6 %) des coûts associés aux journées complètes d'hospitalisation dans les grands centres hospitaliers de courte durée du Québec. Source : www.cqct.qc.ca

L'AREQ bouge, s'exprime, revendique. Nous vous résumons ici les principales sorties publiques de l'Association depuis la dernière parution du magazine *Quoi de neuf*.



Dominic Provost
Conseiller en communication
provost.dominic@csq.qc.net

11 août 2010

Une nouvelle présidente du Conseil du trésor

L'AREQ a accueilli positivement la nomination de M^{me} Michelle Courchesne à titre de présidente du Conseil du trésor. La nouvelle titulaire sera appelée à donner suite aux dispositions de l'entente touchant la retraite intervenue en juin entre le gouvernement et le Front commun syndical. Elle agira également comme interlocutrice dans le dossier de la protection du pouvoir d'achat des personnes retraitées. L'AREQ a bon espoir que la nouvelle présidente du Conseil du trésor saura davantage faire preuve d'écoute et d'ouverture que la titulaire précédente face aux demandes tout à fait légitimes et raisonnables de dizaines de milliers de personnes retraitées de l'État.

30 juin 2010

Négociations: l'AREQ accueille favorablement l'entente

Réagissant à l'entente survenue en Table centrale entre le Front commun et le gouvernement sur le dossier de la retraite, l'AREQ a accueilli favorablement le fait que les surplus de la caisse de retraite des salariés soient affectés à l'indexation de leur rente pour les années 1982 à 2000. (Voir autre texte page 12.) Il n'y a toutefois aucune décision quant à l'indexation de la partie

des prestations payées par la partie gouvernementale. Par contre, advenant un surplus de la caisse, le gouvernement s'est engagé à entreprendre des discussions sur le sujet. L'AREQ entend toutefois poursuivre les démarches nécessaires pour atteindre le maintien du pouvoir d'achat de ses membres.

15 juin 2010

Un appui au Plan d'action contre la maltraitance

L'AREQ a salué le lancement du Plan d'action gouvernemental contre la maltraitance par la ministre responsable des Aînés, Marguerite Blais. À cet égard, l'AREQ souligne que, selon une récente enquête menée auprès de ses membres, 6 % d'entre eux connaissent personnellement une personne aînée ayant subi de mauvais traitements. Il ne s'agirait que de la pointe de l'iceberg, car la plupart des cas de maltraitance ne sont pas connus ou, pire, ne sont pas signalés.

« Nous sommes heureux que le gouvernement reconnaisse l'importance d'informer et de sensibiliser la population concernant les abus envers les personnes aînées. Malheureusement, encore aujourd'hui, il s'agit d'un tabou. Or, la capacité des gens de vieillir dans la dignité et la sécurité constitue un véritable enjeu de société. En ce sens, ce Plan d'action rejoint les priorités de l'AREQ », a souligné la présidente de l'AREQ, Mariette Gélinas.

Rappelons que le Plan d'action gouvernemental prévoit quatre mesures, dont les deux plus importantes constituent

la diffusion d'une campagne de publicité mettant en vedette le comédien Yvon Deschamps, lui-même un aîné, et l'implantation d'une ligne téléphonique d'écoute et de référence.

8 juin 2010

Comité consultatif sur l'indexation: un pas dans la bonne direction

Réagissant au rapport de la Commission des finances publiques concernant son mandat d'initiative sur l'indexation des régimes de retraite, l'AREQ a jugé comme un premier pas dans la bonne direction la recommandation de créer un comité consultatif sur l'indexation au sein de la CARRA. (Voir autre texte page 12.) L'AREQ considère par ailleurs que la réflexion amorcée par la Commission des finances publiques, lors des audiences publiques tenues en février dernier, devra se poursuivre au cours des prochains mois, comme le laisse entendre le rapport de la Commission.

12 mai 2010

N'abolissons pas le Conseil des aînés

L'AREQ, de même que le Réseau FADOQ, l'Association québécoise de défense des droits des retraités et pré-retraités (AQDR) et l'Association québécoise des retraité(e)s des secteurs public et parapublic (AQRP) se sont opposés à l'adoption de la partie du projet de loi 104 intitulé Loi sur l'abolition de certains conseils et du Fonds du service aérien gouvernemental qui s'applique au Conseil des aînés.

Faites-nous part de vos commentaires et de vos suggestions pour améliorer le contenu et la présentation de votre magazine à l'adresse électronique suivante quoideneuf.araq@csq.qc.net. Il nous fera plaisir de vous publier!

Les quatre associations estiment que le Conseil des aînés s'acquitte adéquate-ment, dans la mesure de ses ressources, de son rôle de promotion des droits des personnes âgées, de leurs intérêts et de leur participation à la vie collective, et qu'il est pertinent de maintenir le rôle de conseil indépendant assumé par cet organisme sur toute question qui touche les personnes âgées.

De plus, considérant l'importance de favoriser l'exercice des droits individuels et collectifs de toutes les personnes, dont les personnes âgées, et que les aînés seront appelés à jouer un rôle de plus en plus actif dans la société québécoise, les quatre associations estiment que l'abolition du Conseil des aînés signifierait un recul des droits des personnes âgées au Québec.

22 avril 2010

Il faut bonifier le SRG

« Des dizaines de milliers de personnes âgées, qui ont largement contribué à la société, vivent dans la pauvreté, parfois même dans l'indifférence générale. Aujourd'hui, nous devons poser un geste de reconnaissance envers ces personnes vulnérables et laissées pour compte, dont une majorité sont des femmes. C'est une question de justice sociale. C'est pourquoi l'AREQ joint sa voix à celle du Bloc québécois, des autres partis d'opposition fédéraux et de nombreuses associations de personnes âgées, dont la FADOQ, pour appuyer le projet de loi visant à bonifier le Supplément de revenu garanti (SRG). »

C'est en ces termes que s'est exprimée la présidente de l'AREQ, Mariette Gélinas, à l'occasion du dépôt du projet de loi du Bloc Québécois sur le Supplément de revenu garanti devant le Parlement fédéral.



En avant-plan : M^{me} Mariette Gélinas, présidente de l'AREQ.
En arrière-plan : M. Jean-Claude Grondin, président du réseau FADOQ, M^{me} Carole Freeman, députée de Châteauguay – Saint-Constant, M^{me} Madelaine Michaud, présidente de l'AQRP et M. Alain Tanguay, président de l'AQDR de Gatineau.

OPINION

Dans votre dernière livraison en date d'avril-mai 2010, à la page 38, vous présentez le livre intitulé *Gemma, Florence et les robes noires*. On peut y lire des propos offensants pour une large majorité de nos membres, j'en suis convaincu. Alors voici ces propos : « Les femmes du siècle dernier de ce roman dénoncent avec virulence le pouvoir exercé sur elles par les "robes noires" influencées par une institution en décadence, l'Église catholique romaine, soutenue par la supercherie des Saintes Écritures. » Que l'on attaque l'Église, passe encore, mais que l'on s'en prenne aux Saintes Écritures, les traitant de super-

cherie, c'est une véritable aberration! Pas un agnostique ou un athée n'oserait mettre en doute les fondements historiques de la Bible... De tels propos, gratuits et offensants, n'auraient pas dû apparaître dans notre revue. Il ne s'agit pas de censurer, mais tout simplement de ne pas colporter des sornettes quasi haineuses.

À bon entendeur, salut!

Denis Morel
Asbestos

NDRL : Dans un souci de respect de liberté d'expression et de diversité,

l'équipe ne juge pas de la qualité des ouvrages et des propos qu'ils contiennent, à moins bien sûr qu'ils soient haineux ou racistes, ce qui ne semble pas le cas du roman auquel on fait référence. Aussi, comme le stipule également la Politique éditoriale, les idées et les opinions exprimées dans les chroniques et les textes publiés dans le magazine n'engagent que les personnes qui les ont rédigés. Dans ce cas-ci, les opinions sont celles de l'auteur du roman, M^{me} Julie Paquet, dont nous avons simplement reproduit le « quatrième de couverture » (endos du livre).

Montérégie

L'histoire des régimes de retraite et de l'indexation, de 1900 à nos jours

En ce bel après-midi du 29 avril 2010, près de 175 personnes de la Montérégie se réunissent dans une salle sombre (à cause du diaporama présenté) pour entendre parler de quoi? D'indexation! Des membres venus de huit secteurs sur dix ont accepté l'invitation du Vieux-Longueuil. Notre invitée d'honneur n'est nulle autre que M^{me} Louise Charlebois, vice-présidente de l'AREQ et responsable du dossier indexation.

Micheline Landry Coossa
Montérégie (O9) -
Secteur Vieux-Longueuil (E)

Je crois important d'expliquer d'où est venue l'idée de cette rencontre.

Au cours d'une réunion de notre comité sociopolitique, un membre nous confie quelque chose qui le « chicote » depuis pas mal longtemps. Trop de nos retraités baissent les bras devant les attaques du public et celles du gouvernement concernant la demande d'indexation de leurs revenus de retraite. D'une part, on leur dit qu'ils ont une bonne pension et qu'ils se plaignent le « ventre plein », d'autre part, on brandit le déficit et le mauvais état des finances publiques! Lui-même, lors de réunions familiales ou autres, n'ose évoquer le sujet de peur de se faire rabrouer (ce qui est déjà arrivé). Il ne se sent pas outillé pour expliquer les conséquences que cela entraîne à long terme sur notre pouvoir d'achat, ni d'où vient cet argent amassé dans la caisse des retraités. Il n'est donc pas si surpris que tant de nos membres battent en retraite et finissent même par se ranger du côté de la masse.

Séance d'information

Cette véritable plaidoirie nous amène donc à prendre la décision d'organiser une séance d'information sur le

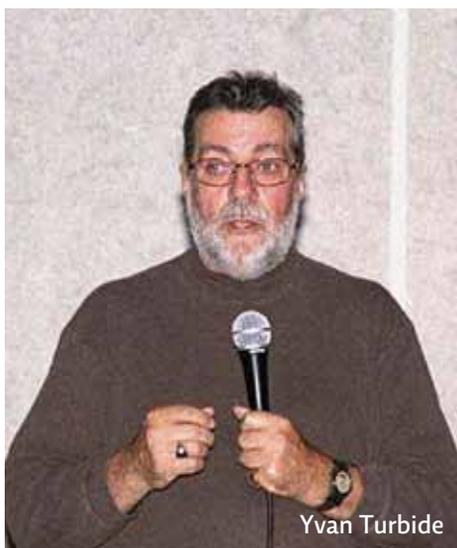


Photo : Clément Rajotte

sujet, non sans adjoindre les membres du comité indexation de notre secteur. Deux autres personnes, une du secteur Lajemmerais et l'autre du secteur Sorel-Tracy, viennent en renfort, sans oublier la participation de notre président de secteur. Douze personnes au total!

Nous souhaitons qu'à la fin de cet événement, les membres comprennent la légitimité de la demande de l'AREQ, soient capables de défendre cette demande à l'aide de l'argumentaire qui sera produit à cet effet et s'impliquent dans les moyens de pression organisés éventuellement par l'AREQ. C'est un gros défi que nous sommes prêts à relever avec enthousiasme.

Yvan Turbide, auquel se joignent Andrée Beaumier, Richard Lépine et

Normand Lussier, accepte de nous préparer un argumentaire dans lequel il sera question de l'historique des régimes de retraite (RRE et RREGOP), de la contribution du gouvernement et de celle des participants, des conséquences de la non-indexation des années 1982 à 2000 et des négociations actuelles : demandes syndicales et offres patronales.

Des participants nombreux et attentifs

Arrive enfin le 29 avril. Les membres sont là, nombreux. Le sujet n'est pas facile! Que de chiffres! Que de statistiques!

Yvan Turbide explique, compare, insiste sur tel ou tel point plus important. Les participants se concentrent, prennent des notes, posent des questions. Les deux heures sont passées. Déjà! Madame Charlebois complète par des informations pertinentes.

Lors de l'évaluation de la rencontre, en grande majorité, les participants déclarent qu'ils comprennent mieux la demande d'indexation, que la présentation de l'argumentaire était compréhensible et intéressante, qu'ils ont maintenant plusieurs éléments pour expliquer notre demande d'indexation, mais qu'une rencontre complémentaire serait bien utile.

Estrie

Le Jour de la Terre, édition 2010 à Lac-Mégantic



Le comité organisateur : Mariette Poulin Grondin, France Laflamme, Isabelle Roy, Françoise Turcotte, Louis Roy, Roch Morin, Roch Bernier, Kateri Pouliot

Déjà au lever du soleil, en ce 22 avril 2010, la brume sur la ville « à couper au couteau » annonçait une journée extraordinaire. Une période de printemps où la chaleur de l'eau rivalise avec la température un peu froide de l'air. Le lac est calme et les montagnes se mirent dans l'eau lorsque les premiers visiteurs arrivent. Tous sont subjugués par la beauté du paysage. Lorsque tous prennent enfin place, l'activité peut commencer.

Kateri Pouliot*

Biologiste et coordonnatrice en environnement, MRC du Granit

Dans une salle magnifiquement décorée par les enfants de classes primaires qui ont fait des projets de bricolage intergénérationnel sous les thèmes de l'environnement et des étoiles, nous avons pu apprécier un tour de chant grandiose, composé de chansons bien choisies par Raphaële Michaud-Gosselin, accompagnée de son père Janot. Viennent ensuite les présentations d'usage, les organisateurs, l'équipe locale de l'AREQ et quelques invités. M^{me} Colette Roy-Laroche, mairesse de la ville de Lac-Mégantic, ainsi que M. Maurice Bernier, préfet de la MRC du Granit font chacun un discours enflammé en présentant l'engagement de la ville et de la MRC pour l'environnement.

Les succès environnementaux diversifiés de la région se succèdent : amélioration de la gestion des matières résiduelles, récupération, compostage (même dans les aires publiques), collecte des RDD, implantation d'une Ressourcerie efficace, gestion modèle pour le Québec de la forêt publique, programme d'aide à la prévention des algues bleu-vert, mise en place d'un règlement sur la protection des plans d'eau à l'automne dernier afin de conserver la beauté de

nos lacs et de diminuer la prolifération des algues bleu-vert.

La MRC a participé à l'implantation sur le territoire de deux parcs de conservation, soit le Parc national de Frontenac et le Parc du Mont-Mégantic. Ce dernier, afin d'assurer la pérennité de son centre de recherche et d'étude en astronomie, a élaboré avec l'aide de la MRC, un projet de lutte contre la pollution lumineuse qui s'est traduit par l'implantation d'une réglementation. Il permet à la MRC du Granit d'être devenue la première Réserve internationale de ciel étoilé au monde.

La journée se poursuit par une conférence de M^{me} Cécile Gladel, journaliste indépendante et auteure de plusieurs livres spécialisés en environnement. Elle nous présente en primeur son livre *Les pollutions invisibles*, qui vient de paraître. La conférencière nous fait prendre conscience des pollutions qui nous entourent sans que nous y prenions garde et qui affectent notre santé. Les ondes électromagnétiques, les bruits, les micro-ondes, la pollution lumineuse, les supposés « sent bon » ou parfums qui masquent les odeurs. Tous ces contaminants invisibles augmentent les risques de développer des allergies ou des hypersensibilités qui dérèglent le système immunitaire des individus touchés. Toutes ces pollutions insidieuses, bien qu'elles semblent anodines, ont des impacts sur notre santé.

Par exemple, la luminosité permanente en zone urbaine, influe sur le cycle du sommeil et de la santé, tant chez les humains que chez les animaux et les plantes.

Après la conférence et un bon dîner, les gens étaient invités à se rendre au lieu de leur rendez-vous environnemental : Le Chiffonnier de la Ressourcerie du Granit, l'Astrolab du Mont-Mégantic, Sanitaire Mégantic ainsi que Tafisa Canada. Toutes les visites ont été très appréciées. Le Chiffonnier de la Ressourcerie du Granit a permis d'apprécier tout ce qui se fait dans la région pour détourner de l'enfouissement les matières réutilisables. À l'Astrolab, une présentation spéciale a été donnée, afin de mieux comprendre l'importance pour la région de protéger le ciel étoilé. Chez Sanitaire Mégantic, l'activité a permis d'avoir une meilleure idée de ce qui se fait avec les matières résiduelles. À cet endroit, l'entreprise est pleine d'idées afin de trouver des voies différentes pour la gestion de ces dernières et ainsi éviter l'enfouissement. Finalement, Tafisa Canada a ouvert ses portes pour une visite de ses installations.

Le comité organisateur est très fier de la réussite de la journée! Les commentaires obtenus nous démontrent la satisfaction de nos invités.

* Ce texte a été rédigé en collaboration avec M^{me} Françoise Turcotte et M. Louis Roy.

Commission spéciale sur la question de mourir dans la dignité: l'AREQ dépose un mémoire nuancé

Au printemps 2010, l'Assemblée nationale créait la Commission spéciale sur la question de mourir dans la dignité. Cette Commission a d'abord rencontré des experts, puis publié un document de consultation. Cet automne, elle tient des auditions publiques sur la question.



Christiane Brinck
Conseillère à la condition des
femmes et à l'action sociopolitique
brinck.christiane@csq.qc.net

Dans le cadre de la consultation générale mise en place par l'Assemblée nationale, l'AREQ n'a pas pris position pour ou contre l'euthanasie. En effet, lors du dernier congrès, les personnes déléguées ont adopté une résolution exigeant qu'avant de prendre position sur la question, l'AREQ mène une consultation dans les secteurs et les régions, ce qui n'a pas été possible avant la tenue des audiences publiques.

L'AREQ a tout de même déposé un mémoire devant la Commission spéciale pour faire part de sa réflexion, exposer ses questionnements et faire état de ses revendications à l'égard des

soins de fin de vie. Le fruit de cette réflexion vise notamment à informer les membres de l'AREQ et à outiller celles et ceux qui souhaitent participer au débat.

La Commission spéciale se déplacera dans plusieurs villes du Québec à la fin de l'été et au cours de l'automne :

« On note dans les sociétés qui ont débattu des questions de l'euthanasie et de dignité en fin de vie une amélioration significative des soins. »¹

Baie-Comeau, Gaspé, Gatineau, Montréal, Québec, Rimouski, Rouyn-Noranda, Saguenay, Saint-Jérôme, Sherbrooke et Trois-Rivières. On y parlera d'euthanasie et de suicide assisté, mais aussi d'acharnement thérapeutique, de refus ou d'arrêt de traitement, de testament de vie, de soins palliatifs et de sédation.

Les auditions publiques se sont amorcées le 7 septembre à Montréal. L'AREQ a été entendue le 30 septembre dans le cadre des auditions des groupes nationaux, à Québec.

Pour prendre connaissance du document de consultation produit par l'Assemblée nationale, pour connaître les

lieux et les dates de consultation, ou encore pour transmettre des commentaires à la Commission, nous vous invitons à visiter le www.assnat.qc.ca

¹ DESBIENS, François Dr. Mémoire déposé lors des « Consultations particulières et auditions publiques dans le cadre du mandat sur la question du droit de mourir dans la dignité », février 2010, p. 4.

Résumé du mémoire de l'AREQ déposé à la Commission spéciale sur la question de mourir dans la dignité

Au nom de la dignité, de la liberté et de l'autonomie, des personnes revendiquent le droit de disposer de leur vie envers et contre tout et le droit de choisir le moment et la façon de mourir. Que signifie réellement ce leitmotiv de « mourir dans la dignité »? Nous sommes inquiets devant ce débat de société sur le droit de mourir dans la dignité alors que presque personne ne semble se préoccuper de toutes ces femmes et tous ces hommes qui n'arrivent même pas à « vivre dans la dignité ».

Le développement fulgurant des sciences et de la médecine, en particulier ces dernières décennies, nous a peut-être laissés rêver d'immortalité. Or, il n'en est rien, nous devons toutes et tous y passer. Cette utopie alimente probablement ce sentiment d'indignation face à la mort.

L'État québécois doit-il légaliser l'euthanasie? Honnêtement, nous sommes tiraillés par cette question. Des réflexions et des discussions sont encore nécessaires à notre avis pour en arriver à un consensus social sur ces questions.

Nous ne sommes pas de celles et ceux qui craignent qu'une loi autorisant l'euthanasie entraîne un jour la

tentation d'éliminer carrément les vieilles personnes. Nous craignons toutefois que les personnes âgées se sentent, d'une certaine manière, poussées vers la sortie.

Nous plaçons les soins palliatifs au cœur de notre présent mémoire parce que nous soupçonnons que cette actuelle demande du droit à l'euthanasie soit justement une réponse au manque flagrant de ressources pour offrir des soins de fin de vie adéquats et suffisants. Les intentions sont bonnes, les pistes d'action semblent pertinentes dans l'ensemble, mais les actions ne sont pas encore vraiment visibles sur le terrain et les besoins sont immenses. L'offre des soins de fin de vie est nettement insuffisante, tant dans les établissements du réseau qu'à domicile et dans les ressources spécialisées.

Nous sommes persuadés que la vraie question n'est pas tant de mourir ou non dans la dignité mais de nous assurer de continuer à offrir et à développer de véritables soins de fin de vie en y mettant les ressources nécessaires pour un accompagnement respectueux de la dignité de la personne.

Le mémoire complet de l'AREQ est disponible au www.araq.qc.net.

Sens et Projet de vie

Un programme court de 2^e cycle pour les personnes au mitan de leur vie

Ce programme, offert à Québec et à Montréal à l'hiver 2011, vous aidera à :

- réfléchir à votre projet de retraite ou de réorientation professionnelle;
- préciser le sens de votre projet de vie;
- vous impliquer dans des projets de réinvestissement social.



Pour en savoir plus : 1 888 843-4333
www.teluq.uqam.ca/sensprojetvie

Unique au Québec, ce programme de 15 crédits (répartis sur 4 cours) allie formation à distance et formation sur campus.

Soirées d'information à la TÉLUQ

À Québec	À Montréal
19 octobre 19h30	21 octobre 19h30
455, rue du Parvis	100, rue Sherbrooke O.
Salle 2232	Salle SU-1550

TÉLUQ
L'université à distance
de l'UQAM

En marche vers le congrès

L'AREQ tiendra son prochain congrès à Québec en juin 2011. Ce congrès marquera le 50^e anniversaire de la fondation de l'Association. À cette occasion, quelque 700 membres délégués adopteront, entre autres, les grandes orientations pour le triennat 2011-2014 et éliront un nouveau Conseil exécutif. Le magazine *Quoi de neuf* publiera des articles à ce sujet dans ses prochains numéros.



Denise Archambault
Directrice générale
archambault.denise@csq.qc.net

un franc succès. Nous avons aussi mis en relief les éléments sur lesquels devront porter nos efforts au cours des prochains mois, tant aux paliers national, régional que sectoriel.

tations 2011-2014, à partir desquelles le plan d'action sera élaboré par le Conseil d'administration et présenté au Conseil national au mois d'octobre 2011, sera au cœur du deuxième.

Bientôt la fin du triennat 2008-2011. Il ne nous reste donc que la présente année pour achever la réalisation du plan d'action découlant des orientations votées lors du congrès de 2008.

Le bilan des deux dernières années, présenté lors de conseils nationaux, nous a permis de constater que bon nombre d'actions ont été menées avec

La tenue du congrès extraordinaire du 30 mai et du congrès régulier des 31 mai, 1^{er} et 2 juin 2011 modulera invariablement nos activités. La région de Québec sera l'hôte de ces deux événements majeurs qui se dérouleront au Centre des congrès. Le premier portera exclusivement sur les Statuts et Règlements de l'Association. L'adoption des orien-

50 ans d'histoire : reflet d'un avenir prometteur est le thème de ce congrès. Depuis sa création au mois de novembre 1961, l'AREQ a connu un essor important et il conviendra de le souligner tout au cours de l'année. Nous profiterons aussi de ce congrès pour rappeler les 20 ans de la Fondation Laure-Gaudreault.



PRINCIPALES ÉTAPES D'INFORMATION PRÉCÉDANT LE CONGRÈS

Annnonce de la tenue du congrès aux membres de l'AREQ	Dans l'édition d'octobre-novembre 2010 du magazine <i>Quoi de neuf</i>
Envoi des propositions de modifications aux Statuts et Règlements par le CN, le CA, les conseils régionaux et les comités directeurs de secteur	Au siège social de l'AREQ (au plus tard le 31 décembre 2010)
Diffusion des propositions de modifications aux Statuts et Règlements	Lors du conseil national du printemps (avril 2011)
Composition des délégations au congrès	Lors des assemblées générales sectorielles précédant le congrès (au plus tard au printemps 2011)
Élection du comité national d'élection	Sur recommandation du CA au Conseil national (au plus tard 60 jours avant la tenue du congrès)
Publicité électorale des candidats aux postes en élection	10 jours avant la tenue du congrès
Diffusion des candidatures officielles à l'élection aux postes du Conseil exécutif de l'AREQ	Immédiatement avant l'ouverture du congrès
Congrès extraordinaire sur les Statuts et Règlements	30 mai 2011
Congrès ordinaire	31 mai au 2 juin 2011

Selon les documents officiels de l'AREQ, « le Congrès est l'instance suprême de l'Association qui réunit, tous les trois ans, quelque 700 membres délégués incluant les membres du Conseil national. Il détermine les politiques générales et les grandes orientations, élit les membres du Conseil exécutif, fixe la cotisation annuelle et adopte les Statuts et Règlements. Pour plus de détails, nous vous invitons à visiter la section **Qui sommes-nous?** au www.araq.qc.net.

Concernant les délégations du congrès, je vous rappelle qu'elles sont composées des mêmes personnes qui, choisies lors de l'assemblée générale de leur secteur, ont ainsi reçu un mandat de représentation de leur groupe. Sans contredit, il s'agit là d'une responsabilité importante. Ces personnes assument un rôle crucial qui requiert une bonne connaissance de ce qu'est une délégation et une juste compréhension de son fonctionnement. En toute occasion, l'intérêt de l'ensemble des membres détermine les interventions à faire. Il importe qu'elles adhèrent à la mission de l'AREQ et participent activement à la vie associative de leur milieu.

Les travaux préparatoires de ces instances sont amorcés depuis déjà plusieurs mois. Les personnes élues, les membres du personnel ainsi que ceux du groupe de travail sur le contenu

du congrès (GTCC) et ceux du comité d'organisation du congrès (COC) se sont penchés sur les différentes facettes des deux événements. Les échéanciers sont respectés et l'ensemble des travaux est en bonne voie de réalisation.

Parmi les activités liées à la préparation des congrès, l'une d'entre elles est la tournée des membres du Conseil exécutif qui, depuis la mi-septembre, visitent les dix régions de l'AREQ. C'est l'occasion, pour les cinq personnes élues du CE, de rencontrer les membres, de recueillir leurs points de vue sur le projet d'orientations et de rappeler l'état d'avancement des travaux confiés au comité des Statuts et Règlements. On souhaite que ce moment d'échange favorise la meilleure participation possible des personnes déléguées de sorte que les décisions adoptées en congrès

reflètent les aspirations de l'ensemble des membres de l'Association.

Propositions de modifications aux Statuts et Règlements

Selon les Statuts et Règlements de l'AREQ (article 27), les instances suivantes peuvent apporter des propositions de modifications aux Statuts et Règlements, et ce, au plus tard le 31 décembre 2010 : le Conseil d'administration, le Conseil national, le conseil régional et le comité directeur du secteur. Un membre de l'Association qui voudrait proposer un amendement doit obligatoirement le suggérer à une de ces instances. Le comité directeur du secteur est l'endroit privilégié pour faire cheminer vos propositions.

Deux pas dans la bonne direction

Le mois de juin 2010 a été marqué par deux avancées dans le dossier de la protection du pouvoir d'achat : la Commission des finances publiques a déposé un rapport concernant son mandat d'initiative sur l'indexation des régimes de retraite, puis le gouvernement et le Front commun annonçaient la signature d'une entente portant sur le renouvellement des conventions collectives des employées et employés du secteur public. Cette entente inclut des dispositions touchant la retraite.



Louise Charlebois
1^{re} vice-présidente
clouise@videotron.ca

Pour les membres de l'AREQ, l'année 2010 a été marquée par deux pas concrets dans la bonne direction. D'abord, le 8 juin, la Commission des finances publiques rendait public son rapport préliminaire découlant du mandat d'initiative sur l'indexation des régimes de retraite tenu en février. Dans ce rapport déposé à l'Assemblée nationale, la Commission propose la création d'un comité consultatif, à la CARRA, sur les services aux retraités et les enjeux de l'indexation. Ce comité consultatif, qui est présenté comme une « interface de discussion et de travail », réunirait les associations de retraités, des syndicats et des gestionnaires des régimes. Il relèverait du CA de la CARRA.

Nous voyons d'un bon œil que la CARRA se dote d'un comité consultatif sur l'enjeu de l'indexation, notamment pour rendre disponible et faire circuler l'information. La recherche et la mise en œuvre de solutions dura-

bles à cette problématique passe évidemment par des échanges ouverts, sur la base d'hypothèses chiffrées et connues. Ce travail, le comité consultatif sera en mesure de l'effectuer. Toutefois, il est clair qu'en définitive, le gouvernement, comme acteur incontournable, devra être partie prenante aux discussions et aux solutions à mettre de l'avant.



vre au cours des prochains mois, comme le laisse entendre le rapport de la Commission. D'ici là, elle entend contribuer activement à la création du comité consultatif de la CARRA et verra à ce que la démarche aboutisse rapidement.

Entente avec le Front commun

Par ailleurs, comme vous l'avez sans doute appris par l'entremise des médias, il y a eu règlement de la négociation entre le Front commun et le gouvernement à la fin-juin. Voici, en résumé, les éléments

de cette entente susceptibles d'affecter notre rente de retraite.

La méthode de financement du régime de retraite : il y a accord pour modifier la méthode de financement du régime de retraite et passer de la prime nivelée à la prime unique, méthode qui permet de déclarer des surplus et des déficits.

Le fonds de stabilisation et le fonds d'amortissement de la cotisation : advenant un surplus de la caisse des salariés, il y a accord sur la création des fonds suivants :

- Un fonds de stabilisation du régime jusqu'à un maximum de 10 % du passif actuariel pour sécuriser le régime;
- Un fonds d'amortissement de la cotisation entre 10 % et 20 %, si le surplus excède 10 % du passif actuariel.

Le taux de cotisation : le passage du régime à la méthode de financement dite à prime unique déclenche une augmentation du taux de la cotisation versée par les personnes au travail. Il y a accord pour que cette augmentation s'effectue à raison d'un maximum de 0,5 point de pourcentage par année pour 2011, 2012 et 2013, afin de réduire l'écart entre la cotisation requise déterminée par l'évaluation actuarielle et la cotisation actuelle. Par la suite, la variation du taux de cotisation se fera selon la mécanique suivante : l'écart, entre la cotisation requise telle que déterminée



Photo : Clément Allard

par l'évaluation actuarielle et la cotisation effective, divisé par 3.

La formule de cotisation : il y a accord pour modifier la formule de la manière suivante : passer graduellement de 35 à 25 % du maximum des gains admissibles (MGA) sur une période de 5 ans, à compter de janvier 2012. Il est à noter que la personne ayant un revenu inférieur au MGA ne cotisera pas plus qu'elle ne le faisait auparavant.

L'indexation de la rente de retraite

Rappelons-nous d'abord que le paiement de la rente de retraite provient de deux sources : 50 % payé par le gouvernement (fonds consolidé du revenu) et 50 % payé par la caisse des salariés. Ainsi, la part du gouvernement ne provient pas d'une caisse dans laquelle il aurait capitalisé sa dette à l'égard de ses retraités.

L'entente signée entre le Front commun et le gouvernement du Québec, le 25 juin dernier, prévoit de l'indexa-

tion pour les années cotisées entre le 1^{er} juillet 1982 et le 31 décembre 1999.

Pour la partie syndicale, au 1^{er} janvier de l'année suivant la production d'une évaluation actuarielle, complète ou partielle, qui apporte un surplus supérieur à 20 % du passif actuariel tout en permettant de couvrir entièrement le coût attribuable à la caisse des salariés, l'indexation est appliquée, de façon *ad hoc*, aux années cotisées entre 1982 et 1999 selon la formule utilisée depuis le 1^{er} janvier 2000 (IPC - 3 % avec un minimum de 50 % de l'IPC).

Pour la partie gouvernementale, il n'y a pas de décision préalable quant à l'indexation de la partie des prestations qui lui est attribuable. Mais il y a un engagement de sa part à entreprendre les discussions sur le sujet une fois un seuil constaté.

Dans le cas où le gouvernement déciderait de ne pas indexer la partie qui lui est attribuable alors que celle de la partie attribuable à la caisse des sala-

riés le serait, il faudra prévoir à la loi une disposition pour que la garantie du partage 50-50 pour les coûts du régime pour le service accompli depuis 1982 reste.

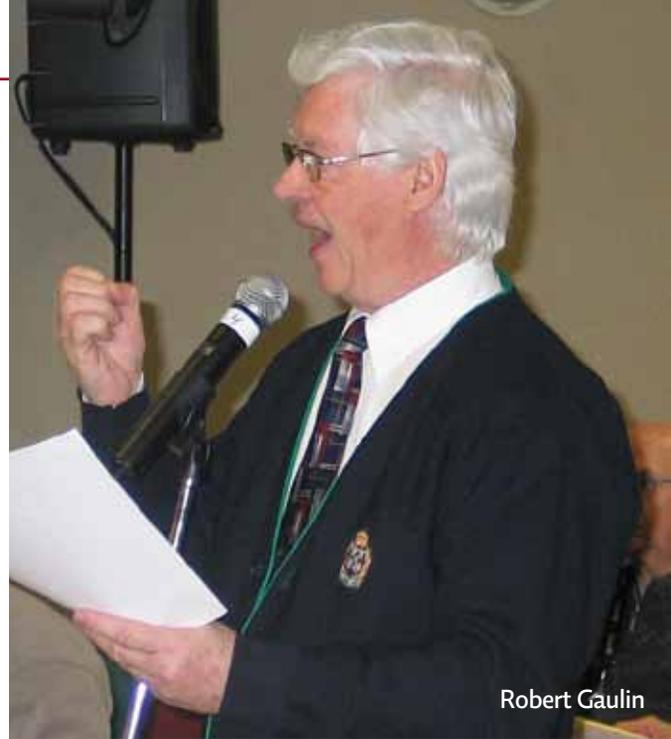
Les démarches de l'AREQ

Tout en accueillant positivement les résultats de l'entente de la négociation en Front commun et le fait qu'on y mentionne pour une première fois que toute personne retraitée ayant des années cotisées entre le 1^{er} juillet 1982 et le 31 décembre 1999 bénéficiera de l'indexation, l'AREQ poursuivra les démarches nécessaires au maintien du pouvoir d'achat de ses membres.

Le comité national de la retraite et les responsables régionaux en indexation ont été convoqués à des rencontres très tôt cet automne. Ces rencontres permettront de faire le point sur les résultats de l'entente intervenue avec le Front commun. Ce sera également l'occasion de planifier nos actions à la lumière de ce nouveau contexte.

Robert Gaulin, volubile et engagé!

Robert Gaulin se passe presque de présentation pour les membres de l'AREQ. L'ancien premier vice-président de l'Association (2005-2008), qui a signé de nombreux textes dans ce magazine à titre de responsable du dossier de l'indexation, a d'abord milité à la CSQ, dont il fut président de 1978 à 1982. Il agit aujourd'hui comme consultant dans le domaine de la gestion des ressources humaines et siège au conseil d'administration de la CARRA. Entretien avec un homme volubile et passionné, qui voudrait voir les personnes âgées occuper davantage de place dans les lieux décisionnels.



Robert Gaulin

Quoi de neuf : Dans quel domaine avez-vous œuvré durant votre carrière?

Robert Gaulin : J'ai d'abord enseigné pendant 11 ans dans la section classique de trois commissions scolaires différentes : Arvida, Charlesbourg et Roberval. Parallèlement, j'ai occupé différentes fonctions syndicales électives : président de syndicat, de la fédération de l'enseignement, trésorier de la Centrale. À ce moment-là, seul le président de la CEQ était libéré de l'enseignement. Les autres membres du Conseil siégeaient les fins de semaine... Après deux années de congé sans solde pour faire mes études de MBA, je suis entré à la CEQ comme responsable des négociations du secteur public et du premier front commun. Je suis resté à la centrale durant 22 ans, surtout en charge des négociations, mais aussi avec un passage à la présidence et comme directeur des ressources humaines.

QDN : Vous étiez président de la CEQ, lors du décret de 1982. Quel(s) souvenir(s) en gardez-vous?

RG : Ce décret est une honte pour la démocratie et une insulte pour les employés du secteur public, particu-

lièrement pour les enseignantes et les enseignants, qui ont été particulièrement ciblés par les attaques méprisantes des ministres péquistes. C'est plus le mépris que la coupure qui a fait mal...

Pour ma part, ce fut une période de déchirement intérieur. La crise économique était réelle et très difficile à vivre pour les travailleuses et travailleurs dans toute la société. Je voulais qu'on puisse ouvrir un dialogue avec le gouvernement et qu'on puisse contribuer dans le cadre d'une action à convenir entre les centrales et le gouvernement. Je devais convaincre nos instances de nous donner un mandat à cet effet. Les discussions à l'interne n'étaient pas faciles : nous avons signé de bonnes conventions collectives en 1980, malgré la dissidence d'un certain nombre de syndicats d'enseignants. Le gouvernement aurait voulu qu'on ouvre les conventions; ce n'était pas notre approche, mais ceux-là même qui nous avaient accusés d'avoir signé une mauvaise convention étaient les plus opposés à l'ouverture d'un dialogue avec le gouvernement. Malgré tout, nous avons obtenu le mandat d'aller rencontrer le gouvernement, mais celui-ci a refusé, prétextant qu'il était trop tard : les projets de lois spéciales étaient prêts.

QDN : Il a beaucoup été question, à ce moment, de la coupure de 20 % dans les salaires. Mais est-ce que les gens réalisaient vraiment l'impact de la désindexation des pensions?

RG : Dans les débats publics, il n'avait jamais été question de retraite et d'indexation. Ce fut une surprise pour tout le monde lorsque ce projet de loi a été déposé. Autant que je me souvienne, seule la CEQ a protesté avec vigueur contre cette action gouvernementale et préparé un dossier sur le sujet. C'est difficile de mobiliser sur un sujet dont les impacts arriveront plus tard, lorsque ton quotidien est affecté directement.

Il n'y avait aucune relation entre la crise économique, ses effets immédiats et la désindexation de la retraite : aucune cohérence et aucune logique. Je n'ai jamais compris et je n'ai jamais eu d'autres explications. Quelqu'un, au gouvernement, avait-il des comptes à régler avec le secteur public? Y avait-il une relation avec le référendum perdu, dans lequel la centrale ne s'était pas engagée? Je n'étais pas d'accord avec la coupure de salaire, mais je pouvais comprendre. Mais la désindexation, cela ne passait pas.

QDN : Qu'avez-vous fait lors des premières années de votre retraite?

RG : Je ne prenais pas ma retraite pour arrêter de travailler, mais pour échapper à l'agenda des autres. Alors, j'ai gardé un bon rythme de travail, en faisant du bénévolat, principalement à la Ligue des droits et libertés et à la Fondation Léo-Cormier. J'ai également fait de la consultation en planification stratégique, en ressources humaines et en développement et organisation. Je siégeais également au CA de la RRQ. J'ai eu beaucoup de plaisir dans ces divers engagements et peu de pression. Je crois au bonheur de donner, qui devient aussi pour nous une occasion de recevoir et de grandir.

QDN : Pourquoi avez-vous choisi de vous impliquer à l'AREQ?

RG : Ce n'était pas prévu et j'ai accepté en réponse à certaines sollicitations. Je croyais que l'AREQ, dont le membership s'était développé très rapidement, devait revoir ses statuts et sa structure pour donner plus de place aux débats démocratiques lors des congrès et conseils nationaux. J'avais beaucoup d'expérience dans le domaine, ayant été au cœur des différentes transformations de la CEQ. J'ai voulu contribuer à faire de l'AREQ une organisation davantage impliquée dans la société et au service des personnes âgées.

QDN : À l'AREQ, vous étiez responsable du dossier de l'indexation des régimes de retraite. Quel bilan faites-vous de ce dossier depuis 5 ans?

RG : La bataille n'est ni gagnée ni terminée. Avant la crise et la débandade de la caisse, nous étions en bonne position pour aller plus loin. Politiquement, le dossier a progressé et nous avons marqué des points. Je suis très déçu de l'ap-

pui mitigé des syndicats et de notre centrale. Il faut continuer à faire pression.

QDN : Vous avez quitté la vice-présidence de l'AREQ en 2008. Que faites-vous depuis?

RG : Disons que je me considère en sabbatique de retraite. Je me donne deux ans pour prendre du recul et définir de nouveaux projets. Je siège à la CARRA, je joue au golf, voyage un peu plus, fait du jardinage et du bricolage, je lis davantage de romans et de livres d'histoire... et je manque de temps.

QDN : Parlez-nous de votre rôle comme membre du CA de la CARRA.

RG : J'occupe une fonction administrative. À ce titre, j'essaie de mon mieux de défendre les intérêts des personnes retraitées du secteur public. Au CA, on parle de ressources humaines et financières, de plan d'action, de transformation, d'organisation et on s'assure que les comités de retraite disposent des moyens pour bien servir les cotisants et les retraités. J'accorde une attention particulière aux ressources humaines et à la reddition de comptes des associations qui m'ont demandé de les représenter. Le CA n'a pas le pouvoir de corriger l'indexation, mais on en parle occasionnellement

QDN : Pourquoi y a-t-il si peu de personnes âgées dans les instances décisionnelles qui les concernent?

RG : Il n'y a pas de programme d'accès à l'égalité pour les personnes retraitées; cela est appelé à changer dans la mesure où nous le voudrions et le revendiquerons. On a souvent demandé aux âgées et âgés de libérer la place et d'agir en bénévoles, en support aux salariés.

Il y a aussi des associations et des réseaux qui proposent des candidatures ou qui sont sollicités pour proposer des candidats à différentes fonctions. Il faudrait que les associations de personnes retraitées s'inscrivent dans ces réseaux. Mais les choses changent et quand on y regarde de près, il y a probablement davantage de personnes retraitées qui siègent aux conseils. Par exemple, actuellement, il y a au moins quatre personnes retraitées qui siègent au CA de la CARRA, même si je suis le seul représentant officiel des retraités.

QDN : Comment y remédier?

RG : Il faut donner l'exemple et construire de nouveaux modèles d'intervention et d'implication. À la retraite, l'action citoyenne doit continuer. Je pense que les âgées et âgés pourraient utiliser davantage leur pouvoir d'influence; on ne doit pas agir seulement pour être utile et rendre service; on peut le faire pour revendiquer et changer le cours des choses dans sa chorale, son club de chasse et pêche, son comité en environnement ou sa bibliothèque. On peut agir davantage en utilisant l'influence de son association, l'AREQ. La clé, c'est l'action collective et solidaire.

Nous attendons trop du gouvernement et des pouvoirs publics en général. C'est un long travail de conscientisation et d'action citoyenne. La culture des « je, moi, moi-même » est nocive à la solidarité. Mais il faut être patient. Cela n'est pas plus facile à développer chez les personnes retraitées que chez les personnes actives. L'action citoyenne, c'est s'ouvrir aux autres. C'est stimulant et bon pour la santé physique et psychologique et c'est un bon moyen de retarder le vieillissement.

La laïcité de l'État québécois?

Le gouvernement Charest n'est ni pour ni contre, bien au contraire

En mai 2010, l'AREQ déposait un mémoire devant la Commission des institutions de l'Assemblée nationale, à la suite du dépôt du projet de loi 94 sur les accommodements dans l'administration. Nous vous présentons, dans ce numéro, un résumé de la position défendue par l'AREQ, soit l'adoption d'une charte de la laïcité qui tiendrait compte du caractère d'ouverture de notre société, mais aussi de l'attachement de notre peuple à son histoire et à ses valeurs fondamentales.



Christiane Brinck
Conseillère à la condition des femmes et à l'action sociopolitique
brinck.christiane@csq.qc.net

L'AREQ se sent interpellée dans le débat social entourant les accommodements à consentir ou non dans l'administration publique. La présidente de l'AREQ, accompagnée par le 2^e vice-président (responsable de l'action sociopolitique) et de la soussignée, a voulu faire connaître aux parlementaires une position qui reflète la sagesse et les expériences vécues par les personnes aînées.

En commission parlementaire, l'AREQ a demandé le retrait du projet de loi 94, Loi établissant les balises encadrant les demandes d'accommodement

Un projet de loi bien mince

En effet, le projet de loi déposé, qui tient en cinq pages, ne porte que sur les services à visage découvert. Il consacre donc le statu quo, de sorte que les demandes d'accommodement seront encore traitées au cas par cas. La position du gouvernement Charest dans tout le débat sur les accommodements nous rappelle la célèbre phrase de Coluche, qui disait : « Je ne suis ni pour ni contre, bien au contraire. »

Aussi, le projet de loi ne nous met donc pas à l'abri de décisions judiciaires ou administratives qui semblent ne considérer que les droits des individus et oublier les droits collectifs. En particulier les droits des femmes qui

« Il vaut mieux débattre d'une question sans la régler que de la régler sans en avoir débattu. »

Joseph Joubert, *Pensées, essais et maximes*

dans l'administration gouvernementale et dans certains établissements. Ce projet de loi ne répond en rien aux demandes répétées des citoyennes et citoyens du Québec. À nos yeux, il n'atteint pas ses objectifs d'établir des balises encadrant les demandes d'accommodements dans l'administration et dans certains établissements.

constatent l'aval donné à des pratiques sexistes tolérées au nom des croyances religieuses.

À cet égard, la présidente de l'AREQ a rappelé que les accommodements qui heurtent les Québécoises et les Québécois sont ceux qui font référence à des croyances ou pratiques religieuses.





Lorsque le gouvernement traite ces demandes selon une logique qu'il qualifie de laïcité ouverte ou de neutralité, il ne fait qu'ajouter à la confusion. Et les déclarations qui se veulent rassurantes du premier ministre et des ministres concernés apparaissent insuffisantes si elles ne sont pas officialisées.

« Pour nous, l'État doit être laïque et, pour ce faire, il doit demeurer neutre face aux croyances et aux pratiques religieuses des citoyennes et citoyens dans les services qu'il leur fournit. Puisque le projet de loi 94 en dit si peu à ce sujet, puisqu'il prête à autant d'interprétations et qu'il ne règle en rien la problématique des accommodements, autant le retirer et poser les vrais gestes pour établir un consensus et l'enchâsser dans une loi, une charte de la laïcité. Nous demandons que cette charte tienne compte du caractère d'ouverture de notre société, mais aussi de l'attachement de notre peuple à son histoire et à ses valeurs fondamentales », a souligné Mariette Gélinas.

Nous réclamons donc l'adoption d'une charte de la laïcité qui établirait de réelles balises concernant la liberté de croyances et de pratiques religieuses et qui officialiserait la laïcité de l'État et ses mécanismes d'application dans l'administration publique. Cette charte devrait tenir compte du caractère d'ouverture de notre société, mais aussi de l'attachement de notre peuple à son histoire et à ses valeurs fondamentales.

Nous adhérons totalement aux valeurs communes du Québec, à savoir la primauté du français,

l'égalité entre les femmes et les hommes et la séparation de la religion et de l'État qui ont été abondamment rappelées par le premier ministre au cours des derniers mois. Mais nous demandons au gouvernement du Québec de les enchâsser dans une loi, d'en faire l'une des assises de notre vie en société dans le respect de la démocratie.

Loin de diviser, une véritable laïcité jouerait plutôt un rôle intégrateur en assurant l'équilibre entre le respect des croyances des uns et des autres et la vie collective.

Pour appuyer nos propos, nous avons rappelé aux élus que les 53 000 membres de l'AREQ, comme personnes aînées, mais aussi comme personnes retraitées des services publics, ont été parties prenantes des actions qui ont mené à la laïcisation de notre société civile. Elles sont porteuses de la mémoire de ces luttes, de nos gains et de nos acquis. Elles connaissent tout le chemin parcouru ainsi que les nombreux obstacles qu'il a fallu franchir pour construire le Québec d'aujourd'hui.

D'ailleurs, un sondage CROP-AREQ réalisé en avril 2010 auprès des membres de l'Association révélait que 82 % d'entre eux (86 % chez les 64 ans et moins) se disent favorables à l'adoption d'une Charte de la laïcité.

Nous ne sommes ni passésistes ni conservateurs, nous connaissons notre histoire, nous savons le prix payé pour construire une société où il fait bon vivre tant pour les femmes que pour les hommes.

Pour consulter le mémoire complet de l'AREQ sur le projet de loi 94, veuillez visiter le www.araq.qc.net dans la section « Publications/Avis et mémoires ».

Les tarifs de la RAMQ au 1^{er} juillet 2010

Encore cette année, des modifications ont été apportées à l'égard de la participation financière des assurés du régime public d'assurance médicaments. Ces modifications sont entrées en vigueur le 1^{er} juillet.

À l'approche de leur 65^e anniversaire, les membres de l'AREQ reçoivent une lettre de la Régie de l'assurance-maladie du Québec (RAMQ) qui indique qu'elles seront inscrites automatiquement au régime public pour les médicaments. Ainsi, la majorité de ceux-ci souscrivent au régime général d'assurance médicaments du Québec.

Le montant de la prime de la RAMQ est établi au 1^{er} juillet de chaque année. Cette prime est perçue annuellement par le ministère du Revenu du Québec lors de la production de votre déclaration de revenus et est payable, que vous achetiez ou non des médicaments. Pour 2010, elle est de 600 \$. Il s'agit donc d'une augmentation de 15 \$ par rapport à 2009. Elle peut toutefois varier à la baisse en fonction de votre revenu familial net.

Lorsqu'une personne assurée par la RAMQ achète des médicaments couverts, elle assume seulement la franchise mensuelle (16 \$) et une partie (32 %) de leur coût, jusqu'à un maxi-

mum de 80,25 \$ par mois. C'est ce qu'on appelle la contribution mensuelle maximale.

noter que la franchise (16 \$) n'est payable qu'une seule fois par mois, même si on se présente à la pharmacie plusieurs fois dans le même mois.



Vérifier votre situation vous permet d'éviter de mauvaises surprises

Rappelons qu'actuellement, en vertu de la loi, seuls les membres de plus de 65 ans ont le choix de s'inscrire au régime public de la RAMQ ou de demeurer dans le régime privé pour les médicaments.

Il est à noter que si la personne adhérente a une protection familiale avec son régime privé (SSQ) et qu'elle passe au régime public pour les médicaments, sa personne conjointe (même si elle n'a pas 65 ans) et ses enfants, s'il y a lieu, devront également s'inscrire au régime public. Elles n'auront plus accès au régime privé pour les médicaments mais pourront conserver, au même titre que l'adhérent, les garanties complémentaires.

Par exemple, pour un médicament coûtant 42 \$, on devra déboursier 29,44 \$ (16 \$ franchise + 13,44 \$ soit 32 % de 42 \$). Pour un médicament coûtant 415 \$, on devra déboursier 80,25 \$ (contribution mensuelle maximale). À

Photo : PhotoDisc

Personnes de 65 ans ou plus, sans Supplément de revenu garanti (SRG)							
Tarifs en vigueur avant et à partir du 1 ^{er} juillet 2010 jusqu'au 30 juin 2011							
À la pharmacie						Lors de la déclaration des revenus	
Franchise mensuelle		Coassurance mensuelle		Contribution mensuelle maximale		Prime	
Avant	Nouveau tarif	Avant	Nouveau tarif	Avant	Nouveau tarif	Avant	Nouveau tarif
14,95 \$	16 \$	32 %	32 %	79,53 \$	80,25 \$	de 0 \$ à 585 \$	de 0 \$ à 600 \$

Source : www.ramq.gouv.qc.ca

Toute tragédie bouleverse de bonne foi un grand nombre de personnes. Ce fut le cas pour Haïti. Si le tremblement de terre a été aussi dévastateur et meurtrier, c'est parce qu'il a frappé un pays d'une très grande vulnérabilité dans ses constructions, ses infrastructures et son administration politique.



Marie Marsolais
Membre de l'AREQ
Coopérante à Haïti
mariemarsolais@hotmail.com

Haïti, situé à trois heures de vol du Québec, proche de nous en distance mais aussi proche de nous par tous ces Haïtiennes et Haïtiens qui ont dû quitter leur pays et sont devenus, au fil des ans, nos collègues, nos camarades, nos amis.

Haïti, riche par son histoire et par sa culture, est pourtant un pays appauvri. Pourquoi? Il faudrait, pour comprendre, relire l'histoire des dures réalités vécues par ce pays allant de l'esclavage où 400 000 Africains furent arrachés à leur terre natale, victimes de la traite, mais aussi premier pays au monde où la révolte victorieuse des esclaves mènera à l'indépendance en 1804, en mettant en déroute l'armée de Napoléon Bonaparte.

Il faudrait relire la triste et sanglante dictature des Duvalier, père et fils, qui ont fait régner la peur pendant trente ans, d'où l'exode d'un million d'Haïtiens voulant échapper à ce régime de terreur. À la suite de cela, il y a eu vingt autres années de régimes de transition souvent corrompus.

Comment un peuple peut-il survivre à tout cela? Le peuple haïtien continue de posséder de formidables ressources même s'il a été trop souvent mis de côté par ses dirigeants. C'est comme s'il n'existait pas! Pourtant, il résiste et continue à vivre dans un contexte pénible et douloureux, car le tremblement de terre est venu aggraver l'état de pauvreté extrême d'une grande partie de la population.

Pour mieux comprendre Haïti, nous avons demandé à des chercheurs haïtiens de nous expliquer leur pays. Vous retrouverez donc, dans ce dossier, des articles et des témoignages qui vous permettront de mieux comprendre Haïti et son peuple attachant et chaleureux, malgré cette tragédie qui se poursuit encore de nos jours.

« Mon pays pleure, entendez-vous?
Entendez-vous les voix qui s'élèvent encore
Dénonçant la misère, la faim, la soif, et la promiscuité des camps?
Entendez-vous la voix des mères et des pères qui ont perdu leurs enfants?
Entendez-vous la voix de ces petits enfants qui ont perdu leurs pères et leurs mères?
Ne nous effacez pas de vos mémoires
Car mon pays pleure »

Ti-beyi mwen ba sispann krye

(Mon pays continue de pleurer)



Haïti est en lutte et nous ne baisserons pas les bras

Le tremblement de terre n'a pas modifié la structure socio-économique d'Haïti. Il a mis seulement à nu certaines forces et certaines faiblesses de ses composantes politico-administratives et sociales.

Marc-Arthur Fils-Aimé
Directeur de ICKL (Institut Culturel Karl Lévêque)
Partenaire du CISO

Peu de temps après la catastrophe, la vie a repris ses droits à travers le pays et ceci même dans les zones sinistrées. Cependant, toutes les actrices et tous les acteurs n'ont pas réagi de manière unanime. Tous les services n'ont pas eu, non plus, les mêmes traitements. La gent scolaire, qui a subi des dommages inestimables en vies humaines et en matériels, par exemple, a eu du mal à se reprendre. La grande majorité des jeunes n'ont revu leurs professeurs qu'au cours du mois d'avril.

La réaction spontanée et émotionnelle d'une catégorie de la petite bourgeoisie et de certaines autres couches sociales moins favorisées a été de laisser le pays. Pour la première, le séisme a sonné le glas de ses privilèges sociaux qu'elle espère récupérer dans les pays riches. Pour les autres, il fallait saisir l'occasion pour attraper ailleurs une vie supérieure à celle qu'elles connaissaient dans le pays. Sans enlever le droit à personne de migrer ou d'émigrer, nous pou-

vons quand même analyser, même de manière sommaire, la conséquence de l'émigration sur l'évolution du pays.

Haïti, depuis les années 1960, sous la dictature de François Duvalier, exportait vers l'Afrique, le Canada et les États-Unis d'Amérique des cerveaux bien préparés qui ont coûté à l'État haïtien des centaines de millions de dollars. Vers les années 80, cet exode a connu une autre dimension avec la fuite des bras et des biceps qui, dans les champs de la Floride et les usines d'assemblages des voisins du Nord, ont contribué à l'accroissement de leur richesse. En retour, Haïti reçoit des dons et surtout des dettes conditionnelles qui, avec l'avènement du néolibéralisme, ont de leur part participé à son appauvrissement et à sa chute continue vers la dépendance. Depuis quelque quinze, vingt ans, ladite communauté internationale nous envoie tous azimuts des experts dans des domaines que nous avons développés, comme construire des écoles ou des latrines, ou d'autres où nous pouvions suffire à nous-mêmes, comme la sécurité des rues ou des biens.

Pourtant, le pays n'est pas, comme la plupart de ses détracteurs le pensent, à l'agonie. Il existe une majorité qui, avec des idéologies différentes, lutte pour le sortir de sa léthar-

gie et le remettre sur les rails d'une évolution digne de ce peuple courageux et héroïque. Partout, dans les villes comme dans le milieu rural, des associations de toute nature s'élèvent pour apporter leur quote-part dans la construction d'une nation à la hauteur du 21^e siècle. La vie civile, associative et politique s'est révélée prolifique en dépit des différences qualitatives énormes. Comme par le passé, un nombre inestimable d'intelligences se perd parce que les parents sont incapables d'envoyer leurs enfants à l'école. Pourtant, toutes les Constitutions haïtiennes ont toujours ratifié l'instruction gratuite et obligatoire à toutes et à tous. Seulement dans les lettres et non dans les faits!

C'est pourquoi nous disons avec force : Haïti est en lutte et nous ne baisserons pas les bras.



Reconstruire Haïti exige une mobilisation nationale pour changer son image!

La fête du drapeau, le 18 mai, a été commémorée dans un contexte où le pays est à genoux, à la suite du séisme du 12 janvier 2010 et en raison d'une situation politique trouble. Notre drapeau ne peut vraiment flotter car nous vivons dans une inqualifiable indignité et le pays est sous la férule de la communauté internationale. Malgré cela, les féministes de Kay Fanm, en tant qu'héritières de Catherine Flon², veulent se faire entendre.

Yolette Jeanty
Coordonnatrice pour Kay Fanm¹

Nous tenons d'abord à redire aux populations haïtiennes que nous savons leurs terribles conditions de vie actuelles. En particulier, la masse de gens contraints de vivre dans des camps chaotiques, ou qui se débrouillent sur les décombres dans leurs quartiers; la multitude de personnes déplacées internes; la cohorte de personnes handicapées; les femmes et les filles victimes d'agressions sexuelles; les provinces en grandes difficultés à la suite de l'arrivée massive de personnes sinistrées.

Quatre mois après le séisme, aucune mesure sérieuse n'a été prise pour permettre aux populations de reprendre le contrôle de leurs vies. Nous ignorons encore le nombre exact de victimes. Nous n'arrivons pas à obtenir les pièces d'identité perdues. Nous sommes dans le calvaire des démarches liées aux disparitions. Nous sommes dans les gravats des décombres. Nous ne savons pas quel plan sera mis en œuvre pour la reconstruction tant proclamée. Nous ne voyons pas poindre de décentralisation. À croire que les dirigeants veu-



lent nous laisser dans la désolation de l'abandon, comme ce fut le cas pour la ville des Gonaïves. À Kay Fanm, nous ne croyons pas au « pito nou lèd nou la », au « mieux vaut être là, même dans la laideur ». Nous croyons aux luttes, à la réflexion, au travail pour construire l'avenir de notre pays, dans la dignité et le respect des droits de toutes les catégories de personnes.

Faisons porter nos voix pour que l'État assume ses responsabilités en instaurant des programmes d'appui à la réfection des habitations endommagées et des programmes de logements sociaux. Avoir un logement décent, c'est un droit humain! Faisons résonner nos voix pour éviter que d'autres catastrophes s'ajoutent à celle du 12 janvier, comme la situation des enfants qui ne peuvent réintégrer l'école parce que le séisme a laissé leurs parents sans moyens, ou parce que leur école a été transformée en camp, ou encore parce que leur école s'est effondrée et que les responsables n'ont pas les moyens de reconstruire.

Le pays peut être reconstruit et il doit l'être. Si nous prenons le chemin qu'il faut. Parler de reconstruction, ce ne peut être une phrase en l'air ni un slogan. C'est une parole qui doit être profondément pensée car, ce qui est en jeu, c'est notre avenir, celui de nos enfants et de la future génération.

1 Kay Fanm signifie « Maison des Femmes ». L'organisme donne de la formation auprès des groupes de femmes pour empêcher la violence qui leur est trop souvent faite.

2 Héroïne nationale ayant cousu le drapeau.

L'Haïti post-séisme

Qui reconstruit quoi, pour quoi faire ?

Le séisme a forcé tout le monde à admettre que la société d'avant le 12 janvier 2010 n'était pas habitable. Tous reconnaissent aujourd'hui que c'était un édifice social mal construit, dangereux pour ses habitants.

Franklin Midy
Professeur de sociologie à l'UQÀM

Le séisme a forcé les gouvernants au pouvoir et les élites aux commandes à admettre les erreurs du passé, à reconnaître le danger d'incendie dans la maison, à prendre conscience de l'urgence de changer, de rebâtir l'édifice. Il a forcé la classe politique embryonnaire à admettre que l'État d'avant-séisme est un État prédateur et non un État de droit au service du citoyen.

En outre, le séisme du 12 janvier a forcé la communauté internationale à admettre sa part de responsabilité dans le maintien en place de l'édifice social mal construit d'Haïti : reconnaissance par le FMI et la Banque mondiale des effets déstructurants des programmes d'ajustement structurel sur l'économie haïtienne; autocritique de l'ex-président Bill Clinton pour sa décision d'imposer à Haïti l'ouverture de son marché au riz subventionné des USA, décision impériale qui eut pour effet de détruire la production du riz local. Il s'en excusa publiquement le 10 mars dernier devant le Comité du Sénat des Relations étrangères. Vers le milieu des années 90, il avait forcé Haïti à couper dramatiquement les droits de douane sur le riz importé des États-Unis.

« It may have been good for some of my farmers in Arkansas, but it has not worked. It was a mistake. I had to live everyday with the consequences of the loss of capacity to produce a rice crop in Haiti to feed those people because of what I did; nobody else. » (Associated Press, 19 mars 2010)

De plus, le séisme du 12 janvier a forcé l'observateur à reconnaître la présence des acteurs sociaux sur le chantier de construction de la société alternative rêvée. Les gouvernants sont invités à prendre en compte leur contribution réelle d'hier à la construction de la « grassroots democracy » et leur apport potentiel de demain à la co-construction d'un État social et de politiques sociales. Par la média-

tion des acteurs sociaux, le séisme du 12 janvier a forcé à voir les « moun andeyò », entendre le monde en dehors de « la République de Port-au-Prince », le pays majoritaire tenu en dehors de l'attention et des préoccupations de l'État, maintenu en dehors des services publics (éducation, santé, travail, sécurité, protection des droits humains, etc.), quoique resté paradoxalement lié à la République élitaires par des rapports d'asservissement et de parasitisme.

On a là une illustration éclairante du concept d'État prédateur et de l'idée de régime de gouvernants sans gouvernés, un régime où les gouvernants monopolisent le pouvoir au service de leurs intérêts propres, au lieu de l'exercer au service du citoyen. La société d'avant-séisme se présente comme une société double liée en surimpression, constituée d'une majorité exclue désignée « la masse » et d'une minorité élue donnée pour « l'élite ».

La société double liée en surimpression, structurée en Pays en dehors/République élitaires, a été construite au lendemain de l'indépendance d'Haïti, au cours de la première moitié du 19^e siècle (1804-1859) qui vit s'ouvrir et s'achever le mouvement de désertion des plantations des plaines vers les mornes et les jardins à vivres, par les ex-esclaves devenus « cultivateurs » forcés, obligés d'y travailler sans droit de propriété possible. À l'instar des esclaves de Saint-Domingue, ces cultivateurs forcés fuyaient leurs nouveaux maîtres propriétaires ou fermiers, et « partaient marrons », à la recherche de liberté et d'indépendance réelles.

Le discours de la refondation nationale actuellement en circulation fait référence à la première fondation qui institua la société double liée en surimpression. Refonder Haïti implique de déconstruire au préalable le vieil édifice aux fondations non assurées, d'édifier la nouvelle nation sur de nouvelles bases intégratives et solidaires. Tel a été le projet du Mouvement social pour le changement des années 80. Telle est la perspective des acteurs organisés de la société civile qui recourent aujourd'hui à la langue de la refondation nationale. Le président Préval et son premier ministre



Jean-Max Bellerive parlent-ils la même langue, en utilisant le même vocabulaire?

Ils reconnaissent, au moins en mots, que « ce serait une faute de bâtir le pays sur les mêmes erreurs », qu'il faut « aujourd'hui (...) refonder le pays », que « ne pas le faire maintenant serait une erreur historique grave et impardon-

nable » (le président, 2010.02.09-16), que « le séisme a provoqué la détresse (...), l'incertitude et l'exode » et que « bientôt, ce sera la colère si rien n'est entrepris très rapidement pour engager Haïti sur la voie du renouveau ». Prenons-les aux mots et au discours, et envisageons les divers scénarios de réponses possibles à la crise.

Scénarios de crise

Le séisme du 12 janvier a plongé Haïti dans une crise dont elle peut sortir profondément renouvelée ou défaite. La crise peut être une occasion de refondation ou un danger mortel. Face à la crise, vue comme opportunité offerte ou danger appréhendé, une alternative possible et quatre scénarios sont envisageables : choix du changement ou choix du statu quo. Si l'on opte pour le changement, ne reste plus que le scénario du changement, dénommé scénario hirondele. Si par contre on retient l'option du statu quo, on met en mouvement une suite de trois scénarios associés, l'un dépendant de l'autre : le scénario du statu quo, dit scénario paresseux, enclenche le scénario du chaos identifié comme scénario vautour, qui mène à son tour au scénario de l'autodestruction, qualifié de scénario phénix.

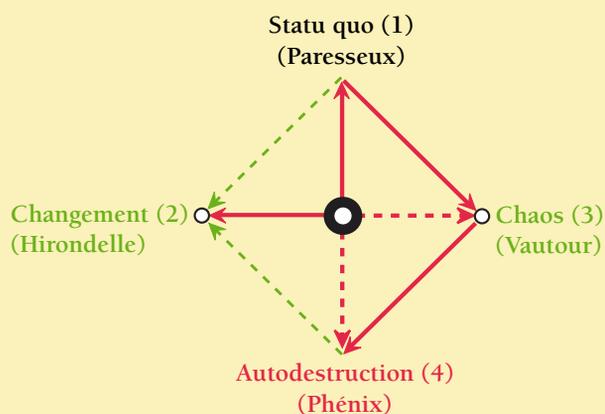
Scénario 1: le scénario du statu quo ou le scénario paresseux

On reconstruit l'édifice social d'avant-séisme, en le replâtrant en plus beau, avec un discours neuf : le changement est en mots. De la notion crise, c'est la signification danger qui prévaut.

Scénario 2: le scénario du changement ou le scénario hirondele

À quelque chose malheur est bon. On tire les leçons du séisme pour changer, pour faire autrement. L'hirondelle ne fait pas le printemps, elle l'annonce. De la notion crise, la signification opportunité prévaut.

Scénarios de crise/Opportunité



Scénario 3: le scénario du chaos ou le scénario vautour

Le scénario paresseux conduit droit au scénario vautour : retour au temps de l'instabilité, de la colère sociale, des émeutes populaires, des jeux masqués de pêcheurs en eau trouble. Bref, un retour à l'ingouvernabilité politique... La crise s'approfondit et dure, devient danger incontrôlable de l'intérieur, qui retarde, sinon empêche la reconstruction du pays.

Scénario 4: le scénario de l'autodestruction ou le scénario phénix

La crise devient danger extrême, portée par sa dynamique propre et s'alimentant dans un mouvement récurrent de destruction, comme le fabuleux phénix. Le scénario vautour débouche sur le scénario phénix. Dans ce cas de figure, le danger reste pendu au-dessus de la souveraineté nationale menacée de disparition.

Haïti: reconstruction et croissance après le séisme

En janvier 2010, l'État haïtien a continué son effacement systématique. En effet, le séisme du 12 janvier 2010, qui a tué plus de 250 000 personnes, dont 38 000 écoliers et étudiants, 1300 enseignants et membres du personnel éducatif, a causé des dégâts matériels estimés à environ 120 % du PIB, et a empiré le mal dont souffre cette économie qui n'a pas connu d'accroissement réel du revenu par personne depuis plus d'un demi-siècle.

Fred Doura

Docteur en sciences économiques

Pour développer durablement l'économie et reconstruire les infrastructures, nous estimons qu'il faut un minimum de capital équivalant à deux à trois fois le PIB du pays. Il faudrait donc un montant minimal d'environ 14 à 21 milliards de dollars. Moderniser le pays implique une dynamique de planification à moyen et long termes et un objectif minimal visant un taux de croissance du PIB de 6 % par an sur une période minimale de 12 ans. Ce choix est une des options fondamentales de toute stratégie de lutte contre le sous-développement. À 6 % annuellement, Haïti doublera en 12 ans son PIB par habitant, de 760 dollars américains (en 2008) et le dépassera en 50 ans.

Les investissements de croissance doivent être réalisés dans les secteurs qui vont stimuler la croissance de la production nationale, à savoir: agriculture, agro-industrie, infrastructures, industrie manufacturière, éducation, santé, adduction d'eau, énergie, etc. Cela exige une vaste politique d'investissements qui dépend non seulement de décisions prises à l'intérieur du pays, mais qui doit reposer principalement sur l'accumulation nationale croissante et non sur le capital étranger ou l'aide internationale, car un développement qui s'appuierait seulement sur ces derniers serait construit sur du sable et l'activité économique qui en découlerait risquerait à tout moment de s'arrêter, si ces fonds étrangers devaient cesser.

Pour que la population haïtienne puisse bénéficier des retombées de la reconstruction, le développement d'Haïti doit être pensé dans le cadre d'une économie sociale de marché, c'est-à-dire : « une économie qui combine les avantages du marché en tant que système de décision décentralisé efficace préservant le libre choix individuel

avec la nécessité d'une correction étatique des échecs de marché, notamment dans le domaine de la distribution de la valeur produite ». Pour cela, il faut développer l'agriculture pour nourrir la population, diminuer les importations de produits alimentaires et dégager des surplus qui seront investis dans une industrialisation qui réponde aux nécessités du marché intérieur et de la création d'emplois. Cela implique un taux de croissance de l'agriculture d'au moins 3 % par an et par habitant sur une dizaine d'années et des mesures de politiques économiques protégeant le marché des produits agricoles contre le dumping des importations de produits alimentaires subventionnés. Il faut par ailleurs créer un fonds de financement et d'assistance aux PME et enrayer l'effet corrosif de la corruption systémique, privée et publique, qui gangrène la société haïtienne.

Et il faut de plus que le pays emploie la technologie la plus appropriée, c'est-à-dire celle qui est adaptée au contexte national et aux objectifs définis par le plan, et réalise des investissements dans la formation de la main-d'œuvre. Il faut que le salaire horaire minimum soit réaménagé. Le salaire de l'ouvrier haïtien est de 125 gourdes (1 \$ = 40 gourdes) pour une journée de huit heures de travail et sa productivité se situe, selon des estimations, entre 80 et 120 % de celle de l'ouvrier américain, donc aucune raison qu'il gagne moins de 6 % du salaire de ce dernier.

Il faut en outre que les efforts de croissance et de reconstruction soient impulsés au niveau national, régional et des collectivités locales (décentralisation) et que le travail soit fait avec la participation des communautés de base, de manière à améliorer le niveau de vie de la population tout entière. Car lorsque la croissance, sans une politique de redistribution des revenus, ne bénéficie qu'à une minorité déjà prospère, nationale ou étrangère, il n'y a pas de développement. Lorsque l'aide est liée à la fourniture d'équipements par le pays bailleur, il s'agit d'éviter que ce dernier impose une technologie inadaptée à la situation du pays. →

«Ce jour-là, la terre a tremblé»

L'histoire de Sara, 5 ans, une enfant qui veut vivre. Elle était avec sa maman quand la terre s'est mise à trembler. Elles écoutaient un feuilleton à la télévision. La maman venait à peine de se lever pour aller chercher de l'eau quand la maison s'est effondrée. La maman est sortie indemne de la maison alors que l'enfant qui était devant la télé était prise sous les décombres. Affolée, la maman a essayé de la sortir toute seule. Elle ne le pouvait pas. Elle a failli arracher le petit bras qui émergeait à peine d'un petit trou. Alors, elle est sortie chercher du secours dans le voisinage. La deuxième réplique eut lieu entre temps. La petite a dû croire que sa maman l'avait abandonnée car elle criait à tue-tête : « Je ne veux pas mourir. Ne me laisse pas mourir, maman, je veux aller à l'école ». Devant ce drame qui se jouait, la force de la mère s'est décuplée. Avec un jeune du quartier, elle a sauvé sa benjamine de 5 ans qui a eu seulement une fracture peu sévère à une jambe. Pendant plus d'une semaine, la fillette répétait à tout le monde qui venait visiter la famille que le tremblement de terre est méchant : « Il a jeté sur moi la maison pour mourir. »



Cet après-midi du 12 janvier, j'étais chez moi avec ma femme et mes enfants. Tout à coup, j'ai entendu un drôle de bruit. Je pensais que c'était des bulldozers. Je n'ai pas même eu le temps de m'asseoir que la maison commençait à bouger avec nous. J'avais l'impression qu'elle allait se déplacer tant elle craquait. Nous étions comme dans une soucoupe volante. Nous ne savions pas à quel saint nous vouer. C'était la première fois que nous vivions et ressentions une sensation si mauvaise, si bouleversante. Finalement, la maison a cédé sous la pression du séisme et s'est effondrée. Mais grâce à Dieu, nous avons eu la vie sauve.

Blanchard André Fritz

Comme d'habitude, après mon travail, je me rends à l'école à Delmas 77. Ce jour-là, le mardi 12 janvier, j'avais un cours de comptabilité. Une fois en classe, c'était la grande salutation entre amis et amies. J'en ai vu arriver un, il est venu vers moi et c'était la grande accolade. C'est à ce moment que tout est arrivé. L'école a tremblé et les étudiants sont tombés dans une panique générale en poussant des cris de détresse. Je me suis appuyée sur son épaule, le tenant très fort. J'étais très terrifiée, c'était comme dans un rêve. Tout était devenu noir. C'est la première fois de toute ma vie que j'ai ressenti une peur aussi grande. Et, depuis, j'ai perdu ma joie de vivre et le courage d'aller plus loin.

Mimose Gilles, étudiante

L'industrialisation, la modernisation de l'agriculture et la diversification de l'économie constituent les principaux aspects de l'effort à consacrer au développement et il est nécessaire d'intégrer dans une politique globale des programmes visant à rendre gratuit l'accès à l'école primaire et secondaire, aux soins de santé de base et aux médicaments, particulièrement pour les personnes à faible revenu.

Malgré ces efforts, il faudra un minimum de cinq décennies de croissance au taux minimum de 6 % l'an à Haïti pour commencer à avoir une classe moyenne ayant un revenu minimum de 6 000 dollars par an, capable d'investir localement, alimentant ainsi un moteur fondamental de croissance. Les élites politiques et économiques du pays doivent aller au-delà des mesures ponctuelles de reconstruction, car il est dangereux de relancer un système qui a échoué.



Arrivée à la maison, je me préparais à faire étudier mon fils Emmanuel pendant que Sébastien jouait sur la galerie. Je m'affairais à mettre un peu d'ordre dans la cuisine et à nettoyer les boîtes à lunch des garçons en écoutant la station de radio Kiskeya qui venait d'annoncer la mort du professeur Anil, enseignant à la Faculté des sciences humaines de l'Université d'État d'Haïti, attaqué dans la matinée par des bandits.

Tout à coup j'ai entendu un drôle de bruit et tout de suite j'ai réagi en appelant les enfants, je les ai saisis par les bras et nous nous dirigeons vers la cour derrière la maison, mais nous n'avons pas eu le temps de nous rendre loin car les secousses étaient très violentes. C'était la panique, les enfants criaient de toutes leurs forces et moi je les tenais très fort. Nous sommes tombés par terre, malgré tout, je ne les ai pas lâchés. Il y avait un bruit infernal, les gens criaient à tue-tête. C'est à ce moment seulement que j'ai compris qu'il s'agissait d'un tremblement de terre. J'ai gardé les yeux fermés. Je faisais une prière intérieure en disant : « Jésus sauve-nous ». Quand j'ai tenté d'ouvrir les yeux, j'ai vu les ténèbres, il faisait noir et une deuxième fois, j'ai ouvert mes yeux et j'ai vu monter un nuage de poussière.

Quand tout s'est calmé, les secousses se sont arrêtées, j'ai constaté que ma maison et celles du voisinage étaient détruites. Les enfants et moi sommes restés dans la cour intérieure, nous ne pouvions pas sortir de chez nous. Les voisins nous ont aidés à escalader les clôtures pour nous rendre dans la rue. De là, je me suis rendue compte de l'ampleur des dégâts.

Les répliques ont recommencé à se faire sentir à nouveau et tout le monde s'est dirigé sur la place publique du quartier dénommé Place Jérémie. De là, on vérifiait la présence ou l'absence d'un proche ou d'un voisin et on commençait à enregistrer des blessés et des morts.

Je n'arrivais pas à communiquer avec mon mari. Quand il est enfin arrivé, il était épuisé, le regard vide. Les enfants et moi, nous nous sommes jetés dans ses bras. C'était un « ouf! » de soulagement.

On a passé la nuit à la belle étoile sur la place publique, les enfants ont eu froid, je n'avais pas de couverture pour les protéger, mais j'avais de l'eau parce j'en avais fait acheter dès mon arrivée à la maison.

Je suis restée sans nouvelles de mes camarades syndicaux pendant 48 heures. Et quand j'ai rencontré Jolibois, il ne portait que des chaussettes. Il ne pouvait pas me donner des nouvelles de Lavaud, de Magalie et de Josie.

N'ayant plus de maison à Port-au-Prince, je me suis rendue à Mirebalais avec ma famille.

Lourdes Edith Joseph,
camarade de la CNEH

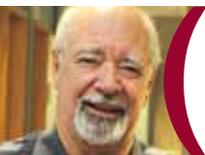
12 janvier 2010. Il est 4 h 52. Tout allait bien. Dans l'espace d'un cillement, je me suis retrouvé sous un nuage de poussière, coincé entre les décombres d'un gymnase, n'arrivant pas à me relever. Le temps s'était arrêté ce jour-là et a changé de rythme. Désormais, j'ai perdu mon sommeil profond.

Raoul Vital, ICKL



Raviver l'esprit citoyen

D'entrée de jeu, je veux partager avec vous une réflexion personnelle en lien avec le thème de notre dernier congrès « L'AREQ, une force pour la société ». Comme 85 % des membres de l'AREQ, je suis issu du milieu de l'enseignement. Pendant 32 des 34 ans de ma carrière, j'ai enseigné l'histoire nationale en 4^e secondaire et l'histoire contemporaine en 5^e secondaire. Formé en pédagogie et, bien sûr, en histoire et en sciences politiques, je suis personnellement très intéressé par la politique.



André Pelletier
2^e vice-président
andre.pelletier23@yahoo.fr

Pendant toutes ces années, j'ai cherché à faire prendre conscience aux adolescents à qui j'enseignais, du rôle de citoyen qu'ils seraient appelés à jouer et de la responsabilité qui allait bientôt être la leur. J'oserais affirmer que jusque vers le milieu des années 80, la réponse et l'intérêt des élèves à l'égard de la chose politique, que ce soit au niveau provincial, fédéral ou même international, étaient positifs. Ce n'était pas la totalité d'entre eux qui s'y intéressaient, loin de là, mais la curiosité d'une majorité m'invitait à poursuivre cet objectif.

Que s'est-il produit ensuite pour que leur intérêt dégénère en mépris et que plusieurs parmi eux se mettent à traiter les politiciens de « pas bons », de « vendus », de « menteurs »? Et ils employaient un terme non « politiquement correct », pire que toutes ces épithètes. La politique, peu importe le niveau, était devenue une machine à manipuler les citoyens, à endormir les électeurs et les partis politiques, des « mafias légalisées ». Les syndicats passaient aussi dans la moulinette. Mes élèves se faisaient-ils l'écho de l'opinion de leurs parents? Leur désintérêt était-il le fruit d'une analyse personnelle basée sur les grands titres des journaux ou sur les informations télédiffusées ou était-il le fruit d'une attitude individualiste qui a commencé à



pointre un peu partout dans le monde? N'étant pas sociologue et n'ayant fait aucune recherche sur le sujet, il m'est impossible de pointer un facteur plus qu'un autre. C'est probablement tout un ensemble de motifs qui est à l'origine de ce changement d'attitude.

Où en sommes-nous aujourd'hui en termes d'intérêt pour la chose politique? Je n'ai sûrement pas réussi à identifier toutes les causes qui ont conduit une grande partie de la population du Québec à se désintéresser des affaires de la Cité. On n'a qu'à constater la diminution de plus en plus importante de la participation des citoyennes et citoyens lors des élections, et cela, à tous les niveaux, les élections scolaires et municipales étant les plus marquées par la désaffection des électrices et électeurs bien qu'elles soient les paliers de décision le plus près d'eux.

Tout cela n'est pas sans conséquence. Les politiciens professionnels maquillés par des fabricants d'images, souvent associés à des individus intéressés à réaliser des affaires, sont parfois plus disposés à répondre aux attentes de ces gens qu'à œuvrer à l'avancement de la communauté. Par le fait même, la politique n'est plus l'affaire des citoyennes et citoyens, mais l'affaire d'organisations qui cherchent par tous les moyens à faire fructifier leur « business » et je n'ai pas à vous donner d'exemples. Il faut aussi récompenser les amis, les connaissances, renvoyer l'ascenseur, peu importe la compétence de ceux qui bénéficient alors d'une sinécure, avec de bonnes gratifications, bien sûr. Lorsque des scandales éclatent à cause de journalistes ou de délateurs, nous avons droit à des enquêtes, des commissions parlementaires ou autres qui aboutissent rarement à identifier les

responsables et encore moins à les sanctionner. Que faisons-nous alors devant ces situations?

De plus en plus, la population choquée, dégoûtée, s'empare des tribunes téléphoniques ou répond à des « Que pensez-vous de...? » ou à des sondages bidon utilisés par la radio et la télévision. Des gens écrivent des lettres ouvertes aux grands quotidiens qui ne s'empressent pas toujours de les publier, surtout si elles se révèlent quelque peu agressives, sauf si elles rejoignent la ligne politique du journal. En dernier recours, complètement exaspérée, la population descend dans la rue. Cela donne des résultats positifs lorsque nous sommes nombreux, mais nous, les personnes âgées, nous n'avons pas toujours la force physique requise pour amorcer une action aussi exigeante et y participer. Que faire alors pour s'opposer socialement ou politiquement aux projets des dirigeants

d'entreprises qui ne cherchent que le profit, le rendement maximal et la réussite sociale et économique?

J'ose espérer que nous avons suffisamment d'énergie pour assister et partici-

d'être plus informés et libérés des sempiternelles cassettes que nous servent les partis politiques. Surtout, n'oublions pas que de cette manière, nos élus deviendront nos porte-paroles, des personnes qui doivent agir en notre nom, qui

« **Nous avons l'expérience, les connaissances et le vécu qui permettraient d'enrichir les débats, entraînant ainsi des décisions plus respectueuses des désirs et des besoins de la population.** »

per à des débats ou les provoquer lors d'assemblées municipales, scolaires ou des MRC. Nous avons l'expérience, les connaissances et le vécu qui permettraient d'enrichir les débats, entraînant ainsi des décisions plus respectueuses des désirs et des besoins de la population. Ne craignons pas de rencontrer les candidates et candidats lors d'élections, peu importe le palier de gouvernement. Invitons nos parents, nos amis, nos enfants à faire de même, à ne pas abdiquer et à voter avec la satisfaction

auront des comptes à nous rendre et sur qui nous porterons un jugement, non seulement tous les quatre ans, mais tout au long de leur mandat. Nous nous ferons un plaisir de leur demander de rendre compte de leurs actions, de leur inaction et de leurs hésitations.

Agir ainsi, à mon avis, serait une excellente occasion de renforcer le pouvoir d'influence de l'AREQ (CSQ) en plus de se réapproprier les pratiques de démocratie participative.

Projet Sira-santé

La santé des personnes retraitées

Un poids pour la société?



Pierre Hardy
Conseiller
hardy.pierre@csq.qc.net

Dans le numéro de février-mars 2010 du magazine *Quoi de neuf*, nous sollicitons votre participation pour compléter un questionnaire d'enquête relativement à votre santé et vos habitudes de vie. Celui-ci était

également expédié aux membres de la FADOQ. Cette opération a été un succès avec un taux de participation de 62,1 % parmi nos membres. Nous tenons à vous remercier.

À la suite de cette opération, un portrait de nos membres sera livré au cours de l'automne. Nous vous rappelons que ces données nous permettront d'enrichir, avec les résultats d'une recherche documentaire, notre argumentaire pour démontrer que la santé des aînés n'est pas un poids pour la société. Enfin, considérant que celle-ci est tributaire de saines habitudes de vie, nous avons sollicité un de nos partenaires dans le projet, KINO-QUÉBEC, pour réaliser de façon récurrente des chroniques sur l'activité physique dans notre magazine. La première chronique paraît dans ce numéro. Les prochaines paraîtront en alternance

avec les articles de notre collaboratrice Marie Milot (CLSC Notre-Dame-de-Grâce) portant sur la nutrition.

Nous vous invitons donc à lire cette série d'articles et surtout à mettre en pratique les recommandations qu'on y trouve. Bonne lecture!



Être actif et en forme à la retraite

Que de temps à... travailler? Pendant une bonne partie de votre vie, vous avez eu un travail rémunéré qui a façonné votre train-train quotidien : lever, arrivée au boulot, retour au bercail... Il vous fallait bien organiser votre vie autour d'un horaire de travail fort chargé, indépendant de votre volonté. Puis, voilà qu'arrive l'heure de la retraite, ce moment privilégié de la vie où vous redevenez maître de votre temps. Tout devient alors possible selon les rêves de chacun : voyager, jardiner, retourner aux études, rénover le chalet, collaborer à des projets communautaires, chanter dans une chorale, découvrir l'ornithologie, s'initier à l'ébénisterie, adopter de nouveaux modes de vie, etc. Peu importe votre rêve, vous devez être en santé pour le réaliser. D'ailleurs, la santé prend une importance particulière à la retraite, car elle vous permet de profiter pleinement de toutes ces années qui sont devant vous.



Monique Dubuc
Coordonnatrice nationale,
Kino-Québec
monique.dubuc@mels.gouv.qc.ca

La pratique régulière d'une ou de plusieurs activités physiques est, sans contredit, un des moyens les plus efficaces pour préserver votre santé. En effet, l'exercice retarde le déclin des fonctions physiologiques en raison de l'âge. Ainsi, la vitalité des poumons, du cœur et des muscles se maintient quand on est physiquement actif. Cet effet tonique de l'exercice vous permet de conserver votre liberté de mouvement, tant dans vos loisirs qu'à la maison, faisant de vous une personne dynamique et autonome sur le plan physique. Votre cerveau, mieux oxygéné, profite aussi de cette cure de jeunesse. La capacité de mémoriser et de se concentrer s'accroît et même l'humeur s'améliore quand on exerce ses muscles

régulièrement! Mais sachez, surtout, qu'il n'est jamais trop tard pour inclure l'activité physique dans votre mode de vie.

Plusieurs études ont démontré l'étonnante capacité de régénération du corps. Il est même possible de développer ses muscles à 80 ans! Mais la « cerise sur le sundae », comme on dit, c'est que vous n'êtes pas obligé de faire un marathon pour profiter de tous ces bienfaits. Un peu de mouvement chaque jour et hop! L'inertie est vaincue. Certaines personnes, comme Luc qui vient de prendre sa retraite à 59 ans, trouvent le moyen de joindre l'utile à l'agréable : « Moi, je me suis acheté un chien que je vais promener tous les jours. Je n'ai jamais autant marché de toute ma vie. Il m'arrive même de courir avec mon chien. » D'un autre côté, France, retraitée depuis maintenant 3 ans, a décidé d'utiliser son vélo comme mode de transport pour la majorité de ses déplacements inférieurs à 10 km.

De fait, la retraite vous offre sur un plateau d'argent, non seulement le temps, mais aussi la possibilité de choisir des activités qui correspondent à vos goûts, à vos besoins et à vos capacités physiques et financières. Pour rester motivé, retenez ce qui suit : votre motivation pour l'exercice doit venir de l'intérieur. Par conséquent, ne vous mettez pas à faire de l'exercice pour faire plaisir à quelqu'un, même si c'est votre conjoint. Faites-le parce que vous savez que c'est bon pour vous et que

vous trouvez plaisir à le faire. Essayez, autant que possible, de pratiquer une activité physique avec quelqu'un, un groupe de personnes (par exemple un club de plein air ou de marche, un cours de natation...), voire en compagnie d'un quadripède, comme l'a fait Luc avec succès.

Témoignage

« À quelques mois de ma retraite, j'entrevois cette période comme étant une belle occasion d'inclure plus d'activités physiques au menu de tous les jours. Je suis convaincu qu'en faisant de l'exercice régulièrement, je resterai en forme et en santé, et je pourrai profiter pleinement des belles années à venir avec ma famille et mes petits-enfants. » Richard, 55 ans.

« Au tout début de ma retraite, j'ai décidé de prendre ma vie en main. J'ai commencé à mieux m'alimenter, tout en faisant régulièrement du vélo et j'y ai pris goût. Aujourd'hui, je me sens plus jeune que lorsque j'ai commencé ma retraite! Je profite pleinement de la vie avec mes nouveaux amis de vélo. En effet, j'ai décidé d'adhérer cette année à un club. » Nicole, 61 ans.

Pour en savoir plus :

Brochure gratuite : Être actif, un placement garanti! Brochure de Kino-Québec que vous pouvez télécharger au www.kino-quebec.qc.ca ou commander par téléphone au 418 646-6137, poste 3649.



Photo : Photo Disc



Le programme Pair est un service personnalisé d'appels automatisés qui joint les aînés pour s'assurer de leur bon état de santé. Les abonnés reçoivent ces appels à des heures prédéterminées, une ou plusieurs fois par jour. Si l'abonné ne répond pas, une alerte est lancée. Une vérification est systématiquement enclenchée par les

responsables du système afin de vérifier si l'abonné est en détresse. Grâce aux appels de Pair, plusieurs vies ont pu être sauvées. Toute personne aînée, malade ou vivant seule peut bénéficier de ce programme offert gratuitement par les agences du programme Pair. Un appel suffit pour s'y abonner : 1 877 997-PAIR (7247)



FFAPAMM
Fédération des familles et amis
de la personne atteinte
de maladie mentale

Saviez-vous qu'un Canadien sur cinq est atteint d'une maladie mentale et que quatre personnes sur cinq auront un jour ou l'autre à côtoyer l'une de ces personnes? Dans le cadre de sa 17^e campagne de sensibilisation, c'est sous le thème « Redonnez un sens » que la FFAPAMM et ses 40 associations-membres interpellent la population du Québec. Les membres de l'entourage jouent un rôle significatif dans le rétablissement de la personne atteinte de maladie mentale. Une condition est cependant essentielle, la famille a besoin d'acquérir des habiletés de vie ou comportementales lui permettant d'actualiser son potentiel. Il ne faut jamais oublier que pour aider, il faut se faire aider, c'est ainsi que l'on peut arriver à redonner un sens aux épreuves de la vie. Pour en savoir plus : www.ffapamm.com/campagne-de-sensibilisation

 **Les petits frères des Pauvres**
La famille des personnes âgées seules



Les petits frères des pauvres luttent contre l'exclusion et la solitude des personnes âgées seules de 75 ans et plus en les accueillant, en les accompagnant et en créant autour d'elles une famille pour toute la vie. L'organisme est à la recherche de bénévoles, dans plusieurs régions, pour de l'accompagnement au quotidien, lors de vacances, des moments forts de l'année (Pâques, anniversaire, etc.) ou de périodes difficiles. L'organisme sollicite également des dons.

Pour information :

**www.petitsfreres.ca ou
1 866 626-8653.**

EN OCTOBRE, passez le mot sur l'importance de la mammographie

À l'occasion du Mois de la sensibilisation au cancer du sein, la Société canadienne du cancer invite les Québécoises à participer à une chaîne pour la vie en passant le mot sur l'importance de la mammographie aux femmes de 50 à 69 ans qui leur sont chères. Ainsi, en octobre, il sera possible de transmettre, sur le site www.cancer.ca, une carte virtuelle représentant le Mémo-mamo, un outil éducatif original qui illustre bien l'efficacité de la mammographie. Celles qui passeront le mot courront la chance d'obtenir un « vrai » Mémo-mamo. Pour en savoir plus : www.memomamo.ca



La vitamine D

Connaissons-nous bien la vitamine D, ses fonctions, quelles quantités consommer et quelles sont ses sources? Pas certain! Une grande majorité d'adultes présentent une déficience en vitamine D.



Marie Milot, dt.p.
 CSSS Cavendish, CLSC NDC
 Montréal-Ouest
 marie.milot.cvd@sss.gouv.qc.ca

La vitamine D joue un rôle déterminant dans la santé osseuse. Elle favorise l'absorption du calcium et prévient l'ostéoporose. Chez les personnes âgées la vitamine D, si prise en quantité suffisante, prévient les chutes et les fractures. Les bienfaits de la vitamine D ne s'arrêtent pas là. Ces dernières années, des recherches scientifiques avancent que la vitamine D peut prévenir le cancer, notamment le cancer du sein, du côlon et peut réduire la progression du cancer de la prostate. Le mécanisme d'action s'explique ainsi : la vitamine D diminue la prolifération cellulaire, augmente la différenciation cellulaire et empêche la croissance de vaisseaux sanguins. Les fonctions de la vitamine D s'étendent également au niveau du diabète en diminuant la résistance à l'insuline. Ses effets hautement anti-inflammatoires sont très prometteurs pour diminuer les risques de certaines maladies auto-immunes comme la sclérose en plaques, l'arthrite rhumatoïde et le lupus. Finalement il y a un lien possible entre des niveaux sériques abaissés de vitamine D et des risques de maladies cardiaques.

Afin de profiter de tous ces avantages il faut s'assurer d'en prendre suffisamment. Le guide alimentaire canadien (GAC) recommande de prendre trois portions de lait et substituts par jour. À cela, les personnes de 50 ans et plus devraient ajouter un supplément de 400 U.I. de vitamine D. Les

ANREF au Canada (apports nutritionnels de référence) se lisent comme suit : 19-50 ans : 200 U.I., 51-70 ans : 400 U.I., 70 ans et plus : 600 U.I.

Ostéoporose Canada propose des chiffres plus élevés : jeunes adultes et personnes à risque peu élevé d'ostéoporose : 400 U.I. à 1000 U.I., 50 ans et plus, personnes à risque élevé d'ostéoporose : 800 U.I. à 2000 U.I. et possibilité de doses plus élevées

Où retrouve-t-on la vitamine D? Autres que les aliments et les suppléments, les rayons UVB du soleil activent la vitamine D au niveau du foie et des reins, d'où son appellation de vitamine soleil. Le meilleur temps de l'année se situe entre mars et octobre, période où les gens s'exposent plus au soleil. Cependant, il est à noter que les crèmes écran solaire bloquent cette transformation. Les personnes âgées profitent peu de cet avantage; elles sont malheureusement souvent confinées à l'intérieur surtout durant l'hiver pour diverses raisons.

Parlons maintenant des sources alimentaires de vitamine D. Au Canada, certains aliments sont enrichis, notamment le lait et la margarine, certaines marques de jus d'orange, le lait de soya, etc. Les œufs et certains poissons contiennent naturellement de la vitamine D : le saumon, le thon, la morue, la truite et les crevettes.

Comme il est difficile de combler ces besoins seulement avec les aliments, Santé Canada préconise les suppléments.



À vous maintenant de voir si vous consommez suffisamment de cette vitamine aux multiples bienfaits.

Voici un tableau plus détaillé des meilleures sources :

Aliments	Vit D U.I.
Lait 250 ml	90-110
Lait de soya ou de riz enrichi 250 ml	80-90
Yogourt fait de lait enrichi 100 g	25
Saumon sauvage 170 g cuit	1680
Saumon conserve Soc-keye ¼ tasse	480
Saumon d'élevage 170 g cuit	410
Truite d'élevage 170 g cuite	660
Thon pâle conserve ¼ tasse	130
Morue 170 g cuite	180
Crevettes 85g cuites	170
Jus d'orange enrichi 250 ml	100
Jaune d'œuf	25
Margarine 5 ml	25

Sources : Département d'agriculture, États-Unis, J. Steroid, Biochem. Mol. Biol.103 :642, 2007.

Môman travaille pas, elle a trop d'ouvrage

Par cette boutade, Yvon Deschamps nous rappelle que les **femmes ont toujours travaillé**. Il n'y a pas de retraite pour le travail « traditionnel-invisible » des femmes. L'expression qu'on entend souvent : « depuis que les femmes travaillent ... » fait référence au seul travail reconnu, le travail salarié selon les normes masculines du patriarcat liées au capitalisme : la production marchande de biens et la vente de la force de travail en échange d'un salaire. De ce fait, le travail de reproduction biologique et sociale fait par les femmes dans la sphère domestique a été marginalisé, non reconnu, même si ce travail est à la base de toute la société et de son économie : sans reproduction et maintien de la vie, pas de production.



Nicole Talbot
Comité national
de la condition des femmes

Le marché du travail s'est développé par le patriarcat avec le principe de séparation et de hiérarchisation : **travaux d'hommes et travaux de femmes**, les premiers visibles et salariés et les autres invisibles et non salariés. Le travail domestique est gratuit et invisible. Le travail de collaboratrice aussi est invisible, on dit alors que « derrière chaque grand homme se cache une femme » mais l'inverse...?

Le début de l'accès des femmes au *travail salarié* se fait avec l'obligation de donner le salaire au mari, les femmes doivent avoir la signature du mari pour tout. Les emplois « féminins » sont sous-évalués, mal payés et se retrouvent en éducation, santé, secrétariat, agroalimentaire, textile (suite du rôle traditionnel). Leurs revenus sont nuls au foyer et très faibles sur le marché du travail, c'est pourquoi beaucoup de femmes de 75 ans et plus vivent dans une pauvreté endémique. En 2010, le revenu des femmes est toujours inférieur à celui des hommes (68 %) et l'écart augmente à la retraite (50 %).¹

État providence à Môman providence

Avec le virage ambulatoire, on a parlé « d'aidantes naturelles » pour renforcer la vision patriarcale du rôle des femmes. Le milieu de la santé ne peut pas

le faire, pas de problème, la famille va le faire! (**famille=femmes**, 85 % des personnes aidantes sont des femmes, 44 % ont 55 ans et plus et elles donnent 80 % des soins à domicile).² De cette façon, l'État économise des mil-

« Selon une évaluation faite par les Nations-Unies au début des années 1990, à l'échelle mondiale, les femmes accomplissent 67 % des heures de travail, gagnent 10 % du revenu mondial, constituent deux tiers des analphabètes et possèdent moins de 1 % des propriétés dans le monde.⁵ »

lions grâce au travail gratuit et invisible des femmes. Les personnes aidantes (femmes ou hommes) sont épuisées, car c'est du travail 24 h sur 24 h, 7 jours semaine, et les soins à donner sont de plus en plus nombreux (90 % des personnes aidantes vivent des difficultés)³.

Changer les choses

Pour mieux reconnaître le travail invisible, il faut travailler concrètement à l'**égalité**. Il devrait y avoir du temps pour le travail, pour la famille, « une offre accrue de services de soutien psychologique et de répit à l'intention des personnes proches aidantes, le déploiement d'intervenants pivots, davantage de services à domicile de même qu'une bonification des mesures financières disponibles ». ⁴ Il faut aussi une véritable équité salariale, l'accès aux soins de santé, à l'éducation, aux services de garde, un changement de mentalité pour reconnaître le rôle social, économique et culturel des femmes.

Le travail rémunéré reste encore le meilleur moyen d'accéder à l'autonomie économique et de se préparer une retraite convenable. Il faut absolument réfléchir sur le travail gratuit des femmes et des hommes qui laissent un travail payé pour s'occu-

per de la famille, car c'est mettre en danger leurs revenus à la retraite. En fin de vie, si l'on est malade, à tout le moins on ne devrait pas être pauvre, surtout si on est une femme, car les femmes se retrouvent généralement seules à cette période de leur vie. Présentement, les femmes forment 85 % de la clientèle des CHSLD et vivent sous le seuil de la pauvreté.

Après des années de travail, Môman (femmes ou hommes) mérite bien de terminer ses jours avec le minimum nécessaire dans un cadre de vie convenable.

1 AFEAS, *Du soutien concret pour les personnes âgées et une reconnaissance tangible de travail des aidantes et des aidants*, 2007.

2 CSF, Réseau canadien pour la santé des femmes, 1999.

3 *Le soutien des personnes proches aidantes : une responsabilité étatique*, mémoire présenté par l'AREQ, mars 2009.

4 Ibid.

5 *Du soutien concret pour les personnes âgées et une reconnaissance tangible de travail des aidantes et des aidants*, 2007.

Campagne d'Entraide 2010



Comité Entraide
Secteurs public
et parapublic

Québec



Secrétariat permanent

La campagne des personnes retraitées de la fonction publique et parapublique québécoise

Après une première année à titre de représentant des personnes retraitées au Comité Entraide, le trésorier national de l'AREQ, M. Pierre-Paul Côté, a accepté de répondre à quelques questions concernant la campagne d'Entraide. Chaque automne, ce vaste mouvement de solidarité qui se déroule sur tout le territoire québécois constitue une preuve éloquent que la générosité des employés et des personnes retraitées de l'État fait, sans le moindre doute, le tour du Québec!

M. Côté, vous qui siégez au Comité Entraide, comment décririez-vous la portée de la campagne d'Entraide au Québec?

La campagne d'Entraide joue un rôle philanthropique majeur au Québec. Les trois familles philanthropiques que sont les 18 Centraide du Québec, Par-

tenairesanté et ses 16 membres ainsi que la Croix-Rouge canadienne, Division du Québec viennent en aide à des centaines de milliers de personnes en situation de vulnérabilité sur tout le territoire québécois. L'an dernier, ce sont plus de 7,5 millions de dollars qui ont été amassés et remis en totalité à chaque partenaire, selon le choix des donatrices et des donateurs.

Comment les personnes retraitées peuvent-elles contribuer à la campagne d'Entraide?

Les prestataires de la CARRA peuvent remplir la fiche de souscription qui leur est transmise par la poste à l'automne. Celles et ceux qui ne reçoivent pas de fiche peuvent utiliser la version électronique qui se trouve dans le site Internet du Comité Entraide. Il y a 36 organismes auxquels il est possible

de donner pour permettre à la générosité de faire le tour du Québec.

Quel a été l'apport des personnes retraitées lors de la campagne d'Entraide 2009?

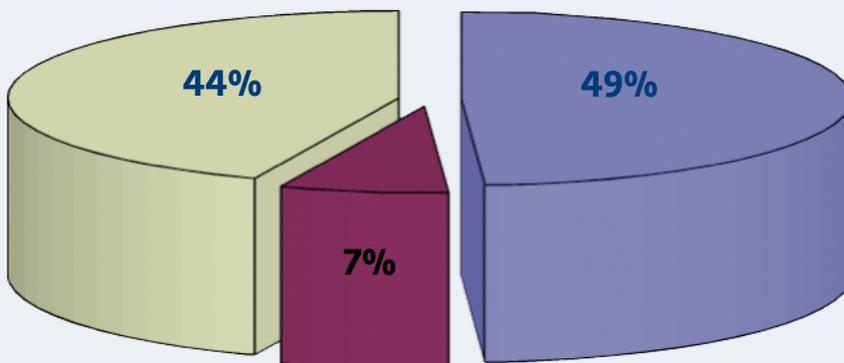
En 2009, le quart de la somme recueillie, soit 1 890 442 \$ sur plus de 7,5 millions de dollars, provenait des dons des personnes retraitées. Merci de donner généreusement en 2010.

Il est important de souligner qu'il existe maintenant une section destinée aux personnes retraitées dans le site Internet du Comité Entraide. On y trouve des témoignages, des exemples d'utilisation des dons et des liens utiles. On peut consulter le site pour obtenir de plus amples renseignements sur la campagne d'Entraide : www.entraide.gouv.qc.ca.

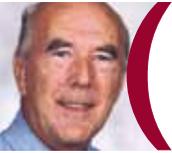
Questions hebdomadaires

Chaque semaine, on retrouve sur le site Internet de l'AREQ une question à laquelle les internautes sont invités à répondre. Ces sondages n'ont aucune prétention scientifique. Toutefois, ils permettent de prendre le pouls des membres de l'Association à propos de débats sociaux majeurs ou encore de dossiers d'actualité. Voici les résultats à la question ayant suscité le plus de votes :

Le premier ministre Charest explique son remaniement ministériel par un désir de changer le ton des débats à l'Assemblée nationale. Laquelle de ces affirmations correspond le mieux à votre souhait pour améliorer le climat? (Août 2010)

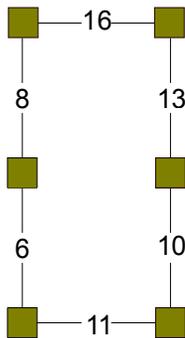


- Le gouvernement doit répondre aux questions et éviter d'être arrogant.
- L'opposition doit éviter de lancer des insinuations et des accusations sans fondement.
- Le gouvernement et l'opposition doivent chacun faire leur part.

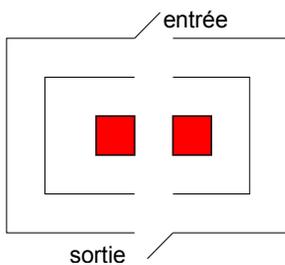


Renaud Turcotte
Équipe *Quoi de neuf*
turvac@hotmail.com

1. Remplissez les cases avec des nombres, sachant que ceux qui sont déjà inscrits sont la somme des deux nombres qu'ils relient. Vous ne devez pas utiliser deux fois le même nombre ni le nombre 0.

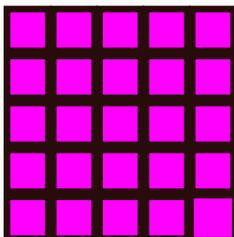


2. Voici le croquis d'une salle où l'on a installé des murets pour exposer des tableaux :

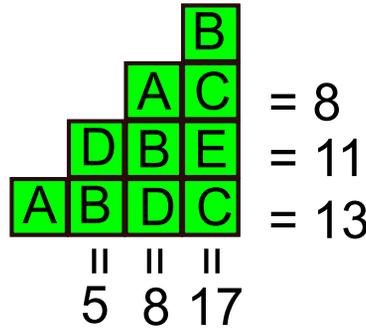


Parcourez tous les corridors, une seule fois, sans jamais couper votre trajet ni passer plus d'une fois par une ouverture.

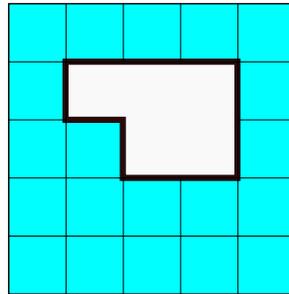
3. Complétez la grille avec les nombres 1, 2, 3, 4 et 5 sans répétition sur la même ligne, sur la même colonne et sur la même diagonale.



4. Trouvez la valeur numérique de A, B, C, D et E afin que les sommes des lettres correspondent aux nombres indiqués.



5. La figure suivante illustre un carton carré auquel on a enlevé une section intérieure. Découpez la surface restante en cinq parties identiques.



6. Denise, Josée et Lucie sont avocate, comptable et journaliste, mais pas nécessairement dans cet ordre. De plus, chacune d'elles possède un animal de compagnie différent : un chat, un chien ou un furet. À partir des indices suivants, retrouvez leur profession respective ainsi que leur animal.

- Lucie n'est pas journaliste et n'a pas de chien.
- L'avocate ne se nomme pas Josée et n'a pas de chat.
- Le furet n'appartient ni à Denise ni à la comptable.
- Le chat ne vit pas chez Josée.
- Denise n'est pas comptable et n'aime pas les chiens.

7. Les consonnes des mots de cette grille sont disparues. Avec les indices suivants, retrouvez ces mots :

1	a		î		e
2		a			i
3		a			i
4		e		o	u
5	e			a	i

- 1) Mettre en mauvais état
- 2) Petit enfant
- 3) Prisonnier de guerre
- 4) Sur ses pieds
- 5) Leur éclatante et brève.
8. À l'aide des indices, trouvez les mots pour remplir la grille. Par la suite, les lettres d'une diagonale forment un mot désignant un organe du corps humain. Nommez-le.

1					
2					
3					
4					
5					

- 1) Objet que l'on vise
- 2) Objet sphérique
- 3) Cavité, espace vide entre deux choses
- 4) Ce qui est rejeté, considéré sans valeur
- 5) Résister au passage du temps.

à cœur ouvert

CAPSULES INFORMATIVES

Une initiative de prévention et de promotion de la santé de la Fondation des maladies du cœur du Québec en collaboration avec l'AREQ.

Novembre, mois de la RCR

Huit crises cardiaques sur dix surviennent à la maison.

Que feriez-vous si ça se produisait chez vous ?

Lorsque le cœur cesse de battre et que la personne ne montre plus aucun signe de vie, chaque seconde compte. Pour chaque minute qui s'écoule sans assistance, les chances de survie de la personne diminuent d'environ 10 %. Mais si vous savez comment réagir en cas d'urgence cardiaque, les chances de survie et de récupération de la personne peuvent augmenter de 30 % ou plus. Parce que la plupart des arrêts cardiaques ont lieu à la maison, vous pourriez sauver la vie d'un proche.

Apprendre la RCR est facile et peu coûteux.

Quelques heures suffisent et peuvent faire une différence importante dans la vie de quelqu'un. Vous pouvez également vous procurer la trousse *RCR En tout temps* qui vous permettra d'apprendre les bases de

la RCR en 22 minutes seulement !

Connaissez-vous le défibrillateur externe automatisé (DEA) ?

Un défibrillateur externe automatisé (DEA) est un appareil qui surveille les battements cardiaques. Il peut déceler si le cœur a cessé de battre efficacement. Au besoin, il peut administrer une décharge électrique au cœur. La plupart du temps, ce choc rétablira le rythme cardiaque. Les nouveaux DEA permettent même aux personnes en dehors de la sphère médicale de rétablir le rythme cardiaque et de sauver des vies.

La Fondation travaille d'arrache-pied à assurer un accès élargi aux DEA à la maison et en milieu de travail, ainsi que dans les lieux publics comme les aéroports, les arénas et les avions. La Fondation



encourage également les personnes en contact avec des personnes à risque élevé d'arrêt cardiaque, que ce soit des membres de la famille, des policiers, des pompiers, des agents de bord ou des gardes de sécurité, à recevoir une formation à l'utilisation des DEA.

Pour découvrir la formation en RCR et en DEA dans votre région ou pour obtenir plus d'information, visitez le www.santeducoeur.org ou téléphonez au 1 800 361-7650.

Votre temps sauve des vies.

Année après année, des milliers de bénévoles parcourent le Québec et cognent aux portes dans leur voisinage afin d'amasser de précieux dons pour la Fondation des maladies du cœur du Québec. Cette action ne prend que quelques minutes permet à la Fondation de poursuivre sa mission de prévention et d'aider les chercheurs dans leur

projet. Débutant dans certaines régions dès l'automne, cette campagne de porte-à-porte se déroule aux quatre coins de la province.

Vous souhaitez vous impliquer dans votre quartier ? Joignez-vous à l'équipe la plus près de chez vous. Il ne vous prendra que quelques minutes pour faire une différence.



Aidez-nous à vaincre les maladies cardiovasculaires !

Informez-vous auprès du bureau de la Fondation le plus près ou contactez-nous au 1 888 473-4636.



À la conquête de solutions.

FMCOEUR.QC.CA





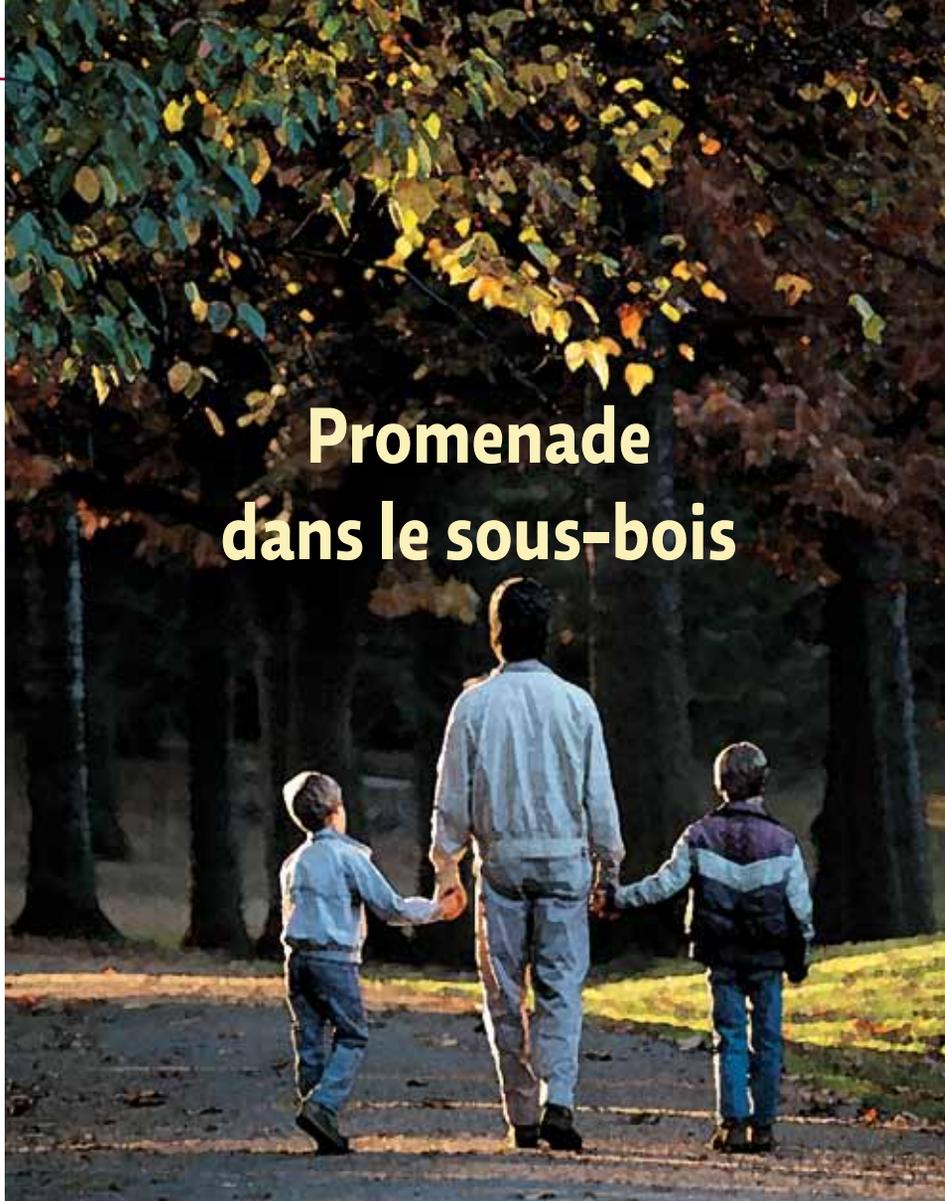
Michel Jacques
Équipe *Quoi de neuf*
miloujac@hotmail.com

Seul dans la clairière du boisé, j'emprunte un petit sentier. Je me prélasserai entre l'ombre et la lumière en humant une odeur de résine et de feuilles d'or roussies. Les branches des érables à demi dégarnies, tout au-dessus de moi, se rejoignent comme un toit de cathédrale et m'invitent à poursuivre ma randonnée et à m'enfouir sous les rangées d'arbres.

Je ferme légèrement les yeux, ébloui par l'éclat d'un chaud soleil d'octobre. Le craquement des feuilles séchées dans ma main inquiète l'écureuil qui s'agite et crie à tout venant. Le geai bleu, au plumage si beau, passe encore une fois trop vite. Les autres bêtes ailées donnent leur concert un peu timide, à la veille de l'hiver.

Tout près, le gazouillis répétitif d'une petite source dissimulée derrière les fougères fraîches charme mon oreille. L'eau transparente polit les petits cailloux qui ne se lassent pas de l'onde qui coule et coule sur leur dos. Sur le bord, ma main effleure la menthe sauvage que je porte à ma bouche et que je mordille. Une pluie de fraîcheur gorge mes papilles! Belle ivresse!

Ma tête s'affole, je la tourne de gauche à droite et écarquille les yeux qui s'emplissent de ces érables orphelins, débarassés de leur végétation pour mieux passer l'hiver. Je me gave de la symphonie des feuilles colorées étalées ici et là comme un gâteau aux fruits. Une gamme de couleurs s'est succédé au cours des jours de plus en plus écourtés. D'abord ce furent les rouges sang, suivis des rouges vermillon, des jaunes fluo avec des oranges très vifs posés sur



Promenade dans le sous-bois

un écrin de vert. Puis les feuilles plus âgées sont disparues au premier coup de vent, il reste, maintenant, les ocres et les jaunes. Tant de couleurs irradiantes!

Je dépose mes pas un à un dans le petit chemin humide qui foulent les feuilles visqueuses aux odeurs intrigantes et indéfinissables. Elles sont là au flanc des roches et des troncs jonchant le sol. J'en saisis une dans ma main, la sens, la froisse et porte sa tige à ma bouche. Ah! ce goût de la feuille morte avec ses odeurs indicibles! Comment le nommer? C'est le musc, ou encore l'acide, ou plutôt une odeur de rance avec un accent de tanin et de boisé prononcé. Je la saisis entre mes dents, un amalgame de senteurs et de goûts explose : il tient à la fois de la mûre, avec un petit côté âcre, cendré et surtout d'une pré-

sence marquée d'humus. Je me sens transporté, je suis tellement près de la nature, et si loin de mon quotidien. Dans un silence de monastère.

Un peu plus loin, un léger vent chaud, un vent de duvet, arrive à l'improviste et caresse ma nuque à découvert. Griserie du moment, je ne suis plus tout à fait là. Tant de présence à cette beauté. Atmosphère enveloppante. Baigné dans la nature, je me sens entouré, cerclé, cerné par une nature maternante, comme un fœtus. Je ne fais qu'un avec mon environnement. Une brise se lève et transporte les émanations de la nature agonisante et de ses terres humides. Atmosphère de création du monde.

Sans hier. Sans demain.

L'@ en quelques mots



Denys Bergeron
Équipe *Quoi de neuf*
denysbergerons@gosfordaimet.com

Aucun symbole n'est né par hasard. Les internautes sont redevables de celui-ci à Ray Tomlinson. L'ingénieur new-yorkais cherchait une façon de séparer le nom de l'émetteur de celui de l'organisme qui l'hébergeait. Alors qu'il scrutait le clavier comme jamais, un jour de 1972, il est tombé sur l'@. « I found it! » s'écria-t-il ébahi comme Archimède découvrant la loi de la pesanteur, « Very unlikely in a proper name, that sign is what I need. Fantas-

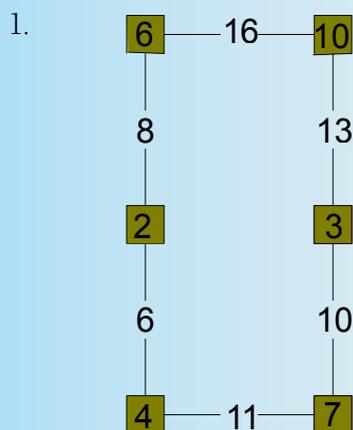
tic! »* Se doutait-il alors du fabuleux destin de sa trouvaille?

Mais ce n'est pas lui qui a donné le sens à ce symbole. L'@ est une abréviation latine. Eh oui! Elle fut employée dès le 1^{er} siècle avant d'être complètement oubliée et de ressusciter aux XV^e et XVII^e siècles. Elle correspond à la préposition latine « ad » avec l'idée de direction, à l'origine d'ailleurs de « à » en français et de « at » en anglais, exactement comme l'esperluette (&) remplace « et » dans les raisons sociales pour unir des noms propres ou dans des expressions comme & Fils, & Associés...

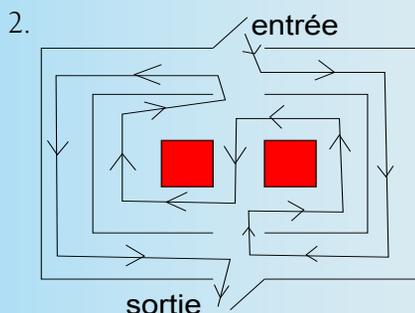
Quant à son appellation graphique, arobas, elle est, elle, très française. Ce sont des imprimeurs français qui ont tout simplement désigné ce caractère par ses éléments descriptifs évidents, « a, rond et bas (de casse) », signifiant en termes d'imprimerie « minuscule entourée d'un rond ». Le terme est devenu une désignation typographique internationale. Il ne faut pas oublier en effet que le français fut la langue de référence en Europe pendant au moins deux siècles et que les typographes étaient considérés comme des ouvriers cultivés.

* J'ai trouvé. Ce signe très improbable dans un nom propre est celui qu'il me faut. Fantastique!

Solution distraction



On peut trouver une autre solution en remplaçant dans les cases : 6 par 7, 2 par 1, 4 par 5, 7 par 6, 3 par 4 et 10 par 9.

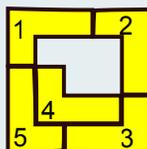
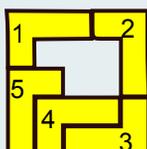
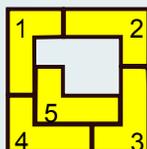


3. Voici une des solutions possibles :

1	2	3	4	5
2	4	5	3	1
5	3	2	1	4
3	1	4	5	2
4	5	1	2	3

4. A = 3; B = 1; C = 5; D = 4 et E = 6.

5. Voici trois solutions possibles :



6. (Denise, journaliste, chat); (Lucie, avocate, furet); (Josée, comptable, chien).

7.

1	a	b	î	m	e	r
2	b	a	m	b	i	n
3	c	a	p	t	i	f
4	d	e	b	o	u	t
5	é	c	l	a	i	r

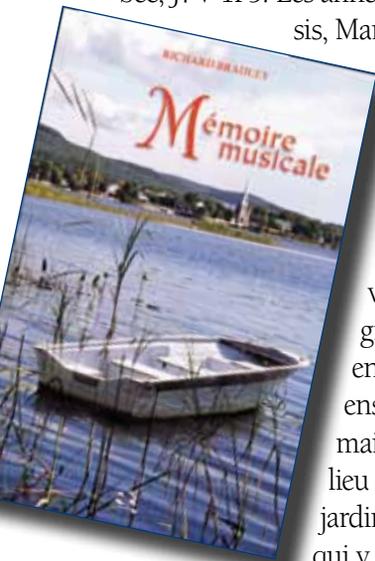
8. Cœur

1	c	i	b	l	e
2	b	o	u	l	e
3	c	r	e	u	x
4	r	e	b	u	t
5	d	u	r	e	r

MÉMOIRE MUSICALE

BRADLEY, Richard. Vaudreuil-Dorion, 2009, 204 pages. Coût : 20 \$ + 3 \$ de frais de poste. Richard Bradley, 377, Curé-David, Vaudreuil-Dorion, Québec, J7V 1P5. Les années 50, Maurice Duplessis, Marilyn Monroe, l'emprise

de la religion et l'arrivée du rock and roll. Como apprend que le catéchisme et l'histoire du Canada ne disent pas toute la vérité. Il constate de grosses contradictions entre ce que l'école lui enseigne et ce qu'il vit à la maison et, surtout, sur le lieu de travail de son père jardinier. La méchante dame qui y habite ne devrait pas aller en enfer.



Tél. : 450 555-2700
pavillon10@hotmail.com

SUR LES TRACES DU TEMPS QUI PASSE

GAUDET LES-SARD, Hélène. Ville-Marie, 2009, 136 pages. Coût : 15 \$. En vente à la Librairie Servidéc de Ville-Marie ou directement auprès de l'auteur au 438, chemin de la Côte-Dubois, Duhamel-Ouest, Québec, J9V 1G6 (3 \$ de frais de poste). Ce recueil comprend 52 chroniques enrichies de photos. De courts tableaux, des personnes, des situations tristes, heureuses ou cocasses qui ont servi de trame à l'évolution d'une région, en l'occurrence, le superbe Témiscamingue. Ouvrez ce livre de la vie qui dévoile un peu de vous et beaucoup de l'auteur.



Tél. : 819 629-2929
hgl@cablevision.qc.ca

LE ROMAN DE LAURA SECORD - Tome I

GOUGEON, Richard. Sainte-Angele-de-Monnoir, Les Éditeurs réunis, 2010, 475 pages. Coût : 27,95 \$. Disponible en librairie ou chez l'auteur au 1365, Terrasse Fortin, Saint-Césaire, Québec, J0L 1T0. Après la Révolution américaine, Thomas Ingersoll s'établit à Queenston dans la péninsule du Niagara avec sa famille. Laura devient tenancière de la taverne de son père pendant que le brave homme défriche la terre avec ses fils. La jeune femme sera à la fois la mère et la grande sœur pour toute la famille. Laura rencontre le séduisant James Secord, se marie et emménage avec lui dans l'arrière-boutique du commerce de son époux. Alors que les affaires prospèrent, Laura et James engagent Barack, un esclave noir pourchassé par son maître. Entre-temps, des nuages de guerre se dessinent à l'horizon...

Tél. : 450 469-3494
gouger@total.net



LE GRAND LIVRE POUR ATTIRER LES OISEAUX CHEZ SOI

BRÛLOTTE, Suzanne et LACROIX, Gilles. Saint-Constant, Les éditions Broquet, 2010, 488 pages. Coût : 39,95 \$. Disponible chez Les éditions Broquet, Archambault, Renaud-Bray, Costco et Walmart. Ce livre innovateur qui s'adresse autant aux débutants qu'aux habitués a pour but de les guider dans leur démarche pour assurer le bien-être des oiseaux et leur procurer un milieu accueillant. Vous y apprendrez comment choisir, modifier et entretenir les mangeoires. Vous y découvrirez des trucs pour éloigner les prédateurs et apprendrez comment faire cohabiter deux espèces concurrentes. Face aux nombreuses questions qui surgissent lorsqu'on invite les oiseaux chez soi, ce guide vous fournira de précieux conseils.

Tél. : 450 638-3338
info@broquet.qc.ca



Dans le cadre de la chronique **Nos membres publient**, le magazine **Quoi de neuf** fait la promotion de livres publiés par les membres de l'AREQ. Seuls les ouvrages écrits sont retenus. Les membres doivent faire parvenir un exemplaire de leur livre aux bureaux de l'AREQ, accompagné d'une courte fiche indiquant : nom de l'auteur et coordonnées complètes, titre du livre, lieu et année de publication, éditeur, nombre de pages, prix, façon de se le procurer ainsi qu'un court résumé (75 mots) du livre. Les livres reçus sont remis à la Fondation des parlementaires québécois - Cultures à partager qui distribue des livres dans des pays défavorisés.



Un pour tous, tous pour l'eau!

Après une période estivale plus que clémente et une marée noire avec des ravages encore insoupçonnés, l'AREQ lance cette année un projet mobilisateur démontrant encore une fois la détermination et l'apport sociétal de ses membres. Mais comment parler d'un sujet aussi large et important que l'eau sans trop « déborder » ou faire « naufrage »? Voici donc les bases qui serviront à ce projet afin de tenter un amerrissage sans heurt ni grincement de dents, tout en permettant la plus grande variété de possibilités de réussite.



Éric Laroche
Conseiller Formation
et Vie associative
laroche.eric@csq.qc.net

Mise en contexte

Selon le rapport Brundtland¹, le développement de l'espèce humaine et de son vaisseau spatial n'est possible que par : « ... un développement qui répond aux besoins du présent sans compromettre la capacité des générations futures de répondre aux leurs. Deux concepts sont inhérents à cette notion : le concept de « besoins », et plus particulièrement des besoins essentiels des plus démunis, à qui il convient d'accorder la plus grande priorité, et l'idée des limitations que l'état de nos techniques et de notre organisation sociale impose sur la capacité de l'environnement à répondre aux besoins actuels et à venir. »²

Pourquoi l'eau?

« Actuellement, 1,5 milliard de personnes n'ont pas accès à de l'eau potable. Personne ne peut nier l'ampleur ni la gravité de la crise. L'être humain peut se passer de bien des choses pour survivre... de viande de bœuf, de patates, de pétrole, d'or, de dollars, d'auto... mais jamais il ne pourra se passer du soleil, de l'air et de l'EAU. Ils sont la vie. Le poète Ovide a écrit il y a 2000 ans que Dieu n'a fait ni le soleil, ni l'air, ni l'eau propriété privée... »³

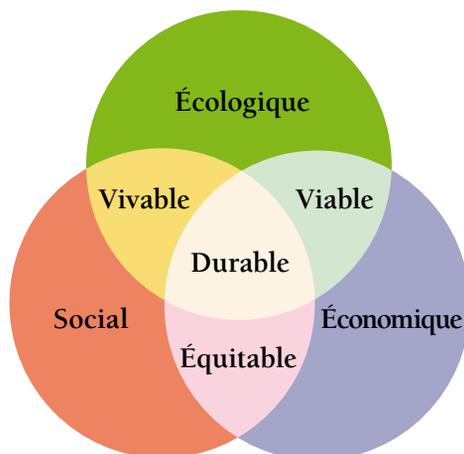
C'est dans cette optique que l'AREQ, en suivi avec le Plan d'action de l'Asso-

ciation, vous proposera dans ce projet mobilisateur trois objectifs afin de traiter de la problématique de l'eau.

Objectifs

- Sensibiliser à l'importance de l'eau dans notre vie quotidienne.
- Informer sur les réalités concernant cette ressource essentielle en lien avec la santé.
- Agir en proposant des projets, ressources et pistes d'actions suscitant la mobilisation tant des membres de l'AREQ que de la population en général.

Pour résumer le menu, sensibilisation, information et pistes d'actions seront



les figures de proue de ce beau navire, lequel a été voulu par le conseil exécutif de l'AREQ comme étant varié, optionnel tout en stimulant la participation de toutes et de tous. Le document sera présenté dès novembre 2010 aux responsables régionaux et secto-

riels, il sera disponible par la suite sur le site Internet de l'Association afin de vous permettre de travailler régionalement (et individuellement!) sur le dossier. Vous pourrez le consulter dans la section Dossiers, sous la rubrique Protection de l'eau du site de l'AREQ. Ce sera une belle occasion de terminer le triennat avec ce projet « en devenir » puisqu'il sera accompagné de vos suggestions et de vos belles réalisations. Pour ce, n'hésitez pas à m'acheminer questions, information et résumés de réalisations (avec photos!) par courriel ou par la poste. Pourquoi ne pas permettre à d'autres d'en bénéficier sans avoir à réinventer la roue?

Au plaisir de pouvoir, avec vous, rendre cette belle planète un peu plus bleue et plus accessible à toutes et à tous.

- 1 Publié en 1987 par la Commission mondiale sur l'environnement et le développement des Nations Unies, le Rapport Brundtland (ayant pour titre Notre avenir à tous) a été nommé ainsi du nom de la présidente de la commission, Gro Harlem Brundtland, alors ministre d'État de la Norvège. Ce rapport définit la politique nécessaire pour parvenir à un « développement durable ». M^{me} Brundtland a aussi prêté son nom aux Établissements Verts Brundtland (EVB-CSQ), mouvement qui fait la promotion du pacifisme, de l'écologie, de la solidarité et de la démocratie et qui compte plus de 1000 inscriptions...
- 2 Définition du développement durable tiré de www.wikilivres.info/wiki/Rapport_Brundtland/Chapitre_2
- 3 Ricardo Petrella, Montréal, 2009.

Un auteur prolifique s'éteint

Le 4 août 2010, le romancier Michel David s'est éteint des suites d'un cancer, à l'âge de 65 ans. Professeur de français à la retraite et membre de l'AREQ, monsieur David a écrit de nombreux ouvrages, notamment *Le petit monde de Saint-Anselme*, *La poussière du temps*, *À l'ombre du clocher*, *Chère Laurette* et *Un bonheur si fragile*, qui se sont vendus à plus de 800 000 exemplaires. Il a également publié des dictionnaires et des ouvrages pédagogiques. Le dernier tome de sa saga historique *Un bonheur si fragile*, publié aux Éditions Hurtubise, sera disponible en novembre.

Né à Montréal en 1944, Michel David a enseigné le français à la Commission scolaire de la Pointe-de-l'Île pendant 33 ans. Depuis sa retraite, il habitait la région de Drummondville. L'AREQ tient à rendre hommage à cet illustre écrivain en publiant un texte rédigé par son fils Jean-Michel.



Michel David était un homme inspiré, et inspirant. D'aussi loin que je me souviens, je ne l'ai jamais vu échouer. C'était aussi un homme d'action qui prêchait par l'exemple, chaque jour de sa vie. Si je devais

mettre bout à bout tous les moments où il est demeuré à ne rien faire, en soixante-cinq ans, je ne crois pas que j'aurais le temps de terminer ce texte.

Il nous a ouvert l'esprit à tant de choses, comme il l'a fait pour ses élèves. Ceux-



Photo : Christine Boungier

des dehors parfois réservés, c'était un homme de cœur, et ça, quarante-huit années d'amour avec sa femme l'ont amplement prouvé.

Il serait facile d'être amer de l'avoir perdu si tôt. Facile de parler de malchance, après seulement soixante-cinq ans, mais

« Le vrai tombeau des morts, c'est le cœur des vivants. Vous qui l'avez connu, côtoyé, et aimé, amenez-le avec vous. Chaque jour. Partout. »

Jean Cocteau

ci, trente ans plus tard, se souviennent encore de lui avec émotion, affection, et pour certains d'entre eux, avec une légère crainte.

Personne, jamais, n'a demandé de l'aide à Michel David sans en recevoir. Sous

je préfère me réjouir en pensant qu'il a vécu chacune de ses passions jusqu'au bout, qu'il a voyagé jusqu'à l'autre bout du monde uniquement pour savoir l'effet que ça faisait, pour satisfaire sa curiosité, toujours en éveil et surtout pour faire plaisir à sa femme. Je ne garderai pas de

lui l'image d'un homme cloué sur un lit d'hôpital. Quand je pense à lui, ce sera sur le pont d'un énorme bateau de croisière, à attendre la prochaine escale et la prochaine plage...



Ces dernières années, mon père s'est découvert une nouvelle passion, qui a permis au reste du monde de le découvrir, lui. Ce qui me réjouit le plus, ce n'est ni le nombre incroyable de romans qu'il a écrits ni même le succès qu'ils lui ont apporté, mais le fait qu'en réussissant tout ça, Michel David est parvenu à se surprendre lui-même, ce qui l'a rendu profondément heureux, pour les années qui lui restaient.

Michel David a dit : « Même les imbéciles ont quelque chose à dire. Pose des questions aux gens sur eux-mêmes, écoute-les, et va savoir pourquoi, ils se convaincront toujours que tu es très intelligent! » C'était de l'humour, naturellement, parce qu'il respectait tout le monde, mais s'il a si bien su nous raconter, c'est qu'au départ, il a toujours su écouter.

Si la perte est si grande, c'est que l'honneur de faire partie de sa vie l'était aussi.

Jean-Michel David

La région de l'Estrie et la reconnaissance

Au cours des quinze dernières années, s'est créée en Estrie une grande chaîne de solidarité entre les organismes soutenus par la Fondation Laure-Gaudreault, les bénévoles y consacrant du temps et les fidèles donatrices et donateurs.



Louise Lacharité
Présidente, FLG Région Estrie
1^{re} vice-présidente provinciale

Des organismes tels la Ligue pour l'enfance de l'Estrie, Les petits frères des Pauvres, La Maison des Grands-Parents et L'Escale nous rappellent que le support de notre Fondation, en plus du soutien financier très apprécié, établit la preuve que leur organisme obtient l'appui de la population.

15^e anniversaire

À l'occasion de l'assemblée générale tenue en mai dernier, un hommage « 15^e anniversaire » a souligné l'engagement de nombreux bénévoles au dévouement inestimable qui ont œuvré au bureau régional de 1995 à nos jours. Nous avons remercié chaleureusement M. Gaétan Giguère, notre trésorier depuis neuf ans. Son cœur battait de surprise durant la lecture d'un joli poème où les mots trésor, lingot et or se côtoyaient pour traduire la tendresse et l'affection de

l'équipe pour son trésorier valant son pesant d'or.

Le clou de la fête fut sans contredit l'hommage rendu à M. Marcel Dorais, ce bâtisseur de la première heure. Pendant dix ans, Marcel a été trésorier, président, puis secrétaire, en plus d'organisateur chevronné de quatre tournois de golf. La présidente provinciale de la Fondation, M^{me} Louise Giroux, regrettant son absence, a remercié Marcel par un poème d'Henri Pourrat.

Marcel a été cette lampe qui a permis à la Fondation de se développer dans notre région. Par sa détermination, son enthousiasme, son courage, il a su entraîner les membres de l'AREQ à sa suite et la région est devenue un leader pour amasser des sommes intéressantes qui nous permettent d'être présents dans notre milieu communautaire. M^{me} Mariette Gélinas, présidente de l'AREQ, a remis la médaille Laure-Gaudreault à M. Dorais. Marcel en est le premier récipiendaire depuis qu'on en a confié la remise à notre Fondation.

Les membres de l'AREQ sollicités

Pour une sixième année, nous avons sollicité par une lettre personnelle les membres de l'AREQ de notre région. En ce 15^e anniversaire, atteindrons-nous notre objectif de toucher le cœur d'au moins 15 % de nos membres? Je partage avec vous le message de deux fidèles donatrices : « Et grand et gros merci d'être là pour favoriser et veiller à la campagne de financement année après année. » « Merci de vous occuper des plus démunis de notre secteur. »

**« Il suffit d'un être qui soit
comme une lampe ici et là.
Comme il suffit d'une braise
au milieu des brindilles,
Pour que du tas d'herbes
séchées, de tronçons
morts, de feuilles pourries,
Monte dans un tremblement
d'air la grande flamme
chantante. »**

Henri Pourrat



Gaétan Giguère, Mariette Gélinas, Marcel Dorais, Louise Lacharité

Photo : Diane Lepage-Charrois

**Plus d'information et un
formulaire de don sont
disponibles dans la section
Fondation Laure-Gaudreault au
www.araq.qc.ca.**

Céline Gendron
genceline@hotmail.com

Amis et propriétaires de maisons anciennes du Québec

Ce site présenté par l'APMAQ intéressera toute personne sensibilisée à la valeur et à la conservation de notre patrimoine bâti. À la page d'accueil, un lien vers un nouveau babillard et, à la dernière page, plusieurs liens intéressants à consulter. Que ce soit pour connaître les activités de l'association, les publications, les étapes et les aspects d'une rénovation ou pour voir quelques photos, ça vaut la peine d'y faire une visite. Possibilité d'adhérer à cette association si on le souhaite.



www.maisons-anciennes.qc.ca

Desjardins : La sécurité en ligne

« La protection de mes renseignements personnels, c'est aussi mon affaire. » Comment utiliser les réseaux sociaux Facebook, Twitter... de façon sécuritaire? Quelles sont les mesures à prendre pour éviter d'être victime de fraude? Un clic sur les liens présentés fera de vous une personne plus avisée et plus prudente.

www.desjardins.com/fr/a_propos/profil/securite_en_ligne/index.jsp



Comment se passe une séance d'hameçonnage? Voilà une petite vidéo qui vous en dira long...

blogues.desjardins.com/video/cas-typique-dhameconnage.html

Recycler des CD en œuvres d'art



www.bastel-elfe.de/modules.php?name=News&file=article&sid=980

larecup.e-monsite.com/rubrique.cd-cartes.1019025.html

Un petit voyage à Haïti...

La musique haïtienne

www.musiquehaitienne.fr/ecouter-musique

Pour les enfants d'Haïti

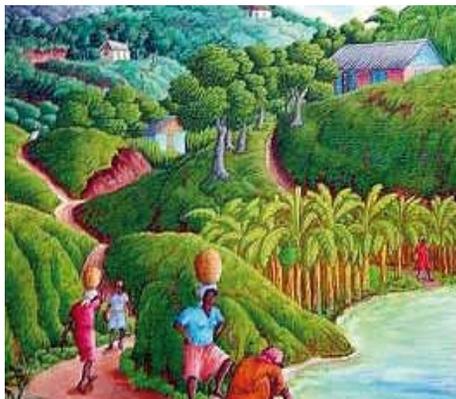
www.youtube.com/watch?v=nE8-5-NWSL0

Un geste pour Haïti

www.youtube.com/watch?v=kGy-7JfM2Dk

Peinture haïtienne

www.haiticulture.ch/Peinture_haitienne.html



Mails boulets

Un peu de divertissement et pourquoi pas quelques rires? Un blog humoristique où sont compilées des dizaines de blagues, histoires et vidéos. Il n'y a pas de garantie que tous seront de bon goût, mais à partir du menu, on aura accès à une grande quantité de liens vers des sujets rigolos ou plus sérieux.

www.mails-boulets.fr

Trucs et astuces

Comment ajouter un mot de passe afin de protéger les droits d'auteur d'un document Word ou Power Point?

Retenez bien le mot de passe choisi car vous ne pourrez plus modifier votre document si vous avez oublié votre mot de passe. Ou encore mieux, enregistrez votre document sous deux noms différents et conservez une copie sans mot de passe pour vous.

1. Au moment d'enregistrer, cliquez sur Outils (en haut de l'écran)
2. Cliquez sur Options
3. Dans cette fenêtre, cliquez sur Sécurité
4. Vis-à-vis du mot de passe pour la modification... inscrivez un mot de passe puis OK
5. Une autre fenêtre vous demandera de retaper votre mot de passe
6. Enregistrez

Quand une personne recevra votre document ou votre diaporama et voudra l'ouvrir, une fenêtre apparaîtra lui demandant d'inscrire le mot de passe ou de l'ouvrir en lecture seule. Elle pourra l'ouvrir en lecture seule mais ne pourra le modifier.

Vos commentaires sont les bienvenus.

Les séismes de l'injustice

Peut-on reprocher à un homme de ne pas faire l'effort de respirer lorsque deux gaillards l'immobilisent avec force et lui tiennent la tête sous l'eau ?



Robert Jasmin
robertjasmin@videotron.ca

Par cette image nous pouvons mieux comprendre ce qui tient Haïti dans un état abject de sous-développement, une situation qui prend sa source paradoxalement dans l'accession de ce pays à l'indépendance en 1804. Première république noire de l'histoire, Haïti paiera très cher sa liberté : les colonialistes français n'ayant pas digéré cette prise de la Bastille par leurs esclaves, ces derniers n'allaient pas s'en tirer à bon compte. La liberté, c'est bien, mais pas lorsqu'elle affecte des privilèges.

Les propriétaires, considérant les esclaves comme leur bien, se disaient volés par le départ de ceux-ci et réclamèrent une compensation sous peine d'invasion du territoire nouvellement libéré. Plutôt que de voir leur pays plonger dans un bain de sang et de le livrer à l'armée de Charles X, les Haïtiens se soumirent au chantage : ils acceptèrent de payer à leurs anciens « propriétaires » un dédommagement de 90 millions de francs. Ils n'ont pu s'acquitter de cette dette illégitime qu'un siècle et demi plus tard, en 1947, une dette qui empêcha tout développement et qui en

engendra plusieurs autres dans un cercle vicieux infernal.

De dette en dette auprès des banques et des institutions financières, Haïti se trouva exsangue en 2000 après que les États-Unis l'eurent empêché illégalement, pour des raisons d'opposition politique, de toucher une somme de 150 millions promise par la Banque interaméricaine de développement.

En 2003, Haïti se tourna vers la France et demanda le remboursement de l'argent du crime qui, au fil des ans et avec les intérêts, s'élève à plusieurs milliards. Comme réponse à cette demande plus que légitime, le gouvernement français participa au renversement du gouvernement haïtien. Le 18 août dernier, une centaine de personnalités internationales, dont le député de l'Assemblée nationale du Québec Amir Khadir, sont revenus à la charge dans une lettre ouverte au président Sarkozy en demandant à la France de retourner les sommes extorquées. Compte tenu de la dévastation du pays par le séisme de janvier dernier, cette restitution apparaîtrait comme la moindre des choses.

Mais la France n'est pas le seul pays coupable d'extorsion, tant s'en faut. Les États-Unis, tels des charognards, se sont précipités sur le pays blessé.

Haïti, spolié par tous y compris par son président dictateur Duvalier, se tourna vers le Fonds monétaire international (FMI). Ce dernier, soumis aux volontés des États-Unis, exigea du pays pauvre (comme de tous les autres d'ailleurs) qu'il mette en œuvre un plan d'ajustement structurel qui impliquait une libéralisation du commerce. Le fusil sur la tempe, Haïti obtempéra. Obligé de réduire les tarifs douaniers qui protégeaient son agriculture et ouvrant ses frontières commerciales, le pays le plus pauvre des Amériques fut envahi par les produits du plus riche et notamment par un produit alimentaire de base, le riz, largement subventionné par le gouvernement américain à raison d'un milliard par année.

Écoutons le prêtre haïtien Gérard Jean-Juste : « Au cours des années 1980, le riz importé, vendu à un prix inférieur au coût de la production des agriculteurs locaux, a envahi le pays. Les agriculteurs haïtiens ont perdu leur travail et ont fui vers les villes. En quelques années, la production locale s'est effondrée. » De grand producteur de riz, Haïti est devenu importateur. En 2008, ce pays a été le troisième plus important importateur de riz américain. Un riz, on ne saurait trop le rappeler, très fortement subventionné. Cette concurrence on ne peut plus déloyale s'appelle toujours « le libre-échange ». Il s'agit en effet d'une liberté, celle du renard dans le poulailler.

Même si le cas d'Haïti n'est pas isolé dans le monde, il devient plus que scandaleux à la lumière de ce que la nature a infligé en supplément à ce pays martyr par le séisme de janvier dernier. Ce serait dommage que le tremblement de terre nous fasse oublier ou masque les autres séismes dont ce pays a été victime, des séismes évitables parce que créés de mains d'hommes, les séismes de l'injustice.

Retourner toute correspondance ne pouvant être livrée au Canada à :
AREQ (CSQ)
320, rue St-Joseph Est, bureau 100, Québec (Québec) G1K 9E7
Numéro de convention de la Poste-publications : 40007982



Concours **Je gagne... Je partage!**

10000\$

Gagnez et faites profiter une cause
ou un projet qui vous tient à cœur.

Pour moi **5000\$**

Pour eux **5000\$**



Assureur choisi par la CSQ



Ce concours est exclusif aux membres de la CSQ et de l'AREQ.

Détails, règlement et pour participer :
visitez csq.lapersonnelle.com/partagez

1 888 GROUPES
(1 888 476-8737)

^{MD} Marque déposée de La Personnelle, compagnie d'assurances.

Concours en vigueur jusqu'au 31 décembre 2010. Aucun achat requis.