



Mariette Gélinas au Comité de travail sur l'indexation

Comme vous le savez, les travaux du Comité de travail de l'Assemblée nationale devant déterminer les principaux faits et paramètres liés à la désindexation des régimes de retraite ont été prolongés de quelques semaines. En effet, le rapport du Comité devait être déposé à la reprise des travaux de l'Assemblée nationale, début mars.

D'importantes divergences de point de vue expliquent ce retard. Par ailleurs, le président de l'Association québécoise des retraité(e)s des secteurs public et parapublic (AQRP), Roger Bellavance, a annoncé son désistement en tant que représentant du GTAR au Comité de travail le 23 avril.

C'est donc la présidente de l'A.R.E.Q., Mariette Gélinas, qui remplacera M. Bellavance aux côtés du président de l'Alliance des associations de retraités (AAR), André Goulet, dans le dernier droit des travaux. Madame Gélinas avait initialement été désignée par le GTAR parmi ses trois représentants officiels. Puisque le GTAR devait se limiter à deux représentants, notre présidente a accepté, par courtoisie, de céder sa place. Elle a toutefois suivi de très près les travaux du Comité.

Nous vous tiendrons au courant des ultimes échanges entourant le contenu du rapport. Rappelons que celui-ci, pour être rendu public, doit obtenir l'adhésion unanime des membres du Comité.

Dans ce numéro :

- ✧ Mariette Gélinas au Comité de travail sur l'indexation **p. 1**
- ✧ Gestion électronique des documents (GED) **p. 1**
- ✧ Médaille du Lieutenant-gouverneur **p. 2**
- ✧ Votre cotisation à l'A.R.E.Q. **p. 2**
- ✧ Les comités de l'A.R.E.Q. à pied d'œuvre en avril ! **p. 3**
- ✧ Semaine antistress **p. 4**
- ✧ Raser ses cheveux pour lutter contre le cancer **p. 4**

Gestion électronique des documents (GED)

Vous avez sûrement remarqué de drôles de numéros qui identifient les pièces jointes à nos courriers électroniques depuis quelques semaines. Il s'agit de numéros de fiche. Ces numéros sont générés par notre nouveau système de gestion électronique des documents (GED). Ce système permet, en plus de conserver en toute sécurité les fichiers de l'Association, de faire des économies appréciables d'espace réseau et, par le fait même, des économies de coûts d'utilisation.

À l'avenir, lorsque nous joindrons des pièces à un document, nous vous indiquerons les numéros de fiche, ainsi que les titres des documents pour en faciliter leur récupération. Ainsi, vous pourrez consulter les documents selon vos priorités.



À surveiller en mai:

- **Comité provincial de la condition des femmes**
5 mai
- **Conseil d'administration**
6 et 7 mai
- **Planification Quoi de neuf ?**
12 mai
- **Comité des finances ASSUREQ**
13 mai
- **AGR Régions 01, 02, 03, 04, 10**
14 mai
- **CA ASSUREQ**
15 mai
- **AGR Régions 05, 07, 09**
21 mai
- **AGR Régions 06, 08**
22 mai



N'oubliez pas de consulter régulièrement notre site internet pour y lire toutes les nouveautés.
www.areq.qc.net



Médaille du Lieutenant-gouverneur

Lors d'une cérémonie solennelle tenue à Trois-Rivières, le 27 avril dernier, la présidente de l'A.R.E.Q., Mariette Gélinas, de même que la présidente pour la région Cœur et Centre du Québec, Ghislaine Larivière, ont chacune reçu la Médaille du Lieutenant-gouverneur du Québec.

Cette distinction a pour but de reconnaître l'engagement, la détermination et le dépassement de soi de Québécoises et de Québécois qui ont eu une influence positive au sein de leur communauté ou de la nation québécoise. Ce programme de distinctions honorifiques, abandonné durant plusieurs années, a été réintroduit lors de la nomination de M. Pierre Duchesne comme 28^e Lieutenant-gouverneur du Québec, il y a moins d'un an. Il comporte trois catégories de médailles :

- la Médaille du Lieutenant-gouverneur pour la jeunesse (bronze);
- la Médaille du Lieutenant-gouverneur pour les aînés (argent);
- la Médaille du Lieutenant-gouverneur pour mérite exceptionnel (or).

Les médailles sont remises en région à tour de rôle. À ce jour, deux régions ont été visitées : l'Estrie (20 avril) et la Mauricie. D'autres régions seront visitées très prochainement, notamment Montréal.

Pour plus de détails ou pour soumettre une candidature, en vue des cérémonies de cette année ou de l'année prochaine, nous vous invitons à consulter le www.lieutenant-gouverneur.qc.ca, ou encore à communiquer avec son bureau au 418 643-5385.

Votre cotisation à l'A.R.E.Q.

Tout comme l'an dernier, des ennuis techniques nous ont empêchés d'entrer le montant de votre pension indexée dans notre système informatique en janvier, comme cela se fait habituellement. Cette situation nous contraint à effectuer la modification sur le chèque du mois de juin.

Il est fort possible qu'il y ait des variations s'échelonnant sur deux ou trois mois pour équilibrer le tout. Il se peut aussi qu'il n'y ait pas de déduction pour certaines personnes, le tout dépendant de la variation du montant de pension. Pour la vaste majorité des membres, toutefois, cela représentera une différence de quelques sous en plus.



L'A.R.E.Q. sur la place publique (communiqués)

- ☰ **3 avril** : L'A.R.E.Q. bien engagée dans le renouvellement de ses orientations 2008-2011 (bilan du Conseil provincial)
- ☰ **7 avril** : L'A.R.E.Q. appuie moralement l'enseignante shawiniganaise Ariane Gagnon (diffusé dans la région Cœur et Centre du Québec)
- ☰ **22 avril** : Jour de la Terre : l'A.R.E.Q. tient une journée sur l'environnement (diffusé dans la région de l'Abitibi-Témiscamingue)
- ☰ **29 avril** : Semaine de l'action bénévole : l'A.R.E.Q. salue la contribution inestimable de dizaines de milliers d'aînés québécois

Les comités de l'A.R.E.Q. à pied d'œuvre en avril !

Au cours du mois d'avril, trois comités de l'A.R.E.Q. se sont réunis afin de discuter des orientations et des actions de l'Association en regard de dossiers porteurs. Il s'agit du Comité de la condition des hommes, du Comité de la condition des femmes et du Comité d'action sociopolitique

Nous vous présentons ici un résumé des échanges tenus dans le cadre de ces rencontres :

Comité de la condition des hommes (8 et 17 avril) : Les membres du Comité provincial se sont d'abord réunis le 8 avril. Puis, les responsables régionaux ont participé, le 17 avril, à une deuxième rencontre de formation. À cette occasion, ils ont échangé avec un conférencier, M. André Beaulieu, de l'organisme d'aide AutonHommie. Celui-ci a présenté les principales conclusions et recommandations du Rapport « Les hommes : s'ouvrir à leurs réalités et répondre à leurs besoins » (Rapport Rondeau). Par la suite, les responsables de la condition des hommes ont échangé, en atelier, sur les moyens concrets à mettre en œuvre sur le terrain pour aller « chercher » les hommes. La rencontre a également été l'occasion de réfléchir aux orientations et priorités de l'Association pour le prochain triennat.

Comité de la condition des femmes (15 et 16 avril) : Les membres du comité provincial se sont d'abord réunies le 15 avril. En plus du suivi des dossiers courants, elles ont surtout planifié le déroulement de la journée de formation du lendemain qui réunissait les responsables régionales de la condition des femmes. Quelle belle journée enrichissante, énergisante, formatrice, informative !!! Côté formation : dans l'avant-midi, Mme Danielle Pinsonneault a enseigné aux participantes comment prendre la parole en public ; comment vaincre son trac par différents petits trucs, comment se présenter, mais aussi savoir intervenir. Elle a aussi parlé de peurs irrationnelles, véritable épidémie chez les femmes : peur de ne pas réussir, peur de ne pas plaire, peur de ne pas être aimée, peur de ne pas être à la hauteur de la situation. Les clés d'une bonne communication.

Dans l'après-midi, une policière, une représentante de CAVAC et une représentante du CSSS ont parlé des abus et de la violence envers les personnes âgées : abus physiques et psychologiques, abus sociaux et financiers. Comment les dépister ? Que faire dans de tels cas ? Les membres sont reparties très satisfaites de leur journée et avec de la documentation qu'elles pourront utiliser pour informer les gens dans leur région.

Comité d'action sociopolitique (30 avril) : La rencontre a porté, entre autres, sur le bilan des actions du comité pour 2005-2008, les orientations 2008-2011, le Réseau de l'action sociopolitique de la CSQ, les SLAPPs (ou poursuites abusives) et la réforme du mode de scrutin.

*Association des
retraitées et
retraités de
l'enseignement du
Québec
(A.R.E.Q.-CSQ)*

COORDONNÉES :
320, rue St-Joseph Est
Bureau 100
Québec QC G1K 9E7

TÉLÉPHONE :
418 525-0611
1 800 663-2408

TÉLÉCOPIE :
418 525-0769

COURRIEL :
areq@csq.qc.net

www.areq.qc.net

Le Focus est un bulletin mensuel d'information destiné à l'ensemble des présidences régionales et sectorielles de l'A.R.E.Q.

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

COLLABORATRICE :
Martine Faguy
Secrétaire affectée aux communications, sociopolitique et condition des femmes
faguy.martine@csq.qc.net



ASSOCIATION CANADIENNE
POUR LA SANTÉ MENTALE

CANADIAN MENTAL
H

SEMAINE ANTISTRESS

**Travaillons ensemble vers un objectif de
santé psychologique**

La Semaine nationale de la santé mentale – Semaine antistress se tiendra du 5 au 11 mai prochains.

Cette année, l'Association canadienne pour la santé mentale (ACSM) vous invite à devenir un acteur important dans la démarche antistress qui contribuera à modifier nos attitudes vers une meilleure santé. Sous le thème **Être bien dans sa tête ça regarde tout le monde**, l'ACSM vous invite à vous mobiliser afin qu'ensemble nous véhiculions des messages antistress. Survivre au stress quotidien n'est pas qu'une affaire individuelle. Nous vivons dans une société de performance où l'objectif ultime est la perfection. Comment collectivement pouvons-nous abaisser notre niveau de stress ? N'est-ce pas là une question cruciale à laquelle il faut s'arrêter ?

L'ACSM propose une foule de trucs et d'outils concrets qui vous aideront à devenir un agent antistress efficace et une personne en meilleur équilibre, conscientisée à sa santé mentale et physique. Pour de plus amples renseignements sur les activités qui sont offertes dans votre région, consultez le www.acsm.qc.ca

Raser ses cheveux pour lutter contre le cancer

Le président de l'A.R.E.Q. Région Montérégie, Michel A. Gagnon, posera un geste personnel très significatif pour une bonne cause. En effet, celui qui arbore la queue de cheval depuis douze ans entend raser entièrement ses cheveux s'il parvient à recueillir suffisamment d'argent au profit de la Fondation québécoise du cancer. Son objectif est d'amasser 5 000 \$.

Les personnes qui le souhaitent peuvent faire parvenir à leur présidence régionale un don en argent ou un chèque libellé au nom de la Fondation québécoise du cancer. Les dons de 20 \$ et plus permettront d'obtenir un reçu pour fins d'impôt. Il est nécessaire, dans ce cas, de fournir ses coordonnées complètes (nom et adresse). Les montants pourront être remis à M. Gagnon lors du Congrès de juin.