

# LE JASEUR



SECTEUR  
LOUIS-HÉMON

FÉVRIER  
2022

## DANS CE NUMÉRO

DANS CE NUMÉRO	
<i>Mot du président</i>	3
<i>Vœux du président régional</i>	4
<i>Vœux des sections locales</i>	5
<i>Un bilan de nos derniers mois et activité prévisible pour Roberval</i>	7
<i>Un souffle de douceur...</i>	8
<i>L'après se prépare maintenant</i>	10
<i>Le voilier</i>	12
<i>Mon panier aux gestes d'amour</i>	13
<i>La journée des hommes</i>	14
<i>SSQ devient BENEVA</i>	16
<i>Mise à jour de la santé publique</i>	16
<i>Cap sur la dignité</i>	17
<i>Lire à tout âge</i>	18
<i>Convocation à l'Assemblée générale du secteur Louis-Hémon</i>	20
<i>Convocation à l'Assemblée générale régionale</i>	21
<i>Détente</i>	22
<i>Infos utiles</i>	23

## Le Conseil sectoriel

Président	M. Camil Boily	418-275-2212
1 <sup>er</sup> vice-président	M. Régis Martel	418-618-4612
2 <sup>ème</sup> vice-président	M. Gaétan Boivin	418-274-3617
1 <sup>ère</sup> conseillère	Mme Gisèle Boucher	418-679-7129
2 <sup>ème</sup> conseillère	Mme France Tremblay	418-679-0507
Secrétaire	Mme Céline Paradis	418-276-0900
Trésorier	M. Réjean Boivin	418-274-3031

## Les comités du secteur et les responsables

Action sociopolitique : Bernard Sénéchal  
[Bernardsenechal10@gmail.com](mailto:Bernardsenechal10@gmail.com)

Assurances : Gisèle Boucher  
[Gisele19@outlook.fr](mailto:Gisele19@outlook.fr)

Comité des femmes : Marie Bergeron  
[bergeronmari@gmail.com](mailto:bergeronmari@gmail.com)  
Assistée de Fabienne Tremblay  
[faby-tremblay@hotmail.com](mailto:faby-tremblay@hotmail.com)

Comité des hommes : Jean-Roch Laprise  
[jeanrochlaprise@hotmail.com](mailto:jeanrochlaprise@hotmail.com)

Assisté de Gervais Fleury  
[gervaisfleury@hotmail.com](mailto:gervaisfleury@hotmail.com)

Retraite : Camil Boily  
[camilboily@cgocable.ca](mailto:camilboily@cgocable.ca)

Environnement : Guy O Bonneau  
[maurice31alphide@gmail.com](mailto:maurice31alphide@gmail.com)

Fondation Laure-Gaudreault :  
Rachel De Grandmaison  
[racheldgm@hotmail.com](mailto:racheldgm@hotmail.com)  
Assistée de Suzanne Lebel  
[Suzanne.lebel@cgocable.ca](mailto:Suzanne.lebel@cgocable.ca)

Site Web et le Jaseur: Eric Camier  
[gocamier@gmail.com](mailto:gocamier@gmail.com)

Responsable régionale comité des femmes :  
Angèle Bolduc  
[Angelebo12@live.ca](mailto:Angelebo12@live.ca)

Responsable régional comité des hommes :  
Éric Vandal  
[evanda14@sympatica.ca](mailto:evanda14@sympatica.ca)

Équipe de production de ce numéro:

Mise en page: Eric Camier

Correction: Claudette Villeneuve

Responsable du projet: Camil Boily

## *Mot du président*



Une autre année vient de commencer et nous sommes tous un peu plus âgés. L'été dernier nous a semblé plus chaud et l'hiver beaucoup trop froid : signes que nous avançons en âge.

«Nous nous rappelons d'un temps pas très lointain quand la vie était pour nous comme un défi. Maintenant, nous comprenons ce qu'est vivre dans le passé.. Aller à des mariages, faire du sport, assister à des compétitions et des spectacles faisaient partie de notre routine. Aujourd'hui, nous allons dans les salons funéraires et au repas après les funérailles.

Prendre un repas au restaurant et revenir avec encore un petit creux dans l'estomac nous arrivait souvent. Maintenant, nous demandons une boîte pour rapporter le surplus du repas et revenons à la maison pour prendre nos pilules.

Nous avons l'habitude de voyager et les longs trajets ne nous dérangent aucunement. Maintenant, après une ballade en auto nous avons mal aux fesses et au dos. Aller dans les bars, danser et prendre un verre c'était la belle vie. Maintenant, nous restons à la maison pour surveiller les nouvelles de fin de soirée.

Cela, c'est notre vie aujourd'hui et maintenant que mon histoire est finie, profitez de la vie chaque jour. Le temps passe si vite. Que la nouvelle année soit remplie de bonheur et que vos souhaits se réalisent.

Je me suis inspiré d'un poème américain d'un auteur inconnu que j'ai traduit et adapté et je pense être proche de la réalité actuelle.

*Camil Boily*

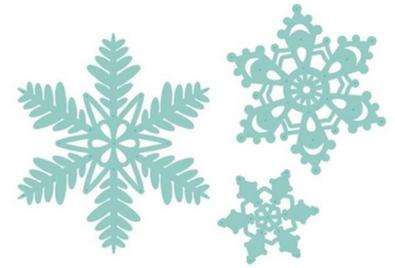
### Projet toujours en action

Nous organisons des activités, mais est-ce que cela vraiment répond à tes besoins?

Tu es membre de l'AREQ et tu penses à certaines activités que nous n'avons pas encore réalisées.

Fais-nous part de tes intentions et nous verrons s'il est possible de les organiser en trouvant les ressources nécessaires.

Nous pouvons avoir des subventions, mais il faut soumettre les projets avant le premier juin pour les réaliser en septembre prochain. Nous pourrions peut-être organiser certaines activités selon l'évolution de la situation actuelle. Espérons-le.



**En cette période difficile vécue par la planète entière, participons tous ensemble à l'effort collectif pour passer à travers cette pandémie qui nous affecte tant!**

**Souhaitons-nous toute la force requise et la volonté nécessaire pour continuer à se protéger nous-mêmes et tous nos proches. Les jours plus heureux reviendront et nous pourrons reprendre une vie plus normale.**



**C'est ce que je vous souhaite en ce début d'année et j'espère que nous pourrons nous revoir bientôt!**



**PAIX...BONHEUR...SANTÉ!**

*François Duperré, président*  
**AREQ Saguenay-Lac-St-Jean**





*Encore une fois cette année, la période des fêtes a pris une couleur et une tournure bien particulières. Nous souhaitons néanmoins qu'elle ait été, pour vous, placée sous le signe des réjouissances, du repos et de la santé.*

*En mon nom personnel et au nom des membres du conseil exécutif de l'AREQ, je tiens à vous remercier chaleureusement pour votre engagement auprès des personnes âgées du Québec.*

*Puisse l'année 2022 être marquée par une prise de conscience collective et surtout une large mobilisation pour offrir des conditions de vie dignes à celles et à ceux qui ont bâti le Québec.*

*Lise Lapointe, présidente*

*Au nom des membres du CE*

*Que la nouvelle année soit d'une douceur et d'une tendresse à l'image d'un petit bébé qui dort !*

*Que chaque jour soit une surprise et un cadeau à l'image d'une fête d'anniversaire entourée de belles personnes !*

*Que nos yeux soient chaleureux et lumineux à l'image d'une chaude journée d'été !*

*Que nos paroles soient réconfortantes et remplies de bonté à l'image d'un bon café partagé avec des amis !*

*Que nos mains soient ouvertes, accueillantes et chaudes à l'image de l'accueil des grands-parents à la venue de leurs petits-enfants .*

*Que notre sourire soit contagieux et porteur de bonheur à l'image d'un petit enfant riant aux éclats en se faisant chatouiller par ses parents .*

*Nous nous le souhaitons sincèrement !*

*France et Gisèle*

Bonjour,

Contente de vous rejoindre par notre journal Le Jaseur. Ah que j'ai hâte de vous revoir en personne, de vous côtoyer, de vous faire une accolade... Cela reviendra bientôt : il faut garder espoir. Espoir en l'être humain, à sa capacité d'adaptation, à sa persévérance et à son courage.

Je n'ose même plus utiliser le mot en «p» pour dire p\_\_\_\_\_. Vous savez pourquoi!

Que nous souhaiter pour 2022?

La santé et la bienveillance. Nous aurons aussi bientôt la possibilité, la liberté de nous rencontrer et d'échanger sans aucune précaution.

Je vous souhaite aussi le sourire, le bonheur, la joie et la paix.

Soyons bienveillants les uns envers les autres.

Au plaisir de nous rencontrer bientôt.

*Céline Paradis*

*Dolbeau-Mistassini-Normandin*

## *LA SECTION ROBERVAL VOUS PARLE*

### *Nos souhaits en début d'année 2022*

Je voudrais souhaiter, au nom de l'équipe de la section Roberval, une Bonne Année 2022. À vous tous, membres retraités de cette dynamique section, Santé, Bonheur et Bienveillance autour de nous. J'aimerais aussi, pour notre futur, qu'on s'engage avec détermination et optimisme - comme d'habitude dans vos milieux - à créer et à nourrir nos actions avec un souci accru de bienveillance envers soi-même et les autres, suite aux récentes pertes, blessures et absences sporadiques des personnes aimantes et aidantes.

À bientôt ensemble.

*Régis Martel, responsable*

### *Un bilan de nos derniers mois et activité prévisible pour Roberval*

Le comité organisateur de l'activité de la Souvenance a réussi à regrouper plusieurs membres et familles (140 personnes) lors de la célébration de la parole au vieux moulin du Village Historique de Val-Jalbert, le 14 octobre dernier. Les célébrants, madame France Tremblay et monsieur Jean-Rock Laprise ont animé l'activité avec beaucoup de tact et douceur; les textes et les échanges avec les participants furent aussi très appréciés. La partie musicale assurée par madame Nicole Bilodeau et monsieur le Maire de Val-Jalbert (Martin Cloutier) a réjoui l'assistance, tout comme la décoration appropriée, le délicieux repas servi dans ce bâtiment ancestral exceptionnel, le décor automnal du village et sa chute remplie de multiples flots de souvenirs et enfin, la ballade en tramway dont tous ont pu bénéficier. Merci à ma vaillante équipe du comité, soit mesdames Claudette Villeneuve, France Guay, Suzanne Lebel, Camille Boily, Lise Simard et monsieur Sylvain Brassard. Sans oublier également nos collaboratrices et collaborateurs membres du conseil sectoriel Louis Hémon et des sections de Saint-Félicien, Dolbeau-Mistassini-Normandin et Roberval.

#### Préparatifs des Fêtes

La section Roberval a élaboré, dès novembre, un projet de Fêtes de l'an 2022 à l'Hôtel Château Roberval. Nos réservations pour le brunch, cadeaux, surprises et pour un invité spécial bien connu à Roberval, chanteur populaire à ses heures, ont été conclues au début de décembre. Nous connaissons le contexte incertain et la progression annoncée de la 4<sup>e</sup> vague; nous savions également que la glace était mince, mais il fallait quand même sauter sur la patinoire et mettre immédiatement en place un certain nombre d'activités en prévision du début de janvier.

Mais voilà. Mon équipe possède de grandes habiletés pour créer et figoler des activités spéciales pour ses membres et en contrepartie, elle est aussi capable de détricoter rapidement pour arrêter le rythme des événements. Donc en clair, pas moyen de finir l'année ou de commencer 2022 tous ensemble, réunis pour jaser, se raconter ou rire d'anecdotes et apprécier les surprises préparées pour les membres et amis.

Mais il y a pire. Dans notre cas, ce n'est que partie remise...

#### À venir

Nous avons eu comme idée d'inviter les membres de la section Roberval pour une belle randonnée au Village sur glace de Roberval, vers la fin de février prochain. La température aura le temps de se réchauffer et nous pourrons aussi profiter d'un feu de foyer, de grignotines et plein de surprises pour les membres participants.

Nous sommes à l'étape de projet mais si les conditions le permettent, nous y donnerons suite et nous vous en tiendrons informés.

*Régis Martel, responsable*

## *Un souffle de douceur...*

En prenant soin de nous, en étant attentif au besoin de notre famille et de nos amis nous assurerons notre survie. Je pense sincèrement que nous avons besoin de nous gâter.

Qu'avons-nous besoin en cette période difficile ? De bienveillance! En nous et pour nous.

Voici quelques suggestions de bienveillance, de petites douceurs, une chaîne de petits bonheurs qui égayera notre quotidien.

- *N'hésite pas à téléphoner à tes amies, à communiquer avec ta famille, à échanger . C'est normal et toujours agréable.*



- *Si la température le permet, sors prendre l'air. Hume, regarde, examine la nature qui t'entoure. Cela aura un effet reposant sur toi.*
- *Déguste, savoure ton repas préféré avec passion que tu as préparé tout spécialement pour toi, juste pour le plaisir.*
- *Organise-toi un concert intime avec ta musique préférée...un autre petit plaisir bien mérité.*
- *Raconte ton histoire. Chacune et chacun d'entre nous avons eu une vie riche en aventures, en découvertes, parsemée d'anecdotes intéressantes.*
- *Sois bienveillant envers toi-même. Gâte-toi, n'attends pas à plus tard pour avoir ce que tu désires. Plus tard, c'est maintenant.*
- *Laisse couler les émotions, c'est notre humanité qui ressort, qui fait notre richesse, notre bienveillance.*
- *Prends soin de toi, soigne-toi bien. Tu as le droit de vivre vieux et en santé. Tu le mérites. Tu as tant donné!*
- *Nous sommes là les uns pour les autres. Ensemble, on va passer cette période difficile. Comme d'habitude, nous vaincrons et en sortirons plus forts et plus unis.*

**Céline Paradis**

Voici l'un des textes faisant partie de la cérémonie de la souvenance

## *L'APRÈS SE PRÉPARE MAINTENANT*

Je ne me considère pas comme un oracle ou quelqu'un de sage. Enfin sage : peut-être la semaine prochaine ! Mais je suis une personne à risque, j'ai 91 ans, c'est la seule chose qui me donne le droit de parler.....

Ce que je fais aujourd'hui? Eh bien, le Bouddha a dit : « Fais ce que tu fais d'habitude, en ayant beaucoup d'empathie. » Bouddha, j'en ai une statue dans mon jardin. Des fois je vais la voir....Et je lui pose des questions. C'est drôle elle me répond! Elle me dit : «Pense à l'autre.» Elle me dit : «tu es dans L'impermanence.» Je pense que c'est ce que la pandémie nous a laissé de plus précieux : Nous ne serons plus les mêmes, comme nous n'avons plus été les mêmes après la bombe atomique.. aujourd'hui, il faut des réflexions qui ne soient pas toujours conduites par les taux d'intérêt et l'argent. Des fois, je me dis : «Est-ce que nous méritons la Terre ? »

Si je m'ennuie? Je ne m'ennuie jamais ! L'expression «je m'ennuie» a une curieuse signification pour moi, c'est pronominal, ça rebondit sur le pronom : je suis celui qui ennue moi ! Quand tu fais face à ça , tu te dis : «je vais attendre que les autres m'ennuient, et là je vais me plaindre ! Je ne m'ennuie jamais. Je rêve beaucoup. Il m'arrive de parler. Mais il m'arrive beaucoup, beaucoup plus de me taire ! C'est simplement un exercice de préparation pour plus tard, c'est du rodage.....

Ça ne sert à rien de se confiner à écouter la peur.... La peur ! On la connaît, la peur. Elle arrive, laide comme un pou, on lui dit qu'elle est laide, elle retourne se maquiller et revient belle comme une déesse des variétés : faut jamais se laisser abuser par la peur !

C'est bien de prier! Mais on ne peut pas se confier qu'aux prières. Quand on se confie aux prières, on donne la job à quelqu'un d'autre. Mais quand on se confie à soi-même, là on est à l'ouvrage !

On apprend qui nous sommes dans cette pandémie, on apprend que nous sommes tous devenus responsables de nous, et du voisin. C'est extraordinaire. Ça ne nous est jamais arrivé avant.

C'est un moment de réflexion, de réalisation de ce qu'est la planète, de ce qu'on est. C'est la première fois dans l'histoire de la terre habitée qu'on a une photographie instantanée de nous-mêmes. Et chacun de nous peut faire un selfie : c'est un immense miroir qui nous dit qui nous sommes et ce que nous faisons sur cette Terre. Qui nous dit d'où nous venons. Qui nous demande : «Êtes-vous digne de cette planète ? » Et on ne sait pas trop quoi répondre. C'est la première fois qu'on a une photographie qui nous renvoie notre image : est-ce qu'on continue comme ça ? Oui, il faut penser à l'autre, l'autre juste à côté....l'autre qu'on a un peu oublié....

Réfléchir, c'est fléchir le genou de nouveau, s'apercevoir qu'on s'est trompé.

Réfléchir, c'est s'arrêter.... Il y aura un après, il en est sûr. Mais l'après se prépare maintenant.

Alors le Bouddha m'a dit ce matin :



«Que fais-tu aujourd'hui ?  
j'ai répondu: du sirop ! »

Il m'a dit:  
« continue et donnes-en à tout le  
monde.... »

Gilles Vigneault

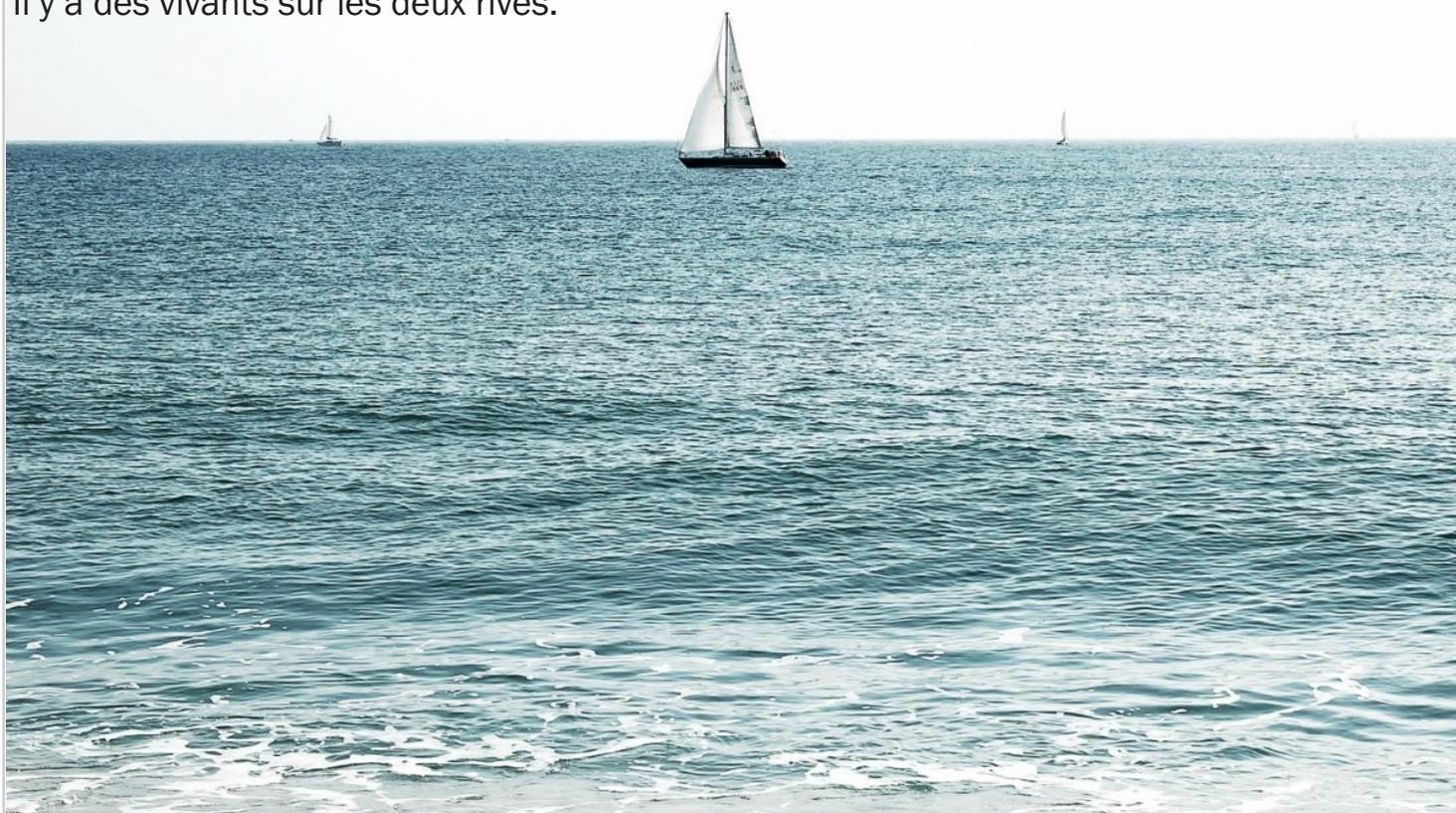
Poète-acériculteur québécois

Second texte de la cérémonie de la souvenance

## Le voilier

*attribué à William Blake*

Je suis debout au bord de la plage  
Un voilier passe dans la brise du matin  
Et part vers l'océan.  
Il est la beauté , il est la vie.  
Je le regarde jusqu'à ce qu'il disparaisse à l'horizon.  
Quelqu'un à mon côté dit : il est parti!  
Parti vers où?  
Parti de mon regard, c'est tout!  
Son mât est toujours aussi haut  
Sa coque a toujours la force de porter  
Sa charge humaine  
Sa disparition totale de ma vue est en moi  
Pas en lui  
Et juste au moment où quelqu'un près de moi  
Dit : » il est parti! »  
Il en est d'autres qui le voyant poindre à l'horizon  
Et venir vers eux s'exclament avec joie : Le voilà  
C'est là la mort il n'y a pas de morts  
Il y a des vivants sur les deux rives.



## *Mon panier aux gestes d'amour*

Je me posais une question...  
Que vais-je laisser derrière moi  
lorsque je partirai?  
Sur le coup,  
Je n'eus pas de réponse.  
Mais le lendemain matin,  
J'ai senti quelque chose  
Dans ma main gauche  
C'était un petit panier...  
Dedans,  
Il y avait des regrets,  
Des... J'aurais dû  
Des... Si j'avais su...  
Ce panier que je portais  
Était complètement inutile.  
À quoi servent tous ces regrets?  
Aussitôt, je l'ai laissé tomber,  
Et il a disparu  
À tout jamais.

Peu de temps après,  
J'ai senti quelque chose  
dans ma main droite.  
C'était un autre petit panier.  
En regardant de plus près,  
J'ai vu des choses  
Que j'avais reçues,  
Déposées,  
Tout au long de ma vie...  
Des sourires,  
Des caresses,  
Des gestes d'amour,  
De belles réunions,  
Des repas,  
Des appels téléphoniques,  
Des regards...  
Et j'en passe!...  
Il y en a pour tout le monde,  
Du plus petit,  
Au plus grand.  
Il est tout petit mon panier,  
Mais, il est unique et il est à moi

Ahlam

## *La journée des hommes*

Le Comité des hommes de notre secteur a organisé, à l'occasion de la journée internationale des hommes, une activité qui s'est tenue le 18 novembre 2021 au Domaine des 3 Îles de St-Félicien.

Le but de cette activité était de permettre une rencontre joviale où le dialogue et la bonne humeur seraient au rendez-vous!

De 16 : 00 à 20:00 heures, nous étions 9 membres, y compris le président du Secteur Louis-Hémon, M. Camil Boily, à admirer le décor et la chaleur de l'ancienne résidence de M. Alfred Hamel.

Nous avons un invité de marque, soit M. Philippe Harvey, propriétaire de la microbrasserie Beemer de Roberval. Il nous a entretenus de son entreprise, son histoire, sa mission, ses ambitions et il nous a fait déguster quelques bières fabriquées à son entreprise. Cette activité fut très appréciée par les participants.

Nous avons également une commandite de la Fromagerie Au pays des bleuets de Mme Lise Bradette de St-Félicien et de la Boucherie des Chefs de Roberval.

Le comité des hommes est actuellement composé de Jean-Roch Laprise, responsable du secteur, de Régis Martel responsable de la section Roberval, de Gervais Fleury, responsable de la section St-Félicien. Il nous manque un responsable de la section Dolbeau-Mistassini-Normandin.

Un volontaire serait le bienvenu!

Je profite de cette occasion pour inviter les hommes qui auraient des idées de projets à nous les présenter. Il nous fera un plaisir de les organiser pour vous.

Merci et au plaisir de nous revoir!

*Jean-Roch Laprise, responsable du Comité des hommes*



Camil Boily, Philippe Harvey et Jean-Roch Laprise

---



Bonjour,

Comme vous le savez peut-être déjà, il y a un peu plus d'un an, La Capitale et SSQ Assurance, deux solides entreprises de chez nous, unissaient leurs forces pour devenir **Beneva**. Un nouveau nom, mais la même approche collaborative et mutualiste qui rappelle ce que nous sommes : **les gens qui protègent des gens**.

À cet égard, nous tenons à vous rassurer. Afin de maintenir un service à la clientèle hors pair, la transition vers Beneva s'effectue une entreprise à la fois. Ainsi, pour l'instant, SSQ Assurance poursuit ses opérations comme d'habitude. Votre contrat actuel demeure le même, vous profitez de la même protection et nos gens sont toujours là pour vous.

Nous vous informerons des détails de notre transition vers Beneva au cours des prochains mois.

Merci pour votre confiance!

Cordialement,

**Jean-François Chalifoux**

*Président et chef de la direction*

Chers partenaires,

Afin de répondre aux nouveaux enjeux et nouvelles orientations liés notamment à l'apparition du variant Omicron et faciliter l'accès aux informations, la Direction de la santé publique du Saguenay-Lac-Saint-Jean a effectué une mise à jour importante dans le choix des options disponibles au numéro de soutien aux partenaires **1 833 704 0533**. Avec cette mise à jour, nous souhaitons répondre le plus adéquatement aux besoins d'informations de la population et des partenaires

Voici les nouvelles options disponibles : (Pesez sur le numéro correspondant)

1. **Ligne populationnelle** – Auto déclaration de test positif – Résultats – Question sur les consignes d'isolement pour les cas et les contacts ;
2. **Ligne populationnelle jeunesse**– Soutien mère/enfant ;
3. **Ligne partenaires** – Milieu de vie (RPA, RI/RTF, RAC et Centre communautaire d'hébergement) ;
4. **Ligne partenaires** – Écoles et services de garde éducatifs à l'enfance ;
5. **Ligne partenaires** – Municipalités et organismes communautaires, excluant les organismes d'hébergement ;
6. **Lignes partenaires** – Soutien aux entreprises.

Avec ce changement, nous pouvons garantir qu'un agent spécialiste pourra vous répondre directement aux heures d'ouverture de la ligne téléphonique.

Soulignons que les horaires d'ouverture de ces lignes téléphoniques restent soit du lundi au dimanche de 8 h à 16 h. Nous vous remercions de votre compréhension et si vous avez des questions, n'hésitez pas à communiquer avec nous.

Direction régionale de la santé publique du CIUSS du Saguenay-Lac-Saint-Jean



## *Cap sur la dignité*

### *Le grand chantier des aînés*

L'AREQ déploie ses forces vives pour aller à la rencontre des députés(es) à travers le Québec.

L'objectif : convier les élus à dépoussiérer des dizaines de rapports tablettés sur les conditions de vie des personnes âgées depuis 20 ans.

Pour ce faire l'AREQ met à la disposition de ses secteurs une trousse avec tous les outils nécessaires pour le succès de l'opération. Cela fait suite à la campagne publicitaire que vous avez sûrement vue à la télévision.

Nous allons rencontrer notre députée dans les prochains jours. Nous avons deux symboles à lui remettre : un petit drapeau cap sur la dignité et un porte-poussière avec un petit balai pour dépoussiérer les rapports sur les tablettes.

### *Camil Boily*





« Écouter lire,  
c'est aussi lire! »

Liratoutâge est un service gratuit pour les personnes qui ne peuvent plus s'adonner à la lecture pour diverses raisons.

Une occasion de plaisir, de réconfort et de partage!



### Un service simple et entièrement bénévole

D'une durée d'environ 45 à 60 minutes, les séances de lecture ont lieu de façon hebdomadaire, au même endroit, le même jour de la semaine, à la même heure et avec le même bénévole dans un endroit convenu avec la direction de l'établissement. Le service s'offre en groupe ou individuellement.



### Des lectures adaptées

Les séances de lecture sont préparées selon les intérêts et les capacités des résidents visés. Ainsi, ceux et celles qui écoutent peuvent profiter des nombreux bienfaits de la lecture, dont ceux de favoriser le bien-être intellectuel et émotionnel et, surtout, de rester en contact avec le monde extérieur.



### Des lectures stimulantes

Le choix des lectures est varié : le journal, source intarissable d'articles permettant de suivre l'actualité, des récits divers pour voyager et apprendre, des contes et des légendes pour la magie, des histoires insolites pour rire et de la poésie pour s'évader. Cette offre diversifiée permet de provoquer des échanges et de valoriser le vécu et l'expérience des aînés.



### Jumelage avec un bénévole de votre secteur

En vous inscrivant à ce service, votre milieu d'hébergement sera ajouté à une carte interactive à laquelle seuls nos bénévoles auront accès. Si la description de vos besoins correspond à leur profil, ceux-ci pourront entrer en contact avec vous.



### Un moyen d'améliorer la qualité de vie de vos résidents

Joignez-vous aux nombreux centres d'hébergement qui offrent déjà ce service devenu indispensable à leurs résidents! La lecture est une activité intellectuelle sans aucune frontière ni limite. C'est gratuit, alors pourquoi ne pas en profiter?



**Des bénévoles formés et prêts à commencer dans votre région**

**Un accompagnement offert pour faciliter l'instauration du service**

**Pour plus d'informations, visitez notre site Internet ou communiquez avec nous!**



[liratoutage.com](http://liratoutage.com)



[facebook.com/liratoutage](https://facebook.com/liratoutage)



[liratoutage@areq.lacsq.org](mailto:liratoutage@areq.lacsq.org)

Avec la participation de :

Québec 

AREQ   
CSQ



Fédération québécoise  
du loisir en institution  
418 847-1744 | [fqli.org](http://fqli.org)

## *L'assemblée générale annuelle du secteur Louis-Hémon*

se tiendra le mercredi 20 avril à l'Hôtel du Jardin de St-Félicien à 10 heures.

Vous pourrez vous inscrire à partir de 9h30.  
Un dîner suivra la rencontre au coût de 10\$.

Il y aura élections au poste de 2ième vice-présidence et de trésorerie .  
L'ordre du jour vous sera remis sur place.

Selon les directives du gouvernement, il se peut que la rencontre soit virtuelle.

Vous serez avertis par la chaîne téléphonique.

*Camil Boily président*

### **EN PRÉSENCE ???**

Présentement, nous prévoyons et organisons nos assemblées générales dans la forme que nous connaissons habituellement : dans une grande salle d'un hôtel avec dîner, tout en nous conformant aux consignes sanitaires !

Mais si le virus nous empêchait encore de nous réunir tel que nous l'espérons et le prévoyons ?

Eh bien, nous nous rencontrerons virtuellement via nos écrans, comme nous l'avons fait l'an dernier.

Les consignes générales demeurent les mêmes que ce soit en présence ou virtuellement : une assemblée générale le 10 mai avec une inscription au secteur jusqu'au 30 avril. Quoiqu'il en soit, des précisions vous seront communiquées à l'aide de nos sites Web et autres moyens électroniques utilisés habituellement par votre secteur.

## **ASSEMBLÉE GÉNÉRALE RÉGIONALE** **de l'AREQ SAGUENAY-LAC-ST-JEAN**

Le président du conseil régional de l'AREQ convoque tous les membres de la région

à l'assemblée générale annuelle :

**Le mardi 10 mai 2022**

**À l'Hôtel Delta**

**2675 Bd du Royaume, Jonquière**

Un projet d'ordre du jour vous sera remis lors de l'inscription qui débutera à **9 h**.

L'ouverture de la réunion de l'assemblée générale est fixée à **10 h** alors que celle de la Fondation Laure-Gaudreault suivra à compter de **11 h 30**.

Pour les personnes qui le désirent, un dîner sera servi au coût minime de **10 \$**.

**Vous avez jusqu'au 30 avril pour vous inscrire auprès de votre secteur.** Votre présence et votre participation sont des signes de la vitalité de notre organisation.

*François Duperré, président régional*



*Détente*

*Juste pour s’amuser un peu.*

**Énigmes à résoudre...**

- 1) Durant la sieste, Camil dormait entre Andrée et Régis. Robert dormait à la droite de Régis. Entre quelles personnes Régis dormait-t-il?
- 2) Une araignée mange trois mouches par jour. Jusqu’à ce que l’araignée atteigne son quota, une mouche a 50% de chances de survie si elle essaie de traverser la toile. En supposant que cinq mouches ont déjà tenté de traverser la toile, quelle est la probabilité que la sixième mouche y arrive?
- 3) Il y a 2 poteaux Hydro-Québec sur le terrain du terrain de baseball. Le premier mesure 5 mètres de longueur et donne une ombre de 1 mètre sur le sol. Le second a 20 mètres de longueur. Quelle est la longueur de l’ombre du second poteau?
- 4) Un coureur qui dépasse le second dans une course, à quel place se trouve-t-il ?
- 5) Je commence la nuit et je termine le matin, qui suis-je ?
- 6) Monsieur et Madame Bouchard ont 6 fils. Ils ont tous une sœur, combien ont-ils d’enfants ?
- 7) Combien de 9 y-a-t-il entre 1 et 100 ?
- 8) Qu'est-ce qui est toujours devant vous mais qui n'est pas visible ?

*Céline Paradis*

**Solutions**

- |    |   |    |             |
|----|---|----|-------------|
| 1) | 1. Régis dormait entre Robert et Camil. | 5) | La lettre N |
| 2) | 75%                                     | 6) | 7           |
| 3) | Quatre mètres.                          | 7) | 20          |
| 4) | La seconde                              | 8) | L'avenir    |

## *Demande de l'AREQ*

Mme Lucille Boulanger-Mailhot et Mme Nicole Bergeron sont membres en règle de notre secteur mais d'adresse inconnue. L'AREQ aimerait si possible avoir les renseignements pour leur faire profiter de la revue Quoi de neuf et pour les inviter à nos activités et leur faire parvenir le Jaseur. Si vous connaissez l'une de ces personnes, après information auprès d'elles et si elles sont consentantes, veuillez me fournir l'adresse et le numéro de téléphone que je pourrai transmettre à l'AREQ.

*Camil Boily*

camilboily@cgocable.ca

## **Changement d'adresse**

Nous vous invitons à signaler tout changement d'adresse, en indiquant votre numéro de membre, par courriel à:

<https://areq.lacsq.org/avis-de-changement-adresse/>

Vous pouvez aussi téléphoner. Ce n'est pas très long et le personnel est attentionné.

Téléphone: 418 525-0611 ou 1 800 663-2408

Télécopieur : 418 525-0769

Courriel : [info@areq.lacsq.org](mailto:info@areq.lacsq.org)

Site web de l'Areq: <http://areq.qc.net/>

A.R.E.Q. régionale Web : <http://areq.lacsq.org/qui-sommes-nous/regions/saguenaylac-st-jean-02/>

S.S.Q. (ass. coll.) 1-877-651-8080 ou Web : [www.ssq.ca](http://www.ssq.ca)

Portail des aînés du Québec Web : [www.aines.qc.ca](http://www.aines.qc.ca)

Sécurité des aînés Web : <http://www.phac-aspc.gc.ca/seniors-aines/publications/public/injury-blessure/safelive-securite/index-fra.php>

Programme Nouveaux Horizons pour les aînés 1-800-277-9915

Web : [www.dsc.gc.ca](http://www.dsc.gc.ca)

RAMQ 1-888-833-6962

RÉSAUT 1-800-363-6344

RRQ 1-800-463-5185

Retraite Québec 1-888-463-5533

Assistance médicaments 1-800-435-7999

Assistance voyage 1-800-465-2928 (Canada et U.S.A.)

1-514-286-8412 (Partout dans le monde)

Centre de ressources pour hommes Web : [www.autonhommie.org](http://www.autonhommie.org)

SOS-écoute pour hommes 1-418-648-6464

Aide Abus Aînés 1-888-489-2287

Décès 1-855-395-2520

No de convention : **41799025**      No de client : **7291046**

**Retournez à : Monsieur Camil Boily**  
**916, rue Harvey**  
**Roberval, Qc**  
**G8H 1V5**

**Destinataire :**