VOLUME 37, NUMÉRO 1 AUTOMNE 2026

BULLETIN D'INFORMATION DE L'AREQ DES DRAVEURS, (RÉGION 07)



AREQ CSQ Des Draveurs

Le Contact

Nous joindre : contact@areq-desdraveurs.ca

Site web sectoriel : https://desdraveurs.areq.ca

Site web régional : https://regionoutaouais.areq.ca

Site national (Québec) : http://www.areq.lasq.org

Sommaire

03 Mot de la présidente
04 Conseil sectoriel des Draveurs / Inscriptions aux activités
05 Calendrier des activités 2026-2027
06 Les responsabilités / Changement d'adresse
07 À la recherche de nos membres
08 Dossier sociopolitique
09 Assurances collectives
Brunch au profit de la Fondation Laure-Gaudreault
10 Vigile en mémoire d'Elles / À venir
11 Quelle escapade formidable!
13 Prochain voyage 20 mai au 4 juin 2027
Club de marche AREQ des Draveurs
14 Dîner de Noël / Comités des femmes
15 Un monde si fragile...
16 Vœux de prompt rétablissement et nos condoléances
17 Déjà l'automne...
18 100 ans de vie, de sagesse et d'inspiration
Félicitations chers octogénaires!
19 Aide-mémoire
20 Recette de tarte au sucre

Numéros pratiques

AREQ nationale
1 800 663-2408
areq.lacsq.org
info@areq.lacs.org

Beneva
1 888 235-0606
www.beneva.ca/fr

RAMQ
1 800 561-9749
ramq.gouv.qc.ca

Retraite Québec
1 800 463-5185
retraitequebec.gouv.qc.ca

ÉQUIPE DU JOURNAL

DIANE DESROCHES
NICOLE DELISLE
NICOLE DUBUC-LA GRENADE
PIERRETTE BARRETTE
YVON NEVEU

Le prochain numéro de notre bulletin d'information « Le Contact » sera distribué vers avril - mai 2027.

Manifeste

Nous sommes l'AREQ, la plus ancienne et la plus importante association québécoise de personnes retraitées issues des services publics. Nous défendons les intérêts et les droits culturels, sociaux, économiques et environnementaux des personnes aînées.

Nous sommes un mouvement. Nous contribuons à la réalisation d'une société égalitaire, démocratique, solidaire et pacifiste. Nous souscrivons au principe d'égalité de droit et de fait entre les genres.

Nous sommes des personnes retraitées CSQ, qui exercent avec fierté une citoyenneté active pour l'engagement social et la dignité des personnes aînées. https://areq.lacsq.org

Mot de la présidente

CHERS MEMBRES DE L'AREQ DES DRAVEURS

AREQ
Le mouvement des personnes retraitées CSQ



C'est avec beaucoup d'enthousiasme que j'entreprends ce deuxième mandat à la présidence de notre secteur. Pour moi, c'est un immense privilège de poursuivre cette belle aventure au sein de l'AREQ des Draveurs.

Ce nouveau mandat coïncide également avec le début d'un nouveau triennat, 2026-2029. Lors du 50e Congrès de l'AREQ, qui s'est tenu en juin dernier, quelque 450 personnes déléguées ont participé aux réflexions et adopté les grandes orientations qui guideront notre association au cours des trois prochaines années. Ces orientations serviront de base à notre futur plan d'action et permettront de continuer à faire vivre les valeurs qui nous sont chères.

Pour réaliser nos objectifs, nous aimerions combler les postes de responsables des comités Retraite, Condition des hommes et Sociopolitique. S'impliquer dans l'un de ces comités ne demande que quelques heures de votre temps, tout en procurant la satisfaction de contribuer au bien-être et à la vitalité de votre secteur. Votre engagement serait grandement apprécié.

Mais ce qui me tient particulièrement à cœur, c'est la relève! Comment susciter l'intérêt des jeunes retraités et les encourager à se joindre à nous afin d'apporter un vent de renouveau à notre secteur? À cette fin, le programme GTINM (Groupe de travail sur l'intégration des nouveaux membres), mis en place par l'AREQ nationale, est déjà en marche pour nous accompagner dans cette démarche. Si vous souhaitez y participer, n'hésitez pas à nous en faire part. J'ai l'intention d'y consacrer tout mon cœur et toute mon énergie, car la relève est essentielle à la pérennité de notre association.

Votre conseil sectoriel vous a préparé un programme varié, dynamique et enrichissant : club de marche, yoga sur chaise, visite des archives, pièce de théâtre à la salle Jean-Despréz, déjeuner mensuel, célébration de Noël, fête de l'Amitié sous le thème de Félix Leclerc, voyage et bien d'autres activités. J'espère sincèrement que vous y trouverez des occasions de plaisir, de rencontres et d'enrichissement qui vous donneront le goût de vous joindre à nous.

Je ne peux terminer ce mot sans souligner le travail remarquable accompli par les membres de votre conseil sectoriel. Ce sont des personnes dévouées qui consacrent généreusement leur temps et leur énergie à faire vivre notre association et à vous offrir une programmation de qualité. Je les remercie chaleureusement pour leur engagement.

Sur ce, je vous souhaite une très belle fin d'automne ainsi qu'un hiver doux, agréable et rempli de petits moments de bonheur.

Au plaisir de vous rencontrer lors de nos prochaines activités!

Votre présidente,
Diane Desroches

CONSEIL SECTORIEL DES DRAVEURS 2026 - 2027

Fonction	Nom	Téléphone	Adresse courriel
Présidente	Diane Desroches	819 243-1077	desrochesd@videotron.ca
1re vice-présidente	Claire Nault	819 743-0340	naultclaire@yahoo.com
2e vice-présidente	Nicole Delisle	819 561-0154	nicoled@videotron.ca
Secrétaire	Marquise Desrochers	819 663-4696	mdesrochers346@videotron.ca
Trésorière	Pierrette Barrette	819 643-3326	pbarette@videotron.ca
1re conseillère	Libre		
2e conseillère	Gillaine Richard	819 246-8673	richardgillaine@videotron.ca



INSCRIPTIONS AUX ACTIVITÉS

Christiane Nadon	819 986-8091	31, rue Rémi-Desjardins, Buckingham
Jacqueline Charrette	819 663-2894	410, rue Vallières, Gatineau, J8P6W4
Diane Desroches	819 243-1077	31, rue des Oblats, Gatineau J8T2X6
Virement Interac		contact@areq-desdraveurs.ca

CALENDRIER DES ACTIVITÉS 2026 - 2027

AREQ CSQ des Draveurs 07G

AOÛT	12	CS
SEPTEMBRE	9	Déjeuner Juste pour le plaisir
	18	Accueil et retrouvailles
	29	CS
OCTOBRE	1	Marche des aînés Un et un font mille
	9	Fête des 80 ans
	13	Accueil régional Petite Nation
	21	Déjeuner Juste pour le Plaisir Resto-Bar O'Max ch. Masson
NOVEMBRE	19	Déjeuner Juste pour le plaisir
	24	CS
DÉCEMBRE	11	Dîner Noël
	15	Déjeuner Juste pour le plaisir
JANVIER	7	Déjeuner Juste pour le plaisir
	12	CS
	24	Brunch FLG
FÉVRIER	5	Déjeuner Juste pour le plaisir
	15	Fête de l'Amitié
MARS	8	Journée internationale des femmes
	22	Déjeuner Juste pour le plaisir
	???	Cabane à sucre
AVRIL	6	CS
	20	Déjeuner Juste pour le plaisir Resto Bar O'Max ch. Masson
	30	AGS
MAI	4	CS
	11	AGR
	20	Déjeuner Juste pour le plaisir
JUIN	11	Fête des bénévoles
	18	Déjeuner Juste pour le plaisir
	22	CS



Yoga sur chaise : tous les lundis à 12 h 15

Club de marche : tous les mercredis à 13 h rue Jacques-Cartier



LES RESPONSABILITÉS 2026 - 2027

RESPONSABLES DES DOSSIERS DE L'AREQ DES DRAVEURS		
Assurances	Hélène Fortin / h-fortin@videotron.ca	819 643-5437
Cartes anniversaires	Claudette Dallaire / claudallaire@videotron.ca	819 568-5064
Cartes décès	Nicole Delisle / nicoled@videotron.ca	819 561-0154
Comité des femmes	Gisèle Sicard-Ericksen / gise5915@gmail.com	819 592-2453
Comité des hommes	Poste vacant	
Courrier électronique	Diane Desroches / contact@areq-desdraveurs.ca	819 243-1077
Courrier téléphonique	Micheline Ouellette / amamo83@gmail.com	819 568-6105
Décorations	Gillaine Richard richardgillaine@videotron.ca	819 246-8673
Environnement	Claire Nault / naultclaire@yahoo.ca	819 743-0340
Fondation Laure Gaudreault	Claire Nault / naultclaire@yahoo.ca	819 743-0340
Journal Le Contact	Nicole Delisle / nicoled@videotron.ca Nicole D.-La Grenade /ndlgrenade@videotron.ca Diane Desroches / desrochesd@videotron.ca	819 561-0154 819 213-9013 819 243-1077
Retraite	Poste vacant	
Site web	Nicole Dubuc-La Grenade	819 213-9013
Sociopolitique	Poste vacant	
Voyages	Constance Laroche / constance.laroche@sympatico.ca Michèle Brousseau / brou.pouliot@videotron.ca	819 684-8178 819 243-6841

RESPONSABLES DES ACTIVITÉS		
Chorale	Colette Lallier / ma.vachon@sympatico.ca	819 561-4065
Scrabble	Hélène Duguay / marieannadug1466@hotmail.com	819 243-9364
Yoga sur chaise	Claire Nault / naultclaire@yahoo.ca	819 743-0340
Club de marche	Claire Nault / naultclaire@yahoo.ca Gisèle Sicard-Ericksen /gise5915@gmail.com	819 743-0340 819 592-2453

CHANGEMENT D'ADRESSE ET PRÉFÉRENCES DE COMMUNICATION

Pour tout changement, que ce soit votre adresse civile, votre adresse courriel ou votre numéro de téléphone une seule adresse courriel https://areq.lacsq.org/mise-a-jour-de-mon-profil/ ou 1 800 663-2408

C'est aussi à cet endroit que vous indiquez vos préférences de communication électronique ou papier.

À LA RECHERCHE DE NOS MEMBRES

Au cours de l'été, Diane Desroches et moi avions une liste de 250 membres à vérifier. Pour effectuer ce travail, nous avons fait appel aux téléphonistes disponibles: Adrienne Bourbonnais, Denise Charette, Jocelyne Gagnon, Nicole Pilon, Jacqueline Charlebois, Murielle Tessier, Gisèle Lafontaine-Barbeau, Christiane Létang, Claire St-Amour. Et c'est grâce à elles que nous avons pu avoir ces résultats.



35 nouvelles adresses électroniques,
43 membres à ajouter au courrier téléphonique,
54 membres dont le numéro de téléphone n'est plus en service.

Nous vous remercions sincèrement pour tout le travail accompli.

AUX MEMBRES :

S.V.P.: Retenez bien le fait que c'est votre responsabilité de prévenir l'AREQ -Qc 1 800 663-2408 et AREQ des Draveurs de tout changement.

Micheline Ouellette , responsable du courrier téléphonique

NOUS CHERCHONS À JOINDRE LES PERSONNES SUIVANTES. SI VOUS LES CONNAISSEZ, FAITES-NOUS SIGNE.

Dans nos activités quotidiennes à l'AREQ, nous mettons tout en œuvre pour maintenir à jour les coordonnées de nos membres dans notre système de gestion des membres.

Malgré ces efforts, le statut « adresse invalide » demeure pour certains membres, et ce, même après plusieurs tentatives de les rejoindre par téléphone, par courrier et par courriel.

Par conséquent, ces membres, bien qu'ils paient leur cotisation, ne bénéficient plus des services offerts par l'AREQ et leur nom n'apparaît plus sur les listes sectorielles.

Si vous êtes en mesure de rejoindre ces personnes, invitez-les à communiquer avec nous :

- Par téléphone : 1 800 663-2408
- Par courriel : info@areq.lacsq.org
- Sur le site internet : https://areq.lacsq.org/mise-a-jour-de-mon-profil/
- ou : contact@areq-desdraveurs.ca

Beauchamp	Eveline
Bilodeau	Micheline
Bisson	Olivette
Charron	Mireille
Hotte	Yvon
Lemieux	Stella
Quévillon	Marc
Roberge	Marie
Sauvageau-	Monique
Tellier	André
Thibert-Boucher	Françoise

DOSSIER SOCIOPOLITIQUE

À la demande de votre présidente, madame Diane Desroches, voici un petit résumé en ce qui concerne le débat du 2 septembre et la marche « Un et un font mille » du 1er octobre 2026 qui s'est déployée dans sept villes du Québec.



Au cours de mes mandats à la présidence régionale, j'ai assuré la représentation de l'AREQ auprès de partenaires externes, entre autres dans l'organisation de trois débats électoraux : fédéral, municipal et provincial. Ce dernier débat a été tenu le 2 septembre dernier à la Cabane en bois rond. Il y avait quatre candidat.e.s représentant quatre partis politiques distincts qui ont échangé en vue des élections du 5 octobre. Chaque candidat s'est exprimé sur chacun des quatre enjeux cruciaux pour les aînés : santé, soutien à l'autonomie, logement ainsi que revenu et gouvernance.

L'autre dossier dans lequel j'avais investi du temps pendant ma présidence et que je voulais mener à bon port était celui de la première marche « Un et un font mille » pour le mieux-être des aînés à Gatineau. Cette marche a eu lieu le 1er octobre lors de la Journée des Aînés. L'objectif : manifester pour le mieux-être et la solidarité des aînés. Merci à mes partenaires clés : madame Luce Bernier de l'AQDR ainsi que monsieur Patrick Trihey (directeur du Domaine des Trembles) qui a chaleureusement et généreusement accueilli le rassemblement. Merci aux gens du secteur qui ont participé à la marche et un merci spécial à Diane, Claire, Den et Gisèle pour leur aide.





Devant le succès remporté et vos commentaires positifs, l'évènement à Gatineau sera certainement à nos agendas le 1er octobre 2027.

Un lien pour voir les photos de cette manifestation de notre solidarité :
https://regionoutaouais.areq.ca/album.htm

Nicole Tremblay
Responsable régionale du comité sociopolitique

FORMULAIRES DE RÉCLAMATION (BENEVA OU AREQ)

Il est primordial d'en faire la demande auprès de BENEVA ou de l'AREQ afin de détenir le formulaire approprié ainsi que les informations nécessaires pour le remplir. Cette procédure permettra d'éviter des erreurs, des délais dépassés ou même un refus d'admissibilité.

REMBOURSEMENT DU TRANSPORT ET DE L'HÉBERGEMENT LORS DE LA CONSULTATION D'UN MÉDECIN SPÉCIALISTE AU QUÉBEC SEULEMENT.

1 - Une ordonnance médicale est requise.
2 - La consultation doit avoir lieu au Québec.
3 - Il faut parcourir au moins 200 kilomètres/aller seulement.
4 - Le remboursement maximum pour le transport et l'hébergement est 2500$ par année civile.

REMBOURSEMENT POUR LES MÉDECINES DOUCES :

Maximum de 1000$ par année civile (ex. chiro. - masso. - physio., etc.,)
Important : un seul traitement par jour est remboursable; il faut planifier adéquatement ses rendez-vous.

Pour plus de renseignements, vous pouvez me joindre.

Hélène Fortin 819 643-5437
Responsable sectorielle AREQ des Draveurs

BRUNCH AU PROFIT DE LA FONDATION LAURE-GAUDREAULT

Vous désirez participer à la mission d'aide de la FLG, qui est de soutenir

- Les personnes retraitées dans le besoin;
- La recherche médicale sur les maladies qui frappent les personnes aînées;
- Des œuvres de jeunesse enregistrées ou des jeunes dans le besoin.



Nous vous invitons à participer à notre brunch, levée de fonds
Responsable de la FLG : Claire Nault naultclaire@yahoo.ca

Quand : dimanche 24 janvier 2027
Où : Salle Saint-Alexandre, 1, chemin des Érables, Gatineau
Heure : 9 h 30 à 11 h
Coût : 25$

Billets en vente auprès des membres du Conseil
ou par virement Interac (dans ce cas votre billet vous sera remis à l'entrée)
contact@areq-desdraveurs.ca

Pourquoi ne pas profiter de cet événement pour un rassemblement chaleureux de parents et amis afin de briser la froidure de l'hiver! On vous attend!

VIGILE EN MÉMOIRE D'ELLES

Participez avec nous, démontrez votre solidarité contre toutes les formes de violence envers les femmes, dimanche le 6 décembre 2026.

Venez marcher et vous recueillir au parc MÉMOIRE D'ELLES afin de commémorer les victimes de Polytechnique et celles de l'année en cours. Nous écouterons des témoignages de survivantes, des messages de différents organismes qui les soutiennent et déposerons des fleurs et des plumes blanches sur le monument en leur honneur.

Par la suite, nous nous rencontrerons au restaurant. (détails sur place)

Veuillez communiquer votre intérêt pour la marche, la vigile et ou le restaurant à Gisèle Sicard-Ericksen, gise5915@gmail.com 819 592-2453

À VENIR

Surveillez vos messages mensuels pour plus d'informations

1- VISITE DE BIBLIOTHÈQUE ET ARCHIVES CANADA (BAC)



Bibliothèque et archives Canada aide les Canadiens à mieux comprendre leurs racines. Il agit comme mémoire permanente du gouvernement fédéral et de ses institutions ainsi que comme gardien du passé lointain et de l'histoire récente de notre pays.

OÙ : 625 Boulevard du Carrefour, Gatineau,
QUAND : Janvier 2027

2- FÊTE DE L'AMITIÉ : Claude Naubert nous raconte Félix Leclerc

OÙ : salle église St Richard 445 Boulevard Saint-René O
QUAND : 15 février 2027

3- PIÈCE DE THÉÂTRE À LA SALLE JEAN-DESPRÉZ

OÙ : Salle Jean-Despréz
QUAND : avril 2027

QUELLE ESCAPADE FORMIDABLE!

En ce matin de juillet, un groupe joyeux de voyageuses et de voyageurs se prépare à vivre une expérience unique, remplie d'émotions, une aventure menée par des marionnettes surdimensionnées, par des odeurs de lavande et par la beauté majestueuse du lac Memphrémagog !



Nous filons allègrement vers Upton, au cœur de la Montérégie. L'efficacité de notre conductrice Nathalie nous rassure pendant que notre accompagnatrice Lillian au sourire accueillant, nous décrit le petit village où se trouve le théâtre de la Dame de Cœur depuis 1975. Niché sur un site enchanteur, en nature, il nous offre des activités variées : théâtre, souper, jeu géant de poches, un sentier exposant des photos de centenaires de partout dans le monde révélant le secret de leur longévité. A la brunante, tous s'installent dans des fauteuils pivotants aux bretelles chauffantes si nécessaires. Prêts pour assister à « La folle épopée de M. Paul », ce spectacle intergénérationnel, riche en émotions ! À la demande de la petite Margo, Monsieur Paul s'exécute.



Les marionnettes géantes nous révèlent avec la plus grande aisance, le monde de M. Paul. Celui-ci, livreur de colis, passeur d'histoires est accompagné de son fidèle complice, un scooter plein d'entrain. Soudain, les murs projettent tantôt une tempête de pluie, tantôt une montagne enneigée, tantôt des fonds marins.

Les méduses lumineuses apparaissent dans un mouvement de va-et-vient tout près des spectateurs pendant que M. Paul à cheval sur un hippocampe s'arrête et salue l'auditoire au grand plaisir des enfants et des grands ! Finalement, M. Paul fatigué après toutes ses péripéties se retire très lentement chez lui. Un vent de tristesse souffle parmi nous, car nous comprenons que M. Paul entame son plus long voyage !



Des pleurs et des questions fusent de toute part par les petits décontenancés par cette fin d'histoire. Ils ne veulent plus se séparer de ce cher M. Paul ! Derrière cette production époustouflante se cache une équipe de professionnels, de marionnettistes exceptionnels. Et c'est le cœur rempli de ce monde féérique que nous retournons à notre hôtel « Le Manoir des Sables ».

Le lendemain, un copieux déjeuner nous attendait avant de prendre la route pour aller visiter la lavanderaie Bleu Lavande. Sur place, nous constatons qu'il est un peu tôt dans la saison pour voir s'étendre à perte de vue le champ de lavandes aux arômes enivrants, aux feuilles persistantes et aux fleurs bleues, violettes. De nombreuses activités s'y dérouleront pour nous faire savourer l'été : vidéo, yoga, manucure, massage, musique, boutique, toujours au goût de lavande !



Nous quittons ce lieu odorant pour aller voguer sur le grandiose lac Memphrémagog ! Le personnel chaleureux et courtois nous accueille sur le bateau de croisière nommé Le grand Cru ! Tout en dégustant un savoureux repas, nous observons les magnifiques « chalets » des gens riches et célèbres. Cette croisière couronne notre formidable escapade dans la belle région de l'Estrie !

BRAVO à vous deux, Constance et Michèle, nos organisatrices hors pair, de nous avoir concocté cette belle sortie estivale, ici, au Québec ! Merci, nous reconnaissons votre sens pratique, votre attention et votre disponibilité.

Micheline Ouellette qui a retrouvé son cœur d'enfant.

PROCHAIN VOYAGE 20 MAI AU 4 JUIN 2027

CROISIÈRE DANS LES ÎLES BRITANNIQUES

Nous vous proposons un magnifique voyage-croisière dans les ÎLES BRITANNIQUES. Avant le départ pour la croisière, Michèle et moi avons fait le choix de passer deux jours à Londres. De très belles visites sont organisées afin d'apprécier cette magnifique ville.



Lors du retour du navire, une excursion est planifiée à un site faisant partie du patrimoine mondial de l'UNESCO pour compléter nos découvertes. Lors des escales du navire, des excursions sont également planifiées en français. Ces sorties sont optionnelles.

Un certain nombre de cabines et de billets d'avion ont été réservés pour nous. L'agence devra remettre les places non vendues à la fin décembre. Si vous êtes toujours en réflexion, il vous reste quelques semaines pour prendre votre décision.

Pour plus d'informations sur ce voyage, vous pouvez consulter le site Internet de l'AREQ des Draveurs et/ou nous contacter : Michèle : 819 243-6841 ou Constance : 819 684-8178



CLUB DE MARCHE AREQ DES DRAVEURS

Rejoignez-nous!

Prenez un moment pour vous ressourcer, faire le plein d'énergie positive et de vitamine D en participant à nos marches santé le long de la magnifique rivière des Outaouais.

Que vous souhaitiez garder la forme, respirer le grand air ou simplement profiter des paysages riverains, cette activité extérieure est l'occasion parfaite de bouger à votre rythme, en bonne compagnie.

Le parcours est linéaire, plat et accessible à tous les niveaux.

Nous vous donnons rendez-vous tous les mercredis à 13 h, directement dans le stationnement en gravier situé au bord de l'eau, sur la rue Jacques-Cartier.

Au plaisir de faire quelques pas ensemble!

Claire Nault

AREQ CSQ des Draveurs 07G

DÎNER DE NOËL

Quand : le vendredi 11 décembre à 10h
Où : Salle des Chevaliers de Colomb, 174 Gréber
Coût : 35$ membres et 45$ non-membres

Inscriptions : avant le 4 décembre aux personnes habituelles

- Dîner – repas traditionnel du temps des Fêtes
- Un verre de vin sera offert gratuitement par l'AREQ des Draveurs pendant le repas
- Bar ouvert (à vos frais) par la suite.
- Partie récréative : Noël en Nouvelle France
- Prix de présence !



Jeanne Gilles, fille du Roy, arrivée en Nouvelle-France en 1670, vous fera découvrir l'origine de la fête de Noël et la façon dont les colons célébraient la période de l'Avent jusqu'au Jour de l'An.

COMITÉ DES FEMMES

Je sollicite votre générosité, encore cette année, afin de recueillir des denrées non-périssables et des dons en argent pour la maison Unies-Vers-Femmes. Les intervenantes pourront par la suite distribuer le tout aux familles qui ont besoin d'aide et qui vivent sous leur toit. Nous leur donnerons ainsi un peu de bien-être durant ce temps si précieux qu'est cette période des Fêtes de fin d'année 2026.

Merci! à l'avance.

Gisèle Sicard-Éricksen, Comité des femmes
gise5915@gmail.com

UN MONDE SI FRAGILE...

À l'aube d'une nouvelle année qui arrivera sous peu, on est en droit de se demander ce qu'elle pourra bien nous réserver. Autant d'un point de vue personnel qu'à l'échelle mondiale. En ce temps de grande incertitude, nous sommes sur le qui-vive d'une époque qui risque de bouleverser autant nos certitudes, nos acquis, nos traditions et façons de faire et de vivre.

Tout semble chambouler, se détruire, se renverser, se perdre dans les méandres de l'inconnu d'un avenir incertain et plutôt inquiétant. Tout s'agite autour de nous, à un rythme fou, que ce soit dans nos vies de tous les jours, au niveau politique, financier, humain et géopolitique mondiale. Les escrocs de tout acabit, tentent de nous faire fléchir par leurs idées, gestes, mensonges et tromperies. Leur capacité de persuasion est étonnante et déstabilisante. Tels des gourous ou prêcheurs, ils inondent de leurs paroles enivrantes nos esprits parfois étonnés, embrouillés, un peu perdus....

L'argent facile et le pouvoir ont toujours fait bien des malheureux parmi les victimes de l'égocentricité de certains êtres humains. Les habiles subterfuges utilisés en déconcertent plusieurs. Des foules entières se laissent même envoûter par la toile d'araignée tissée frauduleusement et adroitement par des maîtres chanteurs qui ne demandent qu'à nous séduire et nous faire succomber. Savoir résister demande beaucoup de force morale, courage et prudence! Restons aux aguets!

Dans ce monde où les guerres ne s'arrêtent pas à cause de la folie de certains et où le dialogue enrichissant, courtois et respectueux de l'autre semble délaissé; où l'argent enrichit des personnes alors que de nos concitoyens souffrent et arrivent difficilement à survivre; où l'arrivée de l'étranger cause des distorsions sociales...notre époque fait face à un nouveau chapitre. Saurons-nous nous y adapter et tenter de la transformer pour le mieux-être de l'humanité?

Nicole Delisle

VOEUX DE PROMPT RÉTABLISSEMENT



Bon courage à nos amis qui sont présentement souffrants. Nous pensons très fort à vous! Nous vous envoyons plein de pensées positives afin que vous vous rétablissiez le plus rapidement possible! Bon courage!

NOS PLUS SINCÈRES CONDOLÉANCES

Pendant la dernière année, plusieurs membres nous ont quittés.
Nous offrons nos plus sincères condoléances aux familles et amis de toutes ces personnes.



Visitez notre site WEB pour les mises à jour des avis
de décès: http://desdraveurs.areq.ca

Asselin Laurier 2026-02-15
Gareau Mariette 2026-01-02
Lafleur-Prud'homme Ghislaine 2026-02-24
Quévillon Gilles 2026-04-05
Kenney Micheline 2026-02-06
Aubé André 2025-12-20
Bélanger Claude 2026-01-26
Daigneault Alberte 2026-05-27
Lévesque-Gauthier Lynda 2026-03-09
Amyot-Boyer Jeannine 2026-07-07
Miousse-Sigouin Mariette 2026-06-29
Verner-Lamadeleine Jeannine 2026-07-21
Lacelle Gilles 2026-08-06
Sanscartier Carole 2026-08-07
Charlebois-Morin Line 2026-08-20
Mahoney Charrette Mireille 2026-08-21
Beaudoin Gilles 2026-08-25
Girouard Berthe 2026-06-03
Sanscartier Pauline 2026-08-07
Labelle André 2026-09-06
Turgeon Claude 2026-05- ?

IMPORTANT - EN CAS DE DÉCÈS

La responsabilité de prévenir du décès d'un membre appartient à la famille.

Il faut communiquer avec :
- Retraite Québec (Carra) : 418 525-0611 ou 1 800-463-5533
- L'AREQ nationale : 1 800 663-2408
- SSQ (si le membre est assuré avec) : 1 888 833-6962

DÉJÀ L'AUTOMNE...

Je regarde mon jardin
Frissonnant sous les gifles du vent glacial
Les dernières roses, têtes recourbées
Se balancent tristement
L'automne est là...
Les arbres, flamboyants hier
Se dégarnissent rapidement
Bientôt, ils ne seront plus
Que gris squelettes dénudés...
Fini le beau temps des canicules
Du doux farniente près du lac
Le chaud soleil nous a quittés
Les érables ploient sous l'assaut du vent rageur...
Nous avons été gâtés pendant ces mois trop vite passés
Mais la réalité nous rattrape déjà
C'est l'automne...
Lise Brunet

100 ANS DE VIE, DE SAGESSE ET D'INSPIRATION

Les membres de l'AREQ des Draveurs ont le grand privilège de souligner un événement tout à fait exceptionnel : le 100e anniversaire de Dolorès Fournier-L'Heureux, née en septembre 1926.

Atteindre l'âge de 100 ans est un accomplissement remarquable qui témoigne d'un siècle riche en expériences, en souvenirs, en défis relevés et en précieux enseignements transmis aux générations qui suivent.



Au fil des années, vous avez été témoin de transformations extraordinaires de notre société. Votre parcours et votre engagement, représentent un héritage vivant dont nous sommes fiers.

Nous vous offrons nos plus sincères félicitations ainsi que nos vœux de santé, de bonheur et de sérénité.

Joyeux 100e anniversaire!

Avec toute notre admiration et notre affection,

L'AREQ des Draveurs

FÉLICITATIONS CHERS OCTOGÉNAIRES!

Quel beau moment nous avons vécu lors de notre hommage à nos octogénaires de la dernière année! Ils avaient été conviés à un déjeuner le 7 octobre dernier au restaurant Méli chez Ottavio. Nous leur avons réservé un bel accueil avec fleur de corsage et avec un déjeuner qui leur faisait envie...De beaux mots de notre présidente ont été adressés à tous ceux et celles qui étaient fêtés et qui se sont présentés lors de cette rencontre tout à fait spéciale.

Leurs sourires en disaient long sur la joie qu'ils ressentaient à ce que cet anniversaire particulier soit souligné par leurs pairs retraités de l'AREQ. Tous ceux et celles qui étaient présents à cette belle rencontre déjeuner ont éprouvé autant de plaisir que les fêtés eux-mêmes. C'est un événement spécial cher à notre cœur pour l'AREQ des Draveurs!



L'an prochain nous répéterons ce bel événement et nous ajouterons les 90 ans et les 100 ans.

Nicole Delisle

AIDE-MÉMOIRE
NUMÉROS COURTS ET UTILES

GATINEAU

211

Pour trouver un service sociocommunautaire de proximité
Services aux familles et aux aînés / Aide alimentaire / Soutien aux nouveaux arrivants

311

Pour accéder aux services municipaux afin d'obtenir toute information sur :
Nids-de-poule / Bris d'aqueduc / Refoulement d'égout / Chaussée glissante nécessitant l'épandage de fondants / Feux de circulation défectueux.

GATINEAU | Centraide Outaouais | 211 Gatineau

411

Pour trouver une personne, un organisme ou une entreprise vous pouvez effectuer une recherche par numéro de téléphone, par nom et par adresse.

511

511 – Pour connaître l'état du réseau routier et planifier vos déplacements.
Les événements majeurs en cours (accident, inondation, congestion majeure, etc.)
Les conditions routières en hiver (état de la chaussée et visibilité)
Les principaux travaux routiers en cours (nature, entraves, horaires, durée)
Le temps d'attente aux postes frontaliers canadiens
L'état du service des traversiers et l'horaire de ceux-ci

811

Pour une consultation en cas de problème de santé non urgent. Vous pouvez parler à une infirmière.

911

Pour demander un service d'urgence
Les intervenants primaires ou secondaires peuvent être les policiers, les pompiers, les paramédics, Hydro-Québec ou d'autres services publics.

GATINEAU

Si non réclamé, retourner à
AREQ, secteur des Draveurs
31, rue des Oblats, Gatineau
J8T 2X6

Postes CANADA CANADA POST
Port payé Postage paid
Poste-publications Publications Mail
40597066

TARTE AU SUCRE



(tirée du livre de Juliette Lassonde))

Ingrédients :
1 ½ tasse de cassonade 1 ¼ tasse de crème à 35%
1/3 tasse farine tout-usage tamisée ¼ tasse de lait
¼ c. à thé de sel

Préparation :

1. Tamiser la farine avec la cassonade et le sel; ajouter en brassant la crème et le lait.
2. Faire cuire sur feu moyen en brassant continuellement, jusqu'à ce que le mélange devienne épais.
3. Laisser mijoter 5 minutes en continuant à remuer.
4. Retirer du feu et laisser refroidir à fond.
5. Tapisser de pâte à tarte une assiette de 9 pouces.
6. Verser la préparation dans l'abaisse.
7. Déposer la tarte sur le cran le plus bas du four.
8. Cuire 10 minutes à 375'F et 30 minutes à 325'F.

Dû à la grande quantité de sucre contenue dans la recette, cette tarte prend quelques heures à épaissir. Si on désire une consistance épaisse, garder au réfrigérateur, et à la température pièce pour une consistance claire.

8 portions

Approuvée et certifiée par Nicole Delisle