

L'APRÈS FAE

« *Les maîtres d'école sont des jardiniers en intelligences humaines.* »

VICTOR HUGO



Croisière aux Mille-Îles ?



PAGE 10

À l'écoute



PAGE 7

L'APRFAE S'ACTIVE !



PAGE 4

Vive la danse folklorique

Lisette et le lion du quartier



PAGE 8

sommaire

Éditorial	2
L'APRÈS FAE s'agrandit	2
L'indexation	3
J'ai aimé...	4
Par Monts et par Vaux	5
Virage vert... virage vers...	6
Assemblée générale 2012	7
Activités passées	8
Activités à venir	9-10
Souvenirs de voyage	11
Comité des femmes	12
Mots croisés	13
Nouvelles des régions	14
Babillard	15

Deux conférences à ne pas manquer
QUESTIONS JURIDIQUES
FINANCES PERSONNELLES
 Détails en page 9

éditorial

Luc Constantineau
Président

Poursuivre, pour suivre

La langue française nous permet d'utiliser le même mot et de lui donner deux sens différents. C'est pourquoi j'utilise dans ce texte le mot **poursuivre** et les mots **pour suivre** pour vous expliquer notre vision de l'avenir de l'APRFAE.

Nous souhaitons, comme vous sûrement, **poursuivre** notre développement et notre cheminement à un rythme soutenu et rapide. Notre plan d'action pour l'année en cours et pour l'an prochain demande un effort constant et soutenu de la part des membres des comités et des membres du conseil d'administration. La **poursuite** de ces objectifs demeure notre priorité.

Nous continuons à augmenter les services aux membres et nous cherchons à répondre à leurs demandes dans la mesure de nos moyens. Mais nous nous rendons compte que, **pour suivre** le rythme de croissance que nous souhaitons, il faut absolument obtenir votre collaboration.

Même si nous mettons sur pied des campagnes d'adhésion parmi les futurs retraités, le succès n'est pas toujours au rendez-vous. Vous êtes nos meilleures ambassadrices et ambassadeurs auprès de vos amis ou de vos anciens collègues. La survie de l'APRFAE passe par une augmentation des membres.

Nous voulons **poursuivre** à long terme notre association de personnes retraitées. Pour atteindre cet objectif, il est nécessaire que, tous, nous mettions l'épaule à la roue et que nous fournissons *chacun à notre manière un petit ou un plus grand effort de recrutement*.

Au fond ce que l'on souhaite, c'est que tout le monde dans notre association soit conscient que c'est à la mesure de nos efforts que l'APRFAE **poursuivra** son chemin et deviendra un association forte et représentative de ses membres, mais pour suivre cette démarche, nous devons compter les uns sur les autres.

Membres du Conseil d'administration et des différents comités 2012-2013

Le Conseil d'administration composé de sept personnes :

M. Luc Constantineau

à la présidence

M. Jacques Dupont
à la vice-présidence

Mme Suzanne Desaulniers
à la vice-présidence,
au secrétariat
et à la trésorerie

M. Pierre Dion
administrateur aux activités

M. Bernard Gendron
administrateur au site Web

Mme Lucie Jobin
administratrice au recrutement

Mme Priscille Lafontaine
administratrice à
L'APRÈS FAE

Comité des statuts :
Mme Nicole Frascadore,
MM. Guy Dauphinais, Dominique
Ducros, et Jacques Dupont

Comité des finances :

M. William Fayad,
Mme Lucie Jobin

Comité des élections :

Mme Madeleine Gravel,
MM. Charles Sajous et Michel
Trempe

**Comité de la condition
des femmes :**

Mmes Marie-Paule Bélec,

Monique Cloutier, Lucie
Jobin et Priscille Lafontaine

**Comité d'action
sociopolitique :**
Mmes Diane Brunet et Lucie
Jobin

Comité de l'environnement :
Mme Suzanne Deslauriers

Comité régional : Outaouais

M. Jacques Dupont
à la présidence

M. Bernard Gendron
à la vice-présidence
et à la trésorerie

M. François Allard
au secrétariat

Mmes Francine Tremblay,
Diane Ross administratrice

Dossiers :

Activités
Mmes Marie-Rose Bascaron,
Lise Gervais, Thérèse Hamel,
MM. Jacques Dupont,
Pierre Dion

Journal

Mmes Marie-Rose Bascaron,
Diane Collin, Huguette
Desrosiers-Grignon,
Francine Germain, Lucie Jobin
et Priscille Lafontaine

Recrutement

Mmes Rita Duguay, Lucie Jobin
et M. Robert Durocher

L'APRÈS FAE s'agrandit !

Après moult discussions, voilà que c'est fait, votre journal l'APRÈS FAE change de format ! De plus, une offre de le recevoir en version électronique a ravi un nombre surprenant de nos membres. On avance ! Notre virage vert... virage vers... un avenir écologique nous amène des collaboratrices et collaborateurs super intéressants. Les thèmes explorés depuis le premier journal demeurent et il s'en ajoute à chaque publication. Dans celle-ci, vous pourrez lire des textes portant sur la condition des femmes, l'indexation, les activités, les voyages, les rencontres, les nouvelles de l'Outaouais et de la Haute-Yamaska. La chronique « J'ai aimé » vous transportera dans l'univers d'une membre nouvellement arrivée cet automne, passionnée par la danse folklorique. Vous apprendrez à connaître une coalition récente dont l'APRFAE fait partie : le Regroupement pour le mieux-être des personnes en perte d'autonomie (RMEPPA).

Nous souhaitons que vous répondez positivement aux nombreuses invitations qui vous sont lancées dans cette parution, la page des activités déborde ! Le Conseil d'administration de l'APRFAE vous attend le 11 avril 2013 pour une assemblée générale où il se prendra des décisions importantes pour l'avenir de votre association. Soyons-y !

Ce qui enrichit l'APRÈS FAE, c'est la diversité des auteurs, des sujets traités et la coopération de tous et chacun. Soyez certains que vos suggestions sont toujours les bienvenues.

L'INDEXATION : où en sommes-nous ?

Depuis plusieurs années, la question de l'indexation des rentes est discutée. La Commission parlementaire des finances publiques donnait à la CARRA le mandat de former un sous-comité consultatif pour étudier cette question. Ce comité est composé de dix-sept membres (sept membres représentant les pensionnés, sept membres du milieu syndical ainsi que la présidence et deux autres membres provenant du RRPE).

Un des buts de ce comité était d'amener tous ces représentants à discuter, pour tenter de trouver une solution à la problématique de l'indexation de la pension des retraités du secteur public qui perdent chaque année des millions de dollars faute d'avoir une pleine indexation.

Le rapport de ce comité vient d'être rendu public et nous devons constater que le problème reste entier. Malgré sept rencontres et de nombreuses heures de discussions, aucun consensus n'a pu être dégagé. Les objectifs et, surtout, les moyens suggérés pouvant être appliqués aux fins d'indexation ne faisaient pas l'unanimité au sein des associations.

Un des éléments le plus régulièrement soulevé par les associations de personnes retraitées est l'utilisation des surplus pouvant mener à une indexation des rentes pour la période 1982-1999 convenue entre les parties négociantes en 2010.

Il faut comprendre que les surplus, si surplus il y a, doivent à la fois servir de prévention pour les cotisants afin d'éviter l'augmentation des primes et permettre d'indexer les rentes des personnes retraitées. Malheureusement, aucune proposition n'a été retenue par le comité.

Nous n'avons pu siéger sur ce comité car il a été formé en juin 2010. Mais dans le but de mieux informer nos membres, nous allons organiser, dès l'automne prochain, une journée d'information sur ce sujet. À cette occasion, nous nous associerons à d'autres associations de personnes retraitées et nous inviterons des conférenciers qui traiteront de ce thème assez complexe à comprendre mais très important pour nous.

LUC CONSTANTINEAU

Clin d'œil à des femmes spéciales !

À l'occasion d'une activité de bénévolat avec les élèves de Nathalie Perron de Bromont, j'ai eu la chance de vivre une rencontre avec des femmes formidables. Ces jeunes de 4e année du primaire se sont déplacés jusqu'à Saint-Hyacinthe pour égayer par leurs chants de Noël des religieuses retraitées appartenant à différentes communautés. Les sœurs de Sainte-Marthe, les moniales Bénédictines cloîtrées, les Filles de La Charité et les Dominicaines vivent ensemble dans une résidence adaptée. Les enfants en ont profité pour poser des questions :

- Croyez-vous aux anges ? La réponse des religieuses ne se fait pas attendre.
- Certainement, chacun a son ange et on peut même le nommer comme Gabriel, Ismaël, Angèle.
- Pourquoi portez-vous une croix ?
- Par signe de fidélité au Christ et l'anneau c'est pour montrer notre engagement au Seigneur comme dans un mariage.

À la fin de notre visite, nous avons eu l'immense privilège de rencontrer la Mère Abbesse qui se présente très rarement en public et de pouvoir la photographier.

VOIR PHOTO EN PAGE 16

PRISCILLE LAFONTAINE

Des rabais exclusifs? C'est réglé.

Recevez jusqu'à 12 % de rabais additionnel sur vos assurances automobile, habitation et véhicules de loisirs



Demandez une soumission et courez la chance de gagner un voyage de 8 000 \$. Règlement sur lacapitale.com/concoursgroupe



LaCapitale
Assurances générales

Cabinet en assurance de dommages

OBTEENEZ UNE SOUMISSION

1 800 322-9226

lacapitale.com/aprfae



j'ai aimé...

La danse folklorique : passion d'une vie

Il était une fois, il y a bien longtemps de cela, une fillette de six ans qui assista bien timidement à son premier cours de danse avec l'ensemble folklorique les Mariniers de Granby. Elle était bien loin de se douter que cette nouvelle activité allait transformer sa vie à jamais. Au fil des semaines, des mois puis finalement des années, son intérêt pour la danse se transforma en passion puis en un nouveau style de vie. Jeune adolescente, cette même jeune fille se mit elle-même à enseigner aux plus petits. Elle découvrit alors une nouvelle passion... l'enseignement. Au fil des années, la timidité fit place à l'assurance et la fillette devint une jeune adulte, baccalauréat sous le bras, prête à affronter tous les défis de la vie. Vous avez sans doute deviné que j'étais cette fillette et que, depuis ce temps, j'ai tant dansé que j'en ai décousu bien des souliers...

La danse m'a toujours bien servi. En juillet 1977, lorsque je me suis présentée à ma première entrevue pour un emploi dans l'enseignement, j'ai fait sourire le directeur général de la commission scolaire et le directeur de l'école où un poste d'enseignante aux élèves ayant une déficience intellectuelle moyenne était offert. J'avais mentionné le fait que je ferais danser les enfants en classe. Ils ont trouvé cela très drôle comme affirmation.



Au centre de la photo, vous apercevez Monique Benoît entourée de ses élèves exécutant une danse israélienne

Tous deux n'avaient aucun doute sur mes compétences concernant la danse folklorique puisque, quelques années auparavant, j'avais enseigné à leurs filles respectives. Je pense plutôt qu'ils avaient de la difficulté à croire que ce genre de clientèle pouvait aussi danser. J'imagine qu'ils ont voulu voir si cette idée était réalisable, puisqu'ils m'ont engagée.

Après quelques jours d'enseignement seulement, mes petits élèves dansaient avec grand plaisir. J'avais gagné mon pari mais surtout, par le biais de la danse folklorique, j'avais créé un lien extraordinaire avec cette clientèle trop souvent incomprise.

En 1983, lorsque je me suis retrouvée au préscolaire comme enseignante, j'ai tout de suite inté-

gré la danse folklorique dans mon horaire. Je peux vous dire qu'après 29 ans de carrière à la maternelle, j'en ai fait danser des enfants. Ce fut un grand plaisir de leur transmettre ma passion.

Avec la danse folklorique, j'ai dansé à quelques reprises dans des festivals en France, en Bulgarie, en Grèce, aux États-Unis. J'ai aussi donné plusieurs formations dans presque toutes les régions du Québec et en Alberta. Bref, après plus de 50 ans de « steppettes », je suis toujours aussi passionnée. Je donne encore des formations, j'enseigne aux adultes pour les Loisirs de Granby et, tout récemment, je me suis inscrite à des cours de danses folkloriques. C'est tellement excitant !!!

MONIQUE BENOÎT

Par Monts et par Vaux

Chronique de voyages par Marie-Rose Bascaron

Entre rythme et niveau, je perds la boussole

« Je veux tout voir quand je voyage », « Je ne veux pas courir », « Mon mal de pieds me limite, mais je veux voyager », « Les groupes m'ennuient », etc., etc. Au fait, savez-vous vraiment choisir le voyage, à votre rythme ?

D'un voyagiste à l'autre, la définition du « rythme » change, jusqu'à l'appeler « niveau » pour certains. Les rythmes suivants existent : lent, camping, croisière, plage, découverte, aventure, modéré, soutenu, expédition, alpinisme, trekking, thématique, etc.

Je vais vous entretenir de quelques rythmes, laissant soin à votre intelligence de tirer les conclusions pour les autres.

Rythme lent :

Plus de 3 semaines. Location d'un appart ou villa et rayonner autour de la région choisie. Pays d'Europe se prêtant bien à cette formule. C'est aussi les « longs séjours ». Utilisation de vélo, péniche, marche à pied et autres. C'est de loin le voyage le plus relaxant.

Rythme découverte :

2 à 3 semaines. Beaucoup de déplacements en bus, train ou auto. Beaucoup de marche, ± 6 heures/jour. Hôtels différents. Convient bien aux gens désirant connaître un pays pour un intérêt particulier. Ex. : l'histoire de ce



Le « Toy Train » grimpant l'Himalaya

pays; la faune; la flore; la gastronomie; etc. Pays de l'Europe, l'Australie et l'Amérique du Nord conviennent mieux pour ce genre de déplacements. Réseau ferroviaire en Europe très développé ainsi que les déplacements en avion (Australie).

Rythme modéré :

2 à 3 semaines. Rythme de découverte, en faisant le tour d'un pays ou le grand tour (relatif au pays et au contenu recherché). ± 6 heures de marche/jour. Beaucoup d'autobus, beaucoup d'arrêts. Les visites se font à un rythme de marche. Plusieurs hôtels. Temps libres au programme. Meilleur rythme de voyage, car les endroits sont sélectionnés par l'organisateur. Toujours voir si les lieux vous conviennent. Voyage à faire préféablement avec un guide ou accompagnateur qui vous fera gagner du temps.

Rythme soutenu :

1 à 2 semaines. Peut avoir beaucoup de déplacements. Il faut éviter la multiplication de lieux/jour. Certains voyagistes, pour vous épargner de l'argent, limiteront le programme de votre guide à 1 jour, pour ce qui se fait en 2 jours; 2 jours, pour ce qui se fait en 3 jours, ainsi de suite. Le guide vous incitera à vous dépêcher et vous limitera dans vos temps libres. Ce genre de pression est à éviter. Idéal pour ceux qui sont limités dans leurs vacances



Prendre un massage sur la plage, à Goa.

et qui tiennent à visiter ces lieux.

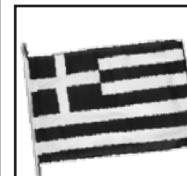
Une chose est certaine, il n'y a pas de Père Noël. Si votre voyage coûte très peu cher, posez-vous des questions. Qu'est-ce qui est inclus ? Repas ? Nombre de personnes ? Nombre d'étoiles pour les hôtels ?

Compagnie d'aviation et correspondances ? Vols domestiques ? Croisière incluse ? Entrées dans les sites ? Guide ou accompagnateur présent ? Ne vous gênez pas pour poser la question à votre voyagiste : « Pourquoi choisirais-je votre voyage plutôt qu'un autre ? ».



Passeport électronique

Aux dernières nouvelles, le passeport électronique est prévu pour le 1er juillet 2013. Voici le lien approprié : <http://www.ppt.gc.ca/eppt/about.aspx?lang=fra>



**IL RESTE 6 PLACES
POUR LE VOYAGE
EN GRÈCE,
ORGANISÉ POUR
L'APRFAE.**

Petit groupe de 20 personnes, du 5 au 20 mai.

Écrivez au mrbascaron@hotmail.com ouappelez Marie-Rose Bascaron au 514-939-1232 ou 514-773-1232.

Virage vert... Virage vers... Virage vert... ... Virage vers... Virage vert... Virage vers...



Le jour de collecte des déchets, un bac à ordures parle à l'autre.

- Es-tu plein ou à moitié vide ?
Tes propriétaires compostent-ils ?
Les miens oui !
- Mon couvercle est entrouvert tellement je suis plein. Pas de compostage chez nous. Pas davantage de recyclage. Sais-tu, j'ai eu récemment une période difficile, je ne me sentais pas bien. La fin de l'année passée et les premiers mois de la nouvelle ont amené presque un événement spécial par mois !
- En décembre, il y a eu tout un party. Je n'ai pas réussi à compter le nombre de bouteilles de vin non recyclées ! Ça riait, titubait à la sortie des invités de la maison. Nez rouge est venu chercher plusieurs d'entre eux ! Il y en a un qui, mine de rien, s'est faufilé vers sa

voiture. L'insouciant givré a pris la route par cette nuit de grand froid.

- En janvier, j'ai reçu une cargaison de contenants vides de peinture et d'autres à moitié pleins. Je ne digérais pas que ce soit moi plutôt que le centre des déchets domestiques dangereux (DDD) qui les reçoive.
- En mars, mes maîtres ont changé leur vieux réfrigérateur. Ils l'ont placé à côté de moi au chemin. Quand je pense qu'Hydro-Québec donne 60 \$ à leur propriétaire pour recycler ces appareils énergivores dont le système de refroidissement est toujours fonctionnel.
- En avril, l'ordinateur de la maison a rendu l'âme. Là encore, à la poubelle, quand on aurait pu l'envoyer chez un recycleur spécialisé.
- C'est vrai, les temps ont été difficiles

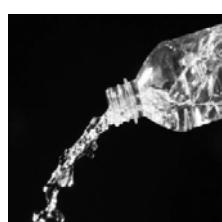
pour toi, comment vas-tu maintenant ?

- Pas très bien malgré le soleil qui brille et le temps chaud. La charge de travail demeure toujours très grande. J'ai tellement hâte que mes propriétaires trouvent un remède à leur consommation.
- Je compatis avec toi ! Connais-tu la nouvelle ? Pendant la belle saison, de mai à novembre, un nouveau est apparu. Un bac spécialisé pour les déchets verts qui reçoit les feuilles, les rognures de gazon, les fleurs fanées, etc. Ils sont ramassés par notre municipalité pour faire du compost.
- Non je ne connaissais pas. Mais, la semaine prochaine, c'est à ne pas manquer ! Les monstres en tout genre sortent des maisons. Certaines personnes passent de maison en maison avant le ramassage, un vrai marché aux puces. Ils trouvent de belles occasions de réutilisation.
- C'est vrai, j'oubliais que c'était cette semaine. Merci de me l'avoir rappelé. Aujourd'hui, c'est la journée pendant laquelle je vais voir mon vieux pote le bac vert. Je serai moins disponible, on en a long à se raconter. Je l'aime beaucoup ! C'est lui qui m'a mis au parfum du recyclage : métal, verre, plastique, papier. Depuis qu'il est apparu, je me sens tellement plus mince et en santé !

HUGUETTE DESROSIERS-GRIGNON

Les bouteilles d'eau à usage unique

Lors de vos séances de mise en forme ou de vos sorties de plein-air, vous avez sûrement la bonne habitude d'emporter avec vous une bouteille d'eau qui vous permettra de garder une hydratation adéquate tout au long de votre activité. Utilisez-vous alors les bouteilles d'eau à remplissage unique ?



En route ensemble vers un virage vert

embouteillées proviennent des services publics d'eau, donc d'un aqueduc et non de sources naturelles ? Saviez-vous aussi que leur transport de même que leur entreposage prolongé, souvent dans de mauvaises conditions, en altèrent la qualité et les rendent même non sécuritaires ? Selon l'organisme Eau Secours !, au Québec, l'eau du robinet est d'excellente qualité partout.

Quant à la bouteille (faite de polyéthylène téréphtalate), savez-vous combien d'énergie et de ressources ont été uti-

lisées pour la produire et la transporter ? Pour n'être utilisée qu'une fois, puis écrasée et envoyée au recyclage ! Si elle s'y retrouve, puisque les bouteilles d'eau, tous formats confondus, ne sont recyclées que dans une proportion de 6% au Québec !!

Saviez-vous qu'on vend 89 milliards* de bouteilles d'eau en plastique par année dans le monde ? Essayez d'imaginer où peuvent se retrouver ces innombrables

*www.planetoscope.com

Voir BOUTEILLES D'EAU, page 11

ASSEMBLÉE GÉNÉRALE du 8 novembre 2012

Le 8 novembre dernier avait lieu la troisième assemblée générale de notre association, au buffet Le Crystal, 5285 boulevard Henri-Bourassa Ouest, Montréal. Une quarantaine de personnes y assistaient.

Après le mot d'ouverture de monsieur Luc Constantineau, président de l'APRFAE, monsieur Pierre St-Germain, président de la FAE s'est adressé aux membres pour leur souhaiter la bienvenue et leur rappeler l'importance d'une association de personnes retraitées pour la FAE.

Lors de cette assemblée, des modifications importantes aux statuts de l'association ont été entérinées par les membres présents.

Par la suite, les personnes responsables des différents comités et dossiers ont présenté un compte rendu.

Les personnes présentes ont adopté les états financiers au 31 août 2012



Le conseil d'administration de l'APRFAE 2012-2013
Assis : Jacques Dupont, Suzanne Desaulniers et Luc Constantineau. Debout : Bernard Gendron, Lucie Jobin, Pierre Dion et Priscille Lafontaine.

ainsi que les prévisions budgétaires pour l'année 2012-2013.

Le plan d'action de l'APRFAE pour les années 2012-2013 et 2013-2014, présenté par monsieur Luc Constantineau, a aussi été adopté. On y retrouve, entre autres, l'organisation de diverses conférences et d'une journée santé, une sortie pour l'observation des oiseaux, la participation à différentes coalitions qui défendent des

causes qui s'inscrivent dans notre mission, la défense de l'éducation et le suivi pour l'indexation de nos régimes de retraite.

Cette assemblée s'est terminée par l'élection des membres au C.E., C.A. et aux différents comités statutaires. Toutes ces personnes ont été élues par acclamation.

En voici les résultats :

Présidence : monsieur Luc Constantineau (poste pour 1 an)

Première vice-présidence : monsieur Jacques Dupont (poste pour 2 ans)

Deuxième vice-présidence : madame Suzanne Desaulniers (poste pour 1 an)

Administration : mesdames Lucie Jobin et Priscille Lafontaine (postes pour 1 an) et messieurs Bernard Gendron et Pierre Dion (postes pour 2 ans)

Comité sociopolitique : madame Lucie Jobin en remplacement de monsieur Jacques Tobin, décédé

Comité des finances : madame Suzanne Desaulniers en remplacement de madame Lucie Jobin

Comité environnement : madame Suzanne Desaulniers

Nos plus sincères félicitations à toutes ces personnes.

Nous tenons à remercier sincèrement mesdames Thérèse Hamel et Rita Duguay qui quittent le conseil d'administration de l'APRFAE après plus de deux ans. Leur implication fut fortement appréciée.

SUZANNE DESAULNIERS

CONGRÈS

Cinq personnes déléguées de l'APRFAE participeront au Congrès de la FAE qui aura lieu du 25 au 28 juin 2013, à Montebello.

À cette occasion, elles prendront part aux décisions de la FAE en se prévalant de leur droit de vote.

Nous aurons aussi un kiosque promotionnel, sur les lieux du Congrès, qui permettra de mieux faire connaître l'association aux futures personnes retraitées de la FAE.

Veuillez prendre note qu'il y aura une

ASSEMBLÉE GÉNÉRALE DE L'APRFAE

**Jeudi, le 11 avril 2013, 13 h 30
au 8550 boulevard Pie IX**

La convocation ainsi que l'ordre du jour vous parviendront par la poste.

N.B. Suite à cette assemblée générale, vous êtes cordialement invités à un 5 à 7 pour fêter l'inauguration de nos nouveaux locaux.

activités passées

Visite du quartier chinois, le 6 décembre 2012

Nous partons du Complexe Guy-Favreau, à l'intérieur duquel des bancs ont été installés pour honorer les ancêtres chinois dont les ossements ont été retrouvés lors de la construction de l'immeuble.

Grâce aux guides de Kaléidoscope, nous avons découvert le quartier chinois et ses intéressantes facettes. Quatre portes délimitent ce quartier en forme de quadrilatère bordé par les boulevards Saint-Laurent et René-Lévesque et les rues Viger et Saint-Urbain.

Les deux lions qui gardent la porte nord-est, un mâle et une femelle, ont tous deux une crinière. La lionne protège son petit lionceau sous sa patte gauche. Les Chinois ne connaissaient pas cet animal provenant d'Afrique qui représentait pour eux la force. C'est pour cette raison que la femelle a hérité d'une crinière. Les lions protègent le quartier des démons.

En 1850, on assiste à l'arrivée des premiers immigrants chinois. Ils étaient entre autres blanchisseurs. La blancheur des chemises qui sortaient de leur commerce étonnait leur clientèle. Leur secret était le bleu de méthylène que la compagnie Tide s'est empressée d'adopter par la suite.

La communauté chinoise désirait une banque, mais elle n'a pas réussi à l'obtenir des francophones des Caisses Desjardins. La banque HSBC, dont le siège social se trouve à Londres, a répondu



Une des quatre portes du quartier chinois

à leurs attentes en leur offrant un personnel anglophone et chinois. Les deux langues officielles de la Chine sont le mandarin et le cantonais en plus de 54 dialectes.

Entre deux visites, nous avons fait une pause au restaurant Ruby Rouge où

nous avons savouré du véritable canard laqué ainsi que divers mets chinois. Le repas fut très apprécié de tous et chacun.

Après le repas, nous apercevons le CHSLD, construit sur le site de l'ancien hôtel de ville, qui répond aux besoins des personnes âgées de la communauté chinoise. On y respecte leurs traditions, qu'elles soient reliées à leur santé, leur langue ou leur alimentation. Une imposante statue du

philosophe Confucius trône à l'entrée. Nous avons aussi visité un des quatre temples fréquentés par la commu-



Le fondateur des tours guidées Kaléidoscope, Yvan Drouin, nous surprend avec un fruit exotique ou asiatique : un durian.

nauté Cha. On y retrouve trois grandes influences : confucianisme, taoïsme, bouddhisme. Lors d'un décès, le corps va en terre mais l'âme est représentée par une stèle funéraire dans le temple.

À l'épicerie chinoise, nous découvrons un gros fruit asiatique nommé durian à odeur forte mais très apprécié pour sa saveur et l'onctuosité de sa chair. Le guide nous raconte que les pattes de poules étaient exportées en grand nombre en Chine car elles représentaient les doigts du dragon qui porte chance.

Parmi la science chinoise, l'herboristerie occupe une place de choix. Présentement, nous remarquons que les Québécois prennent de plus en plus la relève dans ce domaine. En chinois, le thé se dit thaï.

Enfin, notre guide nous a gâtés en nous offrant un bonbon provenant de ce fruit bizarre, le durian, délicieux pour quelques-uns. La visite se termine à la place publique du parc Sun-Yat-Sen où des poèmes inscrits sur deux murales marquent l'opposition entre le nord et le sud.

activités

À VENIR

Rencontre sur les FINANCES PERSONNELLES

Le mardi 26 mars 2013, 13 h 30

Édifice de la FAE
8550 boul. Pie IX, Montréal

Cette conférence est donnée par M. Lahcen Moumen, planificateur financier de la Caisse de l'Éducation.

Lors de cette conférence, M. Lahcen Moumen vous entretiendra de différents sujets touchant vos finances personnelles. Par la suite, il répondra à vos questions.

Cette activité est gratuite mais, étant donné le nombre limité de places disponibles, vous devez vous inscrire à l'avance en appelant au bureau de l'association au 514-666-6969 ou par courriel à retraites@aprfae.ca.

Conférence sur les QUESTIONS JURIDIQUES

Le jeudi 4 avril 2013, 13 h 30

Édifice de la FAE
8550 boul. Pie IX, Montréal

Cette conférence est donnée par Me Rielle Dagenais, notaire.

Lors de cette conférence, plusieurs sujets touchant les aspects juridiques concernant les personnes retraitées seront abordés.

Me Dagenais répondra à vos questions à la suite de la rencontre.

Cette activité est gratuite mais, étant donné le nombre limité de places disponibles, vous devez vous inscrire à l'avance en appelant au bureau de l'association au 514-666-6969 ou par courriel à retraites@aprfae.ca.

Le 24 avril 2013

Sortie au jardin botanique de Montréal pour les membres de l'APRFAE et leurs amis.

Thème principal : ORNITHOLOGIE

Chanter avant la tombée de la nuit

Aussi à l'horaire :
Visite guidée des serres "Mosaïculture" et "Papillons en liberté".

En après-midi, grâce à des guides qualifiés, nous nous transporterons dans les pays d'origine des plantes qui se développent dans des serres du Jardin Botanique.



Verrons-nous le cardinal majestueux ?

Des milieux humides de la jungle au climat désertique en passant par la savane, nous y ferons un rapide et magique tour du monde. Nous visiterons plus tard l'exposition de mosaïculture dans les jardins extérieurs pour nous retrouver en fin d'après-midi à l'Insectarium entourés des papillons en liberté. Au retour du souper, vers 19 h, nous vous donnerons rendez-vous pour la visite guidée d'ornithologie. Non seulement nous pourrons entendre les chants des oiseaux si magnifiques en cette période de l'année mais nous pourrons observer leur comportement. Les membres d'un club d'ornithologie seront heureux de nous communiquer leur passion et de nous aider à bien reconnaître quelques espèces, avant le déclin du soleil. Vous recevrez les détails pour l'inscription à cette sortie bientôt.

THÉRÈSE HAMEL

Croisière aux Mille-Îles

Au début de juin, le 11, nous organisons une croisière avec la compagnie Gananoque Boat Line à Gananoque (Ontario).

Venez respirer l'air frais du Saint-Laurent et découvrir les magnifiques îles de ces lieux côtoyant des épaves tout en apprenant leur histoire.

Allez sur le site Gananoque Boat Line pour vous donner l'eau à la bouche afin de vous joindre à notre groupe. Prévoyez environ 200 \$ pour le périple qui inclut le transport, la croisière ainsi que deux repas. Départ le mardi, vers 8 h et retour vers 23 h.

Plus de renseignements vous parviendront plus tard.

JACQUES DUPONT

JOURNÉE SANTÉ

Tel qu'adopté dans notre plan d'action annuel, l'APRFAE tiendra une journée SANTÉ le mardi 30 avril 2013.

Une conférence donnée par le docteur Patrice Pimparé, chiropraticien, sur "Les cellules et le vieillissement : phénomènes et manifestations" ouvrira la journée. Par la suite, en après-midi, vous serez invité à choisir entre deux ateliers : l'aromathérapie présenté par Marie Dionne (VIVIA) et la pratique de la marche par Jean-François Beauchamp, kinésiologue.

Un lunch santé sera aussi servi sur place à Cap Vie à Laval sur le boulevard Ste-Rose, tout près de la rivière des Mille-Îles.

Vous recevrez, au cours du mois de mars, toute l'information nécessaire pour vous inscrire à cette grande première pour notre association.

Nous vous attendons nombreuses et nombreux à cette activité en espérant une belle journée de printemps !

LUCIE JOBIN et FRANCE SIMONEAU

activités

À VENIR

Aperçu des activités 2013 Dates à inscrire à votre agenda :

► Mardi, le 12 mars 2013

Cabane à sucre Domaine de l'Érable

Heure : 11 h 15 - 14 h 30

Lieu : 5760 rang des Érables, Saint-Hyacinthe, J2R1X3

Invitation reçue par la poste. Il reste quelques places, dépêchez-vous à appeler à l'APRFAE au 514-666-6969, envoyez une télécopie au 514-666-6770 ou écrivez à retraites@aprfae.ca

Responsable : Jacques Dupont

► Jeudi, le 14 mars 2013

Déjeuner de l'APRFAE Haute-Yamaska

Heure : 10 h 00

Lieu : Café de la Brûlerie, 4 rue de La Gare, Granby, 450-372-2200. Luc Constantineau, président de l'APRFAE, sera présent à ce déjeuner pour répondre à vos interrogations. Responsable : Priscille Lafontaine

► Mardi, le 26 mars 2013

Rencontre sur les finances personnelles

Heure : 13 h 30 - 15 h 30

Lieu : Édifice de la FAE, 8550 boul. Pie IX, Montréal

Voir annonce en page 9.

Responsable : Luc Constantineau

► Jeudi, le 28 mars 2013

La justice sociale pour des lendemains égalitaires

Heure : 13 h 00 - 15 h 30

Lieu : Édifice de la FAE, 8550 boul. Pie IX, Montréal

Rencontre organisée conjointement par le comité de la condition des femmes et le comité d'action sociopolitique Détails à venir. Responsables : Diane Brunet et Lucie Jobin

► Jeudi, le 4 avril 2013

Conférence sur les questions juridiques

Heure : 13 h 30 - 15 h 30

Lieu : Édifice de la FAE, 8550 boul. Pie IX, Montréal

Voir annonce en page 9.

Responsable : Luc Constantineau

► Jeudi, le 11 avril 2013

Assemblée générale de l'APRFAE

Heure : 13 h 30

Lieu : Édifice de la FAE, 8550 boul. Pie IX, Montréal La convocation ainsi que l'ordre du jour vous parviendront par la poste.

Voir annonce en page 7.

Responsables : Luc Constantineau, Jacques Dupont, Suzanne Desaulniers

► Mercredi, le 24 avril 2013

Observation des oiseaux (ornithologie)

Voir annonce en page 9.

Responsables : France Tremblay et Thérèse Hamel

► Mardi, le 30 avril 2013

Journée Santé à Cap Vie

Heure : 9 h 30 - 15 h.

Lieu : Cap Vie, 367 boul. Sainte-Rose, Laval.

Voir détails en page 9.

Responsables : Lucie Jobin et France Simoneau

► Mardi, le 11 juin 2013

Journée du président :

Croisière des Mille-Îles en Ontario

Activité toute la journée, très intéressante. Arrivée à 11 h. Croisière et deux repas, de 12 h 30 à 18 h. Retour pour 21 h. Le transport, 2 repas et la croisière, 200 \$ ou moins.

Détails à venir.

Responsable : Jacques Dupont

► Automne 2013

Visite d'un vignoble et d'une cidrerie de glace

Vignoble, possiblement dans la région des Basses Laurentides.

Détails à venir.

Responsable : Thérèse Hamel

Erratum : À la page 11 de la dernière parution de L'APRÈS FAE, il fallait lire mardi le 11 juin et non mardi le 12 juin pour la journée du président.

Souvenirs de voyage

Deux membres de l'APRFAE au pays des pharaons

Le 25 octobre dernier, nous partons d'Ottawa vers Montréal-Amman-Le Caire.

Nous nous étions dit que, si nous allions en Égypte un jour, ce serait en groupe. Le hasard a fait que Marie-Rose Bascaron en organisait un pour cette destination. La grande question : est-ce prudent d'y aller avec la révolution arabe? Après un peu d'hésitation, nous partons, avec en tête les récits d'aventures et les découvertes des grands archéologues.

Premier arrêt : Le Caire. Le soir même, petite promenade dans les rues avoisinantes de notre hôtel. Dépaysement, rues achalandées, circulation intense... la cohue.

... BOUTEILLES D'EAU (suite de la page 6)

contenants qui mettent plus de 100 ans à se décomposer.

Toutes ces considérations nous convainquent que l'utilisation des bouteilles non réutilisables devrait être réduite au maximum. Y a-t-il une solution à ces déchets inutiles et si dommageables pour notre environnement?

Il est possible d'opter pour une bouteille réutilisable de type Nalgene dont le plastique est très résistant. Cette gourde teintée peut être facilement nettoyée, résiste aux taches, ne garde pas les odeurs et est surtout réutilisable durant de nombreuses années. Il est facile de se procurer ce produit dans tout bon magasin de sport. Pourquoi ne pas opter pour ce type de bouteille et discuter avec votre entourage de cette alternative beaucoup plus saine pour notre environnement? Un geste responsable pour léguer à nos petits-enfants une planète plus propre.

YOLANDE GOYER



Geo et Marc sur le Nil (voir autres photos en page 16)

Le lendemain, visite des Pyramides et du Sphinx et confrontation avec les images fantaisistes que nous avons de l'Égypte. C'est jour de fête; les Égyptiens envahissent leurs sites historiques. Malgré la foule, nous apprécions la beauté des lieux. Découverte de la citadelle, de la mosquée de Mohamed-Ali, du musée du Caire et du quartier islamique. Ici, nous sommes vraiment au cœur de la vie musulmane cairote et nous nous sentons réellement en sécurité avec Émad, notre guide. Le soir, direction gare: voyage de nuit en train-couchette jusqu'à Louxor.

Là sur le Nil, commence notre croisière de sept jours ponctuée d'arrêts pour explorer différents lieux, sites et métiers traditionnels (fabrication de papyrus, de verre et taille de pierre).

Les journées sont très chaudes alors,

le soir venu, nous savourons la fraîcheur sur le pont du bateau.

On va à Alexandrie. En route, visite d'un monastère médiéval en plein désert. À cette latitude, la température perd déjà plusieurs degrés. Visite de catacombes, la colonne de Pompéi, la bibliothèque, un marché populaire (belles couleurs, super !), etc.

Nous allons trois jours à Charm El Cheikh, une station balnéaire sur la mer Rouge. Excursion au monastère Sainte-Catherine (VIE siècle), un lieu de recueillement : nous nous imprégnons de ses vibrations. Au retour, le soleil et les nuages jouent à cache-cache avec l'intensité des couleurs ocre du désert; nous sommes en contemplation.

Dernière étape de notre voyage : la Jordanie. Le départ en traversier est toute une aventure en termes d'attente interminable. Brrr ! C'est froid en Jordanie mais le site de Pétra a du charme.

Puis le retour à Montréal, le 12 novembre. À l'aéroport d'Amman (Jordanie), nous devons passer à travers trois postes de sécurité. Ouf !

Bilan : nous retenons que les Égyptiens aiment rire. Les hôtels sont confortables et les employés vraiment courtois. À travers le pays, il y a beaucoup de bâtiments inachevés, les déchets sont épargnés, c'est désolant, mais le soleil est toujours là. Le Nil est reposant et les sites sont merveilleux. La fraîcheur des soirées est fort agréable, les gens sont souriants et les moments de farniente enivrants. Alors OUI, de bons souvenirs, un lieu à découvrir !

GEO ROSS et MARC LAFRAMBOISE
(région de l'Outaouais)

Compte d'épargne en ligne | Intérêt élevé

**+ d'intérêt
+ d'argent**

LaCapitale

**Épargner pour
vos projets ?**
C'est réglé.



**PROMO
10 \$**
déposés directement
dans votre compte*

**CODE PROMO:
VOYAGE10**

* Promotion d'une durée limitée exclusive aux membres de l'APR-FAE. Applicable à l'ouverture d'un premier Compte suisse La Capitale. D'autres conditions s'appliquent. La Capitale assureur de l'administration publique inc. est une société détenue inscrite auprès de l'Autorité des marchés financiers en vertu de la Loi sur l'assurance-dépôts du Québec.

DÉMARREZ VOTRE ÉPARGNE À **comptesuisse.ca**

Comité de la condition des femmes

Mars 2013

Une première cette année, le comité de la condition des femmes et le comité d'action sociopolitique joignent leurs efforts pour organiser une rencontre à la fin mars, en lien avec la Journée internationale des femmes.

Comme vous le savez sûrement, l'APRFAE est membre de la Coalition opposée à la tarification et à la privatisation des services publics. Depuis près d'un an, nous participons aux différentes assemblées et manifestations de cette Coalition qui a été assez active au printemps dernier.

Depuis l'automne et l'élection du Parti québécois, nous avons assisté à plusieurs volte-face du gouvernement notamment sur la taxe santé, les tarifs d'électricité et les frais de scolarité.

Dans ce contexte, la Coalition se pose la question suivante : **Comment construire notre rapport de force pour s'inscrire dans le mouvement social qui a émergé depuis le printemps ?**

Comme association membre de la Coalition, nous devons aussi nous poser cette question. À l'occasion de la Journée internationale des femmes, nous avons donc pensé convoquer les membres intéressés à cette discussion, à une rencontre sous le thème : **La justice sociale : pour des lendemains égalitaires... !**

Plusieurs dossiers seront abordés : la taxe santé, les tarifs d'électricité, la gratuité scolaire et les régimes de retraite. Cela nous permettra de rester actifs et de marquer notre implication dans ce mouvement social, car nous avons notre mot à dire dans la société québécoise actuelle.

Cette année sera aussi marquée de

discussions, de réflexions et de décisions pour les féministes du Québec. Elles s'engagent, dans le cadre des États généraux de l'action et de l'analyse féministes, à repenser les analyses et actions du mouvement dans le contexte sociopolitique actuel.

Nous vous invitons donc le 28 mars au bureau de l'APRFAE en après-midi. Vous recevrez l'invitation par courriel ou courrier postal.



Le Collectif 8 mars,
Huguette Lafulippe/
Promotions inc.
Illustration :
Geneviève Guénette

Des broches de la Journée internationale des femmes sont disponibles au bureau au coût de 3 \$ et vous pouvez vous les procurer en téléphonant au 514-666-6969.

DIANE BRUNET et LUCIE JOBIN

Le RMEPPA, c'est parti !

Regroupant plus de 350 000 personnes, la Fédération interprofessionnelle de la santé du Québec (FIQ), le Réseau FADOQ, l'Association québécoise des retraité(e)s des secteurs public et parapublic (AQRP), le Regroupement interprofessionnel des intervenants retraités des services de santé (RIIRS) et l'Association de personnes retraitées de la Fédération autonome de l'enseignement (APRFAE) ont choisi de s'unir et d'agir d'une même voix pour permettre l'amélioration de la qualité de vie des personnes en perte d'autonomie.

Le 11 février dernier avait lieu à Québec le lancement du Regroupement pour le mieux-être des personnes en perte d'autonomie à l'occasion de discussions sur l'allocation de crédits budgétaires à l'Assemblée nationale du Québec.

L'APRFAE a participé depuis janvier 2012 à l'élaboration du mandat et de la plate-forme de ce regroupement.

En voici quelques extraits :

Le Regroupement a pour mandat de réclamer du gouvernement les soins et les services qui permettraient véritablement aux personnes en perte d'autonomie de vivre dignement, qu'elles soient hébergées, en attente d'être hébergées ou vivant à domicile.

Pour y parvenir, le RMEPPA entend :

- Dénoncer les situations qui mettent en péril le bien-être des personnes en perte d'autonomie et qui touchent de façon particulière les personnes âgées, dont une grande majorité de femmes;

- Dénoncer les orientations du gouvernement, concernant les services aux personnes en perte d'autonomie, qui compromettent la qualité des soins et des services offerts;

- Réclamer une amélioration du financement public des ressources d'hébergement ainsi que des services sociaux et de santé et faire en sorte que la prestation publique de ces soins soit une priorité pour que prime toujours la qualité de vie des personnes en perte d'autonomie;

- Exercer une vigilance par rapport à toute politique, orientation ou initiative gouvernementale visant à modifier les soins et les services offerts à ces dernières et en faire la critique en fonction du meilleur intérêt des personnes en perte d'autonomie.

On retrouve dans le préambule de la plate-forme des éléments importants à souligner : l'adoption de la Charte des droits et libertés de la personne a voulu consacrer l'importance des valeurs d'égalité et de dignité. Ces droits et libertés doivent s'appliquer à toutes les personnes, sans égard à l'âge, à un handicap, à la couleur, au sexe, à la religion, à l'orientation sexuelle ou, encore, à la condition sociale.

Les annonces gouvernementales sur la Caisse d'autonomie et sur la consultation sur la politique Mourir dans la dignité pour le printemps prochain nous interpellent. Nous devrons donc être vigilants comme association et intervenir de façon concertée avec le RMEPPA s'il y a lieu.

LUCIE JOBIN

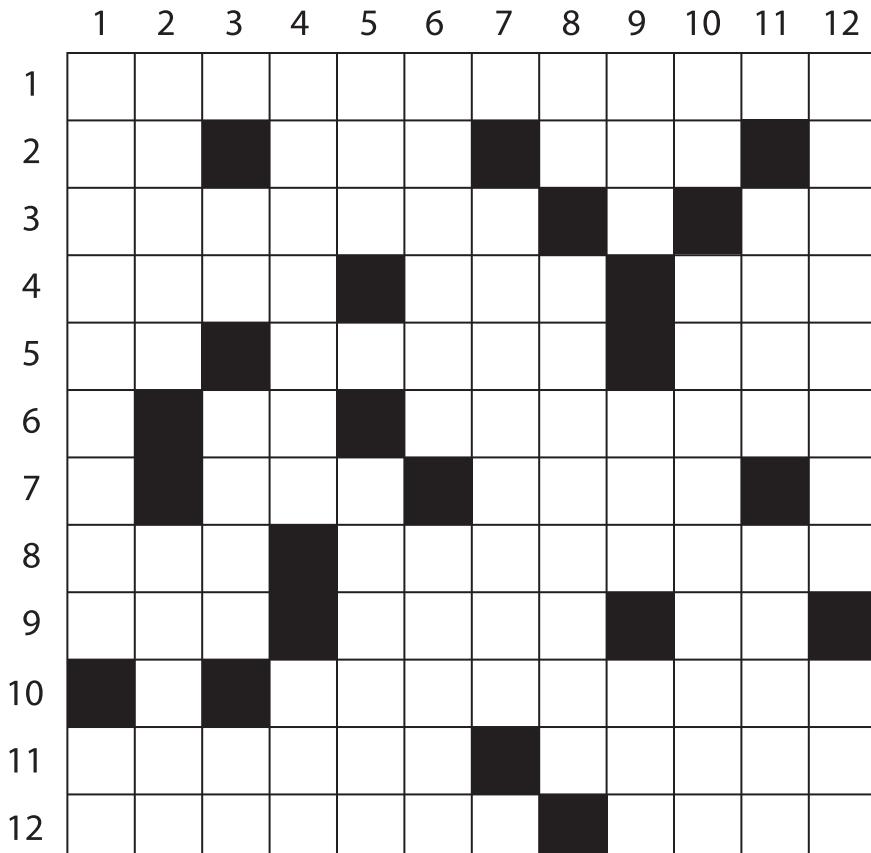
mots croisés thématiques

Marie-Rose Bascaron

Thème : ACTION

HORIZONTALEMENT

1. *Engagera* de nouveaux projets.
2. Lettre grecque - Dans *subito* et *incognito* - Hésitation.
3. *Éloignera* - Cri de la chèvre.
4. Appareil utile et inutile, dépendamment (abréviation) - Trois fois - Mao ou bleu.
5. Coutumes - *Agit* - Absolument.
6. C'est peut-être nous - *Recommence*.
7. *Épuisa* - Filet.
8. Exclamation espagnole - *Surchargeâtes*.
9. Abri - Victoire de Napoléon - Abréviation de Retweet (sur Tweeter).
10. *Appliques*.
11. Fantastique - Déroulement.
12. De l'âne - Table de boucher.



Solution en page 15

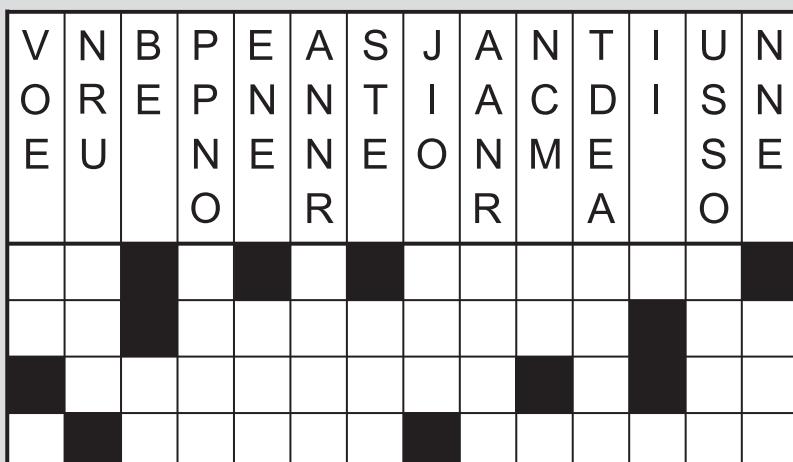
VERTICALEMENT

1. *Réalisation* - Gallium.
2. Nymphes germaniques - Anciennes monnaies italiennes.
3. C'est lui - Cours d'eau dans le Sahara - Conjonction.
4. Cretons - Conifère.
5. Saison - *Poursuivrai*.
6. *Supporter* - Navire royal.
7. *Ventilèrent*.
8. Hep ! - *Ramassais*.
9. Venue au monde - Commun à patate et Patagonie - Pronom relatif.
10. Article - *Édifie*.
11. Barbiche - *Décapita*.
12. *Ouvroirs* - Va avec le poivre.

Citation secrète

Citation de Jean-Jacques Rousseau

Placez chaque lettre dans une case de façon à composer la citation.
Chaque mot est séparé par une case noire.



Solution en page 15

Nouvelles des régions :

Rencontre assurément enrichissante en Haute-Yamaska !

Lundi le 11 avril, lors d'un souper au restaurant Plus, monsieur Luc Dupont de Samson Groupe Conseil a eu la gentillesse de venir à Granby



En bonne compagnie à Granby avec monsieur Luc Dupont de Samson Groupe Conseil

pour nous présenter les assurances collectives de La Capitale. Étaient invités les membres et futurs membres de l'APRFAE. Parmi ceux qui ont répondu à l'invitation, plusieurs prévoient prendre le chemin de la retraite d'ici septembre 2013. Les réponses aux questionnements face aux assurances ont rassasié les personnes présentes. Suite aux explications de M. Dupont, toujours aussi intéressant, la demande de rencontrer un fiscaliste et un notaire allait de soi afin de continuer à voir à nos affaires. La formule du lundi soir a été retenue pour la rencontre avec le fiscaliste. Aussitôt que la date sera déterminée, nous convoquerons les membres et futurs membres de la Haute-Yamaska.

PRISCILLE LAFONTAINE

Le souper de Noël a été organisé au restaurant Meule et Caquelon à Gatineau; raclettes et fondues étaient au menu. La vingtaine de membres présents ont bien mangé et se sont bien amusés.

Le 17 janvier dernier, nous tenions une assemblée générale dans les locaux du S.E.O. (syndicat des enseignants de l'Outaouais) afin d'élire un comité administratif. Ont été élus : Jacques Dupont, président, Bernard Gendron, vice-président et trésorier, François Allard, secrétaire, Francine Tremblay et Diane Ross, administratrices. Le comité a comme mandat de représenter, d'informer et d'organiser des activités pour les membres de l'Outaouais.



Que du plaisir lors de notre souper de Noël avec Robert Guérin, vice-président du S.E.O.

La belle région de l'Outaouais



Les membres de l'Outaouais se rencontrent pour le petit-déjeuner au restaurant St-Éloi, sur la rive du magnifique lac Leamy.

La région de l'Outaouais continue sa lancée de recrutement. Hé oui, nous approchons déjà la centaine de

membres. Notre région se caractérise par un dynamisme sans pareil. À titre d'exemple, nos membres se réunissent tous les mois pour le petit-déjeuner, jouent aux quilles, assistent à des ateliers de formation ou d'information et socialisent lors d'un souper de Noël ou d'un BBQ en juin.

Le 21 février, Marc Laframboise a présenté un atelier ayant comme objet «Apprivoiser sa caméra digitale» qui a été bien apprécié par la vingtaine de participants. De plus, le comité est à organiser des sorties, des activités et des ateliers afin de briser l'isolement et de créer des liens entre ses membres. Finalement, le comité va mettre de l'avant un plan d'action pour augmenter le nombre de membres dans notre région.

BERNARD GENDRON
Vice-président
et trésorier du comité APRFAE-Outaouais



Les membres du comité de la condition des femmes vous invitent à célébrer la Journée internationale des femmes, vendredi le 8 mars. De gauche à droite : Marie-Paule, Lucie, Diane et Priscille



Une journée de rêve nous attend aux Mille-Îles !

Il y en a pour tous les goûts !



De gauche à droite, Marc, Geo Laframboise et tout le groupe dont Marie-Rose



On a l'assurance d'être en bonne compagnie avec nos membres et futurs membres de l'APRFAE Haute-Yamaska !



Dans le train-couchette, Marc Laframboise au 1er plan et tout le groupe dans le compartiment !



La Mère Abbesse, Priscille Lafontaine et Nathalie Perron, responsable de la visite et future membre de l'APRFAE