

# L'APRÈS FAE

« C'est une belle harmonie quand  
le faire et le dire vont ensemble. »

Montaigne



## Sortie au vignoble



## BBQ en Outaouais

## L'APRFAE nous appartient

### Comité activité



## SOMMAIRE

Mot de la présidente	2
Tous azimuts	2
Nous étions là pour vous	3
J'ai aimé...	4
Par Monts et par Vaux	5
Virage vert... virage vers...	6
Vivre ses passions	7
Actualités de l'APRFAE	8-9
Activités passées et à venir	10-11-12
Chronique santé	13
Nouvelles des régions	14
Babillard	15
Coin-Détente	15

# mot de la présidente

## Le déficit 0, à quel prix ?

Le Québec s'apprête à vivre l'une des plus grandes périodes d'austérité de son histoire moderne ! Le Gouvernement Couillard, obsédé par son objectif de déficit 0, a mis en place un comité spécial, au coût annuel de 3,9 millions \$, pour analyser les programmes gouvernementaux et faire des recommandations de redressement.

Comme c'est le cas en éducation, plusieurs coupures s'ajouteront à celles déjà imposées au cours des années précédentes.

Même si nous n'avons pas encore le portrait d'ensemble, les cibles de cette nouvelle vague de coupures sont jusqu'à maintenant\* la famille, l'éducation, la culture, les employés et retraités municipaux et bientôt, probablement, toute la fonction publique. Ces coupures sont nécessaires pour le mieux-être des Québécoises et des Québécois, nous dit-on. En clair, l'atteinte du déficit 0 est plus importante que la qualité et l'accessibilité aux programmes sociaux !

Du côté des services de garde, on s'attendait à une augmentation du tarif quotidien. Mais l'annonce d'une tarification basée sur le revenu et le refus d'augmenter le nombre de places viennent ébrécher les fondements mêmes des programmes sociaux : l'accessibilité et l'universalité. Cette brèche est la première ! À quand l'accès aux services de santé ou d'éducation sur la base du revenu ?

Pour aider encore plus les familles, on veut modifier à la baisse le Régime québécois d'assurance parentale que l'on dit « trop généreux » alors que celui-ci est entièrement financé par les employeurs et les employés, donc sans coût pour les fonds publics. Où est l'intérêt ?

Du côté éducation, en plus de recommander aux écoles de limiter l'achat de livres pour les bibliothèques scolaires, de mettre fin aux Conservatoires de musique et d'art dramatique dans plusieurs régions du Québec, les services d'aide aux devoirs sont menacés de disparaître de même que les services d'aide alimentaire dans des écoles défavorisées. Toutes ces mesures sont prises à contrecœur pour rencontrer les exigences des coupures imposées. Seule la CSDM s'oppose à couper les services aux élèves.

Pourtant, ce même gouvernement a forcé l'implantation de tableaux numériques dans toutes les classes impliquant des dépenses importantes au niveau des achats, de l'entretien et de la formation. La grande priorité en éducation : l'implantation « mur à mur » de l'anglais intensif au primaire, qui suppose un autre budget supplémentaire pour un objectif qui n'est pas partagé par le milieu incluant le Conseil supérieur de l'éducation.

Les coupures, qui s'accumulent et se ressemblent, démontrent la vision économiste de ce gouvernement et sa conception utilitariste de l'éducation (école au service de l'entreprise). Une vision, loin d'être nouvelle, et qui se rapproche visiblement de plus en plus de celle du gouvernement Harper.

Nicole Frascadore

\*d'autres coupures seront peut-être annoncées après la date de tombée du journal.

# tous azimuts

## 10e édition de L'APRÈS FAE

Nous voici maintenant rendus à la 10e édition de L'APRÈS FAE. Je prends la relève de Marie-Rose Bascaron qui a mené la barque pendant un an. Elle continuera à assurer ses chroniques et demeurera au sein de l'équipe du journal. Merci Marie-Rose !

Notre journal n'a pas cessé de s'améliorer depuis quatre ans. De nouvelles rubriques se sont ajoutées : *Mot de la présidente* - *Tous Azimuts* - *Nous étions là pour vous* - *Virage Vert* - *Vivre ses passions* et la *Chronique santé*, qui se retrouve maintenant à la page 13, une page complète. Les *Mots croisés thématiques* font relâche dans ce numéro pour le moment. Si la demande se manifeste, nous y répondrons sans doute.

Par ailleurs, nous assisterons à plusieurs événements cet automne tant au niveau politique, social que culturel dont l'assemblée générale annuelle. Suivez-nous aux pages 2, 3, 8 et 9.

L'équipe du journal s'engage à poursuivre le travail amorcé et compte toujours sur de nouvelles collaborations dans le cadre des chroniques déjà inscrites ou même des nouveautés. N'oubliez pas que L'APRÈS FAE nous appartient !

Bonne lecture !

Lucie Jobin  
coordonnatrice de L'APRÈS FAE

N'hésitez pas à nous faire parvenir des articles, des annonces : concerts, expositions, conférences, voyages, etc. On se fera un plaisir de vous publier.



APRFAE

8550, boul. Pie-IX, bureau 100

Montréal (Québec) H1Z 4G2

Téléphone : 514-666-6969

Télécopieur : 514-666-6770

Courriel : retraites@aprfae.ca

Afin de respecter la limite du nombre de mots dans les articles de ce journal et de ne pas nuire à la clarté de la communication, la forme masculine sera utilisée.



# nous étions là pour vous

## Coalitions

### Un véritable débat sur les finances publiques est réclamé

La coalition opposée à la tarification et à la privatisation des services publics, dans le cadre d'une tournée de formation, présente le document « 10 milliards, solutions fiscales nouvelles et efficaces », qui présente des alternatives pour l'amélioration des finances publiques, parce qu'on peut faire autrement que de couper.

En ce sens, les groupes sociaux demandent au gouvernement Couillard de lancer un véritable débat sur les finances publiques.

Lors de la rencontre du 16 septembre, une conférence de presse a eu lieu pour dévoiler aux membres et aux médias un document sur les dites solutions fiscales. OUI, il y a moyen de faire autrement que de vivre les nombreuses coupures tant en santé, qu'en éducation et en mesures sociales. Il n'est pas nécessaire de vivre l'austérité comme le prône le gouvernement. Avec ses deux commissions à venir : la commission de révision permanente des programmes et la commission d'examen sur la fiscalité, nous avons nettement l'impression que les dés sont pipés.

Lors de la rencontre, on nous a démontré grâce à des tableaux de statistiques que le « mur budgétaire » dont on nous parle tant n'est pas au rendez-vous. Le Québec, sur le plan des finances, peut se comparer à l'Allemagne et à l'OCDE. On nous fait peur pour mieux nous manipuler. Oui, il y a des efforts à faire mais ce n'est pas toujours à la classe moyenne de le faire. Les plus nantis peuvent le faire aussi.

Le document « Nous avons les moyens de faire autrement » est en ligne sur le site de la coalition [www.nonauxhausse.org](http://www.nonauxhausse.org). Suivez sur [www.facebook.com/nonauxhausse](https://www.facebook.com/nonauxhausse) pour connaître les prochaines actions contre l'austérité.

Pour terminer, nous vous invitons en grand nombre le jour de l'Halloween, le 31 octobre, à une manifestation afin de dénoncer les trop nombreuses compressions budgétaires. Elle se déroulera devant le bureau de premier ministre qui se trouve au coin des rues Sherbrooke et McGill. C'est un rendez-vous à 11 heures.

*Diane Brunet,  
comité d'action sociopolitique*



## Le comité « Identité et diversité sexuelles » change de nom

Le Conseil fédératif du mois de septembre a entériné la demande de changement de nom du comité. Celui-ci devient: « Le Comité des alliées et alliés pour la diversité sexuelle ». Les membres du comité croient que le nom retenu semble plus inclusif et permet à des personnes sensibles à ces réalités, qu'elles le vivent ou non, de pouvoir s'associer à nos travaux.

Lors de la dernière rencontre du comité, le 8 septembre 2014, nous avons reçu deux documents. Le premier parle des luttes et des gains faits contre l'homophobie depuis le milieu du XX<sup>e</sup> siècle. Le deuxième rapporte les droits et obligations des acteurs du milieu scolaire en matière de protection contre la discrimination et l'intimidation.

Nous revenons aussi sur le sondage demandé par le comité afin de mieux connaître le nombre de causes dans les syndicats locaux en lien avec l'homophobie et la discrimination. Des données plus scientifiques permettraient de pouvoir comparer le milieu de l'enseignement à d'autres milieux de travail. C'est un dossier à suivre.

Nous aimerions aussi que le comité soit visible sur le site internet de la FAE.

La prochaine rencontre est prévue en novembre 2014.

Merci et à la prochaine.

*Julia Simard*

**LES SERVICES PUBLICS ET LES PROGRAMMES SOCIAUX SONT ATTAQUÉS!**



**MASSACRE À LA LIBÉRALE** L'austérité, une histoire d'horreur

À L'Halloween, venez manifester contre le carnage **31 OCTOBRE 2014 • 11h**

MONTREAL • Rassemblement au coin McGill, Collège et Sherbrooke (à l'angle McGill)

**La richesse existe, nous avons les moyens de faire autrement !**

L'austérité n'est pas une fatalité. D'autres choix sont possibles ! Nous proposons d'ailleurs un ensemble de solutions fiscales pour mieux redistribuer la richesse. Au moins 10 milliards \$ de plus par année permettraient de financer les services publics et les programmes sociaux sans porter atteinte à la justice sociale.

**À l'Halloween, déguisez-vous et venez manifester contre le carnage.**

**QUAND ? 31 octobre, à 11 h 00**

**OÙ : Montréal, rassemblement au coin des rues McGill-College et Sherbrooke**

# j'ai aimé...

## Qu'est-ce qu'on a fait au bon Dieu ?

Comédie de Philippe de Chauveron

Claude et Marie Verneuil, un couple de Français catholique et traditionnel, habite une superbe demeure à Chinon et marie trois de ses quatre filles, la 1<sup>ère</sup> à un musulman, la 2<sup>e</sup> à un juif et la 3<sup>e</sup> à un Chinois.

Leur vie, subissant autant de chocs culturels, devient le théâtre où les trois gendres interagissent entre eux lors d'échanges animés, leurs propos étant ponctués allègrement de préjugés. Pour sa part, le père des trois filles ne manque pas d'étaler clairement son inconfort face au fait de vivre dans une telle famille. La mère est désespérée.

Voici la mise en scène choisie par le scénariste pour parler de la tolérance par le biais de l'humour. Évidemment, en créant de multiples scènes d'intolérances bien ficelées, il réussit à faire rire à répétition mais aussi à faire passer son message. Il faut dire que les rôles évoluent dans le temps. Par exemple, quand chacun décide de mettre du sien, la famille peut réussir à vivre une belle fête de Noël sans anicroche.

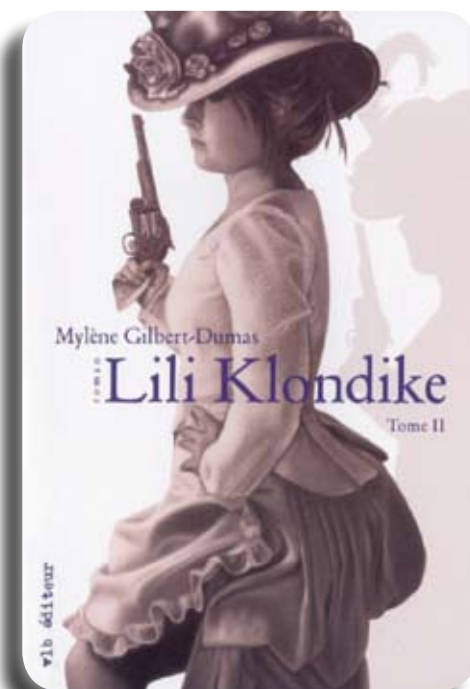
L'histoire se corse quand Laure, la cadette, se fiance à un comédien de race noire. Quelle sera la réaction de tous et chacun ? Je ne veux pas vous dévoiler l'intrigue sachant que vous aurez le goût d'aller voir ce film vraiment savoureux. Cependant je peux vous mentionner que, sous les propos loufoques, se cache la recette de la tolérance. Elle est toute simple et complexe à la fois : apprendre à se connaître, fraterniser jusqu'à se mettre dans la peau de l'autre, vivre de belles rencontres, apprécier l'autre dans sa différence. Un film d'actualité qui vous fera rigoler.

Huguette Desrosiers-Grignon



## À lire

Lili Klondike de Mylène Gilbert-Dumas chez VLB éditeur



Je découvre la trilogie de *Lili Klondike* par mes cousines, lors d'une fameuse partie de Canasta. Nous discutons de tout et de rien, surtout des livres qui nous intéressent en ce moment. L'une d'elles me parle des livres relatant les aventures de Lili Klondike et du plaisir ressenti au fil de sa lecture.

« L'histoire se passe en Amérique du Nord, en 1887. La fièvre de l'or bat son plein. Des milliers d'hommes et de femmes quittent leur foyer pour prendre la route du Klondike. Deux jeunes Canadiennes françaises, vers la fin du XIX<sup>ème</sup> siècle, sont du nombre.

À l'image des pionnières qui ont peuplé le Yukon, Lilianne et Rosalie (nos deux Lili) refusent la passivité qu'on impose aux femmes dans le monde civilisé.

Courageuses et téméraires, elles choisissent le Grand Nord : cette dernière frontière, malgré le froid, la cruauté et l'isolement. Elles n'ont en tête qu'un seul désir : prendre en main leur propre destin, qu'une seule ambition : atteindre Dawson City, où dit-on, les rues sont pavées d'or. Sur leur route, elles trouveront également l'aventure et l'amour, le tout à la hauteur de leur quête de liberté. »

Toute jeune, ma mère nous parlait d'un grand-oncle qui était parti vivre cette aventure de la ruée vers l'or. Il est revenu les « poches vides » mais heureux puisqu'il a continué ses périples vers d'autres horizons. Probablement que ces récits m'ont donné le goût des voyages et de l'aventure ! Ce qui est certain, c'est que « Lili Klondike » a éveillé ma curiosité par rapport à ce pan de notre histoire, de cette vaste région et même fait rêver d'une croisière ou d'un voyage vers ce Grand Nord, si vaste et si mystérieux. Bonne lecture automnale !

Julia Simard

# par Monts et par Vaux

## Les villes et sites touristiques les plus visités au monde

La plupart d'entre vous aimez voyager et êtes à la recherche de destinations soit singulières, soit courantes, autrement dit les opposés. Personnellement, je m'intéresse à l'être humain. J'aime voir son organisation, sa pensée et surtout observer sa folie : Las Vegas, Macao, Dubaï, etc.



Paris

Après avoir visité tant de pays, je me pose la question : quelle sera la prochaine destination ? J'aimerais aller au Bhoutan, le « pays du bonheur », mais à quel prix ? Et le roi risque de ne pas vouloir me voir là, puisque c'est lui qui décide qui entre dans son pays. Tant pis ! De toute façon, c'est trop cher pour mes moyens et il ne sait pas ce qu'il manque en ne me rencontrant pas.

Bref, je vais me rabattre sur les destinations populaires que tout le monde visite !!!

Savez-vous quelles sont les destinations les plus fréquentées en 2014 ? L'année n'est pas encore finie, mais déjà les voyageurs ont acheté leur voyage auprès de Visa, Master Card et autres cartes de crédit, ce qui donne une bonne idée du « globe-trottage » à travers la planète.

Selon le Nouvelobs, du 9 juillet 2014, les 10 destinations suivantes sont les plus convoitées :

1. Londres, grâce aux Jeux Olympiques, viendrait en tête de liste avec 18,7 millions de visiteurs;
2. Bangkok, ville exotique, était en tête l'an dernier et perd la tête pour quelques têtes (18,37 millions);
3. Paris, ville romantique, brigue une belle place avec les 15,57 millions de touristes attendus;
4. Singapour, ville la plus sûre au monde, attend 12,47 millions de touristes;
5. Dubaï, ville futuriste, vise la première place. Elle attend 11,95 millions de visiteurs;
6. New York invite encore au rêve américain avec ses 11 millions de visiteurs;
7. Istanbul, à cheval sur deux continents, 10 millions de personnes y seront allés visiter Sainte-Sophie;
8. Kuala Lumpur s'en tire bien avec ses 9,2 millions de touristes;
9. Hong Kong, avec ses mélanges de styles, sait séduire 9 millions de visiteurs;
10. Séoul fait son apparition cette année parmi les dix destinations les plus visitées.



Londres

Alors, cela vous aide-t-il à faire votre choix ? Non, pas encore ? Je vais m'y prendre autrement.

Savez-vous quels sont les sites touristiques les plus fréquentés au monde ? Les sites Web pullulent de palmarès. Je me suis arrêtée à un seul qui, selon moi, serait assez crédible puisqu'il est le résultat d'une étude faite à partir des offices de tourisme de différents pays : [www.americas-fr.com](http://www.americas-fr.com). Le seul problème au sujet de ce site c'est que les résultats ne sont pas des plus récents.

En bref, les parcs d'attraction sont les plus populaires au monde. Les É.-U. remportent la palme avec tous les Disney et compagnie et cela pas juste aux É.-U., mais en France, au Japon, en Chine, en Corée du Sud. Londres suit avec 7 sites. Au Canada, on vient voir les chutes de Niagara. Paris offre 6 sites et l'Italie, 3 sites. En Égypte, ce sont surtout les pyramides qui sont visitées. Suivent l'Inde avec le Taj Mahal, la Russie, l'Australie, la Chine et le Danemark.

Et si vous ne savez toujours pas où aller, venez avec les membres de l'APRFAE et leurs amis au Portugal et en Espagne du 12 avril au 3 mai prochain.

Marie-Rose Bascaron  
[mrbascaron@hotmail.com](mailto:mrbascaron@hotmail.com)



Dubaï



# virage vert... virage vers...

## Comment faire maigrir notre sac vert ? Produisez moins de déchets - Recyclez mieux !

Qui d'entre nous, lors de sa carrière, n'a pas expliqué dans sa classe les bienfaits du recyclage ?

Qui n'a pas réalisé de bricolages à partir d'attaches de pain, de papier journal ou d'emballages, etc. Grâce à la réutilisation, que d'oeuvres d'art avons-nous réalisées avec des élèves ou des étudiants ! Le recyclage n'est pas de la réutilisation. Nous devons respecter certaines règles et gérer adéquatement nos déchets.

Les 38 centres de tri du Québec ont reçu en 2010, plus d'un million de tonnes de matières, selon Recyc-Québec, mais ils ont dû enfouir à leurs frais 9,4 % de tout ce qu'ils ont trié. Pourquoi ? Les bacs verts accueillent beaucoup trop de matières non-recyclables comme des plastiques biodégradables, de la vaisselle ou des jouets qu'un écocentre aurait repris volontiers.

Alors quelles règles suivre ?

Voici par catégorie, une liste qui indique ce qui va dans le bac et ce qui n'y va pas.

**Important :** tous les contenants doivent être rincés pour éviter la contamination et les odeurs.



### Papier et carton :

journaux, circulaires, catalogues, revues et annuaires ; feuilles de papier (même avec agrafes), enveloppes et chemises ; boîtes de céréales, d'aliments surgelés, de savon, de chaussures, rouleaux et tubes de carton ; boîtes de carton propres et sans trace de gras, aplaties ; sacs de papier ainsi que cartons de lait et de jus.

### Verre :

bouteilles de vin, de jus, d'eau gazeifiée, d'huile, de vinaigre ; pots pour aliments.

### Métal :

boîtes de conserve, couvercles et bouchons ; cannettes et bouteilles d'aluminium ; assiettes, contenants et papier d'aluminium.

### Plastique rigide :

bouteilles d'eau, de jus, de boisson, d'huile, de vinaigre avec couvercles et bouchons ; contenants et emballage de produits alimentaires comme les pots de beurre d'arachide, de mayonnaise, de crème glacée, de margarine et de yogourt (sauf les petits pots de plastique mou) ; barquettes de fraises, framboises, bleuets ; contenants de produits de beauté, d'hygiène personnelle ; contenants d'oeufs transparents, d'entretien ménager comme le savon, d'eau de javel.

### Plastique souple :

sacs d'emplettes, sacs à pain, à pâtisserie ou produits alimentaires, sacs de lait et pellicule d'emballage de papier essuie-tout ou de toilette. (Ces plastiques souples doivent être placés dans un sac à part.) Cependant, le plastique no 6 doit être déposé à la poubelle. Vérifiez bien sur les contenants, c'est parfois le cas des yogourts individuels vendus en paquets multiples.



Lucie Jobin

Source : Protégez-vous, août 2014.

# vivre ses passions

## Lorraine Séguin, la femme orchestre

Un homme-orchestre joue de plusieurs instruments, Lorraine Séguin joue de plusieurs arts dont le dessin, la peinture et la musique. Découvrons aujourd'hui cette femme discrète que vous avez sûrement entendue jouer de l'accordéon à la cabane à sucre en mars dernier. Ouvrons cette mine de connaissance.

MRB : Présente-toi.

LS : Née au sein d'une famille modeste, la culture faisait partie de nos valeurs. Ma mère jouait de la guitare hawaïenne, dansait et était excellente couturière. Elle créait ses propres patrons qu'elle taillait dans du papier journal. Mon père chantait et jouait de plusieurs instruments : guitare, banjo et ukulélé. Ma sœur jouait de l'accordéon et moi j'ai persisté dans cet art.

MRB : Parle-nous de ton cheminement.

LS : Au secondaire comme j'étais habile en dessin, j'ai été sollicitée pour réaliser le portrait de Sir Wilfrid Laurier. Ce fut pour moi une grande fierté.

Assez jeune j'ai fait partie d'un groupe de 23 accordéonistes et nous jouions dans les fêtes foraines, dans les hôpitaux et pour les personnes âgées. Par la suite, j'ai fait des études en accordéon à Oshawa en Ontario et enseigné au Conservatoire de musique d'Ottawa.

J'ai étudié l'accordéon classique au cégep Saint-Laurent avec Christian Di Maccio, mondialement connu pour son interprétation de la Toccata en Ré mineur de J.-S. Bach.

Les chemins m'ont amenée à étudier à l'Université de Montréal, l'UQAM et l'Université de Sherbrooke. Après une maîtrise en éducation, un baccalauréat spécialisé en musique, des certificats en arts plastiques et en didactique des moyens d'expression ont suivi trente ans d'enseignement. Malgré tous ces cours, je ne trouvais pas que j'étais suffisamment instrumentée chaque fois que l'on me proposait un défi. Alors j'allais me perfectionner.

Je suis membre de diverses associations d'arts : l'Atelier d'Aquarelle Le Partage (PAA), la Corporation d'initiative artistique de Rose-Art (Rose-Art), l'Académie internationale des beaux-arts du Québec (AIBAQ), l'Association des artistes peintres affiliés de la Rive-Sud (AAPARS), l'Association des artistes peintres et sculpteurs (VALEDAR) et la Joie de l'aquarelle dans Lanaudière (JAL) où je suis la webmestre.

Je suis une assoiffée de connaissances. La musique et les arts visuels m'aident à relaxer, m'évader et développer mon talent. En aquarelle, ma palette regorge de couleurs



En 2013, deuxième prix pour les aquarelles sur toile « Coup de cœur du jury », à Sainte-Anne-des-Plaines

vibrantes et lumineuses afin de refléter une atmosphère de douceur et de luminosité. En médium mixte, l'imaginaire côtoie la réalité et certaines de mes œuvres sont en 3D.

J'adore voyager et les pays visités nourrissent mes passions. Quel beau prétexte pour élargir mes connaissances !

MRB : Parle-nous de tes bons coups, ce dont tu es particulièrement fière.

LS : Je dirais le livre que j'ai écrit en 1994 *L'accordéon sans professeur*. Quel défi je me suis donné alors que je ne me pensais pas habile en écriture !

Vient ensuite la maîtrise que j'ai obtenue en éducation. Jamais je n'aurais pensé faire une maîtrise. Tout d'abord, certaines de mes collègues m'ont dit qu'avec un baccalauréat en musique, je ne serais pas acceptée à la maîtrise en éducation. De plus, dans ma jeunesse, les religieuses me disaient souvent que je n'étais pas douée en français. Un autre défi que j'ai relevé.

Une autre de mes fiertés, c'est le plaisir d'obtenir des prix et des mentions pour mes réalisations dans les deux disciplines en aquarelle et en médium mixte.

MRB : Merci Lorraine de nous avoir permis cette incursion dans ta boîte aux trésors !

Marie-Rose Bascaron



En 2014, à l'Exposition annuelle de Joie de l'aquarelle, j'EFFACERAI LE TEMPS (aquarelle sur toile) a obtenu un prix

# actualités à l'APRFAE

## Le projet de loi 3... à vos marques !

Élu le 7 avril 2014, le gouvernement Couillard annonce en début juin le projet de loi 3 dont l'adoption est prévue pour cet automne.

Ce projet de loi controversé a provoqué la colère de tous les employés et les retraités municipaux du Québec et soulève plusieurs enjeux.

### Projet de loi 3 : son contenu

- Impose aux employés et aux municipalités de rembourser, à 50-50 %, les déficits accumulés des caisses de retraite ;
- Plafonne le régime à 18 % de la masse salariale (20 % pompiers/policiers) ;
- Constitue un fonds de stabilisation égal à 10 % de la cotisation d'exercice afin de protéger les régimes d'éventuels écarts défavorables dans le futur ;
- Augmente la cotisation de l'employé à 50 % ;
- Exige la pleine capitalisation des régimes ;
- Prévoit, au besoin, la suspension de l'indexation pour les retraités futurs et actuels, pour une durée indéterminée ;
- Suspend les articles de conventions collectives qui vont à l'encontre du projet de loi ;
- Permet la négociation, mais les parties DOIVENT conclure, selon les paramètres du projet de loi ;
- Impose, à défaut d'entente, l'arbitrage obligatoire devant un arbitre choisi dans une liste imposée par le gouvernement et qui devra, dans sa décision, respecter les paramètres du projet de loi.

### Projet de loi 3 : ses objectifs réels

Le contenu du projet de loi 3 *favorisant la santé financière et la pérennité des régimes de retraite à prestations déterminées*

*du secteur municipal*, dépasse largement l'objectif annoncé par le ministre Moreau qui soutient que le déficit actuariel des régimes est de 3,9 milliards \$, un déficit *anticipé* fondé sur l'espérance de vie des personnes retraitées qui peut varier en fonction de la table actuarielle utilisée. Les syndicats opposent à ce chiffre celui de 2,2 milliards \$. Des études actuarielles seront disponibles au cours de l'automne. Pourquoi le ministre n'attend-il pas les chiffres officiels avant de déposer le projet de loi pour adoption ?

Le déficit annoncé se concentre à Montréal (2 milliards \$) et à Québec (620 millions \$). Les chiffres reposent sur les données de 154 régimes municipaux sur 172, dont 45 % sont capitalisés à plus de 85 % alors que 55 % ne le sont pas. Le taux de capitalisation correspond à l'argent disponible dans la caisse pour rencontrer les obligations futures du régime. Un régime capitalisé à 85 % signifie donc que pour chaque dollar à déboursier pour les rentes de retraite, la caisse possède 85 ¢. D'aucuns soutiennent qu'à 85 %, un régime est viable.

L'objectif réel ne serait-il pas d'alléger le fardeau des finances des municipalités par le plafonnement des cotisations à 18 % de la masse salariale ? Son entêtement démontre qu'au-delà du problème de solvabilité, le gouvernement cherche plutôt à changer les règles.

Les conditions des députés ou élus municipaux sont-elles comparables ?

Les députés provinciaux cotisent à 21 % à leur fonds de pension, ont un salaire de 88 186 \$ avec 16 027 \$ de dépenses non imposables, doivent cotiser durant huit ans pour toucher leur rente à 60 ans avec 100 % du salaire (la rente au conjoint est de 60 % versée à vie). Ils ont également une indemnité de départ de 100 000 \$. Ces mesures relèvent du

Bureau de l'Assemblée nationale sur lequel siège un député de chaque parti. Le ministre Moreau refuse de donner des indications à cette instance *par respect pour la séparation entre l'exécutif et le législatif*. Qui prendra alors l'initiative de proposer que les conditions accordées aux députés soient comparables aux employés de l'État ?

En revanche, le ministre augmentera le taux de cotisation des élus municipaux (à leur demande) à 50-50 % !!!

À quand notre tour ?

Le projet de loi 3, avec ses amendements, sera déposé à l'Assemblée nationale pour adoption dès septembre. Déjà, le gouvernement Couillard annonce son intention de revoir les régimes de retraite dans les universités et le secteur privé.

Les employés et les retraités municipaux sont en colère et avec raison. Les conventions collectives ne sont pas respectées, la négociation est biaisée, le Code du travail et la Charte des droits sont ignorés et les associations de retraités n'ont pas voix au chapitre. Selon plusieurs juristes, le projet de loi 3 serait déclaré inconstitutionnel s'il était contesté. Une odeur de déjà-vu...

Au printemps prochain, la négociation nationale s'amorcera avec les syndicats de la fonction publique du Québec. Après avoir déjà sous indexé notre rente de retraite, le gouvernement Couillard, par *souci d'équité* et de recherche d'économies, se permettra-t-il d'aller plus loin et d'appliquer de nouvelles mesures d'austérité à notre rente ?

À suivre...

Nicole Frascadore

Sources : travaux parlementaires de l'Assemblée nationale, Huffington post, La Presse, Le Devoir, Le Soleil, Radio-Canada (Gérald Filion)



# Séminaires de planification de la retraite

Dates	Lieux des séminaires
3 et 4 octobre 2014 :	Région de l'Outaouais, dans les locaux du Syndicat de l'enseignement de l'Outaouais ;
17 et 18 octobre 2014 :	Région de Montréal, dans les locaux de la FAE ;
24 et 25 octobre 2014 :	Région de Montréal et de Vaudreuil, dans les locaux du Syndicat de l'enseignement de l'Ouest de Montréal ;
7 et 8 novembre 2014 :	Région des Basses-Laurentides, dans les locaux du Syndicat de l'enseignement des Basses-Laurentides ;
28 et 29 novembre 2014 :	Région de Granby, local à déterminer.
5 et 6 décembre 2014 :	Région de Laval, locaux du Syndicat de l'enseignement de la Région de Laval ;
16 et 17 janvier 2015 :	Région de Montréal, dans les locaux de la FAE ;
30 et 31 janvier 2015 :	Session supplémentaire (au besoin), toutes les régions, dans les locaux de la FAE.

## Inscriptions

Les droits d'inscription s'élèvent à 75 \$ et ceux de la conjointe ou conjoint non membre à 85 \$. Il faut s'inscrire auprès de son syndicat le plus tôt possible.

## Sessions d'information sur les assurances

Ces sessions tenues dans toutes les régions ont été grandement appréciées par les quelque 125 membres présents. L'intérêt pour le dossier s'est manifesté dans chacune des rencontres.

Rappelons que la campagne d'adhésion au nouveau régime 3992 se tiendra du 30 octobre au 22 novembre 2014 et qu'une ligne qui y sera dédiée sera mise en place par La Capitale pour vous

aider dans votre choix. Les personnes qui seront absentes du pays durant cette période pourront adhérer dans les trente jours de leur retour. Les personnes qui ne confirmeront pas leur choix durant ces périodes se verront octroyer le régime intermédiaire.

Nicole Frascadore

Compte suisse La Capitale | **Épargne en ligne, à intérêt élevé**

## Entraînez-vous à épargner!

Donnez du tonus à votre épargne avec le **Compte suisse La Capitale!**

Épargnez en ligne

- Taux d'intérêt élevé
- Aucun solde minimum
- Transactions illimitées sans frais
- Dépôts par versements préautorisés acceptés
- Dépôts par retenue salariale<sup>2</sup> possibles
- Offert en CELI

100% QUÉBÉCOIS  
ÉPARGNEZ LOCAL



EN PRIME  
**20 \$**<sup>1</sup>  
versés directement  
dans votre  
compte  
CODE PROMO: APRFAE20

**La Capitale**  
Assurance et  
services financiers

Inscrivez-vous en ligne | Simple, sécuritaire et pratique

**comptesuisse.ca**

La Capitale assureur de l'administration publique inc. est inscrite en vertu de la Loi sur l'assurance-dépôts auprès de l'Autorité des marchés financiers.

<sup>1</sup> Versés directement dans votre compte à l'ouverture d'un premier Compte suisse La Capitale. Certaines conditions s'appliquent.  
<sup>2</sup> Réservée à certains groupes et associations de l'administration publique et du secteur parapublic.



# activités passées et à venir

## Dîner à l'ITHQ

**Activité locale pour les membres des régions**

**Basses-Laurentides, Laval et Montréal**

Les membres de l'APRFAE sont invités à un dîner à l'*Institut de tourisme et d'hôtellerie du Québec (ITHQ)*, le mardi 4 novembre 2014. L'ITHQ offre une excellente formation en hôtellerie. Le repas et le service sont assurés par les étudiants. Le menu varie d'une semaine à l'autre. Le repas se compose d'une entrée, d'un plat principal, d'un dessert et d'un café ou d'un thé, pour la somme de 25 \$, taxes et service inclus. L'alcool est facturé à part. Les tables sont de quatre ou de six personnes et celles-ci doivent toutes choisir des plats différents.

L'ITHQ est situé au métro Sherbrooke, accès direct. Le dîner est à midi ; il est préférable d'arriver 15 minutes avant pour le vestiaire. Après le repas, pour les personnes qui le désirent, vous pouvez découvrir les boutiques de la rue Saint-Denis, ou encore aller au cinéma du Quartier latin. Nous attendons votre réponse pour le 24 octobre. La réservation est faite pour 25 personnes mais il sera possible d'en ajouter.

*Lise Gervais  
pour le Comité des activités.*



### Voyage

**Portugal et Espagne  
du 12 avril au 3 mai 2015**

Il reste 6 places/20.

Plus de détails

au volume 4 numéro 2

ou écrire à [mrascaron@hotmail.com](mailto:mrascaron@hotmail.com)  
ou 514-939-1232



Pour une quatrième année, le comité des activités organise un dîner pour les membres de toutes les régions. Cette année nous faisons changement, ce sera un dîner médiéval avec animation au *Cabaret du Roy*, dans le Vieux-Montréal. Nous vous proposons de vous costumer, les membres du comité le seront, le *Cabaret du Roy* est un repaire de pirates. Le prix est de 62 \$ par personne et comprend un repas de trois services, *La Table du Marin*. Les consommations ne sont pas incluses.

Le repas se déroule sur trois heures, il sera entrecoupé d'animation. Nous pensons que cette sortie se prête bien

## Sortie nationale de Noël au restaurant *Le Cabaret du Roy* le mercredi 3 décembre

pour l'esprit des fêtes. Il y aura probablement beaucoup d'échanges entre nous et ça va bouger, il n'en tient qu'à vous. Le *Cabaret* offre des tables de jeux, une cuisine du terroir et des Antilles, musique et chants de marins.

Pour cette activité, nous demandons une réponse très rapide, soit pour le 30 octobre. Nous avons réservé pour un minimum de 30 personnes avec possibilité d'ajouter des places.

*Lise Gervais pour le comité des activités*



## Sortie au vignoble *La Roche des Brises* le 7 octobre 2014

Au comité des activités, nous essayons de présenter des sorties à la fois attrayantes pour la majorité des membres mais aussi originales, avec un volet parfois instructif et parfois ludique.

Depuis quatre ans un constat s'impose ; lorsque nous organisons un dîner, les membres sont au rendez-vous.

Le 7 octobre 2014, nous avons mangé sur le site d'un vignoble dans la belle nature automnale de la région du Lac des Deux-Montagnes. Nous étions 44 à ce rendez-vous. Ce fut la fête !!!

C'est à St-Joseph-du-Lac plus précisément que nous nous sommes rendus, tout au bout de la rue Principale, en pleine campagne au vignoble *La Roche des Brises*. L'endroit est bucolique, l'accueil chaleureux et la salle à dîner fort agréablement décorée.

Même si la météo nous a joué des tours, elle a contribué à colorer le paysage de nombreuses façons. Un peu de soleil, des passages nuageux, quelques pluies intermittentes ont précédé l'arrivée subite

de vents violents avec leur lot de nuages très noirs et menaçants. Nous avons eu droit à une mini tornade pour finalement retrouver le soleil en après-midi.

Chacun regardait le paysage avec leurs yeux d'enfant. Les zones de forêts mixtes

multicolores, les vergers et les vignes nous ont tous charmés.

Avant le repas, nous avons eu droit à une dégustation de nombreux produits (9) de la vigne tous plus délicieux les uns que les autres. Les blancs, rosés, vins fortifiés, mistelles et vins de glace se sont succédé pour le plus grand plaisir de notre palais.

Linda, employée du vignoble, animait cette séance avec passion et amour du métier. Elle nous a décrit les étapes du travail du vigneron depuis la taille de la vigne à la floraison, de la pollinisation par les abeilles à l'art d'attacher les plants sur des fils, à la cueillette et au processus menant au rapport final. Chaque produit a sa méthode. Par exemple pour un vin rosé, lors du pressage, quelques heures de plus avec les raisins vont donner un goût plus prononcé. Le vin de glace doit être cueilli et pressé dehors à très basse température pour éviter que des cristaux de glace fondent et diluent le précieux liquide.

(suite à la page 12)



Linda, employée du vignoble, animait avec passion et amour du métier



(suite de la page 11)

J'ai été frappée par la complicité évidente du personnel (Mexicains, Roumains et Québécois) et des propriétaires ou des employés spécialisés (œnologue par exemple). Tous semblaient travailler en harmonie.

Après la dégustation, nous avons savouré un très bon repas. Le chef Simon et ses acolytes Michel et Alain méritent des compliments. Le service était courtois et efficace ; bien sûr, plusieurs d'entre nous ont bu du bon vin avec leur poulet ou leur saumon ; des assiettes généreuses qui ont bien rempli notre panse.


Pour le retour, ayant fait des achats, nos coffres de voitures contenaient plusieurs bouteilles ; nombreux sont ceux qui ont acheté le vin à la caisse puisque nous avons eu droit à une réduction substantielle ; la qualité de ces vins a été appréciée par tous.

Pour ceux et celles qui ont raté la sortie, je vous invite à visiter le site internet du vignoble qui vous les points de vente de leurs produits. [www.rochedesbrises.com](http://www.rochedesbrises.com)

Nous garderons un très bon souvenir de cette merveilleuse journée du 7 octobre. Certes, le soleil n'était pas au rendez-vous bien longtemps or, qui se plaindrait d'avoir passé une journée de pluie d'aussi agréable façon ?

Nous vous invitons à vous joindre à nous pour les prochaines activités. Celle à venir, de type national sera le 3 décembre prochain ; du plaisir garanti.

Thérèse Hamel  
pour le comité activité



**POURQUOI CHOISIR LA CAISSE DESJARDINS DE L'ÉDUCATION?**

**PARCE QUE NOUS SAVONS QUI VOUS ÊTES!**

**NOUS CONNAISSONS :**

- Votre milieu
- Vos conditions de travail, votre salaire, votre régime de retraite et vos avantages sociaux
- Votre affiliation syndicale
- Les problématiques et les préoccupations qui vous concernent

**Pour des conseils personnalisés, communiquez avec nous.**

1 877 442-EDUC (3382)  
[www.desjardins.com/caisseeducation](http://www.desjardins.com/caisseeducation)

**Desjardins**  
Caisse de l'Éducation

MA PASSION.  
MA CARRIÈRE.  
MA CAISSE.

## CALENDRIER DES ACTIVITÉS ANNÉE 2014-2015

DATE	ACTIVITÉ	NATIONALE	RÉGIONALE	RESPONSABLE
Mardi, 7 octobre	Dîner au vignoble La Roche des Brises		BLLM	Thérèse Hamel
Mardi, 4 novembre	Dîner à l'ITHQ		BLLM	Lise Gervais
Mercredi, 3 décembre	Dîner médiéval au Cabaret du Roy Costume facultatif	X		Lise Gervais
Mercredi, 21 janvier	Petit déjeuner Coco Gallo		BLLM	Lise Gervais et Marie-Rose Bascaron
Mercredi, 12 février	Pêche sur glace		BLLM	Marie Rose Bascaron
Jeudi, 19 mars	Cabane à sucre Famille Éthier (Basses-Laurentides)	X		Thérèse Hamel
12 avril au 3 mai	Voyage Espagne et Portugal (3 semaines)	Pour tous		Marie-Rose Bascaron
Mardi, 5 mai	Dîner au Bourlingueur dans le Vieux-Montréal		BLLM	Thérèse Hamel
Jeudi, 4 juin	Sortie région Haute-Yamaska	X		Pierre Dion et région de la Haute-Yamaska

**Outaouais, 4<sup>e</sup> mercredi du mois, petit-déjeuner au restaurant Saint-Éloi, 9 h 30**

**Haute-Yamaska, 4<sup>e</sup> jeudi du mois, petit-déjeuner à 10 h, endroit déterminé par tirage au sort**



# chronique santé



## Ris, rions, riez !

Le rire, une gymnastique naturelle, voici ce qu'en pense Suzie Champagne de Rire en action.\*

Le rire a un effet relaxant sur l'ensemble du corps et constitue une forme de thérapie.

Du point de vue physiologique, il est prouvé que le rire est un excellent moteur cardiovasculaire. Une minute de fous rires équivaudrait, selon madame Champagne, à 10 minutes de course ou 40 minutes de relaxation. Le rire oxygénerait même votre organisme, masserait vos côtes, ferait travailler votre diaphragme, serait bon sur le métabolisme régulant le cholestérol et faciliterait la digestion. Il équivaudrait à une activité physique allant de légère à modérée.

Savez-vous que le rire réduit la douleur liée à la maladie ? S'il n'est pas prescrit comme tel par les médecins, il est indéniable que le rire a un effet bénéfique sur la santé ; s'il ne guérit pas, il peut soulager momentanément les douleurs parce qu'il permet de relaxer. En stimulant l'endorphine, le rire apaise le corps et la douleur. Faites-vous donc une prescription-tendresse. Regardez des films comiques, multipliez les occasions de rire en prenant un bon repas entre amis et une bonne jasette, pourquoi pas ! Pensez au docteur Patch Adams interprété magistralement par le regretté Robin Williams. Sur le plan psychologique, le rire réduit le stress en calmant la production d'une hormone liée à l'anxiété qui s'appelle le cortisol. Ayant un effet relaxant sur l'ensemble du corps, il est complémentaire à de nombreuses thérapies plus traditionnelles. Le rire stimule également la sérotonine, qui est l'hormone du plaisir.

En 1939, les gens riaient 19 minutes en moyenne par jour, en 2006, 4 minutes, en 2012 seulement 1 minute. Les gens ne rient plus et pourtant les humoristes sont de plus en plus en demande.

Comme le rire a presque disparu de nos vies quotidiennes, nous sommes plus enclins à déprimer d'après Suzie Champagne. En général, on se fie aux autres pour nous faire rire alors que le rire devrait toujours partir de nous.

Elle offre depuis quelques années des conférences sur le sujet et effectue des « visites tendresses » dans des CHSLD auprès des personnes âgées. Le rire aide parfois à dédramatiser bien des situations auprès des personnes malades et même pour nous, quand nous avons à jouer le rôle de proches aidants.

Payons-nous donc une bonne séance de fous rires à l'occasion et intégrons le rire à notre quotidien pour nous aider, nous et nos proches. Il est la seule prescription sans ordonnance et gratuite qui existe à l'heure actuelle.

Lucie Jobin

\* [www.rire-en-action.com](http://www.rire-en-action.com), « Les 7 ingrédients du rire », DVD par Suzie Champagne

## Conférences

À titre d'information, voici quelques conférences présentées gratuitement par AvantÂge, le Centre de promotion de la santé de l'IUGM (Institut de gériatrie de Montréal) et l'Observatoire Vieillesse et Société, au 4545 chemin Queen-Mary.

- Le 6 novembre, à 13 h 30, *Pourquoi les prothèses auditives ne sont pas nos meilleures amies ?* Jean-Pierre Gagné Ph.D.
- Le 20 novembre, à 16 h 00, *Anxiété, dépression et suicide, approche préventive chez les personnes âgées*, Sébastien Grenier, psychologue clinicien Ph.D.
- Le 4 décembre, à 13 h 30, *Manger mieux, c'est mieux !* Michel Sanscartier, coordonnateur nutrition clinique IUGM.
- Le 11 décembre, à 16 h 00, *Le zona – symptômes, traitement et prévention*, Dr David Lussier, médecin gériatre à l'IUGM.

## RAPPEL À L'AGENDA

L'assemblée générale  
de l'APRFAE

est convoquée pour le 19 novembre 2014, dès 9 h 30,  
au siège social de l'APRFAE.

# nouvelles des régions

## Haute-Yamaska

### Une rencontre énergisante !

À Granby, nos déjeuners continuent de se tenir à chaque quatrième jeudi du mois. Le dernier a obtenu un franc succès grâce à la présence d'une vingtaine de nos membres. Il y avait de l'énergie au pouce carré, mes amis !

De nouveaux retraités et d'autres moins nouveaux en ont profité pour fraterniser et parler de projets à venir. Au plaisir d'être ensemble par ce beau matin de septembre, nous avons joint l'agréable présentation de madame Nicole Frascadore. Elle est venue nous informer sur le régime d'assurance 3992 de La Capitale. Nicole a été d'une pédagogie exemplaire puisque même moi, je pense avoir tout compris ! J'ai su que j'étais un cas... d'espèce... mais à ma décharge, je n'étais pas la seule... dans la salle...

Nous sommes bien chanceux de pouvoir compter sur une personne aussi rigoureuse qui connaît son dossier sur le bout des doigts. Elle n'avait rien à nous vendre et ses réponses à nos questions nous ont rassurés et même orientés. Un grand merci, au nom des membres de l'APRFAE Haute-Yamaska, premièrement de s'être déplacée pour nous rencontrer, en parcourant trois heures de route la pauvre, et aussi pour la belle leçon de générosité.

Notre prochain déjeuner nous amènera à Saint-Jean-D'Iberville, là où réside Danielle Bombardier, la photographe dont vous avez pu admirer les œuvres dans le dernier journal volume 4 numéro 2 de L'APRÈS FAE du mois de juin passé. Souhaitons que nos membres s'inscrivent en grand nombre pour aller dans ce beau coin de la Montérégie, on fera du co-voiturage. Nicole m'a aussi demandé d'explorer avec mes copains et copines du coin, la possibilité de tenir la rencontre du mois de juin dans notre région. Rosie du comité des activités m'en avait glissé un mot et je l'avais lu dans L'APRÈS FAE. Donc, l'appel est lancé à vous tous de la Haute-Yamaska ! Où les amène-t-on ? Que voulons-nous qu'ils visitent, avec nous naturellement ? Et qui s'en occupe ?

Priscille Lafontaine  
APRFAE Haute-Yamaska



Une rencontre stimulante bien appréciée de tous les membres de l'APRFAE Haute-Yamaska présents

## Outaouais



Nicole Frascadore, présidente et Michel Paquette, 2e vice-président ont participé au BBQ de la région de l'Outaouais

### Nouvelles de l'Outaouais

Le comité régional de l'APRFAE-Outaouais a été heureux de recevoir les membres de l'APRFAE nationale lors de la sortie « Croisière sur l'Outaouais, souper et soirée dansante » le 5 juin dernier. Cette activité s'est déroulée sous le signe de la détente et de la bonne humeur.

Le 12 juin dernier, lors de notre BBQ annuel, malgré le temps plutôt maussade, trente-trois de nos membres sont venus socialiser. Nous avons également eu le plaisir d'accueillir madame Nicole Frascadore et monsieur Michel Paquette, respectivement présidente et secrétaire-trésorier de l'APRFAE.

Pour l'année 2014-15, les déjeuners mensuels (4ième mercredi de chaque mois) débiteront à compter du 24 septembre. Par ailleurs, nous planifions déjà le souper de Noël. D'ici là, les activités habituelles demeurent : quilles, taïchi et mini-tennis.

Une rencontre d'information sur le dossier des assurances, animée par madame Frascadore, a eu lieu le 8 septembre dernier. Les membres de l'APRFAE-Outaouais qui ont assisté à la présentation, l'ont bien appréciée.

Les membres du comité régional APRFAE-Outaouais tiennent à remercier monsieur François Allard qui nous a quittés pour un nouveau lieu de résidence, Trois-Pistoles. François était notre secrétaire depuis le début. Un gros merci pour son implication et nous lui souhaitons de passer de bons moments dans son nouveau coin de pays.

À tous nos membres, nous souhaitons une bonne saison 2014-2015 et n'hésitez pas à nous faire parvenir vos idées.

Francine Tremblay  
Administratrice APRFAE-Outaouais



## babillard

Ce babillard est pour vous. Faites-nous part de vos trouvailles, talents, expositions, concerts, conférences, activités dans lesquelles vous participez et qui sont d'intérêts communs aux personnes retraitées de l'APRFAE (retraites@aprfae.ca).

Cours de piano. Thérèse Hamel à Bois-des-Filion, 450-965-0785

Voyage organisé pour l'APRFAE au Portugal et en Espagne, 3 semaines, du 12 avril au 3 mai 2015. Prix : 4 100 \$. 14 personnes inscrites/20. Possibilité de jumelage pour personne seule. Présentation le 22 octobre. mrbascaron@hotmail.com ou 514-939-1232.

RÉSILIENCE Excellent recueil de textes de l'atelier d'écriture AREQ-ARSSMI. L'émotion des écrits de huit retraités vous est livrée dans ce livre. Rejoindre hgrignon@bell.net 514 338-3710

### MEMBRES DU CONSEIL D'ADMINISTRATION ET DES DIFFÉRENTS COMITÉS 2013-2014

Le conseil d'administration composé de sept personnes :

**Mme Nicole Frascadore** à la présidence

**M. Jacques Dupont** à la 1<sup>re</sup> vice-présidence

**M. Michel Paquette** à la 2<sup>e</sup> vice-présidence, au secrétariat et à la trésorerie

**M. Pierre Dion** administrateur aux activités

**M. Bernard Gendron** administrateur au site Web

**M. Jean Lavallée** administrateur au sociopolitique

**Mme Julia Simard** administratrice à L'APRÈS FAE et à la condition des femmes

#### Comité des statuts :

Mme Suzanne Desaulniers, MM. Guy Dauphinais et Jacques Dupont

#### Comité des finances :

Mme Suzanne Desaulniers, MM. François Allard, William Fayad et Michel Paquette

#### Comité des élections :

Mme Madeleine Gravel, MM. Charles Sajous et Michel Trempe

#### Comité de la condition des femmes :

Mmes Marie-Paule Bélec, Lucie Jobin, Priscille Lafontaine et Julia Simard

#### Comité journal :

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

#### Comité d'action sociopolitique :

Mmes Diane Brunet, Lucie Jobin et M. Jean Lavallée

#### Comité du recrutement :

Mmes Lucie Jobin, Priscille Lafontaine, MM. Luc Constantineau, Robert Tibi et Michel Paquette

#### Comité activités :

Mmes Marie-Rose Bascaron, Lise Gervais, Thérèse Hamel, MM. Robert Durocher et Pierre Dion

#### Dossier WEB :

M. Bernard Gendron

#### Comité régional Outaouais :

Mmes Suzanne Lapointe, Diane Ross, Francine Tremblay, MM. Jacques Dupont, Bernard Gendron et François Allard

#### Comité régional Haute-Yamaska :

Mme Priscille Lafontaine

### APRFAE

100-8550, boul. Pie-IX,  
Montréal (Québec) H1Z 4G2  
Téléphone : 514-666-6969  
Télécopieur : 514-666-6770  
Courriel : retraites@aprfae.ca

Une présence est assurée du lundi  
au mercredi entre 8h et 16h.

## Solution du jeu

### « Les phobies »

(e) ; (2i) ; (3i) ; (4c) ; (5a) ; (6g) ;  
(7j) ; (8b) ; (9d) ; (10f) ; (11k) ; (12h).

## coin-détente

## Amusons-nous un peu !

### Jeu « Les phobies »

Marie-Rose Bascaron et Huguette Desrosiers Grignon

Connaissez-vous les définitions des phobies ?

Associez les noms des phobies avec les bonnes définitions.

- |                     |   |
|---------------------|---|
| 1) Entomophobie     | a) Peur d'être oublié ou ignoré                 |
| 2) Nomophobie       | b) Peur des hauteurs                            |
| 3) Éreutrophobie    | c) Peur du regard des autres                    |
| 4) Blemmophobie     | d) Peur de l'obscurité et du noir               |
| 5) Athazagoraphobie | e) Peur des insectes                            |
| 6) Anuptaphobie     | f) Peur des chiens                              |
| 7) Algophobie       | g) Peur du célibat                              |
| 8) Acrophobie       | h) Peur de se baigner                           |
| 9) Achluophobie     | i) Peur d'être séparé de son téléphone portable |
| 10) Cynophobie      | j) Peur de la douleur                           |
| 11) Ailurophobie    | k) Peur des chats                               |
| 12) Ablutophobie    | l) Peur de rougir en public                     |

## NUMÉROS À CONSERVER :

APRFAE ..... 514-666-6969  
Assurances La Capitale.....  
..... 1-800-463-4856  
Assurances générales La Capitale.....  
..... 1-888-522-5260  
Caisse d'économie de l'éducation.....  
.... 514-351-7295 ou 1-877-442-3382  
CARRA ..... 1-800-368-9883  
RAMQ ..... 514-864-3411  
..... ou 1-800-561-9749  
RRQ ..... 514-873-2433  
..... ou 1-800-463-5185  
SAAQ ..... 514-873-7620  
..... ou 1-800-361-7620  
Sécurité de la vieillesse .....  
..... 1-800-277-9915  
Crédit d'impôt ..... 514-864-6299  
..... ou 1-800-267-6299  
Office de protection des  
consommateurs ..... 514-253-6556  
..... ou 1-888-672-2556  
Références-Aînés ..... 514-527-0007



Déjeuner-rencontre de septembre en Haute-Yamaska



Dîner au vignoble La Roche des Brises  
organisé par Thérèse Hamel



Comité organisateur de l'Outaouais



Plusieurs tablées de membres de la région de l'Outaouais, dont  
Francine Tremblay administratrice



Le BBQ en Outaouais fut très populaire