

Propos Mitissiens

Bulletin sectoriel d'information

Secteur Mont-Joli-Mitis (H)



Février 2026

Sommaire

Babillard.....	2
Mot de la présidente	3
Mot du président régional.....	9
AREQ et assurances.....	10
Vie associative.....	11
De la vitalité à la sérénité.....	18
Le coin lecture.....	19
Votre conseil.....	21
Statistiques.....	21
Recettes.....	22
Jeux.....	24
Décès.....	25
Solution des jeux.....	26
Association.....	27
Rions un peu.....	28

Une hirondelle ne fait pas le printemps...



Photo internet

Lorsque vous atteignez 65 ans, deux choses se produisent

- Coordination de votre régime de retraite via Retraite Québec qui vous informe qu'à 65 ans votre rente sera diminuée de ce que vous recevez ou recevrez des Rentes du Québec (RRQ). Aujourd'hui des personnes peuvent prendre la décision de retarder le versement de la Rente du Québec jusqu'à 72 ans; par contre votre REEGOP sera amputé du montant que vous auriez reçu à 65 ans.
- Depuis octobre dernier, les statuts de l'AREQ sont venus modifier le taux de cotisation i.e. que vous pouviez faire une demande afin que votre cotisation soit diminuée à 65 ans mais maintenant pour tous les nouveaux membres cette demande n'existe plus. Retraite Québec ne donne plus accès aux informations des membres permettant cette approche. La différence occasionnée est minime puisque la cotisation bénéficie d'un maximum applicable donc peu de membres sont touchés par cette décision.



Lorsqu'un membre ou conjoint de celui-ci décède, il revient à la famille ou le conjoint de communiquer avec Retraite Québec ainsi qu'à l'AREQ pour les informer. Informations disponibles sur notre site internet au besoin.

Changements de coordonnées personnelles pour les membres

Que vous changiez d'adresse, de numéro de téléphone ou de courriel, il est de la responsabilité de chacun de procéder à ces changements directement sur le site de l'AREQ et non d'en informer le secteur.

L'AREQ nationale possède sa page Facebook

Celle-ci permet aux membres d'être informés rapidement sur les différents dossiers.

Pour vous y inscrire : facebook.com/monareq et cliquez sur « J'aime ».



Mot de la présidente

Bonjour à tous et toutes

Pour les personnes qui viennent à nos rencontres et maintenant ceux et celles qui liront ce message, vous savez que nous serons en élection au niveau de notre secteur le 9 avril prochain.

Cette année se sont les postes de présidente, de secrétaire et les deux postes vacants de conseillers(ères)

Souvent les personnes qui entendent le mot élections se dépêchent de se fermer à toute discussion et c'est normal de réagir ainsi.



C'est pourquoi je prends le temps de vous écrire pour vous parler des implications de faire partie du CS de votre secteur.

7 rencontres en moyenne entre septembre et juin, implication propre à chacun ou chacune pour participer à l'organisation des activités mais surtout enrichir le groupe de nouvelles idées pour maintenir notre groupe.

Il faut aussi penser à la relève des bénévoles qui gravitent autour de notre secteur, qui pour certains ne rajeunissent pas ou encore ont donné plusieurs années d'implication et qui nous offre un solide coup de main lorsque c'est nécessaire.

Vous trouverez le document plus bas sur les responsabilités des membres du CS mais aussi la liste de nos bénévoles qui accepteraient sûrement un coup de main ou encore de passer le flambeau tel que Pierre-Paul Chouinard en informatique.

Merci de vous impliquer selon vos forces et vos intérêts propres.

Lise-Anne Pineault

Présidente sectorielle AREQ-MITIS



Extrait de la Politique sectorielle

3.00 Comités sectoriels et responsables sectoriels

3.01 Leur composition

Les comités sectoriels sont composés d'un responsable sectoriel, nommé par le CS, et de quelques membres intéressés au dossier ; ces membres sont nommés pour une période de trois (3) ans sauf exception selon les règles prévues aux Statuts et règlements.

3.02. Mandat général (Statuts et règlements AREQ)

Les responsables ou les membres de comités sectoriels ont le mandat général suivant :

- a) Partager et respecter la mission et les orientations de l'AREQ ;
- b) Travailler à la réalisation du plan d'action national ;
- c) Préparer annuellement un plan d'action sectoriel ;
- d) Soumettre au conseil sectoriel des propositions d'actions sectorielles à entreprendre ;
- e) Sensibiliser les membres de l'AREQ aux problèmes relevant de leur comité et aux conséquences de ceux-ci ;
- f) Collaborer et alimenter le bulletin sectoriel et le site WEB s'il y a lieu ;
- g) Collaborer à des actions sectorielles relatives à leur dossier ;
- h) Participer au réseau régional selon les modalités déterminées par le Conseil Régional ;
- i) Travailler à l'intérieur des budgets alloués par le national et requérir l'autorisation préalable du conseil sectoriel pour tout dépassement ;
- j) Maintenir une collaboration avec le comité régional ;
- k) Faire un rapport d'activités à remettre au conseil sectoriel en fin d'année et présenter celui-ci à l'assemblée générale sectorielle.

3.03 Conditions pour devenir responsable ou membre d'un comité sectoriel

a) Exigence

- Être membre en règle de l'AREQ.

b) Aptitudes requises

- Avoir une certaine capacité à travailler en équipe ;
- Posséder un minimum de connaissances et d'intérêt pour le dossier ;
- Être capable d'apporter une contribution créative ;

c) Disponibilité requise

Le comité se réunit au moins une fois par an selon les besoins

5.0 Conseil sectoriel (chapitre 22 Statuts et règlements AREQ)

5.01 Composition

Le conseil sectoriel se compose des personnes suivantes : une à la présidence, une à la vice-présidence, une à la 2eme vice-présidence, une à la trésorerie, au secrétariat, et le cas échéant, une ou deux personnes conseillères élues par l'assemblée générale ou nommées par le conseil sectoriel

5.02 Pouvoirs et devoirs du conseil sectoriel

Le conseil sectoriel rend compte de son administration à l'assemblée générale sectorielle.

Dans le cadre des décisions de l'assemblée générale sectorielle, le conseil :

- a) Administre les biens du secteur, alloue les sommes qu'il juge nécessaire pour chacune des activités du secteur et produit un rapport financier annuel qui doit être soumis et reçu par lors de ladite assemblée;
- b) Gère les affaires courantes
- c) Prépare le plan d'action à soumettre à l'assemblée générale sectorielle;

- d) Fait lors d'assemblée générale les recommandations qu'il juge utile;
- e) Il peut acquérir ou vendre des biens pour des activités et rendre compte de ces acquisitions ou de ses ventes lors de l'assemblée générale sectorielle;
- f) Forme des comités consultatifs si besoin, des actions déterminées peuvent être confiées à un comité

5.03 Pouvoir et devoirs des membres du conseil sectoriel

A) Présidence du secteur

Les devoirs et pouvoir de la présidence sont :

- a) Diriger avec le conseil sectoriel les affaires du secteur et en assumer la surveillance
- b) Présider les réunions du conseil
- c) Présider les assemblées générales sectorielles ou voire à la désignation d'une personne si nécessaire
- d) Convoquer les assemblées générales selon les dispositions de l'article 21.03 des Statuts et règlements de l'AREQ
- e) Représenter son secteur au conseil régional ou déléguer une personne du conseil si nécessaire;
- f) Participer au Congrès AREQ en tant que personne déléguée, sinon la 1ere vice-présidence doit la remplacer ou toute autre personne désignée par le conseil sectoriel;
- g) Signer, conjointement avec le secrétariat, les procès-verbaux de toutes les assemblées et rencontre du comité sectoriel;
- h) Signer conjointement avec la trésorerie, chèques et autres effets négociables sur le compte du secteur
- i) Participer au Conseil national (2 fois par an) de l'Association
- j) Informer son secteur du plan d'action national;

k) Exercer les devoirs et pouvoirs qui lui incombent en collégialité avec les autres membres du conseil sectoriel;

B) Autres membres du conseil sectoriel

Les devoirs des autres membres du conseil sectoriel sont :

- a) Diriger le secteur avec la présidence
- b) Assurer une surveillance générale des activités sectorielles;
- c) Assister à la session régionale
- d) Assumer les tâches dévolues par l'assemblée générale sectorielle;
- e) La personne au secrétariat est de droit secrétaire du conseil sectoriel et de l'assemblée générale. Elle rédige ou vérifie, fait approuver et signe tous les procès-verbaux des instances;
- f) La personne à la trésorerie a la responsabilité de :
 - Tenir les comptes du secteur
 - Présenter les rapports financiers
 - Signer conjointement les chèques ou autres effets négociables sur le compte du secteur
 - Exécuter tous les devoirs de contrôle qu'exige cette fonction

5.04 Réunion

Le conseil sectoriel doit se réunir au moins trois fois par an ou plus souvent si les affaires du secteur l'exigent ainsi que lors d'une demande de la majorité de ses membres.

6.0 Élection du conseil sectoriel (Chapitre 23 des Statuts et règlements)

6.01 Éligibilité

Tout membre régulier et en règle inscrit au secteur peut poser sa candidature sur l'un des postes du conseil sectoriel, sous réserve de deux mandats consécutifs à ce même poste.

Tout membre régulier et en règle qui a occupé un poste électif pour la durée maximale prévue aux Statuts et règlements de l'AREQ ne peut présenter sa candidature à ce même poste avant qu'il ne se soit écoulé une période de trois ans.

6.02 Durée du mandat

Les membres du conseil sectoriel sont élus pour des mandats de trois ans et entrent en fonction au moment de leur élection respective :

- a) L'élection de la présidence, à la 2eme vice-présidence, au secrétariat et de la 2eme conseillère si besoin, a lieu l'année du Congrès ordinaire, lors de l'assemblée générale sectorielle et qui précède l'assemblée générale régionale;
- b) L'élection des personnes à la 1ere vice-présidence, à la trésorerie et la 1ere conseillère si besoin, a lieu l'année qui précède le Congrès ordinaire lors de l'assemblée générale sectorielle et qui précède l'assemblée générale régionale;

P.S Toute question relative aux politiques, statuts et règlements se retrouvent dans le document officiel de l'AREQ dont chacun des membres du Conseil disposent et qui peuvent être partagés avec tout membre en règle du secteur si besoin.



Mot du président de la région

Bonjour à tous,

Le temps passe vite. Nous planifions la dernière année de mon deuxième mandat à la présidence régionale.

Notre année 2025-2026 est bien amorcée. Nous avons participé avec les membres des conseils sectoriels et leur délégation à une rencontre à Rivière-du-Loup. En partenariat avec la région 3 : Québec-Chaudières Appalaches, nous avons exploré quelques thèmes préparatoires aux orientations de l'areq, qui seront présentés au Congrès 2026 à Lévis. Lorsque toutes les régions seront visitées, une mise à jour sera présentée aux participants. Par la suite, un plan d'action suivra pour le prochain triennat 2026-2029.



L'areq poursuit son plan de développement. En novembre 2025,

60 482 membres au national. Pour la région 01, Bas-Saint-Laurent-Gaspésie-Les-Iles-Côte-Nord; 4602 , dont 4461 membres réguliers et 141 membres associés. L'arrivée de nouveaux membres associés, les visites de l'AREQ, des Fédérations de la CSQ, la campagne élargie d'adhésion au régime Santé Plus et l'adhésion de membre après un jour à la CSQ, permettent à notre association d'augmenter considérablement le nombre de nos membres à notre association.

Je remercie les membres qui se sont déplacés pour notre AGR 2025, aux Îles- de -la-Madeleine, en juin 2025. Une rencontre très intéressante où nous avons joint l'utile à l'agréable. Je vous invite à participer à Carleton en 2026. Nous vous attendons au Riotel (Hôtel Baie Bleue) le 1er mai . Des informations vous parviendront après les fêtes par votre présidence de secteur. À cette occasion, il y aura élection à la présidence régionale ainsi que le conseil exécutif de la région 01 . Bienvenue à vous tous

Mes visites de secteurs sont engagées. Je devrais tous vous rencontrer avant ou durant votre AGS. Ce sera pour moi une dernière visite avant la fin de mon mandat.

En cette période des fêtes, je vous souhaite une année remplie de belles surprises. Une nouvelle année 2026 de santé et de bonheur.

Raoul Déraspe, président régional 01



**Faites découvrir l'AREQ et ses assurances...
et faites-vous plaisir!**

Vous connaissez des personnes dans votre entourage qui envient votre régime d'assurance collective, ses avantages exclusifs et ses tarifs imbattables?

Le moment est idéal pour leur parler de la nouvelle campagne d'adhésion à l'AREQ et de la possibilité d'adhérer au régime d'assurance maladie Santé ou Santé Plus ASSUREQ.

Qui peut adhérer ?

Toutes les personnes retraitées ayant déjà été membres d'un syndicat affilié à la Centrale des syndicats du Québec (CSQ) au cours de leur carrière sont admissibles. Cela inclut notamment celles ayant travaillé dans :

- l'enseignement;
- le soutien scolaire;
- la santé;
- les organismes communautaires;
- les services de garde et la petite enfance.

Une occasion unique..., mais à durée limitée!

Du **1^{er} janvier au 31 mai 2026**, l'AREQ offre une campagne d'adhésion spéciale permettant à celles et ceux qui, au moment de leur retraite, n'avaient pas pu se joindre à l'AREQ de le faire maintenant.

C'est l'occasion parfaite de profiter de tous les avantages réservés aux membres, dont le régime d'assurance ASSUREQ, offert en deux formules : Santé et Santé Plus.

Pourquoi l'assurance maladie ASSUREQ est-elle si exceptionnelle?

- Des tarifs imbattables, qui n'augmentent pas avec l'âge;
- Une assurance voyage couvrant jusqu'à 6 mois consécutifs;
- Une couverture pour la vie;
- Une adhésion simple, sans preuve de bonne santé;
- La continuité de l'assurance pour la personne conjointe survivante;
- ... et bien plus encore!


Vous êtes nos meilleurs ambassadeurs

Parlez-en autour de vous ! Faites connaître cette occasion unique de bénéficier d'une assurance collective exceptionnelle à la retraite.

Pour toute information, vos proches peuvent joindre l'AREQ au 1 800 663-2408. Nous nous occupons du reste !

Référez... et régalez-vous!

Chaque fois qu'une personne que vous avez référée devient membre dans le cadre de la campagne :

-  Vous recevez une carte-cadeau de 25 \$ chez Ben & Florentine.
1 nouvelle adhésion = 1 carte-cadeau!

Et c'est sans limite; plus vous référez, plus vous savourez!

Vie associative

Assemblée générale 1 mai 2025



Pique-nique 20 juin 2025



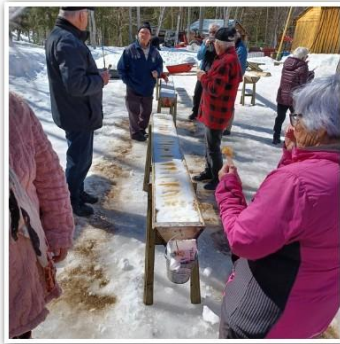
Accueil du 11 septembre 2025



Dîner de Noël 13 décembre 2025



Cabane à sucre 10 avril 2025



Diner récolte 16 octobre 2025



Diner de la St-Valentin le 12 février 2026



**Fondation Laure Gaudreault
Remise du chèque de la FLG Au
Patrimoine de Ste-Angele de Mérci**

De la vitalité à la Sérénité

Bonjour à vous , membres de l`Areq.

Je vous souhaite une belle année 2026 remplie de vitalité et de bonne santé et ce, dans la sérénité.

Je voudrais vous partager une découverte bienveillante que j`ai faite il y a 8 ans. J`ai du abandonner le yoga et le Qi Gong est arrivé dans ma vie au bon moment. Je cherchais une activité plus douce et mieux adaptée à ma condition et qui aiderait mon esprit et mon corps.

Le Qi Gong est une gymnastique douce et un art de santé. Il combine mouvements lents, respiration et aide à apaiser notre esprit pour cultiver notre énergie vitale.

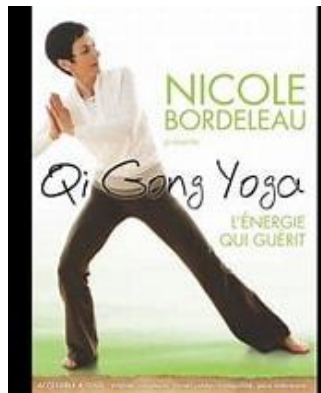
- Il vise à harmoniser le corps et l`esprit
- réduire le stress
- améliorer la souplesse
- améliorer l`équilibre
- la vitalité

dans la douceur et selon nos limites. On peut l`adapter à chacun de nous.

J`ai découvert cette pratique avec Nicole Bordeleau et ses vidéos sur Youtube :

- Le pouvoir du QiGong, vidéo de 27 min...
- L`énergie qui guérit, vidéo de 31 min.

Dans ces vidéos elle fait les mouvements en répétition mais vous pouvez y aller à votre rythme. Moi parfois, je passais certains mouvements ou les faisais moins souvent pour m`adapter à mon niveau d`énergie et c`était très bien.



J`espère que mon petit clin d`oeil pour 2026 pourra vous aider. L`essayer c`est l`adopter . Prenez soin de vous.

Nathalie Dupont membre de l`Areq.

Le Coin lecture



Ce qu'en dise les médias :

Publié en 2025, *Les Mères Veilleuses* de Suzanne Verreault est bien plus qu'un simple récit : c'est une plongée dans l'âme des familles québécoises. À travers l'histoire des Lévesque et des Verreault, ce roman familial et psychologique évoque les secrets enfouis, les traditions religieuses et les bouleversements sociaux qui ont marqué le Québec au XXe siècle.

Situé entre Mont-Joli, le Bas-Saint-Laurent et la Gaspésie, ce roman historique québécois est une fresque intergénérationnelle qui met en valeur la force et le courage des femmes. Un livre qui séduira les lecteurs avides de découvertes littéraires, passionnés par l'histoire du Québec et sensibles aux récits ancrés dans la mémoire collective. (Golfinger007)

Elle a lancé son premier roman le 18 septembre à la bibliothèque Jean-Louis-Desrosiers de Mont-Joli.

Le récit plonge le lecteur dans l'univers de trois générations de femmes confrontées aux épreuves de leur temps se promenant entre la construction du chemin de fer, l'implantation d'un aéroport militaire et

l'influence de l'Église. La vie de ces familles de Mont-Joli se trouve bouleversée.

À travers des non-dits, des secrets et de la résilience, Suzanne Verreault rend hommage à ces femmes fortes qui ont façonné l'identité du Bas-Saint-Laurent (25 septembre 2025 Télévision de la Mitis)

Ancré dans les paysages du Bas-St-Laurent et de la Gaspésie, *Les Mères Veilleuses* raconte le dévouement, l'amour inconditionnel, la force et la résilience des femmes face aux épreuves d'une vie. À travers les mensonges, les non-dits, les faiblesses, les craintes et les espoirs, trois générations de mères navigueront entre les règles dictées par l'Église, les croyances, les restrictions imposées par les conflits d'époque puis l'effervescence de l'après-guerre pour mener à bien leur mission, veiller au bien-être de leurs couvées. Qu'elles aient été des mères biologiques, d'adoptions ou de substitutions, ces femmes ont excellé dans leur rôle de *Mères Veilleuses*. (Librairie L'Alphabet)



Le premier tome de la série à succès de Freida McFadden s'intitule simplement La Femme de ménage (titre original : The Housemaid) et a été publié en 2022, lançant une trilogie de thrillers psychologiques qui a connu un immense succès mondial

Il suit Millie, une femme de ménage embauchée par une famille riche, qui découvre des secrets troublants et une

atmosphère de plus en plus toxique, surtout de la part de sa patronne instable, Nina

Pour les personnes qui adorent ce type de lecture, vous allez être emportés dans une histoire pas si folle que ça et qui vous amènera à suivre Nina avec les 3 autres...

En plus...

L'auteur Pierre Lemaître ne cesse de nous épater à chacun de ses livres.

Une amie proche me l'a fait découvrir autant de par son style d'écriture que les histoires en soi.

Son dernier livre encore tout chaud vous permettra de vous plonger dans Paris comme toile de fond et tout le suspense que Lemaître sait nous faire vivre....

Votre conseil sectoriel



Lise Anne Pineault, présidente
Denis Larocque, trésorier
Suzanne Beaulieu, secrétaire
Nathalie Dupont, 1^{ère} VP
Johanne Lévesque 2^{ième} VP
Deux postes vacants



L'AREQ MONT-JOLI-MÉTIS

AREQ Mont-Joli - Au 30 Janvier 2026

À ce jour, nous avons 239 membres dont 17 sont des membres associés;

4 nouveaux membres se sont joints à nous depuis le 1er juillet 2025;

4 membres sont décédés depuis le 1er juillet 2025;

2 membres ont démissionné;

Les proportions : 77% femmes, 23% hommes;

Nos membres sont répartis dans 29 municipalités du Québec;

80,3% des membres sont rejoints par courriel;

*La seule vraie cuisine commence
par le mélange d'amour et d'amitié.*

Gâteau froid au café

Ingrédients

1 boîte de biscuits Village
(environ 48 biscuits) émiettés

2 c. à table de beurre

2 jaunes d'œufs

¾ tasse de café très fort

¼ c. à thé de sel

1 c. à thé d'essence de vanille

1 livre (454 g) de sucre à glacer

2 c. à tab de cacao



Préparation

- Dans un petit bol, mélanger le sucre glace et le cacao. Réserver.
- Dans un grand bol, mélanger le beurre, les jaunes d'œufs, le café, le sel et l'essence de vanille.
- Ajouter la préparation de sucre glace aux éléments humides. Bien brasser et ajouter les biscuits émiettés.
- Déposer la préparation dans un plat carré chemisé de papier ciré, recouvrir d'un autre papier ciré et bien tasser la préparation.
- Mettre au frigo 1 heure, couper en carrés.

P.S. pour vous faciliter la tâche, mettre une petite quantité de biscuits dans un sac plastique et écraser à l'aide d'un marteau à viande. Continuer jusqu'à ce que tous les biscuits soient en miettes. Réserver.

Recette de ma grand-mère qui fait toujours du bien

Gâteau à la crème glacée

40 guimauves

½ tasse d'eau chaude

500ml de nutriwip

6 c.a soupe de sucre

Essence de vanille

Amandes effilées

Biscuits Graham

Préparation :

Fondre les guimauves dans l'eau chaude en brassant constamment et laisser refroidir

Fouetter le Nutriwhip avec le sucre et la vanille

Plier dans les guimauves fondues

Dans un moule rectangulaire, alterner couche de biscuits Graham et la préparation soit deux fois pour terminer avec la préparation

Saupoudrer d'amandes et mettre au congélateur 5 hrs

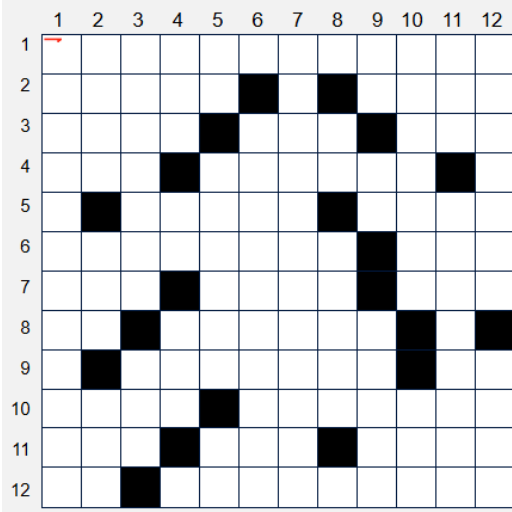


Lise-Anne

CHARIVARI

Trouver les réponses aux définitions en remettant les lettres dans l'ordre.

1. Rabat-joie.
EEGIINORT _____
2. En ce sens, signe de deuil.
AEENNNPT _____
3. Ténia parasite.
CEENORU _____
4. Ronflement pathologique.
ACEHHINOOPT _____
5. Partie postérieure d'un temple grec.
DEHIMOOPT _____
6. Art du ciselage.
EEIOQRUU _____
7. Mammifère caractérisé par un développement intra-utérin.
EEHINRTU _____
8. Café froid ou chaud servi dans un verre profond.
AAAGMNRZ _____
9. Malchance, poisse.
CEMNOOSUU _____
10. Qui a la dureté, l'éclat du diamant.
AADIMNNT _____
11. Plante des Andes.
ELLQUUU _____
12. Cantique consacré à Dionysos.
ABDEHIMRTY _____
13. Fromage de chèvre.
AACELNVY _____
14. Inflammation des paupières.
ABEEHILPRT _____
15. Équilibriste.
DEEEFFILRST _____



Voir les lettres mêlées

Trouvez un mot avec quelques lettres

Horizontalement

1. Qualité de ce qui est habitable
2. Volontairement oubliée - Est en action
3. Fureur - Liquide organique - Urus
4. Théâtre National de Nice - Aplatis
5. Récompense cinématographique - Greffe
6. Muselages - Période
7. Aurochs - Île grecque - Adj. poss.
8. Article - Réflexion
9. Personne qui parie - Indium
10. Joints - Met en ordre
11. Rocher - Sans inégalités - Cinéma (fam.)
12. Marque le temps - Certifiées

Verticalement

1. Branche de l'agriculture.
2. Pardon (Islam) - Époque - Négation
3. Arbrisseau grimpant - Oiseau
4. Baie du Japon - Police de Hitler - Très court
5. Tellure - Mousse - Ancienne note
6. Incisant
7. Commerce du bourelrier
8. Cela - Fille née du même père que soi
9. Note - Sélénium - Feuille de propagande
10. Reptiles - Dit qu'une chose n'existe pas
11. Lancer - Piaffe
12. Écimées - Issues

Il et elles nous ont quittés...



Marie Deschênes (28 octobre 2025)

Georgette D'auteuil (26 novembre 2025)

Claudette Chrétien (27 novembre 2025)

Mario Côté (6 janvier 2026)

Réponses du CHARIVARI.

1. Éteignoir
2. Panterne (en)
3. Cénure
4. Ronchopathie
5. Opisthodome

6. Toreutique
7. Euthérien
8. Mazagran
9. Scoumoune
10. Adamantin
11. Ulluque
12. Dithyrambe
13. Valençay
14. Blépharite
15. Fildefériste

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
1	H	A	B	I	T	A	B	I	L	I	T	E
2	O	M	I	S	E		O		A	G	I	T
3	R	A	G	E		S	U	C		U	R	E
4	T	N	N		E	C	R	A	S	A		T
5	I		O	S	C	A	R		E	N	T	E
6	C	E	N	S	U	R	E	S		E	R	E
7	U	R	E		M	I	L	O		S	E	S
8	L	E		R	E	F	L	E	T		P	
9	T		P	A	R	I	E	U	R		I	N
10	U	N	I	S		A	R	R	A	N	G	E
11	R	O	C		U	N	I		C	I	N	E
12	E	N		A	T	T	E	S	T	E	E	S

Conseil sectoriel

Présidente :	Lise-Anne Pineault
Première Vice-présidente :	Johanne Lévesque
Deuxième Vice-président:	Jean-Marc Cormier
Secrétaire :	Suzanne Beaulieu
Trésorière :	Carole Boileau
Première Conseillère :	Josette Richard
Deuxième Conseiller :	Denis Larocque

Responsables des Comités	
Hommes :	Denis Larocque
Femmes :	Micheline Barriault
Environnement et développement durable :	André Gamache
Assurances :	Lise-Anne Pineault
Action socio Politique :	René Claude Ouellet
Retraite :	Lise-Anne Pineault

Collaborateurs au journal	
Lise-Anne Pineault	Raoul Deraspe
Josette Richard	Pierre-Paul Chouinard
Nathalie Dupont	Johanne Lévesque

Rions un peu !

