

## NOUVELLES / ÉVÉNEMENTS DU MOIS

- ⚙️ **Le jeudi 20 mai 2010** : Assemblée générale annuelle de votre Association AQDR Montmagny-L'Islet, précédée d'un dîner (Voir l'ordre du jour en page 2).
  - ⚙️ **Du 03 au 09 mai 2010** : Semaine nationale de la santé mentale  
« Êtes-vous bien entouré? Un réseau, ça se construit ».
  - ⚙️ **Le 15 juin 2009** : Journée internationale de sensibilisation sur les abus envers les aînés. Thème : « *Chaque victime compte* ».
  - ⚙️ **Les 4 et 5 août 2010** : Formation sur les droits et libertés des personnes vieillissantes.  
**Informations** : AQDR Montmagny-L'Islet, Claire au 418.248.2333.
- TEL-ÉCOUTE Un rappel - Nos écoutants sont là pour vous offrir une oreille attentive 7/7.**  
Du lundi au vendredi de 18h à 3h du matin Samedi et dimanche de 12h à 3h du matin.  
> Montmagny : 418-248-4445 > L'Islet : 418-598-3393 > Sans frais : 1-877-559-4095  
ANONYME, CONFIDENTIEL et GRATUIT

### NOUS SOUHAITONS RECEVOIR VOS COMMENTAIRES ET RÉFLEXIONS AFIN DE CRÉER LE « COIN DU LECTEUR ».



- Vous vous posez des questions sur vos droits?
- Vous avez un problème et vous désirez en parler?
- Vous souhaitez obtenir des renseignements sur un sujet?
- Vous désirez de l'écoute attentive?
- Vous vivez une situation de pertes (limites, diminution de vos capacités, etc.)?

*Un simple appel et nous pouvons vous aider ou vous référer au bon endroit.*

Le **Service de Proximité** a pour objectif de vous donner un lieu d'écoute et un service d'aide pour mieux comprendre les diverses démarches à faire afin d'obtenir les services ou le support dont vous auriez besoin.

N'hésitez pas à nous contacter au **418.248.2333** ou sans frais au **1 877.948.2333** ou venez nous rencontrer à nos points de service. Claire se fera un plaisir de vous répondre.

#### Points de service :

**L'Islet** (284, boul. Nilus-Leclerc)  
**Saint-Pamphile** (3, Elgin Sud)

**Montmagny** (134, rue Saint-Jean-Baptiste Est)  
**Saint-Fabien-de-Panet** (195, rue Bilodeau)

**Ce service est Confidentiel et Gratuit.**

#### Conseil d'administration 2009-2010 :

Présidente :	Colette St-Onge, 247.5246	Administratrices :	Annette Bélanger, 598.7207
Vice-présidente :	Poste vacant.		Pauline Bélanger, 598.3878
Secrétaire :	Marcelle J.-Deschênes, 247.5981		Estelle Pelletier, 598.7038
Trésorière :	Christiane Gendron, 248.2011		Micheline Bourdeau, 247.3744

Responsable du bulletin : Colette St-Onge, 247.5246  
Collaboratrices : Annette Bélanger, Georgette Aubin  
Mise-en-page : Guylaine Hudon  
Site Internet : [www.aqdr.org](http://www.aqdr.org) Courriel : [aqdr.lislet@videotron.ca](mailto:aqdr.lislet@videotron.ca)

Pour nous rejoindre : AQDR Montmagny-L'Islet

☎ 418.248.2333 Sans frais : 1 877 948.2333 📠 418.248.2334

Adresse postale : 74, avenue Couture, Montmagny, G5V 3Y5

**NOUS AIMERIONS RECEVOIR VOS COMMENTAIRES ET SUGGESTIONS.**

## L'Arbre et ses Racines



MRC Montmagny et L'Islet

Bulletin mensuel numéro 41

Mai 2010

**Association québécoise de défense des droits  
des personnes retraitées et préretraitées**

### MOT DE LA PRÉSIDENTE

#### S'INFORMER, OUI MAIS...

**L'**hyper-information est génératrice de stress. Ai-je lu tout ce qu'il fallait? Est-ce que c'est vrai ce qu'on dit? Si je décide de ne plus lire les journaux est-ce une paresse intellectuelle ou une fuite du réel? Mais au fait, c'est quoi le Réel? Se poser ces questions c'est déjà y répondre, du moins en partie.

Parfois, j'ai le goût de revenir à l'essentiel et de me consacrer à des gestes simples comme désherber ma plate-bande, planter un arbuste, arroser une fleur. Mais soyez sans crainte nous allons continuer de vous informer, sobrement, avec honnêteté et un brin d'humour.

En mai, c'est le mois des bilans pour les organismes. Nous vous invitons donc à venir partager avec nous un repas convivial. Nous vous présenterons des informations sur les activités de l'année qui s'achève, un rapport sur le sondage que vous avez complété en grand nombre, pour notre grand plaisir, et un aperçu des projets de l'année qui s'en vient.

Voilà, le grand ménage sera fait et de nouveaux horizons pourront s'ouvrir avec des touches de couleurs que vous aurez osé nous apporter. Nous bouclerons ainsi les activités, comme on boucle ses valises, pour partir en vacances.

Colette St-Onge

### ACTUALITÉ

#### À QUI FAIT-ON CONFIANCE?

**L'**a confiance est devenue une denrée rare. Pourtant, c'est « *un ingrédient fondamental de la vie en société, le lien qui nous relie les uns aux autres.* »<sup>1)</sup> On fait confiance aux gens vertueux. Ils sont perçus comme des phares dans la nuit. Selon un sondage fait récemment auprès de 300 canadiens, l'altruisme semble un facteur déterminant car le champion toute catégorie c'est le père Emmett Johns, fondateur de « *Dans la rue* » organisme montréalais qui aide les jeunes sans abri.

(Vous trouverez les quatre facteurs propices à la confiance en page 3.)

<sup>1)</sup> Diane Pacom, professeure de sociologie à l'Université d'Ottawa.

## VOS DROITS

### L'Assemblée générale annuelle AQDR Montmagny-L'Islet - Avis de convocation

Vous êtes, par la présente, convoqués à l'assemblée générale annuelle de l'AQDR Montmagny-L'Islet, le **jeudi 20 mai 2010**, à 13h00, au Centre Rousseau, 390, rue Verreault, Saint-Jean-Port-Joli.

## ORDRE DU JOUR

1. Ouverture de l'assemblée.
2. Lecture et adoption de l'ordre du jour.
3. Lecture et adoption du procès-verbal de l'assemblée générale annuelle du 14 mai 2009.
4. Rapport des administrateurs et bilan des activités de l'année 2009-2010.
5. Proposition pour la ratification des actes des administrateurs 2009-2010.
6. Présentation et adoption des états financiers 2009-2010.
7. Présentation et adoption des prévisions budgétaires 2010-2011.
8. Nomination d'un vérificateur pour l'exercice financier 2010-2011.
9. Présentation du plan d'action pour 2010-2011.
10. Présentation et ratification des Statuts et Règlements de la Section.
11. Questions diverses.
12. Nomination du président et secrétaire d'élection.
13. Dépôt des mises en nomination.
14. Élections.
15. Présentation du nouveau conseil d'administration.
16. Mot du président(e) du nouveau conseil d'administration.
17. Clôture de l'assemblée.

Il y a trois (3) postes d'administrateurs en nomination.

Par Marcelle J.-Deschênes, secrétaire

#### \* Règle de fonctionnement de la Section \*

Candidature : Article 5.13.5 e) « ... une proposition n'a besoin que d'un proposeur. Une mise en nomination par procuration est acceptable si elle est présentée par écrit et endossée par deux adhérents de la section. »

« Un coup de dés jamais n'abolira le hasard. » Poème de Stéphane Mallarmé

## ANNIVERSAIRES

Morneau, Simonne  
Pelletier, Carmelle  
Soumis, Huguette  
St-Pierre, Majoric  
Cloutier, Huguette  
Houle, Gaston  
Gagnier, Marjolaine  
St-Pierre, Marguerite



Lauzé, Claudine  
Bourdeau, Marie-Rose  
Coulombe, Diane  
Morissette, Marcelle  
Morin, Annette  
Sirois, Laurie  
Caron, Émilie  
Lord, Lucienne  
Julien, Denis

## RECETTE D'ANNETTE

### Marmelade à la rhubarbe

4 tasses de rhubarbe épluchée et coupée en dés  
4 tasses de sucre  
1 tasse d'ananas broyés égouttés  
1 paquet de *Jello* non dilué



Cuire la rhubarbe, le sucre, les ananas pendant 15 minutes.  
Ajouter le *Jello* en poudre.  
Remuer pour bien faire fondre.  
Mettre en pot.

*Jello* : fraises, framboises, cerises, à votre choix.

## HUMOUR

### LES AVANTAGES D'AVOIR 50 ANS OU PLUS!

- ☺ Personne ne s'attend à te voir courir partout.
- ☺ Les gens te téléphonent à 21h00 et te demandent s'ils t'ont réveillé.
- ☺ Tu ne considères plus les limites de vitesse sur la route comme des défis.
- ☺ Ta vue ne baissera pas beaucoup plus.

### Quatre facteurs propices à la confiance :

- La discrétion.*
- La franchise et l'honnêteté.*
- La compétence et le savoir-faire.*
- Le sens des responsabilités.*



Reconnaissons ici quelques ingrédients qui font le bonheur de nos proches, le nôtre et l'impression de toucher le *Réel*.