



Association québécoise
des retraité(e)s des secteurs
public et parapublic



AQRP-Secteur Drummond

LA RUMEUR

Volume 27, no 2

Mars 2026

Comment être heureux !

Être heureux c'est aimer la vie, toute la vie, avec ses hauts et ses bas, ses traits lumineux et ses phases de ténèbres, de plaisirs et de peines.

C'est aimer les saisons de la vie : l'innocence de l'enfance et la fragilité de la vieillesse, ses rêves, le déchirement de l'adolescence, la plénitude et les déceptions de l'âge mûr.

C'est aimer la naissance et c'est apprendre à apprivoiser la mort. C'est traverser les chagrins pleinement et sans retenue de tous les événements heureux et accepter ceux qui sont malheureux.

C'est aimer le cœur grand ouvert, vivre intensément chaque instant qui nous est gracieusement donné.

Gardons une façon d'être optimiste qui consiste à garder sa tête pointée vers le soleil et les pieds en mouvement.

Réjeanne Côté

Prochaine parution : 5 juin 2026

Date de tombée : 8 mai 2026

Votre comité AQR Secteur Drummond 2025-2026

Johanne **St-Pierre**, 819 473-2316, présidente, activités

Julie **Rajotte**, 418 914-5040, vice-présidente, site Web, responsable de la base de données

Lynda **St-Pierre**, 819 826-1601, trésorière, activités

Thérèse **Béliveau**, 819 474-6656, secrétaire

Administrateur(trice)s

Daniel **Jutras**, 819 477-0170, président régional, délégué à la Table de concertation régionale des aînés

André **Allard**, 819 471-1438, responsable du bulletin *La Rumeur*, vice-président régional, commanditaires

Christiane **Simard**, 819 818-6631, responsable de l'équipe des activités

Ginette **Durand**, 819 471-2596, activités

Mario **Charette**, 819 960-8884, délégué à la Table de concertation des aînés

Conseil régional AQR Centre-du-Québec 2025-2026

Daniel **Jutras**, président

André **Allard**, 1^{er} vice-président

Denise **Vermette**, 2^e vice-présidente

Lynda **St-Pierre**, trésorière

Julie **Rajotte**, secrétaire

Administrateur(trice)s

Marielle **Leclerc**

Johanne **St-Pierre**

Christiane **Simard**

Yves **Moreau**

Anne-Marie **Bernier**

Mario **Charette**

Pour la messagerie

Contactez Thérèse **Béliveau** au **819 474-6656**

Sommaire

Comment être heureux !	1
Comité AQR-Secteur Drummond	2
Conseil régional Centre-du-Québec	2
Faire plus ample connaissance avec...	3
Saviez-vous que	4
Mot de la présidente	5
Recrutement	5
Réflexion	6
Bienvenue aux nouveaux membres	7
Table de concertation des aînés	8
Mot du président régional	9
Convocation ASA	10
Recherche de candidat·e·s	11
Voyage en Égypte	12
La langue de chez nous	14
Moment de recueillement	14
Les Noël de mon enfance	15
J'ai lu pour vous	17
Retour sur nos activités	18
Ligue de quilles du Secteur Drummond	19
Prochaines activités	20

Rédaction de La Rumeur

Nicole **Lauzière**

Ginette **Durand**

Collaborateurs à La Rumeur

Daniel **Lavoie**

Réjeanne **Côté-Charpentier**

Monique **Pellerin** Yolande **Plasse**

Personnes-ressources

Quilles : Lucille **Landry**

Photos : Daniel **Jutras**

**Prix de l'abonnement : 10 \$/an
pour les non-membres**

Faire connaissance avec Marcel Côté

Par Daniel Lavoie

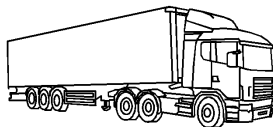
M. Marcel Côté est originaire de l'Avenir. Son père Edgar et sa mère Maria Fréchette ont eu 6 enfants dont 5 garçons, Paul (Paulo) décédé en 1999, Jean décédé en 2025, Réjean et Yves décédés en 2014. Marcel et Jocelyne sont les survivants de la famille.

De son mariage avec Suzy Raymond, 2 filles sont nées ; Annie en 1973 (conjoint Claude Charbonneau), et Andrée-Anne en 1983 (conjoint Mike Pacino), qui ont 2 magnifiques enfants Milan et Elena.

Il a étudié à l'École Jean-Raimbault et au Centre de Formation professionnelle Paul-Rousseau.

Ils ont le bonheur de vivre maintenant dans un jumelé à côté de leur fille qui l'a fait construire. Après avoir hébergé son beau-père pendant 29 ans, c'est maintenant à son tour de se faire gâter. Dans la vie, on a souvent ce qu'on mérite.

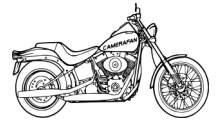
Au cours de sa vie active, il a été chauffeur de camion et ce, depuis l'âge de 15 ans. Il a débuté pour l'entreprise André Boyce et fils de l'Avenir (spécialisé dans le creusage de fossés), et dans différentes autres entreprises par la suite. Il a aussi été mécanicien de machineries lourdes pour le garage Yergeau et frères, et mécanicien automobile chez Nicolas Esso. De 1980 à 1985 il a possédé un camion avec son frère Paulo ; ils couvraient toute la Côte Est des États-Unis jusqu'en Floride.



De 1985 jusqu'à sa retraite en 2013, il a travaillé au Ministère des Transports du Québec à Drummondville comme chauffeur de camions, et suite à un accident de travail en 2008, Marcel a terminé sa carrière comme Adjoint aux opérations.

Comme loisirs, il s'adonne à la menuiserie. Il travaille présentement sur un projet ambitieux : la construction d'une maquette de train électrique. Le projet comporte 150 wagons sur une plateforme de 6' X 16' avec un dôme rétractable pour la gare.

Marcel et Suzy font aussi de la moto. Ils en ont fait en Floride. Ils ont participé au rassemblement *Americade au Lake George*. C'est le rassemblement de moto de tourisme le plus réputé du Nord-Est américain. Ces dernières années, ils sillonnent le Québec et découvrent les panoramas de notre province.



Marcel s'est joint à la Légion royale canadienne et ils ont le projet de restaurer un canon en vue de l'exposer à la légion, rue Saint-Louis à Drummondville.

Il est membre de notre association depuis 4 ans. Vous reconnaîtrez Marcel à sa voix percutante, surtout quand l'assemblée manque de discipline... Qui ne se souvient pas également de son intervention en rapport avec la discussion sur l'origine d'un de nos mets nationaux c'est-à-dire *la poutine*.

Je vous invite à faire plus ample connaissance avec Marcel Côté. Son authenticité et sa verve vous intéresseront et vous charmeront assurément.

J'ai donc eu l'agréable plaisir d'en faire une courte présentation.

Maintenant à
Drummondville,
on donne du plasma.

NOUVEAU
Centre de dons Héma-Québec

Prendre rendez-vous au hemaquebec.ca
ou par téléphone au 1800 343-7264



819 478-6464 poste 66285

Comité des
usagers
Drummond



comiteusagers_drummond@ssss.gouv.qc.ca

Saviez-vous que

par André Allard



Auto-défense pour femmes



Dans le cadre de la Journée internationale des Droits des Femmes, lundi le 9 mars 2026 de 9 h à 16 h, CALACS offrira des cours d'auto-défense pour les femmes. Les places sont limitées, mais ont nous dit que s'il y a de la demande, la formation pourra être refaite. Vous pouvez vous inscrire

info@calacs-lapasserelle.org ou au 819 478-3353

Saine alimentation chez les personnes âgées



Un nutritionniste de la Santé publique du CIUSSS Mauricie-Centre-du-Québec, nous a expliqué sommairement une formation qui peut être donnée aux aîné·e·s et aux personnes qui œuvrent auprès d'eux.

La formation comporte une boîte à outils pour guider les personnes à faire de bons choix, un quiz afin de rendre la présentation plus vivante et illustrer concrètement les choix possibles, et des outils pour aider à faire les bonnes sélections. On y parle aussi de sécurité alimentaire.

Rappelons l'importance des fibres et des protéines pour les aîné·e·s. L'hydratation est souvent insuffisante. Il faut viser 1,5 L de liquide par jour, incluant tisane, soupe, lait et idéalement de l'eau.

Nous tenterons d'obtenir cette présentation à un de nos déjeuners de l'an prochain.

Salon santé et bien-être 50+ 2026



Le Salon se tiendra les 17 et 18 octobre 2026 aux Promenades Drummondville. L'AQRP y tiendra fort probablement un kiosque. Au dernier salon, plus de 5 500 visiteurs ont participé.

UQTR



Université du Québec
à Trois-Rivières

UTA Université du troisième âge

819-376-5074 uta@uqtr.ca

Bénéficiez d'un rabais de 10%



Mot de la présidente

Comité AQRP - Secteur Drummond



Johanne St-Pierre
Présidente du Secteur
Centre-du-Québec

Ces lignes ont été écrites en janvier 2026 alors que notre belle planète subissait d'horribles bouleversements touchant les pays du monde entier. Espérons que l'arrivée du printemps nous réserve de merveilleuses surprises.

Quoi qu'il en soit, soyez assurés que votre association demeure toujours présente pour favoriser le bien-être des aîné-e-s et la défense de leurs droits. Si vous avez des inquiétudes quelconques, des services vous sont offerts grâce à l'AQRP, et ce en toute confidentialité. Vous n'avez pas à vivre tout ça seul.

En renforcement, des sorties rassembleuses planifiées dans notre beau Québec, de même qu'en Ontario, vous apporteront de petits bonheurs au quotidien et de grands projets enthousiasmants. Entre autres, un voyage mémorable organisé en VIP par Groupe Voyage Québec nous permettra de vivre un séjour magnifique du 11 au 17 juillet prochain aux Îles de la Madeleine.

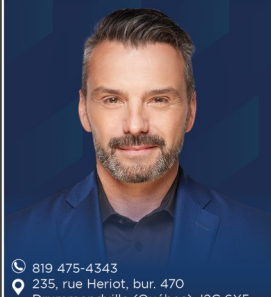


Joignez-vous à nous pour partager des moments empreints de bonheur, de fraternité et faire de belles découvertes. Ensemble, il est possible de créer des expériences joyeuses et inoubliables.

Recrutement de nouveaux membres

Voici la façon de procéder pour recruter un nouveau membre : chaque membre peut recruter et ainsi obtenir les 25 \$ alloués pour chaque recrue.

- Vous pouvez aller directement sur le site web provincial de l'AQRP : www.aqrp.ca/adhesion. Pour que la personne qui vous réfère reçoive le montant alloué, vous devez y inscrire son nom et son numéro de membre sur le formulaire.
- Pour plus de renseignements, vous pouvez également rejoindre la responsable du recrutement de notre secteur, soit : Johanne St-Pierre, au 819 473-2316. Notez qu'elle ne fournit pas de formulaire.



Sébastien SCHNEEBERGER
DÉPUTÉ DE DRUMMOND-BOIS-FRANCS

819 475-4343
235, rue Harriot, bur. 470
Drummondville (Québec) J2C 6X5
sebastien.schneeberger.drum@assnat.qc.ca

ASSEMBLÉE NATIONALE DU QUÉBEC



André Lamontagne
Député de Johnson
Drummondville: 819 474-7770
Acton Vale: 450 546-3251

ASSEMBLÉE NATIONALE
QUÉBEC

Réflexion

Avec l'âge, on perd des illusions. On apprend quelques vérités, dures mais précieuses :

- 1 **Les enfants ne sont pas un remède à la solitude.** On nous a répété « Élève bien tes enfants, ils seront là. » Mais la vie n'est pas un conte de fées. Ils ont leurs propres batailles, leurs factures, leurs familles... Les enfants remplissent ton cœur, pas ton quotidien. Et c'est normal.
- 2 **La santé est ta seule vraie richesse.** Un jour, ton corps te rappelle qu'il n'est plus ton esclave. Marcher, se lever, respirer... tout demande un peu plus d'effort. C'est là que tu comprends : sans santé, tout le reste s'efface. Savoir demander de l'aide, c'est sage et ça demande de la gratitude en retour.
- 3 **L'argent ne remplace pas l'amour, mais il donne la liberté.** Ne compte pas sur le système, ni sur personne. Sauve, investis, prépare-toi, même modestement. L'indépendance, ce n'est pas de la froideur : c'est de la dignité.
- 4 **Crée ton propre bonheur.** Arrête d'attendre qu'on t'appelle, qu'on te visite, qu'on t'écoute. Prépare-toi un bon repas, lis ton livre, regarde un coucher de soleil. Apprends à aimer ta propre compagnie, c'est la plus belle force.
- 5 **Ne deviens pas ton malheur.** Ne répète pas " tout fout le camp " .Ne laisse pas l'amertume prendre la place du sourire. Les gens ne fuient pas la vieillesse, ils fuient la tristesse. Reste vivant, même silencieusement.
- 6 **Laisse le passé où il est.** " Le bon vieux temps " était beau, par moment, oui... Mais il n'a peut-être pas existé tel qu'il est embelli par ta mémoire. Et si tu regardes trop en arrière, tu oublies de vivre aujourd'hui.



Vieillir est un autre chapitre. C'est apprendre à vivre plus lentement, mais plus vrai. Avoir le cœur tranquille et l'âme toujours en feu. Parce qu'à tout âge, on peut encore choisir la paix, la dignité et la lumière.

Source inconnue

Louise Boucher

(PromoLire), Lou Benedict écrivaine



À nos nouveaux membres Du 1^{er} octobre 2025 au 31 janvier 2026

Lucie Allard
Jocelyne Allard Sawyer
Lysanne Barré
Mariette Beaudet
Hélène Beaudoin
Claude Benoit
Brigitte Bergeron
Micheline Boisvert
Yvan Bouvet
Lucie Descoteaux
Guylaine Dionne

Pauline Fafard Blanchette
Richard Gingras
Manon Jubinville
Jocelyne Lanthier
Éliane Lapointe
Gérald Leclerc
Christiane Lemay
Nicole Letendre Clair
Monette Martin
Nicole Massé
Claudette Maynard

Marie-Paule Morin
Mariette Pelletier
Robert Pépin
Sylvie Poirier
Lucie Poisson
Chantal Proteau
Michel Raymond
Sylvie Roy Boutin
Pierre Savard
Michelle St-Pierre
Majo Thibault



Depuis plus de 35 ans, les Résidences Pelletier se dévouent à offrir aux retraités un milieu de vie familial où confort, sécurité et plaisir de vivre se rencontrent. Chaque journée est une occasion de créer des liens, de s'amuser et de profiter pleinement de la vie grâce à nos nombreuses activités et fêtes thématiques. Nos équipes attentionnées veillent à votre bien-être, de jour comme de nuit. Venez découvrir la chaleur de notre grande famille. Un simple coup d'œil, et vous serez conquis !



Les Résidences Pelletier
Milieux de vie pour retraités

Les Résidences Pelletier, c'est l'endroit pour ÊTRE!

Terrasses de la Fonderie: (819) 472-5454 | jgarand@residencespelletier.ca | 1450 Rue Hébert

Jardins de la Cité: (819) 475-0545 | bparadis@residencespelletier.ca | 275 rue Cockburn

Centre d'hébergement St-Joseph: (819) 472-0942 | alemaire@hebergementstjoseph.ca | 360 Rue Melançon

Centre d'hébergement St-Frédéric: (819) 474-5938 | plcote@hebergementstfrederic.ca | 198 Rue Lindsay

Centre d'hébergement Nicolet: (819) 293-5494 | administration@hebergementnicolet.ca | 631 Rue Bocage

Table locale de concertation

des personnes âgées du Centre-du-Québec



Mario Charette

Le 27 novembre 2025, l'AQRP était présente à la Table de concertation des aînés de la Municipalité régionale de comté (MRC) de Drummondville. Quelques représentants d'organismes se sont succédés afin de nous entretenir relativement sur les différentes activités découlant de leurs champs de compétence.



En premier lieu, M^{me} Roxane Leboeuf nous a fait un éveil sur l'organisme, Le Gérontopôle. Celui-ci fut lancé en novembre 2024 et regroupe des intervenants de la ville de Drummondville, de la MRC ainsi que des représentants des secteurs économiques. À l'origine, son but en était un de recherche, de communication, de formation et ce, dans le but de créer des ponts entre la recherche, les milieux politiques et les décideurs publics et à dynamiser la synergie et qui plus est, de stimuler l'innovation des aîné·e·s.

Ce regroupement s'est alors donné comme mission, d'encourager la collaboration et surtout en ce qui concerne l'alimentation et la santé mentale au travail, en mettant l'accent spécifiquement sur l'adhésion des aîné·e·s face au numérique et aussi sur l'inclusion des travailleurs expérimentés. Pour en savoir plus sur le sujet, nous vous invitons à visiter le site suivant : www.gerontopole.ca

En deuxième temps, 3 chercheurs en gérontologie nous ont alertés sur l'importance des changements climatiques et du vieillissement de la population, et ont suscité notre éveil relativement au réchauffement de la planète. Nous nous sommes aussi penchés sur les conséquences de ce réchauffement : chaleur intense, précipitations *versus* inondations.

Il faut donc s'interroger sur l'importance de développer nos connaissances en matière de protection. C'est d'autant plus important que les personnes de plus de 65 ans se retrouvent au 2^e rang au classement de la population vulnérable Ceci fait de nous les gens les plus vulnérables face à ces résultats de la recherche. C'est aussi à partir de ces résultats qu'a vu le jour l'organisme : Les retraité·e·s au service de l'environnement (R.I.S.E).

Ils organisent des ateliers pendant lesquels ils se penchent sur le phénomène et envisagent des solutions à court et à long terme.



Finalement, M^{me} Julie Desgranges, instigatrice du projet, est venue nous entretenir sur un nouveau service de transport adapté nommé AUTOHOME ; il s'agit d'un véhicule adapté en autopartage, qui est disponible 24 heures sur 24, 7 jours sur 7. Afin d'adhérer à ce service, que ce soit en tant que conducteur ou utilisateur, il suffit de devenir membre à un coût très minime. Ils peuvent être comptés, à la journée et/ou aux kilomètres à parcourir.

M^{me} Desgranges a terminé sa présentation en disant, l'autonomie c'est :

La liberté,
La simplicité,
La flexibilité.

Voici le lien afin d'adhérer et profiter de ce service : www.apehd.ca

La réunion s'est terminée avec une rétroaction sur le « Salon Santé et Bien-être 50 ans et + » qui s'est tenu aux Promenades Drummondville. Les visiteurs, les exposants, et même les commerçants, ont beaucoup apprécié et ont exprimé leur hâte de reprendre l'évènement l'an prochain.

Mot du président régional

AQRP Centre-du-Québec



Daniel Jutras

Bonjour à vous, membres de l'AQRP secteur Drummond, Au moment où vous lirez cet article, nous sommes en plein hiver, avec tous ses avantages et inconvénients . Je désire vous informer du lancement du programme de l'AQRP provincial « Ma retraite en santé » C'est un nouveau programme axé sur la santé globale et qui comprend notamment :

- 1- La prévention : mieux vaut prévenir que guérir. Vous pouvez suivre des conférences gratuites exclusives sur le thème de la prévention.
- 2- Prenez soin de votre santé mentale avec *Headspace*. C'est une plateforme mondialement reconnue pour ses programmes de méditation et de pleine conscience, et ce gratuitement.
- 3- La télémédecine : vous pouvez avoir accès à un professionnel, quand ça compte vraiment. Vous avez un accès illimité à des soins primaires *via Maple*, disponible de 7 h à minuit, 7 jours sur 7, et ce, gratuitement.
- 4- Bouger pour rester en santé : des capsules vidéo d'activités physiques adaptées et spécialement conçues pour les 50 ans et plus.
- 5- L'éducation en santé : c'est de bien vous informer pour mieux vivre. Chaque trimestre, vous recevrez une infolettre exclusive remplie de conseils et d'informations.

Le prix de lancement est de seulement 15 \$ par année. Faites vite pour pouvoir en bénéficier. De plus, une mise en place du nouveau moitié-moitié de l'AQRP, dont les fonds serviront directement à soutenir notre mission, incluant la défense des droits, les services aux membres et la promotion du bien-être des retraité·e·s.

Au 1^{er} janvier 2026, nous sommes à près de 20 000 \$ et le tirage est le 16 janvier 2026. Si vous êtes le gagnant, vous allez recevoir un appel téléphonique de l'AQRP.

Actions récentes en défense des droits : La défense du pouvoir d'achat et des conditions de vie des retraités demeure au cœur de notre mission.

Parmi les actions réalisées récemment :

- ☐ Des représentations continues auprès du gouvernement pour protéger le revenu de retraite et revendiquer une indexation plus juste et prévisible.
- ☐ La participation à plusieurs comités et regroupements afin de mieux faire entendre la voix de nos membres.
- ☐ Des suivis rigoureux sur les enjeux du régime de retraite du secteur public.

Pour terminer le secteur de Drummondville organise plusieurs activités pour 2026. Nous espérons grandement que vous y participerez.

De plus, n'oubliez pas d'inviter un ou une amie à joindre l'AQRP, vous recevrez toujours 25 \$ pour vous, par nouveau membre que vous nous référez.

Je vous souhaite un Bonne Année de plaisir auprès de notre association.

Avis de convocation

ASSEMBLÉE DE SECTEUR ANNUELLE (ASA) 2026 AQRP CENTRE-DU-QUÉBEC - SECTEUR DRUMMOND

Conformément aux règlements généraux de l'Association, vous êtes convoqués à l'assemblée de secteur annuelle de l'Association québécoise des retraité·e·s des secteurs public et parapublic - secteur Drummond.

Endroit : Érablière Prince
1785, 9^e Rang
Saint-Wenceslas
Jour : le jeudi 16 avril 2026
Heure : 10 h : assemblée annuelle de secteur
12 h : dîner
30 \$ pour tous



Aucun remboursement si annulation de la part des personnes ou non-présence

Johanne St-Pierre

Projet d'ordre du jour

ASSEMBLÉE DE SECTEUR ANNUELLE (ASA) 2026 AQRP CENTRE-DU-QUÉBEC - SECTEUR DRUMMOND

1. Ouverture de l'assemblée
Constatation du quorum
2. Lecture et adoption de l'ordre du jour
3. Lecture et adoption du compte-rendu de l'assemblée de secteur du 17 avril 2025
4. Rapport de la trésorière
 - 4.1 Rapport financier 2025-2026
 - 4.2 Prévisions budgétaires 2026-2027
 - 4.3 Bilan des activités
 - 4.4 Inventaire
5. Adoption des états financiers 2025-2026 et des prévisions budgétaires 2026-2027
6. Rapport des activités du comité de secteur par la présidente
7. Les postes vacants à combler (6)
Présentation du nouveau comité de secteur
8. Postes de directeurs au conseil régional
9. Assemblée générale annuelle de l'AQRP provinciale
10. La parole est aux membres
11. Levée de l'assemblée

Animatrice Johanne St-Pierre

RECHERCHE CANDIDATS ET CANDIDATES

ASSEMBLÉE DE SECTEUR ANNUELLE (ASA) DU 16 AVRIL 2026

Les membres du comité de secteur dont les mandats de deux ans se terminent sont : M^{mes} Lynda St-Pierre, Johanne St-Pierre et Ginette Durand (cooptée en cours d'année est également en élection). MM. Daniel Jutras, André Allard et Mario Charette. La personne intéressée à présenter un candidat ou une candidate, ou à se présenter elle-même, devra répondre aux critères d'éligibilité suivants :

- être membre en règle de l'AQRP;
- être proposé par deux (2) membres en règle de l'AQRP secteur Drummond;
- utiliser le bulletin de mise en candidature disponible chez la secrétaire de l'Association,
M^{me} Thérèse Béliveau au 819 474-6656;
- faire signer ce bulletin par le candidat ou la candidate et les deux proposeurs;
- être disposé à consacrer du temps bénévolement pour l'Association (durée du mandat : 2 ans);
- faire parvenir le formulaire avant le 16 mars 2026.

N.B. Il y a toujours possibilité de présenter un candidat ou une candidate sur place.

Les officiers dont le mandat prendra fin au sein du comité de secteur sont rééligibles.

Advenant le cas où les candidats seraient en nombre égal aux postes à combler, ces candidats seront proclamés élus lors de l'assemblée de secteur annuelle (ASA) du 16 avril 2026 et le déroulement prévu pour la votation sera annulé.

S'il y a plus de candidats que le nombre de postes à combler, le déroulement de la votation se fera lors de l'assemblée de secteur annuelle (ASA) du 16 avril 2026.

S'il y a moins de candidats que le nombre de postes à combler, les membres présents peuvent autoriser le futur comité de secteur à nommer un membre de leur choix pour combler le poste vacant. Les membres présents peuvent également proposer d'autres candidats ou candidates pour combler le poste considéré vacant après avoir déclaré élus les membres mis en candidature.

Les mises en candidature pourront être adressées à :

**Association québécoise des retraité·e·s
des secteurs public et parapublic (AQRP)
Mise en candidature
554, rue Brock
Drummondville (Québec) J2B 1E7**

Voyage en Égypte

Par Claude et Louise Larose

Oser choisir sa destination voyage...

Depuis 2007, nous avons vécu plusieurs voyages des plus intéressants. Avec le temps, la destination des voyages peut changer. En effet, au début nous recherchions le soleil, la tranquillité et le repos sur les plages du Sud. Aujourd'hui, nous voyageons plus vers l'Est ou l'Ouest pour découvrir le monde.

En octobre 2025, nous sommes allés en Égypte. Nous étions vraiment loin des plages du Sud. Avec l'agence *Spiritours*, nous embarquons sur les pas de la Sainte Famille et bien entendu le désir de découvrir l'importance de la civilisation égyptienne dans l'histoire.

Quand nous y pensons, nous avons visité plusieurs pays riches du patrimoine historique mondial. En 2014, nous avons visité l'Italie et sa capitale Rome. En plus des Catacombes, nous avons marché dans le Panthéon et le Colisée de Rome où se sont vécus de nombreuses compétitions du temps de l'Empire romain. En 2017, nous avons découvert le Pérou et les civilisations Inca, Mochica et Chimú. Pas besoin de traverser l'océan pour découvrir des pages d'histoires intéressantes avec des temples installés dans plusieurs sites archéologiques. En 2021, la Grèce nous a reçu avec tous ses sites archéologiques, ses temples et ses sculptures témoins de l'Empire athénien. Finalement, l'Égypte en 2025, une civilisation instruite et ingénieuse qui a influencé l'histoire plus de 2 500 ans avant notre ère et avant toutes les autres civilisations nommées précédemment.

Ces peuples ont marqué l'histoire mondiale à tour de rôle : partons des Égyptiens, des Grecs et des Romains autour de la Méditerranée puis les Incas en Amérique du Sud, de l'autre bord de l'Atlantique. Malgré la distance entre ces civilisations, les vestiges découverts nous permettent de saisir qu'elles cherchaient toutes à comprendre le sens de la vie et ce qui se passe après la mort.

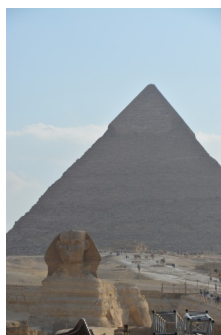


Revenons à l'Égypte. De la capitale Le Caire, nous avons visité plusieurs sites dont *Saqqarah*, une vaste nécropole qui abrite la pyramide à degrés du roi *Djéser*. Le guide nous a expliqué d'où vient la forme des tombeaux en pyramide. En effet, le tombeau du roi a pris pour la première fois et après de multiples modifications, la forme

d'une pyramide. Cette innovation a marqué la naissance d'un nouveau type de sépulture. Nous sommes 2 600 ans avant Jésus-Christ.

Dans l'après-midi, nous avons visité des pyramides plus jeunes, soit celle de *Khéops* et les pyramides sœurs. Cette génération de construction est mieux finie. Au fil des visites, nous apprenions qu'il y a des temples, lieu de célébrations pour les dieux ou les déesses, des sites pour des rassemblements, des fortifications puis des tombeaux.

Notez qu'en octobre dernier, le mercure a atteint les 40 C en après-midi, bien au-dessus de la moyenne historique pour la saison. Nous cherchions les zones d'ombre.



Ici, nous voyons *Kheops*, l'une des sept Merveilles du monde, derrière le Sphinx.

Au fil des déplacements, nous sommes allés au sud de l'Égypte vers la vallée des reines et celle des rois. Plusieurs pharaons y sont inhumés. Chaque tombeau était décoré de peintures qui résument la vie de la reine ou du roi. Sans ces peintures, il aurait été impossible de comprendre la culture égyptienne. Dans un temple, nous avons vu les dessins d'une opération du cerveau, technique encore utilisée en 2025 et preuve de l'expertise développée en Égypte.

Disons que selon les historiens, il y a comme deux Égypte : L'Égypte du Sud influencé par les peuples venant de l'Afrique et l'Égypte du Nord qui longe la Mer Rouge et la Méditerranée. Ces deux Égypte sont traversées par le très grand fleuve le Nil. Les



artistes représentent ces deux Égypte par deux oiseaux. Régulièrement, le fleuve a façonné le territoire et la vie de toute une population en particulier au grand barrage d'*Assouan*.



Deux autres éléments importants sont arrivés au cours du voyage.

Nous sommes allés une journée à *Sharm-el-Sheikh* dans une station

balnéaire. Un petit repos bien mérité après toutes les visites archéologiques. En passant, c'est dans cette même région que se sont réunis les dignitaires quelques jours avant notre arrivée, pour organiser la paix entre Israël et les Palestiniens de la bande de Gaza. Trump a passé par là et y a livré un discours.



Finalement, le peuple juif de l'ancien testament a vécu plusieurs moments importants de l'histoire décrite dans la Bible sur le territoire de l'Égypte. Il y a le Mont *Sinaï*, une montagne importante dans l'Ancien Testament, l'endroit où Moïse a été appelé par Dieu au buisson ardent. Le sommet du Mont *Sinaï* est l'endroit où Dieu a remis les tables de la Loi à Moïse. Au centre du mont *Sinaï*, il y a une grotte, endroit où Élie a rencontré Dieu dans une brise légère. Pour

atteindre le sommet, nous avons marché 8 km dans un désert de roches dont certaines sections sont abruptes. Toute une marche de près de 6 heures. Au retour vers le Caire, nous sommes passés sous la Mer Rouge. Les Israélites ont traversé la Mer Rouge.

Nous sommes revenus avec beaucoup de souvenirs. Impossible de se rappeler de toutes les informations données par le guide sur la civilisation égyptienne. Mais nous pouvons dire que ce territoire et ses habitants ont influencé le monde entier. D'ailleurs, encore aujourd'hui, l'Égypte a ancré les valeurs de paix dans sa culture et son identité.

Bon voyage.

Le Voyage comme Découverte de Soi :

Partir permet de se détacher du matériel et de se concentrer sur l'être, d'explorer ses propres émotions et d'évoluer. C'est un apprentissage qui se fait en se confrontant à l'inconnu.

Auteur inconnu





SALON DE QUILLES
La Place
Membre FCDQ

- Restaurant
- Salle de réception (Baptême, mariage, etc)
- Pro Shop
- Fêtes d'enfant

Une partie GRATUITE *Exp. **30 avril 2026**
• Avec l'achat de 2 parties à prix régulier • Ne peut être jumelé

Centre Commercial Charpentier
4565 boul. St-Joseph
Drummondville QC J2A 1B4
www.quillesdelaplace.com

Denis Leclerc, Président
Tél.: 819 472-1181 / Fax: 819 472-8164
Courriel: laplace@cgcocable.ca



STRATOS
PIZZERIA
LE ROI DE LA FOUTINE!

La QUALITÉ et le SERVICE sont notre DISTINCTION!

Johnny Martin
Détenteur de franchise

4532, boulevard St-Joseph
St-Nicéphore (Québec) J2A 1B5

Téléphone : 819 474-8888
Télécopieur : 819 474-7637

www.stratos-pizzeria.com

La langue de chez-nous

Et nous avons appris à prononcer...

cârotte pour carotte

Beluet pour bleuet

beûrre pour beurre

m'lasse pour mélasse

soucisse pour saucisse

du la pour du lait

bière pour bière

Donc "merci" de m'avoir lu



**Un moment de recueillement pour nos défunts
du 1^{er} octobre 2025 au 1^{er} mars 2026**

Gisèle Lauzière
Colette Lemaire
Marcel Lemaire

L'AQRP offre ses condoléances aux familles éprouvées.



**Cimetière Catholique Romain
de Drummondville**

Michel Beauchemin
Directeur des opérations du Cimetière

Téléphone: 819-478-0677
Sans Frais: 1-877-338-0677
Télécopieur: 819-445-0677
Courriel: directeur@cimetierecath.ca
Adresse: 880, rue St-Pierre, Drummondville, QC J2C 3X3



**Services funéraires
St-Pierre**

T. 819 474-3767 • F. 819 445-3766
880, rue St-Pierre, Drummondville QC J2C 3X3
info@sfstpierre.ca • www.sfstpierre.ca



**TOYOTA
DRUMMONDVILLE**

10, rue Cormier
Drummondville (Québec)
J2C 0L4

Tél.: (819) 477-1777
Télec.: (819) 474-6393

www.toyotadrummond.com

Loi 25 par André Allard

La loi 25 sur la Protection des renseignements personnels nous oblige à édicter certaines règles à l'égard des renseignements personnels.

Par exemple, les photos prises lors des activités pourront être publiées dans *La Rumeur*, sur le site de l'AQRP ou dans le *REFLETS*.

Il sera admis que vous avez donné un consentement implicite à ces usages en participant aux activités.

Les Noël de mon enfance



Monique Pellerin

Dans ma famille, les journées de Noël étaient planifiées selon la disponibilité des grands-parents. Nous devions voir les deux familles, idéalement le même jour. Des expériences aux antipodes l'une de l'autre.



Chez mon grand-père maternel, le temps passé était bref ; sa seconde conjointe préférait des visites courtes, juste le temps de faire nos vœux. De toute façon, mon aïeul préférait le Jour de l'An, puisqu'il en profitait pour donner la bénédiction paternelle. Malgré cette contrainte, mon souvenir immuable demeure la voix grave de mon grand-père chantant le « Minuit chrétien », que tous écoutaient religieusement.

Pour ce qui est de la rencontre de mes oncles et tantes, elle se transportait chez l'aîné des garçons qui avait pris la relève après le décès de sa mère. Sa conjointe était une excellente cuisinière : sur la table, c'était l'abondance. Les convives ne tarissaient pas d'éloges.

Après le repas, les hommes s'installaient seuls au salon, portes fermées... ; ça discutait politique. Le plus jeune frère s'amusait à les contredire, puis s'esquivait en riant, les laissant à leurs débats.

Les femmes s'occupaient des tâches ménagères... et discutaient chiffons et recettes. Pas question d'aborder les sujets autres que la couture, la cuisine et les progrès scolaires des enfants.

Du côté paternel régnait une tout autre ambiance ! Chaque année, mon grand-père, homme de peu de mots, ornait avec une grande minutie, un sapin illuminé sous lequel il disposait un village animé. Quel émerveillement pour nos yeux d'enfants !



La table occupait tout l'espace, de la salle à diner jusqu'au fond du salon. Après les deux tablées, les hommes sortaient leurs instruments de musique et toute la maisonnée s'animait : ça chantait fort et la danse se terminait tard le soir. Nous, les jeunes, bien installés dans l'escalier, étions les témoins de toute cette joie de vivre. Et que dire des manteaux déposés pêle-mêle sur un lit d'où émanait un parfum mystérieux...

Aucun des deux clans ne vivait dans l'abondance... Leur richesse venait de la générosité et de leur complicité.

De cette époque insouciante, je conserve de beaux et tendres souvenirs...

MESSAGE IMPORTANT

Lorsque votre association communique avec vous **par courriel ou par messagerie électronique**, il est **très important de confirmer votre présence à l'activité lorsque demandé**, car cela nous permet de réserver une salle plus adéquate. **Par messagerie téléphonique**, vous verrez **appel privé ou confidentiel** sur l'afficheur. Il y a un délai de quelques secondes avant que le message débute et il est important de l'écouter jusqu'à la fin, car si vous devez réserver une place, on vous le demandera quelques secondes après la fin du message. Les appels téléphoniques se font habituellement la fin de semaine avant l'activité ou lors de la prévente.

Changement d'adresse, de numéro de téléphone, de courriel et signalement du décès d'un membre

Maintenez vos coordonnées à jour en les signifiant à la direction générale de l'AQRP :
Tél. : 1 800 653-2747 ou par courriel à info@aqrp.ca

Vous pourrez ainsi recevoir les dernières nouvelles et les informations pour les activités.

Adresses et numéros de téléphone utiles

Adresse de l'AQRP-Secteur Drummond :	554, rue Brock Drummondville J2B 1E7
	Tél. 819 474-6656
Adresse courriel :	aqrp.drummondville@gmail.com
Site Web de l'AQRP :	www.aqrp.ca
Adresse courriel :	info@aqrp.ca
Retraite Québec :	http://www.retraitequebec.gouv.qc.ca Tél. 1 800 463-5533
Sécurité de la vieillesse :	Tél. en français : 1 800 277-9915
	www.canada.ca/fr/services/prestations/securite-vieillesse
	Tél. anglais 1 800 277-9914
RAMQ :	www.ramq.gouv.qc.ca 1 800 561-9749
	Tél. malentendants : 1 800 361-3939
RRQ :	www.rrq.gouv.qc.ca/fr/ 1 800 463-5185
	Tél. malentendants : 1 800 603-3540



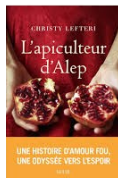
J'ai lu pour vous

Par Diane Gobeil

Titre : L'apiculteur d'Alep

Auteur : Christy Lefteri

Éditions : Seuil



Christy Lefteri est née à Londres, de parents chypriotes et ce second roman lui a été inspiré par son travail de bénévole pour l'Unicef dans un camp de migrants à Athènes.

Ce livre est tellement d'actualité aujourd'hui car il traite des difficultés rencontrées par les immigrants lorsqu'ils doivent quitter leur pays. Ce livre relate l'histoire d'un apiculteur, Nuri, qui vit à Alep en Syrie avec sa femme Afra et son jeune fils Sami.

La guerre les oblige à quitter cette ville magnifique, mais un malheur épouvantable les contraint à partir plus rapidement et sans leur fils.

Ce livre m'a séduite par son écriture, ses odeurs, ses descriptions de la vie simple vécue à Alep et de la difficulté de quitter cette oasis où Nuri est amoureux de ses ruches.

On ne se doute pas à quel point il est difficile de quitter un pays qu'on aime, d'y laisser ses amis et de partir avec son épouse éplorée qui ne parvient pas à surmonter la peine d'avoir perdu son enfant.

Ce livre m'a émue par le grand amour qui unit ce couple malgré toutes les difficultés qu'ils ont à surmonter ; une belle fable d'amour, de grands deuils et de si petits bonheurs.

Les abeilles sont omniprésentes et c'est intéressant, car comme le souligne l'autrice, « Les abeilles représentent la vulnérabilité, la vie et l'espoir ».

Un livre puissant et qui nous questionne sur les embûches que les immigrants ont à franchir avant de pouvoir réaliser leurs rêves. On n'est pas toujours conscient à quel point leur histoire est parfois tragique.

Lefteri nous le démontre avec une telle poésie... Un livre sur le deuil, mais aussi sur l'amour qui peut soulever des montagnes.



Si vous lisez un livre qui pourrait être intéressant à partager, il nous fera un grand plaisir de recevoir un résumé que nous insérerions dans notre section « J'ai lu pour vous ».

Le faire parvenir à l'adresse courriel : andre_allard4@live.ca



Membre du
Groupe Médicus

350 St-Jean, bureau 400-A
Drummondville (QC)
J2B 5L4

FRÉDÉRIC FAUCHER
Président

T 819 478-6050
C 819 479-5208
F 819 472-4264

frederic.faucher@medicus.ca

DÉCOUVREZ NOS CIRCUITS ACCOMPAGNÉS AVEC



**Groupe
Voyages Québec**

gvq.ca 1 800 463 1588



Retour sur nos activités

Votre comité des activités

Déjeuner-conférence du 13 novembre 2025



M. Maxime Gauthier nous a entre-tenus sur l'organisme MIRA dont la mission de base consiste à fournir des chiens guides aux non-voyants. MIRA existe depuis 45 ans. M. Gauthier avait un accompagnateur vedette *Maestro 20* un ancien chien guide, bouvier bernois qui est né en 2020. Après la présentation, *Maestro* s'est promené librement dans la salle, au plaisir des

membres présents.

MIRA permet à 700 bénéficiaires d'accéder à un chien... Ils ont une ferme d'élevage. MIRA alloue 100 chiens par année, 300 familles d'accueil s'occupent des jeunes chiens pendant 12 à 18 mois pour leur socialisation. Ensuite, ils vont au dressage et à 24 mois, MIRA choisit ceux qui seront aptes à devenir chien guide, 55 % sont retenus, les autres seront affectés comme chien d'assistance à la mobilité, chien en institution (CAVAC, CIUSSS), chien pour les enfants avec troubles du spectre de l'autisme. Mondou fournit gratuitement la nourriture pour tous les chiens MIRA au Québec.

À retenir ; quand le chien porte un foulard au cou, il est en socialisation et on peut le toucher. et quand il porte son attelage, il ne faut pas le déranger. MIRA dépense 35 000 \$ pour former chaque chien. Si vous voulez aider, MIRA récupère les cartouches d'encre d'imprimante pour se financer (chez Mondou). Un de nos membres, M. Côté, à la fin de la présentation, a proposé une collecte au profit de MIRA et il a récolté 270 \$ BRAVO. Conférence très appréciée par les 80 personnes présentes et une bonne action en conclusion.

Voyage Marché de Noël et Festilumi du 28 novembre 2025

Une journée un peu froide, mais tout le monde était bien habillé. Lors du trajet, notre animateur Mario, nous a fait travailler les méninges avec un quiz. Rendus au Marché de Noël, on a dépensé et on s'est lèché les babines. On s'est rempli le bedon au restaurant Le Pacini avant de se rendre au Festilumi. À l'ar-

rivée, on avait tous hâte de rentrer et de voir ces 20 millions de lumières qui nous ont plongé dans la magie de Festilumi, une aventure immersive où lumières, sons et effets spéciaux nous émerveillent, tout en traversant 13 univers magiques, un site grandiose pour les grands et les petits.



Les 56 participants du voyage étaient sans mot, une expérience éblouissante !

Souper de Noël du 4 décembre 2025

Une autre belle soirée avec un taux de participation record de 132 personnes où des nouveaux membres se sont joints à ce souper traditionnel. Cette année le père Noël est arrivé avec sa grosse poche de cadeaux et il en a fait la distribution. Des prix de présence et des tirages ont été faits.



Le buffet était abondant et les plus gourmands ont pu se servir de nouveau. Après quoi, il a bien fallu envahir le plancher de danse pour se dégourdir.

Les commentaires des participants ont été encore très positifs et nous sommes fiers de constater que de plus en plus de membres participent à notre souper de Noël.

Voyage à l'enregistrement de GÉNIAL du 11 décembre 2025

Des membres de l'AQRP ont assisté à l'enregistrement de 4 émissions du jeu questionnaire GÉNIAL dont le millième enregistrement fut célébré de façon bien festive. Bravant la tempête à bord d'un autobus VIP, un tirage effectué durant le trajet a satisfait 2 heureux gagnants.



Suite au souper dans un restaurant tout près, nous sommes accueillis au studio de tournage avec une grande gentillesse. L'animateur de foule a installé une chimie entre tous les intervenants, tant pour les spectateurs que pour les artistes invités, et l'animateur M. Stéphane Bellavance et le chimiste M. Martin Carli. Plusieurs tirages ont eu lieu durant la soirée et ce, à la satisfaction de certains membres qui figurent parmi les gagnants.

Sur le chemin du retour, nous avons fait un survol de notre journée et les commentaires entendus étaient plus qu'excellents ; les gens affirmaient vouloir répéter de telles activités.

Déjeuner-conférence du 8 janvier



M. Claude Larose, diacre permanent, président du Conseil du Cimetière Catholique Romain de Drummondville, agissait comme conférencier. Il était accompagné par M. François Drouin et M^{me} Louise Dugré. Le thème de la présentation était : Qu'est-ce que je leur laisse ? Plus de 103 personnes dont 18 non-membres y ont assisté..

Il nous a entretenu sur les préparatifs de fin de vie. Comment préparer son départ ? Quel niveau de

soins désire-t-on ? Les directives médicales anticipées, les préarrangements, la célébration, etc. Rappelons que les personnes qui ont contribué au Régime des rentes du Québec ont droit à 2 500 \$ au décès pour les frais funéraires. Vous pouvez revoir toute cette présentation sur le site internet « Des services funéraires St-Pierre ». M. Larose et son équipe ont répondu à de nombreuses questions, traduisant l'intérêt des participants

Nous avons procédé à 9 tirages lors du déjeuner.

Déjeuner-conférence du 12 février



La relation amoureuse avec M^{me} Ghislaine Blanchette, thérapeute en relation d'aide, nous a entretenu sur le besoin d'amour de chacun et chacune et du besoin de s'épanouir. Elle a illustré son propos avec des situations tirées de sa vie personnelle. C'est un sujet difficile à résumer, mais on comprend que nous sommes le créateur de notre vie et c'est nous qui tenons le volant.

« S'aimer soi-même est le début d'une histoire d'amour qui durera toute une vie », Oscar Wilde.

Soixante-trois personnes étaient présentes.

Le comité des activités a pour but de créer des opportunités de rencontres correspondant aux attentes des membres : voyages, déjeuners-conférences, activités sportives.

Notre plus grande satisfaction est votre participation.

Ligue de quilles AQRP - secteur Drummond

Pour toute information, contactez M^{me} Lucille Landry, présidente de la ligue de quilles, au numéro de téléphone : **819 477-5265**.

Pour connaître les résultats de la ligue de quilles, consultez le site Web du Salon de quilles La Place : <https://quillesdelaplace.com/ligues/> dans la section petites quilles.



Lucille Landry
Présidente de la ligue

Prochaines activités

Déjeuner-conférence

Date : jeudi le 19 mars
4532, boul. Saint-Joseph
Drummondville (secteur Saint-Nicéphore)
Heure : 9 h
Sujet : Lesbienne, gay, bi-sexuel, transgenre
Conférencier : M. Sébastien Bergeron, Le GRIS
Coût : déjeuner à vos frais
Important de confirmer votre présence au 819 474-6656
ou par courriel : thebell51@hotmail.com

Voyage à Québec : Les géants de la chanson française

Date : samedi le 11 avril
Coût : 235 \$/membre et 249 \$/non-membre
Information : Johanne St-Pierre 819 473-2316 ou
Christiane Simard 819 818-6631

ASA (Assemblée Secteur Annuelle)-Secteur Drummond

Date : jeudi le 16 avril 2026
Endroit : Érablière Prince
1785, 9e rang, Saint- Wenceslas
Heure : Accueil : 9 h 30
ASA : 10 h
Diner : midi
Coût : 30 \$ pour tous
Pré-vente : lors du déjeuner du 19 mars et
samedi le 28 mars 2026 de 10 h à midi
Salle Samarie, 205, rue Raimbault
2^e étage (arrière de l'église Sainte-Thérèse),
Drummondville
Co-voiturage à favoriser



Déjeuner-conférence

Date : jeudi le 30 avril
Endroit : Restaurant Stratos Pizzeria
4532, boul. Saint-Joseph
Drummondville (secteur Saint-Nicéphore)
Heure : 9 h
Sujet : Société d'horticulture Drummondville
Conférencière : M^{me} Clarisse Courchesne
Coût : déjeuner à vos frais
Important de confirmer votre présence au 819 474-6656
ou par courriel : thebell51@hotmail.com

Déjeuner-conférence

Date : jeudi le 14 mai 2026
Endroit : Restaurant Stratos Pizzeria
4532, boul St-Joseph
Drummondville (secteur Saintt-Nicéphore)
Heure : 9 h
Conférencier : M. Dominic Chartier
Sujet : Ornithologie
Coût : déjeuner à vos frais
Important de confirmer votre présence au 819 474-6656
ou par courriel : thebell51@hotmail.com

Voyage à Ottawa

Dates : mardi et mercredi les 19-20 mai
Coût : 365 \$/membre et 399 \$/non-membre
Information : Johanne St-Pierre 819 473-2316 ou
Christiane Simard 819 818-6631

Tournoi de pétanque (activité régionale)

Date : 28 mai 2026
Endroit : Salle des loisirs de Saint-Germain
305, rue St-Pierre, Saint-Germain
Heure : Arrivée à 9 h
Activité : 9 h 30 à 15 h
Coût : 15 \$/membre et 20 \$/non-membre
Chacun apporte son lunch
Pré-vente : lors du déjeuner du 30 avril et
jeudi le 9 mai 2026 de 10 h à midi
Salle Samarie, 205, rue Raimbault
2^e étage (arrière de l'église Sainte-Thérèse),
Drummondville
Information : Mario Charette 819 960-8884
Co-voiturage à favoriser

Croisière sur le lac Memphrémagog

Date : mercredi le 10 juin
Prix : 230 \$/membre et 260 \$/non membre
Information : Johanne St-Pierre 819 473-2316

Voyage aux Îles-de-la-Madeleine

Date : 11 au 17 juillet
Prix : 2 499 \$/personne/
Information : Johanne St-Pierre 819 473-2316