



RAPPORT D'ACTIVITÉ 2023-2024, COLLECTIF 55+

INTRODUCTION

Créé en 2012, le Collectif 55+ est un organisme à but non lucratif. Il s'est donné pour mission de regrouper des aînés désireux de mettre à profit leurs connaissances et expériences au moyen d'échanges stimulants et constructifs visant à favoriser la réflexion, le savoir et l'action autour d'enjeux de société.

Depuis, le Collectif a tablé sur le bouillonnement d'idées qui animent ses membres, sur leur créativité et sur certaines réalisations porteuses de succès. Au fur et à mesure, le conseil d'administration a senti le besoin d'étendre l'influence du Collectif et d'augmenter le nombre de ses adhérents et de ses groupes.

Voici le rapport d'activité présentant le Collectif, ses réalisations et celles de ses groupes au cours de son exercice financier s'échelonnant du 1^{er} avril 2023 au 31 mars 2024.

Le Collectif 55+ s'est quelque peu consolidé entre avril 2019 et mars 2020 grâce au plein déploiement du Comité de communications et des Groupes sciences et finances personnelles, tous mis en place en 2018-2019.

Cette consolidation a été abruptement interrompue avec la suspension de toutes les activités du Collectif 55+ dès la mi-mars 2020, en raison de la pandémie de la COVID-19. Comme cette situation a perduré en 2021-2022, le Collectif 55+ s'est montré créatif pour maintenir son modèle d'affaires original qui repose sur des rencontres et activités de groupes dont plusieurs participants ont plus de 70 ans et sont soumis à des mesures de confinement en raison d'une plus grande vulnérabilité présumée à la pandémie. L'utilisation d'outils Web et de la vidéo-conférence a néanmoins permis de maintenir un bon nombre de rencontres pour certains de nos groupes.

La période 2022-2023 a coïncidé avec la reprise des activités normales des groupes après la pandémie et certains ont continué à utiliser les vidéo-conférences pour certaines de leurs rencontres ou consultations. L'expérience acquise avec cette façon de faire a permis aux groupes de faire d'une adversité une opportunité.

En 2023-2024, le Collectif 55+ s'est beaucoup interrogé sur les moyens d'assurer sa pérennité. Faut-il croître à tout prix ou se recentrer sur l'essentiel de notre mission? De plus, il nous apparaît que le remplacement des responsables de groupes est un enjeu stratégique pour le Collectif. En effet, au fil des ans, huit groupes ont cessé de fonctionner parce qu'il s'est avéré impossible d'assurer la relève d'un responsable de groupe qui s'était retiré et des

propositions visant la création de trois nouveaux groupes n'ont pas pu avoir de suites parce que personne ne s'est offert comme animateur. Un seul groupe, le Groupe économie et politiques publiques, a réussi la transition et l'a même fait à quelques reprises.

Notre présidente Ginette Garon a commencé en mars dernier à rencontrer les groupes l'un après l'autre pour leur parler des problèmes de relève aux postes clés. De façon à ce que les groupes se sentent plus impliqués dans les affaires du Collectif, elle demande que chaque groupe choisisse un représentant pour siéger au C. A. Cette approche permettra, par surcroît, de renouveler la composition du C. A.

1. LES MEMBRES

Au 31 mars 2024, le Collectif comptait 108 membres réguliers (comparativement à 79 membres en 2022-2023) et 325 personnes ou organismes abonnés à son infolettre. La suspension des rencontres en mode conventionnel a fait chuter de façon importante le nombre de renouvellements d'adhésion des membres par rapport aux années d'avant pandémie. Le renouvellement obligatoire des frais annuels d'adhésion de 10 \$ a repris seulement au printemps 2022.

Le conseil d'administration, le comité de communication et les sept groupes actifs du Collectif ont tenu au total 109 réunions au cours de la période concernée (comparativement à 96 en 2022-2023, à 77 en 2021-2022 et à 37 en 2020-2021), ce qui constitue une belle réussite dans le contexte de l'après-pandémie, des défis que posent la visibilité des OBNL comme le nôtre et le recrutement de nouveaux retraités.

2. LE CONSEIL D'ADMINISTRATION

Les dix membres du conseil d'administration élus en 2023-2024 sont : Ginette Garon (présidente), Cécile Gaudreault, Daniel Guay, Jean Laliberté, Lucie Marmen, Sylvain Mélançon, France Paré, Pierre Robichaud (trésorier), Gilbert Tessier (secrétaire) et José C. Velasco (vice-président). Huit d'entre eux ont poursuivi leur travail au conseil d'administration depuis plusieurs années.

En 2023-2024, le conseil s'est réuni à six reprises. La diminution du nombre de rencontres témoigne d'un nombre réduit d'activités publiques telles que les conférences mais aussi du transfert de deux mandats prioritaires du conseil d'administration au Comité de communication, soit la planification d'un calendrier d'activités publiques et le tissage de liens avec d'autres organismes en vue d'établir des partenariats.

Soulignons les décisions marquantes et réalisations suivantes du conseil d'administration en 2023-2024 :

Projet commun de l'Association québécoise des retraités des secteurs public et parapublic (AQRP) et du Collectif 55+ pour la tenue de groupes de réflexion (« focus group ») à Montréal, Québec et Saguenay sur le recrutement de nouveaux membres. Nous avons contribué de façon importante à l'élaboration du questionnaire. Les personnes ciblées sont des retraitées et retraités depuis moins de trois ans et ayant fait des études supérieures. Le

but de ce groupe de réflexion est d'identifier les traits qui définissent les jeunes retraités, de façon à permettre d'analyser par la suite ce qui distingue les jeunes retraités des personnes à la retraite depuis de nombreuses années. Le but visé est de fournir des pistes permettant de recruter des membres de cette cohorte et de les inciter à s'impliquer activement. Le rapport sera rendu disponible en juin 2024.

Le conseil d'administration a mandaté le comité de communication pour discuter avec la Ville de l'opportunité d'une aide financière en soutien externe pour les mises à jour du site Web du Collectif 55+. La Ville a octroyé la somme de 5 000 \$. L'expérience a eu lieu entre décembre 2023 et mars 2024. Il s'est avéré qu'il est fort difficile pour une personne de l'externe de produire des contenus Web sans être familière avec nos groupes et sans participer au comité de communication ni au conseil d'administration. Une rencontre avec la Ville le 4 avril dernier nous a amenés à mettre un terme à ce projet, à retourner la somme non utilisée à la Ville et à considérer d'autres options.

Deux ordinateurs ont été achetés grâce à des fonds octroyés par la Ville. Ces portables sont utilisés par le Groupe économie et politiques publiques pour le premier, et par les groupes Nutrition et Sciences pour le deuxième.

3. LE COLLECTIF A AGI

Nous soulignons d'abord la création d'un nouveau groupe, soit le groupe Parlons Voyages à l'été 2023. Ce groupe apporte une formule innovatrice au Collectif 55+ puisque la gestion et l'animation est partagée entre quatre personnes co-responsables. Tous nos groupes ont tenu leurs rencontres dans des salles de la Ville, soit au Centre communautaire de Cap-Rouge, au Centre Noël-Brulârt et au Centre Claude-Allard tout en maintenant un certain nombre de rencontres en vidéo-conférence pour au moins un groupe. Cette formule hybride comporte des avantages pour plusieurs personnes. Le conseil d'administration, avec l'aide financière de la Ville, a soutenu ces groupes par le financement pour l'achat de deux ordinateurs portables pour les présentations dans les réunions de groupes. Voici le détail de ses actions.

3.1 ATELIERS ET CONFÉRENCES

En 2023-2024, le Collectif 55+ a tenu trois activités ouvertes au public qui ont réuni 140 personnes en salle comparativement à 105 personnes l'année précédente. L'AGA de mai 2023 a attiré à elle seule 45 personnes. Ces activités ont permis de mieux faire connaître le Collectif 55+ et de recruter quelques nouveaux membres et de nouveaux abonnés à l'infolettre. Le recrutement de nouveaux membres, particulièrement de nouveaux retraités pour rajeunir nos effectifs, demeure néanmoins un défi important.

De plus, il nous apparaît plus difficile de faire participer nos membres et le public en général à nos activités, surtout depuis la pandémie. Nos échanges avec d'autres organismes suggèrent que ce constat est largement répandu. L'implication sociale des bénévoles, notamment chez les retraités, est un enjeu de taille pour de nombreux OBNL depuis la pandémie.

Pour rappel, voici la liste des activités ouvertes au grand public :

- Conférence de Mylène Moisan, journaliste au *Soleil* sur son parcours et l'avenir du journalisme, le 7 mars 2023;
- Conférence sur la Résidence St-Charles et la Maison Notre-Dame-de-la-Garde des Sœurs du Bon-Pasteur de Québec, le 11 janvier 2024;
- Conférence de Marc Thibault et Sonia Blany, biologiste et nutritionniste respectivement sur leur longue expérience de travail en Afrique subsaharienne;
- 10^e assemblée générale annuelle, le 8 juin 2023. M. Cyrille Barrette, professeur retraité au département de biologie de l'Université Laval, était le conférencier invité.

3.2 COMMUNICATIONS ET RELATIONS PUBLIQUES

Le comité de communication mis sur pied en octobre 2018 est sous la responsabilité de Muriel Drolet, depuis que Ginette Garon occupe la présidence du Collectif 55+. Le comité est composé de quatre personnes depuis avril 2023. Ce sont Muriel Drolet, Ginette Garon, Cécile Gaudreault et France Paré. Le comité soutient le conseil d'administration et les groupes dans les activités de communication, de relations publiques et médias du Collectif, l'organisation de conférences et d'ateliers ouverts au public, la promotion du Collectif 55+ et assure la gestion du site Web.

Ce comité, qui a tenu cinq rencontres en 2023-2024, travaille normalement à tisser des liens avec d'autres organismes afin de créer des échanges et des partenariats et, éventuellement améliorer la visibilité du Collectif tout en augmentant le nombre de membres.

Le comité de communication a été mandaté pour discuter avec la Ville de nos problématiques. Malgré l'augmentation du nombre de membres, nous avons peu de personnes qui lèvent le drapeau pour occuper des postes stratégiques au C. A., au comité de communications ou comme responsable de groupes. La relève n'est pas là et celles et ceux qui occupent ces postes le font depuis près d'une dizaine d'années.

Grâce à la collaboration de la Ville, nous avons tenté l'expérience d'engager une pigiste pour le site Web mais cela n'a pas été concluant. Nous souhaitons sauver notre Collectif et d'autres scénarios sont à envisager.

Le comité maintient une entente de réciprocité avec la Société historique de Cap-Rouge, les Artisanas au fil du temps et le Mouvement artistique de Cap-Rouge pour faire connaître nos activités et améliorer la visibilité de nos organismes respectifs.

Après avoir tenu quelques activités publiques en partenariat avec des organismes importants dans les milieux du bénévolat, de la philanthropie et de la muséologie, le comité considère certains projets, notamment sur les thèmes de la solitude, de la masculinité, de la transition énergétique, l'histoire locale, l'aide médicale à mourir et l'aide internationale, par exemple, le cas de la Croix-Rouge.

Le site Web et l'envoi d'infolettres demeurent néanmoins un outil central dans les communications du Collectif 55+ et de ses groupes. Il permet à ceux-ci de publier des textes intéressants et utiles pour le public en général tout en offrant une tribune aux membres des groupes.

Dans la dernière année, 16 infolettres ont été expédiées à nos quelque 325 abonnés.

3.3 SITE WEB DU COLLECTIF 55+ (COLLECTIF55PLUS.ORG)

L'achalandage du site Web demeure faible mais stable d'année en année (quelque 8 000 visites) en raison du peu d'activités publiques organisées. C'est bien connu que les visites coïncident largement avec la tenue d'activités ouvertes au public, activités publicisées par l'envoi d'infolettres.

La 2^e source de visites dans le site Web est la publication de contenus de nos membres. Ces publications font l'objet d'annonces dans nos infolettres. Merci notamment à Richard Beaudoin pour un texte sur la nutrition, à Jean-Claude Cloutier pour des contributions sur le 3^e lien et sur la stratégie industrielle québécoise, à Sylvain Mélançon pour une présentation sur les défis actuels du journalisme professionnel et à Pierre Robichaud pour une présentation sur la portance des avions. Cette diffusion de contenus produits par des membres actifs semble très appréciée de nos membres.

4. SES GROUPES ONT AGI

Au cours de l'exercice financier, sept groupes du Collectif 55+ ont été actifs toute l'année alors qu'un groupe a mis fin à ses activités en décembre 2023. Le total des participants inscrits dans ces groupes est de 110 (comparativement à 86 l'an dernier) car plusieurs personnes participent à deux groupes ou plus. Toutefois, le manque de relève dans la responsabilité des groupes nous amène à refuser des participants dans nos différents groupes.

Voici le bilan des réalisations de chacun des groupes.

4.1 GROUPE AVENIR DU PONT DE QUÉBEC (RESP. : GILBERT TESSIER)

Le Groupe avenir du pont de Québec, composé de six membres, a tenu sept rencontres au cours de la période. Notre mission reste toujours la même, c'est-à-dire s'assurer que les meilleures décisions soient prises et suivies quant à l'entretien du pont et à son avenir.

Les sujets discutés à chacune des rencontres vont toujours dans le sens d'inciter les autorités gouvernementales à prendre au sérieux l'état du pont de Québec et à régler le dossier. Notre dernière recommandation est à l'effet que le gouvernement fédéral rachète le pont du CN dans le but de le restaurer et de le mettre en valeur.

À ce jour, le gouvernement fédéral s'est engagé à plusieurs reprises par la voix du ministre Jean-Yves Duclos à réaliser cet objectif. Pour concrétiser cette promesse, vers la fin de 2022, le Gouvernement a nommé un responsable en la personne de M. Yvon Charest qui assure la coordination entre les intervenants.

Au cours de la période, nos actions principales ont été des échanges avec M. Charest dans le but de l'aider dans la réalisation de son mandat. À ce jour, on nous dit que le Gouvernement a fait une offre d'achat au CN et les négociations sont toujours en cours.

Parallèlement, nous suivons toujours par la voie des médias, l'évolution du dossier de transport dans la région et, dans ce sens, nous avons émis un avis à la CDPQ Infra sur notre vision des problèmes de transport dans la région. Cette dernière instance a un mandat du Gouvernement du Québec pour faire des recommandations pour le transport dans la région et nous espérons que ceci aidera à réaliser les travaux pour améliorer la situation générale, dont celle touchant le pont de Québec.

4.2 GROUPE LES PERLES (RESP. : GINETTE GARON)

Ce groupe est le seul du Collectif 55+ qui se réunit toutes les semaines et a tenu 38 rencontres en 2023-2024. Il regroupe une dizaine de participantes tous les lundis après-midi au Centre communautaire de Cap-Rouge. Durant la période estivale, les membres se rejoignent dans un parc ou au grand marché. Ces dernières échangent différentes techniques en arts textiles et confectionnent une variété de pièces pour remettre à des organismes communautaires. Nous nous sommes donné l'objectif d'utiliser le plus possible le matériel que nous avons déjà ou qui nous est offert... la récupération est à l'honneur.

Ce groupe en plus d'être un lieu d'apprentissage, d'échanges et de soutien accueille de nouvelles arrivantes. De beaux partages et un cadeau pour nous!

4.3 GROUPE FINANCES PERSONNELLES (RESP. : JOSÉ C. VELASCO)

Le Groupe finances personnelles a mis fin à ses activités, faute de trouver un nouveau responsable de groupe, après avoir tenu cinq rencontres entre septembre et décembre 2023. Une douzaine de membres demeuraient inscrits et environ huit personnes participaient de façon régulière. Les sujets abordés portaient toujours sur l'activité du marché boursier et sur une brève analyse des indicateurs qui donnent le pouls de l'économie en général susceptible d'affecter nos épargnes.

4.4 GROUPE ÉCONOMIE ET POLITIQUES PUBLIQUES (RESP. SYLVAIN MELANÇON)

Ce groupe compte 22 membres, et s'est réuni à 10 reprises en personne (au Centre communautaire Noël-Brûlart et à 10 reprises en ligne (par Zoom), du 1^{er} avril 2023 au 31 mars 2024, avec une participation moyenne de 12 membres aux rencontres en personne et de 10 aux rencontres en ligne, pour une assistance totale d'environ **220 participations**.

Les rencontres statutaires formelles avec ordre du jour ont lieu les 2^{èmes} mardis du mois depuis les débuts du groupe il y a onze ans. Comme cinq membres du groupe font partie du C. A. du Collectif 55 +, il est facile de donner des nouvelles du Collectif au groupe. Les rencontres informelles en ligne sans ordre du jour (4^{èmes} mardis) portent uniquement sur l'actualité économique, avaient débuté en janvier 2022 durant la pandémie, et se sont poursuivies depuis.

Le groupe est composé à ¼ d'économistes professionnels retraités, et aux ¾ de retraités intéressés par l'économie, les enjeux de société et les politiques publiques éclairés par les faits et les raisonnements justes. Nous comptons notre groupe des experts et des passionnés d'histoire, des questions d'énergie, d'environnement, de politique internationale,

d'intelligence artificielle, d'éducation, de santé, de philosophie et autres, ce qui enrichit beaucoup les échanges. Les présentations principales :

- Avril. Pratiques commerciales dans l'industrie automobile, partie 2 par Bernard Frigon;
- Mai. La Chine de Xi Jinping, partie 1 par Richard Beaudoin;
- Juin. Guy Fréchet, professeur associé au Département de sociologie de l'Université Laval et expert en indicateurs de pauvreté et d'inégalités;
- Septembre. Contexte et influences historiques à l'origine de la science économique (jusqu'à Adam Smith) par Yves Poissant;
- Octobre. Enjeux des investissements étrangers au Québec, volets investissements étrangers et filière batterie électrique par Jean-Claude Cloutier;
- Novembre. La Chine de Xi Jinping, partie 2 par Richard Beaudoin;
- Décembre. Troisième volet de la Stratégie industrielle du gouvernement du Québec : l'hydro-électricité, par Jean-Claude Cloutier;
- Janvier-février. Défis actuels du financement du journalisme professionnel par Sylvain Mélançon;
- Mars. Transition énergétique par Jacques Lebus et José Velasco.

Autant que possible, les présentations principales sont accompagnées de recommandations ou propositions de politiques publiques. Le prochain pas serait de produire des lettres collectives, signées par plusieurs membres, et de les faire connaître publiquement.

Nous avons aussi abordé de nombreux sujets dans nos échanges, souvent précédés de courtes introductions ou présentations de livres lus récemment, par exemple :

- *Réflexions pour les économistes* de Yuval Noah Harari par Sylvain Mélançon;
- Commentaires sur le livre *En quête d'une nouvelle économie politique* de Daron Acemoglu par Lucie Marmen;
- Commentaires critiques du livre d'Alain Denault paru récemment et intitulé *Arrachons l'économie aux économistes* par Jean-Claude Cloutier;
- Le lien entre l'étalement urbain, la spéculation foncière, l'accession à la propriété et la crise du logement par Yves Blouin et Sylvain Mélançon;
- *Le monde, modes d'emploi. Comprendre, prévoir, agir, protéger* de Jacques Attali par Jacques Lebus et Sylvain Mélançon;
- Compte-rendu de la conférence d'Éric Girard sur sa mise à jour budgétaire (panelistes Luc Godbout et Emna Braham);
- Les profits dans le commerce de l'alimentation par Jean-Claude Cloutier
- Matières à réflexion, sur divers sujets par Jean-Claude Cloutier.

Les sujets abordés dans les télé-rencontres informelles de deux heures (20 heures au total) n'ont pas fait l'objet de compilations.

À mesure que les membres se connaissent, il se produit de plus en plus de partages d'articles et de textes par courriel, mais aussi de réflexions et commentaires personnels, souvent plus réfléchis et approfondis que ceux émis spontanément lors des rencontres.

La dynamique du groupe sous ces différentes modalités permet l'écoute de tous les points de vue, d'enrichir la réflexion individuelle et de partager nos connaissances. Ces

présentations et échanges nous permettent de voir plus clair dans les articles et reportages des grands médias et les discours des politiciens, et surtout mieux rayonner et éclairer ces débats publics, chacun dans notre milieu et nos réseaux respectifs.

4.5 ET 4.6 GROUPES NUTRITION ET SCIENCES (RESP. RICHARD BEAUDOIN)

Au cours de l'année 2023-2024, nous avons tenu une réunion chaque mois pour le Groupe nutrition ainsi que pour le Groupe sciences. Lors de chacune de ces rencontres, le nombre de membres qui y ont assisté a été d'environ 6 à 7 pour le Groupe nutrition et 6 à 8 pour le Groupe sciences. Tous des mordus!

Au début de chacune de nos rencontres, nous avons fait un tour de table afin que les membres respectifs de ces groupes nous renseignent sur l'information théorique et pratique acquise au cours du mois précédant notre rencontre. Outre ce tour de table, au cours de la dernière année, nous avons abordé les sujets suivants :

Groupe nutrition :

- Résultats, eu égard à la santé, qu'on peut obtenir à partir d'une montre Apple;
- Exercices recommandés par une physiothérapeute visant à conserver, sinon à amoindrir, la diminution soutenue de la masse musculaire en vieillissant;
- Protéines animales et végétales, huile ou beurre pour la cuisson;
- Présentation, explications et discussions du texte: « Comment vivre en santé le plus longtemps possible? »:
- Notions élémentaires en nutrition: hormones, métabolisme du glucose et du fructose, insulino-résistance, etc.;
- Motifs expliquant l'insuccès des diètes chez les personnes obèses et en surpoids;
- Fondements des maladies (15 % d'origine génétique, 85 % d'autres sources);
- Huit pathologies subcellulaires expliquant la majorité des maladies d'aujourd'hui : réaction de Maillard, stress oxydatif, dysfonctionnement mitochondrial, insulino-résistance, intégrité de la membrane cellulaire, inflammation, épigénétique et autophagie;
- Indicateurs de l'état de santé; histoire familiale, signes vitaux, tour de taille et test de laboratoire sanguin;
- Recherche d'informations visant à remplacer les mauvais produits (perturbateurs endocriniens) par des produits de santé et biologiques. Que ce soit des produits de beauté, des produits ménagers ou autres;
- Identification de bons produits alimentaires, produits de santé, etc., à partir de l'application Yuka;
- Divers autres sujets d'actualité abordés lors de notre tour de table.

N.B. Lors de notre prochaine année, nous envisageons de reprendre nos visites chez les producteurs, les transformateurs ou les détaillants afin de mieux saisir la réalité terrain et d'acquérir de nouvelles connaissances pratiques.

Groupe sciences :

- Discussions continues sur les changements climatiques, les gaz à effet de serre, la COP28 qui s'est tenue à Dubaï du 30 novembre au 12 décembre 2023. Un an après

l'accord sur le méthane à la COP26, les émissions de ce gaz à effet de serre crèvent le plafond;

- Sécurité énergétique : en 2022, la Chine a accéléré comme jamais la construction de centrales au charbon. How do we get the World off fossil fuels quickly and fairly?;
- Émission de deux heures à la télévision de Radio-Canada animée par Patrice Roy sur l'intelligence artificielle, intitulée : « L'intelligence artificielle décodée ».
- Jacinthe Baribeau nous transmet des informations sur le fonctionnement du système auditif : l'oreille interne, le tympan, les osselets (marteau, enclume et étrier), les muscles, les vibrations converties en signaux électriques, etc. Elle nous informe également des problèmes à cet égard en vieillissant.
- Présentations par Louis Alexandre sur les différentes sources énergétiques utilisées depuis les débuts de la Révolution industrielle ainsi que de la façon de stocker, entreposer et transporter l'électricité;
- Présentation par Pierre Robichaud sur la portance des avions;
- Réflexion par Richard Beaudoin sur l'existence ou non des OVNIS et des extra-terrestres; existent-ils ou n'existent-ils pas?
- Écoute de vidéos : La fabrique des pandémies par Marie-Monique Robin; la vie intraterrestre, rencontre dans les profondeurs! De la vie sous nos pieds. Le cerveau et la conscience. Comment les navigateurs pouvaient-ils s'orienter en plein océan, sans aucun instrument en leur possession?;
- Plusieurs autres sujets discutés lors de nos tours de table habituels à chaque rencontre.

4.7 GROUPE SPIRITUALITÉ, RELIGIONS ET QUÊTE DE SENS (RESP. : GINETTE GARON)

Entre le 1^{er} avril 2023 et le 31 mars 2024, le Groupe spiritualité, religions et quête de sens a tenu dix réunions. Le groupe compte 20 membres et chaque réunion accueille habituellement entre 12 et 14 participants.

Le Groupe reçoit régulièrement des demandes d'adhésion de la part de personnes intéressées, mais ne peut que leur suggérer de s'inscrire sur la liste d'attente étant donné que le nombre de participants est limité à 20. Au cours de la dernière année, un seul membre a quitté le Groupe et a été remplacé.

La formule habituelle est qu'un membre du Groupe présente un sujet. Il ne s'agit que d'un court exposé qui met la table pour une discussion entre les participants. Nos réunions sont toujours très animées. Les sujets discutés ont été les suivants :

- Quand commence la vie humaine?;
- Spiritualité et sexualité;
- Vingt règles d'or pour les séniors;
- L'espoir;
- Le livre de Eben Alexander « Voyage d'un neurochirurgien au cœur de la conscience »;
- Dialogue de Bohm;
- Le vieillissement et les soins à domicile;
- L'esprit des lieux, territoires et communauté;

- Propos sur le bonheur ... et nos malheurs;
- Les excès de l'individualisme.

Le Groupe continue assidûment ses réunions mensuelles et a élaboré une liste de sujets qui seront traités au cours de l'année.

4.8 GROUPE PARLONS VOYAGES (CO-RESP. : JACINTHE BARIBEAU, LUCILLE BORDELEAU, DANIELLE ROCHEFORT, PATRICIA ST-PIERRE)

Le Groupe Parlons voyages est le dernier-né du Collectif 55+. Ce groupe a été créé à l'été 2023 et regroupe 12 membres dont quatre à titre de co-responsables. Entre juin 2023 et le 31 mars 2024, le Groupe parlons voyages a tenu dix réunions. Les rencontres à l'été 2023 ont été principalement consacrées à définir la mission/raison d'être du Groupe, son organisation et son mode de fonctionnement. Les rencontres sont mensuelles et ont lieu le premier vendredi du mois au Centre communautaire Claude-Allard.

Les rencontres s'articulent principalement autour de présentations ou de récits de voyages présentés par un membre du Groupe préalablement identifié à la rencontre précédente. Les sujets présentés depuis août dernier sont :

- Séville, Espagne;
- Lancaster, Pays Amish;
- Île de Madère, Portugal;
- Costa del Sol, Espagne;
- Édinbourg, Écosse;
- Friendship Force;
- Cuba, histoire, vie actuelle, espoir;
- Afrique de l'Ouest : Bénin, Togo, Ghana.

Les projets de présentation ne manquent pas pour l'année 2024-2025. Le Groupe souhaite aussi établir des modalités pour ouvrir des places à de nouveaux membres.

REMERCIEMENTS À LA VILLE DE QUÉBEC

Le Collectif 55+ remercie la Ville de Québec qui lui donne accès à ses locaux afin d'y tenir les réunions de son conseil d'administration et de ses groupes ainsi que les ateliers et les conférences qui sont ouverts à la population. Grâce à cet appui, le Collectif a pu prendre son envol et augmenter ou maintenir ses activités au fil des ans.

Grâce au soutien de la Ville de Québec, nous entrevoyons de meilleurs jours et considérons toujours ce soutien comme un élément majeur pour notre développement.

Merci pour cette aide qui nous a permis de poursuivre nos activités.

LE 28 AVRIL 2024