

# Les échos de l'AREQ



Association des retraitées et retraités de l'éducation et des autres services publics du Québec (CSQ)  
Région Laval-Laurentides-Lanaudière (10)  
Secteur Chomedey-Laval (10B)

Mars 2021 Numéro 84



*Toutes les photos de ce bulletin ne sont là que pour vous rappeler les bons moments passés ensemble.*

*Nous avons tellement hâte de vous revoir !*

## Sommaire

Mot de la présidente sectorielle	2	AGR	6
Mot de la présidente régionale	3	Nouvelles des comités	7-11
AGS	4	Conseil sectoriel et comités	12

Visitez notre site : [chomedey-laval.araq.lacsq.org](http://chomedey-laval.araq.lacsq.org)



## Mot de la présidente sectorielle



L'année 2020 marquait la fin de notre triennat 2017-2020. Nous étions loin de nous douter qu'elle nous réservait un coronavirus qui allait frapper la planète entière. Heureusement que la recherche médicale et scientifique nous apporte une lueur d'espoir avec les vaccins. Toutefois, il nous faudra encore faire preuve de prudence et de patience cette année si nous voulons gagner cette bataille contre la COVID-19.

### Remerciements à deux membres très spéciales qui tirent leur révérence.

Au nom de nous tous, je remercie **madame Mireille Ménard** qui termine son mandat à la **présidence régionale**. Elle quittera son poste après six années bien remplies et une 7<sup>e</sup> en bonus. Nous avons toujours pu compter sur son appui et sa très grande implication pour notre région et notre secteur. Nous lui souhaitons de belles années de retraite et nous espérons avoir l'occasion de la revoir à nos activités lorsqu'elles pourront enfin reprendre.

Notre conseil sectoriel a reçu, avec regret et tristesse, la démission de **madame Ginette Lavoie, trésorière**. Ginette a toujours été très impliquée au niveau de la présidence, des communications, de la rédaction de notre journal ainsi que du club de lecture et du Quoi de neuf. Elle s'est acquittée de sa tâche de trésorière avec brio... ce qui nous laisse une excellente santé financière pour se faire « un gros party » comme elle le dit. Bravo et merci Ginette, tu vas nous manquer.

Je remercie aussi tous nos membres du conseil sectoriel, nos responsables des différents comités et nos bénévoles pour leur implication et leur dévouement. J'ai eu plusieurs rencontres en vidéoconférence sur Zoom avec le conseil national, le conseil régional et notre conseil sectoriel tout au long de la dernière année. En raison des directives gouvernementales, la dernière réunion en présentiel de votre conseil sectoriel s'est tenue à la fin de juin 2020.

Notre **Assemblée générale sectorielle (AGS)** se tiendra le **mardi 27 avril 2021 à 9 h 00** en mode virtuel avec Zoom. Lors de cette assemblée, vous aurez la possibilité d'élire les membres de votre conseil sectoriel dont les postes sont en élection. Nous comptons sur votre présence virtuelle en grand nombre.

Du 1<sup>er</sup> au 4 juin 2021, 9 délégués de notre secteur (choisis à l'AGS 2019) participeront au **Congrès national en mode virtuel sur Zoom**. Toutes ces personnes ont participé à des rencontres préparatoires sur les statuts et règlements et les orientations.

N'oubliez pas de noter à votre agenda l'**Assemblée générale régionale (AGR)** qui aura lieu le **12 mai 2021**. **Invitation à consulter notre site Web** : <http://chomedey-laval.areq.lacsq.org>. Vous y trouverez les dernières nouvelles de l'AREQ et les renseignements utiles pour vous brancher avec ZOOM.

*Laura Martinez*

\*\*\*\*\*  
Vous avez déménagé, vous avez changé de numéro de téléphone, il est important que vous fassiez les changements **en personne** en téléphonant à Mme Geneviève Plante au 1 800 663-2408, en indiquant votre numéro de membre ou par courriel  
<https://areq.lacsq.org/avis-de-changement-adresse/>  
ou [plante.genevieve@areq.csq.org](mailto:plante.genevieve@areq.csq.org)  
Pour accroître la rapidité du service, ayez en main votre numéro de membre ou votre numéro d'assurance sociale (NAS).  
Le secteur ne peut faire ces changements pour vous.  
\*\*\*\*\*

## Mot de la présidente régionale

Quelle année 2020! Cette année restera longtemps dans notre mémoire. Eh oui, encore moi, COVID-19 oblige! Le congrès ayant été reporté en juin 2021, les postes en élection ont été prolongés d'un an. Que l'année 2021 soit remplie d'espoir, de nouvelles positives pour notre système de santé et d'un vaccin efficace.

Malgré les restrictions sanitaires et le confinement, nous, les personnes élues, sommes toujours en relation avec les unes les autres, de façon virtuelle, avec ZOOM. Plusieurs rencontres nous ont permis de préparer des projets, des activités, par exemple celles pour briser l'isolement. En effet, des bénévoles se sont offerts pour téléphoner à nos personnes âgées de 75 ans et plus, pour prendre de leurs nouvelles et voir si elles avaient des besoins spécifiques. Les commentaires ont été très positifs. L'AREQ nationale a fait un partenariat avec l'Association des Petits Frères afin que ceux-ci puissent aussi communiquer avec nos membres qui le désireraient.



Cette année encore, toutes les réunions des conseils : exécutif, d'administration, régional et sectoriel se font en virtuel, même le conseil national qui regroupe plus de 100 personnes. Après consultation, il a été décidé de faire le Congrès national en virtuel. Tout un défi à relever pour environ 600 personnes. Nous aurons plus de détails bientôt.

Au conseil national à la fin d'octobre, nous avons révisé les recommandations pour les statuts et règlements et la région en a proposé quelques-unes. Nous allons maintenant revoir les orientations et déposerons nos propositions pour le mois d'avril, s'il y a lieu. De plus les présidentes et présidents sectoriels et moi-même devons suivre une formation afin de pouvoir gérer nos assemblées générales.

Espérons que les mois à venir seront plus joyeux et que nous pourrons nous revoir en petits groupes. L'assemblée générale régionale aura lieu le mercredi 12 mai 2021. Il y aura des élections pour le poste de la présidence. Votre présence est très importante. Surveillez notre site WEB régional pour avoir tous les détails : [www.laval.laurentides.lanaudière.areq.lacsq.org](http://www.laval.laurentides.lanaudière.areq.lacsq.org)

Au plaisir de se revoir en présentiel,

Mireille Ménard

### L'ÉQUIPE DU BULLETIN

**Rédaction :**

Les membres du conseil sectoriel et les responsables des comités

**Révision:**

Cécile Fillion et Michel Legault

**Mise en page:**

Ginette Lavoie

**Photos**

Toutes les photos publiées dans le journal et sur le site Web sont de Robert U. Lupien

**Imprimerie :**

Imag3 Communications Inc.

**Tirage :** 600 copies

*\* Les opinions émises dans ces pages ne reflètent pas nécessairement celles de l'association et n'engagent que la responsabilité des auteurs.*



# Assemblée générale sectorielle (AGS)

## Convocation à l'assemblée générale sectorielle 2021

Par la présente, nous vous convoquons officiellement à l'assemblée générale sectorielle (AGS) de l'AREQ Chomedey-Laval, secteur 10b.

Date : **le mardi 27 avril 2021**

Heure : **9 h 00 (branchement à partir de 8 h 30)**

En raison de la pandémie et de mesures gouvernementales en vigueur, l'AGS aura lieu exceptionnellement cette année **par vidéoconférence Zoom**.

### Les points traités seront les suivants :

- \* rapport de la présidence
- \* rapport financier
- \* élections au conseil sectoriel
- \* délégation au Congrès
- \* adoption du procès-verbal de l'assemblée générale sectorielle du 2 mai 2019, dont une copie est disponible sur notre site Web: <http://chomedey-laval.areq.lacsq.org> .



Un tirage de prix aura lieu parmi les personnes présentes.

Veillez également noter qu'une allocation de 25 \$ sera versée aux personnes participantes.

### Élections

Les personnes qui désirent présenter leur candidature à l'un des postes en élection (présidence, 2<sup>e</sup> vice-présidence, secrétariat, trésorerie et personne 2<sup>e</sup> conseillère), peuvent obtenir un bulletin de candidature auprès de la présidente du secteur à l'adresse courriel : [lmartinez@videotron.ca](mailto:lmartinez@videotron.ca).

### Inscription

Pour participer à l'AGS, nous vous invitons à vous inscrire auprès de Cécile Fillion par courriel à : [cecileffma@outlook.com](mailto:cecileffma@outlook.com), ou au téléphone au 450 687-0668 et ce, au plus tard le **16 avril 2021**.

Les personnes inscrites à l'Assemblée générale sectorielle pourront assister à une rencontre de pratique pour se brancher à Zoom le **lundi 19 avril 2021 à 10 h 00**. Vous recevrez un hyperlien et le mot de passe 48 heures avant.

**Invitation à consulter notre site Web** : <http://chomedey-laval.areq.lacsq.org> Vous y trouverez les dernières nouvelles de l'AREQ et les renseignements utiles pour vous brancher avec ZOOM.

Une fois votre inscription complétée, vous recevrez un hyperlien et le mot de passe 48 heures avant l'assemblée générale.

Vous n'avez ni ordinateur, ni tablette, ni téléphone intelligent ? Vous pourrez quand même participer à la réunion à l'aide de votre téléphone régulier. Des instructions vous seront données lors de l'inscription.

*Laura Martinez*  
*Présidente sectorielle*



## **Le conseil sectoriel**

L'AREQ est une association qui joue deux grands rôles pour ses membres; le premier se traduit par des activités sociales qui permettent les rencontres. C'est le cas de nos déjeuners et diners mensuels, des grandes fêtes comme Noël ou la Saint-Valentin, ou encore du club de lecture et de la danse en ligne. Pour ces activités, nous aimerions avoir encore plus de participation, mais ceux qui en profitent y font toujours de belles rencontres.

Ces activités sont organisées par le conseil sectoriel qui compte 7 membres élus lors de l'Assemblée générale. Le groupe se rencontre une fois par mois et se partage le travail pour que le secteur reste vivant. Chacun y participe selon ses goûts et ses talents.

Vous voulez en savoir plus, communiquez avec un membre du conseil dont les noms apparaissent à la page 12.

## **Les comités**

Le deuxième rôle de l'AREQ permet à ses membres de s'impliquer dans la vie sociale par le biais des comités. Même si vous êtes à la retraite, vous restez informés et vous pouvez participer à différentes actions. Vous pouvez voir la liste des comités à la page 12.

Chaque comité a un responsable qui participe 2 ou 3 fois par année à une rencontre organisée par la région Laval-Laurentides-Lanaudière et qui rapporte au secteur les informations.

Un 2<sup>e</sup> membre est nommé pour chaque comité : le substitut. Il participe à toutes les rencontres et peut remplacer le responsable en cas d'absence.

Pour chaque comité, ces deux membres peuvent organiser des rencontres avec les membres du secteur. Ils sont toujours appuyés par le conseil sectoriel qui leur fournira budget et local nécessaires.

Exemple : le comité des hommes participe à des rencontres, des discussions et des conférences organisées par le régional. Il organise aussi des diners-rencontres et des sorties avec les hommes du secteur où ils échangent sur les sujets qui les intéressent particulièrement.

## **Le remboursement des dépenses**

Tous ceux et celles qui participent à la vie du secteur d'une façon ou d'une autre peuvent réclamer les frais encourus pour leur kilométrage et leur repas selon les normes de l'AREQ.

Tous les comités permettent de faire des rencontres intéressantes et ne demandent aucune qualification autre que votre intérêt.

Pour connaître les postes disponibles, voyez la liste à la page 12 et joignez un membre du conseil sectoriel si un sujet vous intéresse.

*Ginette Lavoie*



# Assemblée générale régionale (AGR)

## Convocation à l'assemblée générale régionale 2021 et Assemblée générale FLG

Par la présente, nous vous convoquons officiellement à l'assemblée générale régionale (AGR) de l'AREQ Laval-Laurentides-Lanaudière (région 10).

Date : **12 mai 2021**

Heure : **9 h à 11 h (branchement à partir de 8 h 30)**

En raison de la pandémie et de mesures gouvernementales en vigueur, l'AGR aura lieu exceptionnellement cette année par vidéoconférence Zoom.

### Les points traités seront les suivants :

- \* rapport de la présidence
- \* procès-verbal de l'AGR 2019
- \* rapport financier
- \* élections au conseil régional

Un tirage de beaux prix aura lieu parmi les personnes présentes.

Veuillez également noter qu'une allocation de 25 \$ sera versée aux personnes participantes jusqu'à la fin.

### Élections

Les personnes qui désirent présenter leur candidature au poste de la présidence régionale peuvent obtenir un bulletin de candidature auprès de Mireille Ménard à l'adresse courriel : [menardareqlll@gmail.com](mailto:menardareqlll@gmail.com).

### Inscription

Pour participer à l'AGR, inscrivez-vous par courriel auprès de Cécile Fillion : [cecileffma@outlook.com](mailto:cecileffma@outlook.com), ou au téléphone au 450 687-0668 et ce, au plus tard le **30 avril 2021**.

Une fois votre inscription complétée, vous recevrez un hyperlien et le mot de passe 48 heures avant l'AGR.



**IMPORTANT : Assemblée générale  
FLG : 11 h à 12 h**

*Mireille Ménard  
Présidente régionale*

# *Nouvelles des comités*



## **Comité des assurances**

Dans la revue Quoi de Neuf de l'hiver dernier, vous trouverez toutes les informations sur votre régime d'assurance de la SSQ et un coup d'oeil sur le tableau des primes mensuelles.

Le site de la SSQ (ssq.ca) vous permet d'accéder à l'espace client et vous fournit une foule de renseignements et de relevés. Profitez de ce service. Vous y trouverez vos reçus pour les primes payées. Vous aurez également les relevés de vos achats qui vous permettront de calculer ce que vous pouvez réclamer comme frais médicaux dans vos impôts

### **Volet assurance voyage**

SSQ met régulièrement à jour ses informations concernant les voyages pendant la COVID-19. Nous vous invitons à leur téléphoner au besoin.

### **Volet RAMQ**

Le premier janvier 2021, les tarifs ont de nouveau été ajustés jusqu'au 30 juin 2021. La prime mensuelle a augmenté à 22,25 \$ soit une hausse de 2,3 %. La coassurance baisse de 2%. La contribution maximale mensuelle ne subit aucun changement à 95,31 \$.

Je suis toujours là pour répondre à vos questions concernant les assurances au 450 818-6828 ou [ginette.j02@gmail.com](mailto:ginette.j02@gmail.com)

*Ginette Jetté  
responsable*



**Nos rencontres,  
une assurance  
de plaisir.**





# Nouvelles des comités

## Comité des femmes

Un petit rappel :

Le comité des femmes de notre secteur se donne entre autres, comme objectif d'informer nos membres sur les activités, les rencontres et les ressources se rattachant aux femmes. L'année 2020 fut celle de confinement et d'application des mesures sanitaires (Pandémie-COVID-19) et par le fait même l'arrêt des activités de notre secteur. En espérant le retour à la normale pour 2021!

Le 8 mars 2021 arrive à grands pas : en suivant ce lien, vous aurez de l'information sur la Journée internationale, portant sur les droits des femmes. Le thème : *Écoutons les femmes*

<https://www.lacsq.org/vie-syndicale/droits-des-femmes/8-mars/>

**Quelques sites web à consulter et s'adressant particulièrement aux femmes:**

-Table de concertation de Laval en condition féminine:

<https://www.tclcf.qc.ca/>

-Centre des femmes de Laval:

<http://www.cflaval.org/>

-Fédération des Femmes du Québec

[www.ffq.qc.ca](http://www.ffq.qc.ca)



*Martine Lafrance  
responsable*



# Nouvelles des comités



## Comité des hommes

Le jeudi 28 janvier dernier, le comité régional des hommes tenait une vidéo-rencontre sur plateforme Zoom, où nous avons discuté du livre du philosophe français Frédéric Lenoir : **Vivre ! dans un monde imprévisible**, Fayard, 2020, 137 pages. Durant deux heures, nous avons été 21 hommes à discuter de pandémie, des différents problèmes qu'elle engendre dans nos vies personnelles et dans nos vies en société. Paradoxalement, nous avons noté que cette pandémie nous donne aussi l'occasion de pouvoir recentrer nos façons de vivre sur l'essentiel.

Bref, ça fait un an qu'on a commencé à vivre en confinement. La plupart d'entre nous réussissons à nous en sortir avec résilience et harmonie. Dans quelques temps, les programmes de vaccination auront produit leur effet et on pourra à nouveau se rencontrer et fraterniser sans être obligés de se distancier autant que maintenant (du moins, je l'espère...).

Mais peut-être que d'autres parmi nous réussissent moins bien à garder bien en vue cette lumière au bout du tunnel. Je vous invite alors à me contacter au (514) 945-2686 pour qu'on s'en parle sans autre contrainte. Une lecture de ce livre de Frédéric Lenoir pourrait aussi vous aider dans votre recherche du bien-être.

Quoiqu'il en soit, le printemps viendra un jour nous réchauffer à nouveau la couenne et j'ose croire que les autorités en santé publique autoriseront à nouveau les rassemblements extérieurs en groupes restreints (avec distanciation). Alors, on pourra enfin se jaser **en présentiel** de nos préoccupations et de nos projets d'avenir. Pour que ce moment puisse se tenir, vous devez me dire votre intérêt à y participer en me le mentionnant par téléphone au (514) 945-2686 ou par courriel à [mlegault13@hotmail.com](mailto:mlegault13@hotmail.com).

Dernière précision : pour participer à nos rencontres et autres activités, il vous suffit d'être un homme **membre ou ami** du secteur. Ça n'engage à rien d'autre que votre intérêt du moment.



**Michel Legault**  
responsable



# *Nouvelles des comités*

## **Comité d'action sociopolitique**

Rapport sur la rencontre du 16 novembre 2020

Cette année, pandémie oblige, une rencontre du National s'est déroulée via Zoom. Suite à la mort de madame Joyce Echaquan, l'AREQ nationale a mis l'emphase sur les peuples autochtones. Nous avons donc reçu le livre par Internet. Madame Emmanuelle Dufour, doctorante, nous a entretenus sur le sujet des différents peuples autochtones selon le mode questions et réponses. Elle se sentait plus à l'aise avec ce format de dialogue.

Le livre de monsieur Pierre Lepage, *Mythes et réalités sur les peuples autochtones*, servait de base pour cette conférence. Les Premières Nations nous sont à peu près inconnues. Nous ne savons rien de leur réalité. Une incursion dans leur monde, mode de vie et spiritualité a été l'occasion de nous sensibiliser avec ce qu'ils vivent au quotidien. Ce fut très instructif.



Autres sujets abordés :

Tour des régions : réalité vécue pendant le confinement.

La loi sur la proche aidance

La coalition pour la dignité des aînés : comment se protéger en cas d'inaptitude.

*Cécile Fillion  
responsable*

## **Danse en ligne 20-21**



J'ai parlé à Lyne Lefèbre. Nous avons convenu que dès que la Santé publique nous donne le feu vert, nous recommencerons les cours au Centre Saint-Joseph. J'ai réservé la grande salle jusqu'au dernier lundi de mai 2021. On verra si cette activité reprendra cette année ou l'an prochain. À suivre.

Si vous voulez vous inscrire aux prochains cours, vous pouvez le faire en joignant Claudette Angiolini au 450 975-6653

*Cécile Fillion*

# *Nouvelles des comités*



## **Comité environnement et développement durable**

La région 10 a un nouveau responsable régional, monsieur Pierre Pelletier. Le comité a eu une réunion virtuelle en décembre 2020. Une quarantaine de membres y ont participé.

Les deux thèmes de la réunion étaient:

Quoi faire avec les trois bacs que nous utiliserons à l'avenir à Laval?

Les sites d'enfouissement qui doivent suivre à la lettre les directives gouvernementales.

P.S. Je suis à la recherche d'un ou d'une substitut pour le comité EDD. Faire partie de ce comité implique d'assister à trois réunions par année et de participer à une 4<sup>e</sup> journée de plein air organisée par le comité. Si l'environnement vous intéresse, si vous aimez vous promener dans la nature, n'hésitez pas: contactez-moi au 450 689-2676.

*Michel Thivierge  
responsable*

---

## **Fondation Laure-Gaudreault**

En 2020, les sommes amassées par le secteur totalisent 1 389 \$.

Pour toute la région 10, les sommes reçues totalisent 13 320 \$.

Pour les 10 régions de la province, cela représente la somme de 125 985, 36\$.

Nous offrons nos sincères remerciements au conseil sectoriel qui a fait à la fondation un don de 1 \$ par membre, soit 914 \$.

Le 18 décembre 2020, le conseil sectoriel 10B a aussi fait un don de 900 \$ à l'organisme Relais communautaire de Laval qui avait de grands besoins.

*Michel Thivierge  
responsable  
Michel Legault  
substitut*

---

## **In memoriam**



16 janvier 2020: Marcel Roy, frère de Suzanne Roy, membre de l'AREQ.

19 janvier 2020: Enrique Martinez, frère de notre présidente Laura.

7 mars 2020: Isabelle Langlois, membre de l'AREQ, conjointe de Floriant Plouffe.

19 mai 2020: Gaston Parent, membre de l'AREQ, conjoint de Pauline Millette.

2 janvier 2021: Réal Buissières, conjoint de Benoîte Buissières, membre de l'AREQ et ex-membre du conseil sectoriel.

16 janvier 2021: Marcel Desrosiers, frère de Rollande Desrosiers, membre de l'AREQ.

**Toutes nos sympathies à leur famille et à leurs proches.**

Pour qu'un décès soit annoncé dans le journal, il faut avertir Michel Thivierge au 450 689-2676

Adresse de retour  
10422 Berri  
Montréal QC H3L 2G8



	<p><b>Présidente</b> <b>Laura Martinez</b> Tél. : 514 258-2933 lmartinez@videotron.ca</p>
	<p><b>Premier vice-président</b> <b>Michel Legault</b> Tél. : 514 945-2686 mlegault13@hotmail.com</p>
	<p><b>Deuxième vice-présidente</b> <b>Cécile Fillion</b> Tél.: 450 687-0668 cecileffma@outlook.com</p>
	<p><b>Secrétaire</b> <b>Martine Lafrance</b> mlafrance25@gmail.com</p>
	<p><b>Trésorière</b> <b>Ginette Lavoie</b> Tél. : 514 326-2686 ginette_lavoie@sympatico.ca</p>
	<p><b>Premier conseiller</b> <b>Robert Lupien</b> Tél. : 450 669-5585 rulupien@hotmail.com</p>
	<p><b>Deuxième conseiller</b> <b>Michel Thivierge</b> Tél. : 450 689-2676 pierouellette@hotmail.com</p>

<b>Responsables et substituts des comités</b>	
<b>Retraite-Indexation</b> Suzanne Roy suzanne.r@videotron.ca	514 726-4091
<b>Fondation Laure-Gaudreault</b> Michel Thivierge pierouellette@hotmail.com Michel Legault mlegault13@hotmail.com	450 689-2676 514 945-2686
<b>Assurances</b> Ginette Jetté ginette.j02@gmail.com	450 818 6828
<b>Comité des femmes</b>	<b>Poste à combler</b>
<b>Action sociopolitique</b> Cécile Fillion cecileffma@outlook.com	450 687-0668
<b>Communications</b>	<b>Poste à combler</b>
<b>Arts visuels</b>	<b>Poste à combler</b>
<b>Comité des hommes</b> Michel Legault mlegault13@hotmail.com Robert Lupien rulupien@hotmail.com	514 945-2686 450 669-5585
<b>Environnement et développement durable</b> Michel Thivierge pierouellette@hotmail.com	450 689-2676
<b>Chaîne téléphonique</b> Robert Lupien rulupien@hotmail.com	450 669-5585
<b>Site WEB</b> Martine Lafrance mlafrance25@gmail.com	
<b>Chaîne électronique</b> Lise Mondou lismondou@hotmail.com	
<div style="background-color: #d9ead3; padding: 20px; border: 1px solid #000; margin: 20px auto; width: 80%;"> <p style="font-size: 24px; color: #007060; margin: 0;"><b>Voir la page 5</b></p> </div>	