

# Les échos de l'AREQ

**AREQ**  
Le mouvement des personnes  
retraitées CSQ

Secteur Chomedey-Laval (10 B)

Numéro 91 – Septembre 2024



## Sommaire

- 2 Mot de la présidente régionale
- 3 Mot de la présidente sectorielle
- 4 Hommage particulier à ces trois personnes bénévoles
- 5 Nouvelles des comités/Conférences
- 16 Fondation Laure-Gaudreault et ENCAN
- 17 Rapport financier
- 18 Info-Assureq
- 19 Nos repas mensuels
- 20 Les Souvenirs partagés
- 23 **Invitation Dîner de Noël**
- 24 Tableau des activités
- 27 Babillard
- 28 Conseil sectoriel et responsables des comités



**Dîner de Noël**

**12 décembre**

## Mot de la présidente régionale

### MON PRINTEMPS AREQ

Il y a eu un printemps de Prague, un printemps érable et un printemps arabe. Moi j'ai eu mon printemps AREQ. J'ai sillonné les Laurentides, la ville de Laval et les belles terres de Lanaudière, et ce, du 25 avril au 15 mai, quand le printemps commençait seulement à montrer quelques aspects de sa venue.

Est-ce que j'ai aimé ? Certainement. Rencontrer des membres dans leur milieu avec leurs collègues et être accueillie plus que convenablement et se faire offrir d'excellents repas, qui ne serait pas satisfait de son printemps ? J'ai même gagné un tableau de Claire Desjardins du secteur Deux-Rivières de Laval (photo ci-bas) et reçu des fleurs en pot que j'ai plantées dans ma cour.



Du côté du dossier de la Retraite, chaque présidence a fait voter la proposition à l'effet que le gouvernement devrait mettre sa part pour l'indexation additionnelle. Unanimité dans les neuf assemblées. Car nous avons neuf secteurs, comme vous le savez.

### Pour l'année 2024-2025

Le dossier prioritaire sera celui de la relève. Tout le monde en parle, on a des idées, mais il va falloir agir. Plusieurs des neuf comités (incluant la FLG) ont de nouveaux membres, mais les anciens membres composent encore la majorité des comités et des conseils sectoriels. Le conseil régional s'y penchera sérieusement à la fin juin lors de notre dernière rencontre pour clore notre année. Nous ferons un retour sur toutes les activités 2023-2024, car là, on peut dire que c'est mission accomplie, sans se vanter comme de raison. Nous sommes dix présidences au conseil régional et nous sommes une équipe âgée de plusieurs printemps, mais pleine d'idées innovantes. Tout cela pour vous dire qu'on va se forcer en titi.



*Sentier musical de Claire Desjardins*

Alors je ne peux que souhaiter de revoir tout le monde à l'automne lors des comités. La première rencontre se fera avec les neuf conseils sectoriels vers la fin septembre ou début octobre. Ça devrait brasser. Les conseils seront informés en temps et lieu.

Bon été à toutes et tous. Prenez de la vitamine D, profitez de vos familles et que Dieu ou une puissance autre nous garde en santé.

Pierrette Boudreau, présidente régionale Laval-Laurentides-Lanaudière

## Mot de la présidente sectorielle

### L'AREQ Chomedey-Laval se prépare un bel automne

**A**près un été trop arrosé et chaud, on se dirige vers l'automne. J'espère que les personnes qui ont malheureusement été touchées par les inondations s'en remettent. Je vous souhaite bon courage.

Préparez-vous car la saison automnale s'annonce occupée à l'AREQ Chomedey-Laval. Plusieurs déjeuners, dîners festifs et conférences sont à l'agenda. Bref résumé de :



#### Assemblée générale sectorielle

J'aimerais remercier les membres qui ont participé à l'assemblée générale qui s'est tenue le 15 mai 2024 chez Piatti Pronti.

COMITÉS : les responsables des différents comités ont présenté leur bilan de l'année et je les en remercie car, grâce à ces bénévoles, on reçoit l'information à jour. La récolte a été très fructueuse car sept (7) nouvelles personnes membres se sont jointes à ces comités et j'en suis très heureuse.

IMPORTANT : nous avons toujours besoin de membres bénévoles pour combler certains postes et/ou aider ceux qui les occupent actuellement (voir liste des comités à la dernière page de ce journal).

#### Indexation additionnelle

Enfin une bonne nouvelle (voir le rapport du comité retraite dans ce bulletin). L'AREQ a finalement obtenu une indexation additionnelle au RREGOP versée cet été ou bien le sera bientôt. Vous avez reçu l'information via l'infolettre de l'AREQ ainsi que dans la revue « Quoi de neuf » du printemps 2024.

**Bienvenue aux nouvelles personnes retraitées.** Les membres de votre conseil sectoriel vous invitent gratuitement à un dîner le 29 octobre prochain (voir tableau des activités pour les détails). Cette activité est pour vous permettre de faire la connaissance des membres du conseil sectoriel de Chomedey-Laval et des autres personnes retraitées.

En terminant, les membres de votre Conseil sectoriel et moi-même souhaitons vous rencontrer en grand nombre à nos activités. C'est avec plaisir que nous accueillerons vos commentaires et suggestions.

*Laura Martínez*

*Hommage particulier à ces personnes bénévoles  
qui malheureusement nous ont quitté*



**THIVIERGE Michel**

À l'âge de 79 ans est décédé le 4 février 2024. Il a été très actif au sein du conseil sectoriel et auprès de la Fondation Laure-Gaudreault durant plus de 20 ans. Ce fut un plaisir de proposer sa candidature pour la Médaille des Aînés qu'il a reçue du Lieutenant-gouverneur et dont il était très fier. Merci Michel.



**BÉDARD Lise**

Elle venait de célébrer ses 88 ans lorsqu'elle est décédée le 9 avril 2024. Elle a été l'organisatrice assidue et dévouée pour nous offrir de beaux voyages durant de nombreuses années. Lise aimait organiser et surtout sa table lors de nos activités. Merci Lise.



**DIONNE Bertrand**

Son décès est survenu le 27 juin 2024 à l'âge de 80 ans. Il a été président de notre conseil sectoriel et nous avons eu le plaisir de souligner son implication lors du 40e anniversaire du secteur. Il était impliqué, enjoué et il aimait la vie. Merci Bertrand.

*Laura Martínez*

## Nouvelles de nos comités

### Comité des femmes

*Mireille Bernard, responsable sect.*

- **Objectif :** Informer nos membres sur les activités, les rencontres et les ressources se rattachant aux femmes.
  
- **9 février 2024 à Saint-Jérôme :** Troisième rencontre de l'année du comité régional des femmes.
  - Préparation de la présentation du livre **Brève histoire des femmes du Québec** qui aura lieu devant les membres à Saint-Jérôme le 22 mars en après-midi.
  
- **8 mars 2024 :** Conférence et dîner qui a eu lieu chez *Axion 50 plus* à Laval dans le cadre de la journée internationale des droits des femmes.
  - Julie Pinel, conseillère à l'action féministe à la Centrale des syndicats du Québec (CSQ) a donné une conférence sur **les grandes luttes féministes au Québec, d'hier à aujourd'hui**.
  - 15 personnes étaient inscrites.
  - Cette conférence a permis d'aborder l'apport du mouvement féministe à l'évolution de la société québécoise et à l'amélioration des droits des femmes.  
De plus, il a été question des luttes que porte actuellement ce mouvement au Québec et les gains obtenus.
  
- **22 mars 2024 à Saint-Jérôme :** Conférence régionale organisée dans le cadre du mois de mars où la journée des femmes a eu lieu le 8 mars.
  - **En AM :** Conférence de madame Nicole O'Bomsawin, professeure d'anthropologie et muséologue de formation. Elle nous a entretenus sur l'évolution et la condition des femmes autochtones.
  - Une quarantaine de personnes étaient inscrites.
  - **En PM :** Présentation par les membres du comité régional des femmes du livre de Denyse Baillargeon **Brève histoire des femmes au Québec**. Diaporama synthèse.
  
- **Septembre 2024: Prochaine rencontre du comité régional des femmes.**

## Comité des hommes

*Michel Legault, responsable sect.*

### **Salut, les Gars !**

Encore cette année, j'invite tous les hommes membres ou amis de notre secteur (et qui lisent ce journal, évidemment) à venir brasser ses idées, raconter ses souvenirs ou exprimer ses désirs à la brasserie :

- **Les 3 Brasseurs du Centropolis** à compter de **11h45** les vendredis **20 septembre, 8 novembre 2024** et **10 janvier 2025**.
- Bienvenue aux nouveaux qui ont le goût de venir partager leurs expériences !

### **Salut, les Femmes et les Hommes !**

De plus, le Comité des hommes a planifié **trois rencontres** qui sont ouvertes aussi bien aux femmes qu'aux hommes.

**La première** se tiendra à **Saint-Jérôme** le lundi **21 octobre** prochain. On y parlera de grand-parentalité au masculin durant l'avant-midi et de mesures de sécurité pour les aînés en après-midi. Voir la feuille d'inscription apparaissant en **page 7** pour les détails.

**La deuxième** est une **visite du musée Armand-Frappier** le mardi **29 octobre** prochain, de 9h00 à 11h15. Deux ateliers de 45 minutes nous y seront présentés : l'un sera l'exposition interactive **4, 3, 2, 1... Santé !**, tandis que l'autre portera sur le climat avec expérience en laboratoire. Cette visite est prévue pour un minimum de 16 personnes et un maximum de 24 personnes.

- Le secteur défraiera le coût global d'entrée pour le groupe, mais nous demandons des frais de 10 dollars comptant pour couvrir une partie de ces frais (à remettre à Michel Legault à l'arrivée).
- Vous devez vous inscrire auprès de Michel Legault au 514-945-2686 avant le 26 octobre pour réserver votre place.
- **Après la visite**, nous nous rendrons au restaurant **Le Chalutier MLM** pour notre dîner mensuel.

**La troisième** se tiendra à **Saint-Jérôme** le vendredi **22 novembre** prochain. On y parlera de gériatrie sociale en avant-midi et des droits des grands-parents en après-midi. Voir la feuille d'inscription apparaissant en **page 8** pour les détails.



**Conférence régionale  
organisée par le comité régional des Hommes**

**« La grand-parentalité et les mesures de sécurité présentées aux aînés »**

**Quand ?**     **Lundi 21 octobre 2024**

**Où ?**           **Saint-Jérôme, au Best Western, 420, Mgr Dubois**

**Déroulement de la journée :**

- De 9 h 30 à 12 h, rencontre avec Charles-David Duchesne, professionnel responsable du dossier des Hommes à l'AREQ CSQ.

Il nous entretiendra sur le sujet d'actualité concernant le dossier de la grand-parentalité du comité des Hommes :

- Le résultat de l'étude qualitative sur la grand-parentalité au masculin ;
  - Le rapport des grands-pères et de leurs petits-enfants ;
  - Les grands-pères et le modèle traditionnel ;
  - Portrait des relations existantes entre les hommes et leurs petits-enfants, ainsi qu'avec les parents de ces derniers ;
  - Identifier leurs attentes et leurs besoins par rapport à l'exercice du rôle de grand-parentalité ;
  - Le rôle de grand-père ;
  - L'évolution dans la société des générations d'hommes.
- 
- De 13 h 30 à 15 h, rencontre avec Jean-Pierre Blondin, formateur en RCR, instructeur de Cœur et AVC Canada et aussi retraité de l'AREQ. Il viendra nous sensibiliser sur divers sujets auxquels nous pouvons être confrontés à la maison, en RPA ou encore en voyage. Comment doit-on réagir lorsque notre conjoint se blesse, s'évanouit, a des douleurs à la poitrine, à la tête ou à d'autres parties du corps ? La prévention est la meilleure façon d'éviter l'intervention.

Comment identifier les signes précurseurs d'un AVC, d'une crise d'angine, d'une thrombose ou encore d'une phlébite ? Quoi faire si une personne amie s'étouffe lors d'un repas ?

**Conférence ouverte aux hommes et aux femmes**

NOM : \_\_\_\_\_ PRÉNOM : \_\_\_\_\_

TÉLÉPHONE : \_\_\_\_\_ COURRIEL : \_\_\_\_\_

Je m'inscris à l'activité et je prévois un paiement de 10 \$ à cet effet.

Je participerai à la conférence sur la grand-parentalité en avant-midi : OUI \_\_\_ NON \_\_\_.

Je participerai à la conférence sur les mesures de sécurité en après-midi : OUI \_\_\_ NON \_\_\_.

Je dînerai au Best Western : OUI \_\_\_ NON \_\_\_.

Ci-joint, un **chèque de 10 \$ pour l'inscription seulement** OU un **chèque de 37 \$ pour l'inscription et pour le diner, à l'ordre de : AREQ secteur 10B Chomedey-Laval**

Je fais parvenir mon inscription et mon paiement avant le 10 octobre 2024 à :

- Michel Legault, 826-3580 boul. Saint-Elzéar Ouest, Laval QC H7P 0L7

**Conférence régionale  
organisée par le comité régional des Hommes**

**pour souligner la Journée internationale des Hommes**

**Quand ? Vendredi 22 novembre 2024**

**Où ? Saint-Jérôme, au Best Western, 420, Mgr Dubois**

**Déroulement de la journée :**

De 9 h 30 à 12 h, rencontre avec Madame Élise Doré, ergothérapeute-conseil à la Fondation ÂGES, qui viendra nous entretenir sur la gériatrie sociale et sur les Sentinelles. L'intention générale est de créer un filet de sécurité, une communauté bienveillante qui saura détecter les signes de vieillissement accéléré et orienter vers des ressources d'accompagnement.

La présentation vise les objectifs suivants :

- Décrire ce qu'est la gériatrie sociale (six programmes au Québec dont un à Laval) ;
- Comprendre le rôle de la sentinelle au sein de la gériatrie sociale ;
- Acquérir des connaissances sur le vieillissement normal et accéléré ;
- Reconnaître les signes de vieillissement accéléré en se familiarisant avec les facteurs de risques pour la santé et la sécurité des personnes âgées à domicile.

De 13 h 30 à 15 h, rencontre avec Monsieur Marc Daoud, avocat à la recherche, aux services juridiques de la CSQ, qui nous proposera une formation qui présente les obligations et difficultés que peuvent rencontrer les grands-parents dans l'exercice de leurs droits envers leurs petits-enfants. La présentation abordera les thèmes suivants : le rôle des grands-parents dans la société, les aliments (pension alimentaire), les droits d'accès aux petits-enfants, le concept de l'intérêt de l'enfant, la succession, la responsabilité civile, l'exercice de certains droits.

**« La gériatrie sociale et les droits des grands-parents »  
Conférence ouverte aux hommes et aux femmes**

NOM : \_\_\_\_\_ PRÉNOM : \_\_\_\_\_

TÉLÉPHONE : \_\_\_\_\_ COURRIEL : \_\_\_\_\_

Je m'inscris à l'activité et je prévois un paiement de 10 \$ à cet effet.

Je participerai à la conférence sur la gériatrie sociale en avant-midi : OUI \_\_\_ NON \_\_\_.

Je participerai à la conférence sur la jurisprudence en après-midi : OUI \_\_\_ NON \_\_\_.

Je dînerai au Best Western : OUI \_\_\_ NON \_\_\_.

Ci-joint, un **chèque de 10 \$ pour l'inscription seulement** OU un **chèque de 37 \$ pour l'inscription et pour le diner, à l'ordre de : AREQ secteur 10B Chomedey-Laval**

Je fais parvenir mon inscription et mon paiement avant le 12 novembre 2024 à :

Michel Legault, 826-3580 boul. Saint-Elzéar Ouest, Laval QC H7P 0L7

## Action Sociopolitique

*Cécile Fillion, responsable régionale*

### Résumé des rencontres du CASP 2024 (comité d'action sociopolitique)

Première rencontre le 10 octobre 2023 pour choisir les orientations sur lesquelles le comité aimerait travailler. Dans l'axe 1, la vie associative et les services à nos membres, le point 7 a été retenu. Informer et former nos membres sur les enjeux qui les concernent.

Parmi les points de l'axe 2, la défense des droits de nos membres et la participation au mieux-être de la société, le point 2 a été choisi. Poursuivre le combat des soins à domicile de qualité et accessibles pour toutes les personnes âgées du Québec.

Chaque membre du CASP est allé chercher l'information et l'a transmise lors de la rencontre du 7 novembre 2023. Chacun est revenu avec les ressources disponibles dans son secteur. Ce qui ressort de cette rencontre, c'est que les gens veulent rester dans leur milieu jusqu'à la fin de leur vie. Constatation : il y a des services semblables dans tous les secteurs. Il s'agit de les faire connaître. Cependant, l'accès à ces services n'est pas évident.

Le 15 février 2024 c'est tenue la rencontre des responsables régionaux. Un tour de table a eu lieu pour connaître la préoccupation principale en action sociopolitique dans chaque région cette année. Il s'est avéré que chaque région semblait avoir la même préoccupation : les soins à domicile. Certains âgés se retrouvent dans des situations inconfortables : des gens qui viennent les aider veulent se faire offrir des objets de valeur et, souvent, les harcèlent pour les obtenir. Certaines sont même victimes de fraude.

### **Présentation de trois projets de l'AREQ nationale en action sociopolitique :**

1. Premier projet : jeu de société. Ce serait un moyen de porter les messages à partir de jeux de société. But : lutter contre l'âgisme, aider à la préparation à la retraite et sensibiliser différents groupes d'âge (intergénérationnel).
2. Deuxième projet : projet cinéma. On constate le manque de représentation positive des personnes âgées dans les productions cinématographiques et télévisuelles. Impact social et culturel : reflet de la société.

Course des régions. La plus importante compétition de films dédiée aux cinéastes émergents du Québec. But : sensibiliser les cinéastes de la relève sur l'âgisme et favoriser la diversité des groupes d'âges. Objectif de l'exercice : tapis rouge avec plusieurs productions à présenter au Congrès 2026.

3. Troisième projet : l'AREQ et l'Iris comme architectes d'un projet de société pour le soutien à domicile. Le soutien à domicile est un mandat prioritaire dans le dossier sociopolitique de l'AREQ pour le prochain triennat. Le commissaire à la santé et au bien-être a déposé un rapport en 4 tomes qui critique sévèrement l'organisation des soins et services à domicile. Constat : statu quo du gouvernement : maison des aînés et soutien aux RPA. L'une des recommandations : proposer un projet de loi concret et non partisan. En discuter sur la place publique et le présenter à la rentrée parlementaire de l'automne 2024.

Dossier en cours : Élargissement de la couverture publique des soins buccodentaires et protection de la confidentialité des données en santé.

### Rencontre régionale avec Samuel Labrecque

Le 16 avril 2024, monsieur Labrecque nous a fait une conférence sur les soins à domicile. Ceux-ci se seraient développés en marge du ministère de la Santé.

Il y a moins d'investissements en soins à domicile.

Iniquités entre les régions. 25% du temps passé auprès des patients et 75% à remplir des formulaires.

Ça prend une réorganisation des services.

Les RPA sont des entreprises milliardaires.

Il y a deux sortes de formulaires :

Le formulaire facile à remplir, pour les RPA.

L'autre, plus long et plus compliqué : pour les gens qui veulent rester chez eux.

La Coalition pour la dignité des aînés a organisé une rencontre pour concrétiser le virage vers les soins et services à domicile au Québec. Ce regroupement a fait quatre recommandations :

1. Mettre en place un cadre renforcé
2. Faire des CLSC la porte d'entrée principale pour les personnes en besoin de soins et services à domicile
3. Assurer une meilleure coordination territoriale au bénéfice des personnes âgées et de leurs proches
4. Renforcer la place des soins et services à domicile dans l'organisation du réseau public de santé et de services sociaux.

La programmation complète est disponible sur le site Internet de l'événement :

<https://cahier.coalitiondigniteaines.quebec/>



### Équipe du bulletin

Rédaction : Les membres du conseil sectoriel et les responsables des comités

Révision : Cécile Fillion et Michel Legault

Mise en page : Martine Lafrance

Photos : Robert U. Lupien pour toutes les photos des activités publiées dans le bulletin et sur notre site Web.

Imprimerie : Imag3 Communications Inc.

Tirage : 900

*Laura Martinez, répondante rég.  
Ginette Jeté, responsable sect.*

### **Première rencontre régionale le 7 novembre 2023**

But : préparation de la rencontre régionale du 16 avril 2024 présentée par Mme Johanne Freire : la logistique et les sujets proposés à Mme Freire.

### **Deuxième rencontre le 16 avril 2024** Conférence régionale par Mme Freire.

Sujet : notre régime d'assurances beneva  
Explication du feuillet SSQ Assurance collective inclus dans la revue QUOI DE NEUF du mois de janvier.

- Les primes de votre assurance débutent le premier janvier, cette année augmentation de l'assurance vie de 3 \$ mais diminution sur les primes mensuelles.
- Pour les médicaments c'est avec la RAMQ. Les primes changent le premier juillet. Vous trouverez sur le site de **beneva**, les médicaments d'exceptions.
- Les sujets les plus importants :
  - ✓ Assurance voyage annulation 5000 \$, prendre une autre assurance annulation si votre voyage dépasse ce montant.
  - ✓ Les vaccins préventifs (200 \$ par année civile).
  - ✓ Les appareils respiratoires aux 5 ans et le masque chaque année
  - ✓ Centre d'hébergement : vous avez six mois payés (CHSLD).

✓ Soins à domicile deux conditions :  
1) suite à une chirurgie 2) prescrit par un médecin.

En voyage si vous avez besoin de soins, vous devez téléphoner à CAN ASSISTANCE avant une hospitalisation : 1 800 465-2928  
Donnez une copie de votre carte à une personne qui vous accompagne.

**beneva**: no. de téléphone au dos de la brochure

Assurance en cas de décès : vous avez 90 jours pour faire une réclamation et pour modifier votre assurance.

### **Troisième rencontre du comité le 22 avril 2024**

Retour sur la conférence de Mme Freire.  
Trop de questions personnelles.

M. Michel De Courcy nous a présenté deux diaporamas :

- Informations sur ASSUREQ
- Informations de **beneva** :  
Comment accéder au site et faire une réclamation par internet ou vous pouvez toujours envoyer par la poste en indiquant sur chaque facture votre nom et numéro de membre.

Notre prochaine rencontre: automne 2024



# Retraite

Laura Martinez, répondante rég.  
Mireille Ménard, responsable sect.  
Mireille Bernard, substitue

## Une indexation additionnelle...



Une indexation additionnelle sera versée aux prestataires d'une rente du RREGOP, du RRE, du RRCE et du RRF, à l'été 2024.

Le gouvernement a finalement décidé de verser sa part de l'indexation additionnelle de la rente de retraite du RREGOP. Cela signifie que les personnes retraitées de l'État recevront une augmentation de leur rente au cours de l'été 2024.

On vous avait déjà confirmé une indexation additionnelle de 0,4 % provenant de la caisse des participants, conformément à l'article 77.0.1 de la Loi sur le RREGOP. La décision du gouvernement d'ajouter sa contribution a fait doubler ce montant. Concrètement, l'indexation additionnelle qui sera versée durant l'été représente une augmentation de 0,8 % pour la portion de la rente qui correspond aux années de service comprises entre 1982 et 1999. Elle s'ajoute ainsi à l'indexation régulière de 1,4 % qui a été versée en janvier 2024 pour la même période.

Années de cotisation	Indexation régulière versée en janvier 2024	Indexation additionnelle versée à l'été 2024 (part de la caisse des participants + part du gouvernement)	Augmentation totale de l'indexation en 2024
Entre le 1 <sup>er</sup> juillet 1982 et le 31 décembre 1999	1,4 %	0,8 %	2,2 %

Grâce à une clause remorque introduite dans la loi sur le RREGOP en 2011, cette indexation additionnelle de 0,8 % sera appliquée également sur les rentes du RRE, du RRCE et du RRF selon les mêmes paramètres. Cette clause remorque avait d'ailleurs été proposée par l'AREQ avant d'être introduite sous forme d'amendement au projet de loi. Rappelons-nous qu'au printemps dernier, l'ensemble des membres s'étaient mobilisés pour demander au gouvernement de mettre sa part de l'indexation additionnelle. Ainsi, tous les prestataires d'une rente de retraite de l'État auraient droit à la bonification, sans égard au régime de retraite auquel ils ont cotisé. Le taux de participation des membres à cette démarche était de 97 %. Encore une fois, les membres de l'AREQ ont fait preuve d'un grand sens du ralliement et de mobilisation.

Bravo et merci! **Johanne Freire** Conseillère à la sécurité sociale  
AREQ (CSQ)

Suite...



## L'Indexation additionnelle de la rente de retraite versée à l'été 2024

### Foire aux questions (FAQ)

**Q. À quel moment sera versée cette indexation additionnelle?**

**R.** Tout porte à croire que le montant d'argent sera versé le ou vers le 15 août 2024 au plus tard.

**Q. À qui sera versée cette indexation additionnelle?**

**R.** À toutes les personnes prestataires, en 2024, d'une rente de retraite ou d'une rente de conjoint survivant provenant du RREGOP, du RRE, du RRCE ou du RRF qui ont cotisé à leur régime entre le 1<sup>er</sup> juillet 1982 et le 31 décembre 1999.

**Q. Comment le montant sera-t-il versé?**

**R.** Selon la même méthode de versement que votre rente de retraite mensuelle. Le gouvernement a mentionné qu'un document explicatif accompagnera le versement de l'indexation additionnelle. À ce jour, nous ne savons pas si ce document sera envoyé par la poste ou s'il sera disponible dans *Mon dossier* ou les deux.

**Q. À quel montant s'attendre?**

**R.** Cela dépend du nombre d'années pendant lesquelles vous avez contribué à votre régime de retraite entre le 1<sup>er</sup> juillet 1982 et le 31 décembre 1999, ainsi que du montant de la portion de votre rente correspondant à ces années (vous pouvez consulter le document annuel *Relevé de prestations* fourni par Retraite Québec en décembre 2023).

Pour les pensionnés du RREGOP, un premier montant rétroactif, couvrant la période du 1<sup>er</sup> janvier au 15 juillet 2024, sera versé le 15 août 2024 (date sous toute réserve). Ensuite, l'augmentation de 0,8 % sera appliquée à votre rente mensuelle des mois suivants.

Pour les pensionnés du RRE, du RRF et du RRCE, il est possible que la totalité de l'augmentation soit versée le 15 août. Sinon, elle sera versée de la même façon que pour le RREGOP (voir le paragraphe précédent).

Suite...

**Q. La rente du RRPE est-elle visée par cette indexation additionnelle ?**

**R.** Non. L'entente conclue dans le cadre de la négociation de 2010 ne concernait pas le RRPE.

**Q. Cette indexation additionnelle sera-t-elle versée également en 2025 et les années subséquentes?**

**R.** Il s'agit d'une indexation ponctuelle dont les conditions de versement sont prévues dans la Loi sur le RREGOP. C'est parce que ces conditions ont été remplies en 2024 qu'il y aura un versement d'une indexation additionnelle cette année. Cela ne veut pas forcément garantir une indexation additionnelle l'an prochain et les années subséquentes. Cependant, ce montant ajouté à votre rente de retraite en 2024 sera pris en compte lors de l'indexation régulière appliquée en janvier 2025.

**Q. Est-ce que cela met fin à la lutte de l'AREQ pour l'amélioration de notre pouvoir d'achat?**

**R.** Non. Ce gain représente beaucoup pour l'Association, car c'est grâce à la mobilisation des membres et des différentes démarches entreprises auprès du gouvernement que le gouvernement a finalement décidé de verser sa part de l'indexation additionnelle, assurant ainsi aux prestataires de tous les régimes de retraite du secteur public d'en bénéficier.

Cela ne freine cependant pas l'AREQ dans ses revendications pour une amélioration des conditions financières de ses membres et de l'ensemble des aînés du Québec. Le comité national de la retraite se réunira dès la fin de l'été pour recommander un plan d'action au conseil d'administration pour la suite.

**Q. Vous pensez qu'il y a une erreur sur le montant de l'indexation additionnelle qui vous a été versé?**

**R.** Vous devez communiquer avec Retraite Québec au 418 643-4881 ou, sans frais, au 1 800 463-5533.

Juin 2024



**CONFÉRENCE - ATELIER EN ART VISUEL**

**Sujet :** *Comment lire une œuvre d'art*

**Quand ?** Jeudi 7 novembre 2024 de 9 h 30 à 12 h

**Où ?** Saint-Jérôme, au Best Western, 420, Mgr Dubois

**Conférencière :** Claire Desjardins responsable du Comité des Arts D10.  
B. Arts visuels, UQAM, B. avec majeur en Arts plastiques, U.de M.

Description de la conférence

**De 9 h 30 à 12 h :** Atelier sur l'analyse d'œuvres d'art.

- Cet atelier vous permettra de mieux contempler et d'apprécier les tableaux lors de vos visites au Musée ou en Galerie.
- Nous aborderons les thèmes suivants : l'artiste, le sujet de l'œuvre, les couleurs, formes et mouvements, matériaux et composition.
- Nous analyserons des œuvres de Vermeer, Matisse, Rousseau, Lemieux et Riopelle.
- Vous serez invités au dialogue, à une critique constructive des œuvres qui permettent un échange d'idées enrichissant.

**De 13 h 30 à 15 h :** le comité régional des arts se réunira en vue de préparer l'exposition lors de l'AGR du 21 mai 2025. **UNE NOUVEAUTÉ CETTE ANNÉE:** Les auteures et auteurs seront invité.es à présenter leurs œuvres littéraires lors de cette exposition. Vous êtes invités à y participer aussi.

NOM : \_\_\_\_\_ PRÉNOM : \_\_\_\_\_

TÉLÉPHONE : \_\_\_\_\_ COURRIEL : \_\_\_\_\_

Je m'inscris à l'activité et je prévois un paiement de 10 \$ à cet effet OUI \_\_\_ NON \_\_\_

Je dînerai au Best Western : OUI \_\_\_ NON \_\_\_

Ci-joint, un chèque de 10 \$ pour l'inscription seulement OU un chèque de 37 \$ pour l'inscription et pour le dîner **à l'ordre de l'AREQ 10B**

Je fais parvenir mon **inscription** et mon **paiement** avant le 1<sup>er</sup> novembre 2024 à :

**GINETTE JETTÉ : 48, 37e Avenue, Bois-des-Filion, QC J6Z 2H8**  
**Courriel : gINETTE.j02@gmail.com Tél. : 450 818-6828**

## Fondation Laure-Gaudreault (FLG)

*Michel Legault  
répondant FLG*

Ce printemps, notre secteur s'est doté d'un comité FLG digne de ce nom. Suite à l'assemblée générale du 15 mai dernier, trois personnes ont manifesté leur intention de continuer le travail de feu Michel Thivierge, responsable de la FLG : madame Adriana Nicolau, madame Suzanne Roy et monsieur Marcel Brisson assureront la relève dans ce dossier.

C'est le mercredi 29 mai dernier que le comité FLG est allé remettre un chèque de 1207 dollars au Relais communautaire de Laval, sis au 111, boul. des Laurentides à Laval.

La directrice générale madame Corine Vanderborcht et la conseillère madame Ramona Gutu nous ont accueillis avec bienveillance et sourire.

- Lors du **diner du jeudi 14 novembre prochain**, nous tiendrons un **Encan FLG** qui, nous l'espérons, sera un franc succès étant donné qu'il prolongera un de nos fameux diners mensuels.
- **Nous invitons toutes les personnes désireuses d'offrir des objets à l'encan de communiquer au préalable avec Michel Legault au 514 945-2686 pour inscrire leur lot.**





Secteur Chomedey-Laval (10B)

Rapport final 2023-2024 pour la présidence régionale

Disponibilités totales au début de l'exercice (le 1er juillet 2023) :

34 807,88 \$

PLUS		PRODUITS	
	Sommes reçues du régional	15 684,72 \$	
	Sommes reçues du national	11 097,00 \$	
	Autres sommes reçues	8 050,47 \$	
	Cotisationsdesamis/amis	300,00 \$	
	Autres produits reçus	7 750,47 \$	
	<b>TOTAL DES PRODUITS :</b>	<b>34 832,19 \$</b>	<b>+ 34 832,19 \$</b>

MOINS		CHARGES	
	Repas	20 140,39 \$	
	Transport et stationnement	3 582,12 \$	
	Hébergement	231,00 \$	
	Animation de rencontres	4 384,13 \$	
	Location de salle	360,00 \$	
	Artiste, conférencier ou invité	4 024,13 \$	
	Matériel et fournitures	1 746,19 \$	
	Journaux et documents	9 172,76 \$	
	Photocopie et imprimerie	5 813,67 \$	
	Frais de livraison	3 359,09 \$	
	Télécommunications	34,44 \$	
	Reconnaissance et dons	4 066,38 \$	
	Autres charges payées	2 221,14 \$	
	Inscriptionset frais de participation	1 943,26 \$	
	Autres charges payées	277,88 \$	
	<b>TOTAL DES CHARGES :</b>	<b>45 578,55 \$</b>	<b>- 45 578,55 \$</b>

Disponibilités totales à la fin de l'exercice (le 30 juin 2024) :

24 061,52 \$

Rapport préparé par

5 août 2024  
rapport imprimé le

Présidence sectorielle

rapport signé le



## « ADHÉRER À ASSUREQ »

Les personnes souhaitant obtenir plus de détails sur cette offre peuvent communiquer avec l'AREQ au 1 800 663-2408 ou à [info@areq.lacsq.org](mailto:info@areq.lacsq.org)

**Bonne nouvelle!**

Vous connaissez quelqu'un qui n'a pas adhéré aux assurances de l'AREQ au moment de sa retraite et qui le regrette? Voilà sa chance! Il lui est désormais possible de rejoindre des milliers de membres qui bénéficient d'une assurance complète, incluant une assurance voyage très avantageuse.

Il suffit d'avoir été un jour membre d'un syndicat affilié à la CSQ, et ce, même si ce ne fut que pour une courte période et que cela remonte à longtemps.

Pour plus de détails, invitez votre entourage à communiquer avec l'AREQ au 1 800 663-2408 ou à [info@areq.lacsq.org](mailto:info@areq.lacsq.org).

**AREQ**  
Le mouvement des personnes  
retraîtées CSQ

# Nos repas mensuels

*Michel Legault*

Lors de nos déjeuners ou dîners mensuels, nous honorons les membres qui célèbrent leur anniversaire durant le mois... et nous remettons à deux de ces personnes (inscrites et présentes) un montant de 27 dollars pour défrayer le coût de leur repas.

Les anniversaires de juillet sont honorés en juin et ceux d'août le sont en septembre.

## **Voici nos membres chanceux de 2023-2024 :**

- |               |                     |                              |
|---------------|---------------------|------------------------------|
| • Août :      | Françoise Ouellet   | Adriana Nicolau              |
| • Septembre : | Rollande Filion     | Michel Thivierge             |
| • Octobre:    | Selim Haddad        | Michel Legault               |
| • Novembre :  | Pauline Dubé        | Yvette Filion-Forget         |
| • Décembre :  | Lizette Corbeil     | Guy Deguire                  |
| • Janvier :   | Claudette Angiolini | Ginette Jetté                |
| • Février :   | Lorraine Delisle    |                              |
| • Mars :      | Georgette Bertrand  |                              |
| • Avril :     | Diana Lagacé        | Lise Mondou                  |
| • Mai :       | Carole Campeau      | Danielle Lavallée-Daigneault |
| • Juin :      | André Latulippe     | Hélène Trudel                |
| • Juillet :   | Mireille Ménard     | Suzanne Roy                  |

**Félicitations à toutes ces personnes! Nous vous invitons à vous inscrire en grand nombre à ces rencontres-retrouvailles mensuelles intéressantes.**



# LES SOUVENIRS *partagés*



*Bonne Année 2024 et Galette des rois  
11 Jan. 2024 - Coco Frutti*



*Dîner Saint-Valentin  
14 Fév. 2024 - Scores*

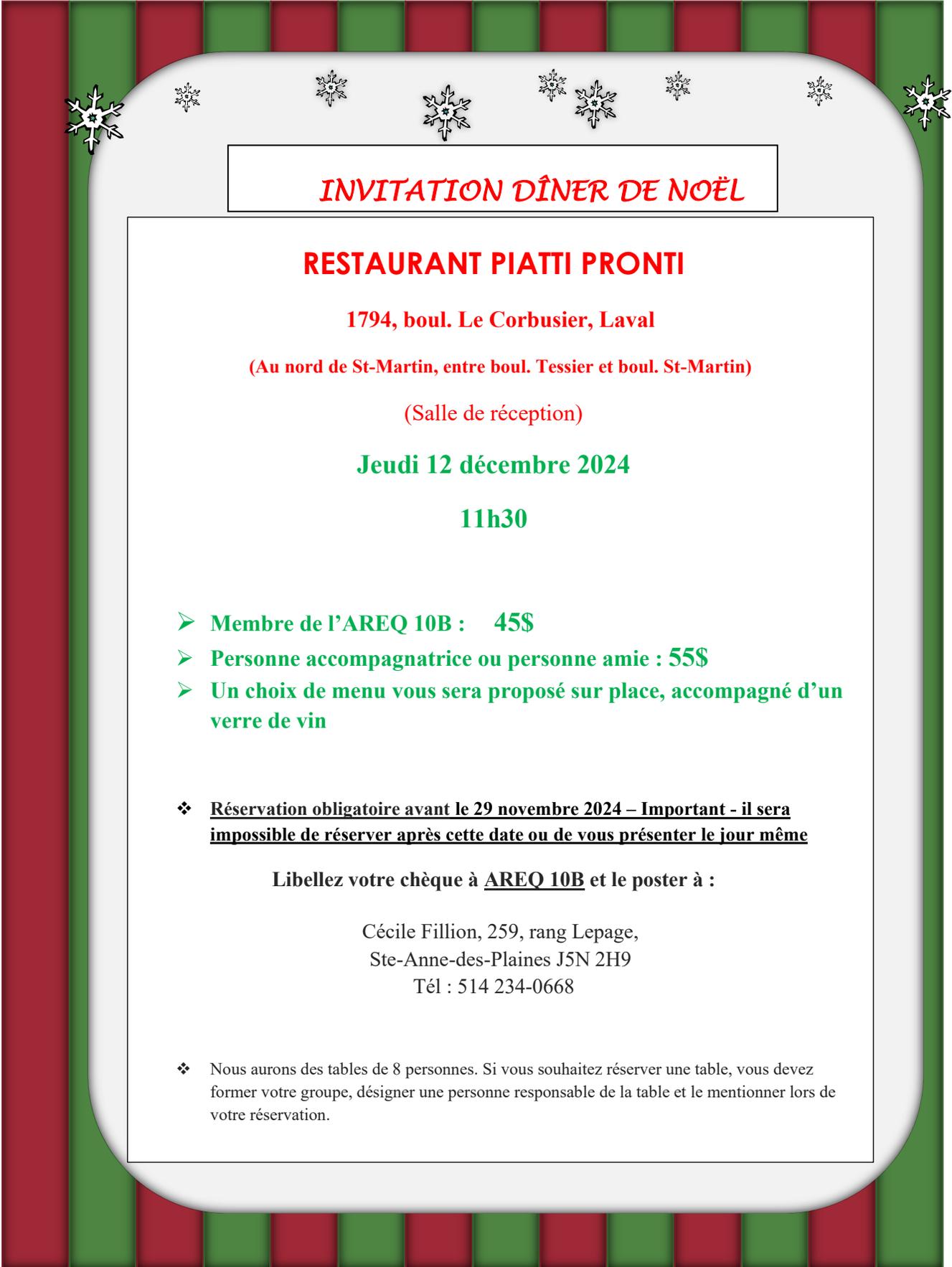


*Documentaire- L'Océan vu du cœur  
Avril 2024- Best Western, St-Jérôme*



***Dîner des bénévoles  
Merci! Vous êtes un véritable atout  
pour notre équipe!***

***21 juin 2024- Élixor***



**INVITATION DÎNER DE NOËL**

**RESTAURANT PIATTI PRONTI**

**1794, boul. Le Corbusier, Laval**

**(Au nord de St-Martin, entre boul. Tessier et boul. St-Martin)**

**(Salle de réception)**

**Jeudi 12 décembre 2024**

**11h30**

- **Membre de l'AREQ 10B : 45\$**
- **Personne accompagnatrice ou personne amie : 55\$**
- **Un choix de menu vous sera proposé sur place, accompagné d'un verre de vin**

- ❖ **Réservation obligatoire avant le 29 novembre 2024 – Important - il sera impossible de réserver après cette date ou de vous présenter le jour même**

**Libellez votre chèque à AREQ 10B et le poster à :**

Cécile Fillion, 259, rang Lepage,  
Ste-Anne-des-Plaines J5N 2H9  
Tél : 514 234-0668

- ❖ Nous aurons des tables de 8 personnes. Si vous souhaitez réserver une table, vous devez former votre groupe, désigner une personne responsable de la table et le mentionner lors de votre réservation.



# Tableau des activités

## Automne 2024



Activité	Lieu	Date et heure	Coût	Responsable
<b>Dîner du mois</b> 	<b>Les 3 Brasseurs</b> Centropolis 2900, avenue Pierre-Péladeau, Laval	<b>Mardi</b> <b>17 septembre</b> <b>11h30</b>	Selon votre choix au menu	<b>Inscription</b> Michel Legault 514 945-2686 <a href="mailto:mlegault13@hotmail.com">mlegault13@hotmail.com</a>
Comité des hommes p. 6 	<b>Les 3 Brasseurs</b> Centropolis  2900, avenue Pierre-Péladeau, Laval	<b>Vendredi</b> <b>20 septembre</b> <b>8 novembre</b> <b>11h45</b>  <b>10 janvier 2025</b> <b>11h45</b>	Selon votre choix au menu	Michel Legault 514 945-2686 <a href="mailto:mlegault13@hotmail.com">mlegault13@hotmail.com</a>
 p. 7 « La grand-parentalité et les mesures de sécurité présentées aux aînés »	 420, boul. Mgr Dubois <b>Saint-Jérôme</b>	<b>Lundi</b> <b>21 octobre</b> <b>9h30</b>	Voir détails p. 7	<b>Inscription</b> <b>Avant le 10 octobre :</b> Michel Legault 514 945-2686 <a href="mailto:mlegault13@hotmail.com">mlegault13@hotmail.com</a>
  p. 6  <b>ET</b> <b>Dîner du mois</b> <u><a href="#">Bienvenue aux nouvelles personnes retraitées</a></u>	<b>Musée DE LA SANTÉ Armand-Frappier</b>  2150, autoroute des Laurentides Laval H7T 2T8   <b>Restaurant Chalutier MLM</b> 1031, boul. des Laurentides, Laval  (coin Gianchetti)	<b>Mardi</b> <b>29 octobre</b> <b>9h à 11h15</b>  <b>Après la visite au musée</b>  <b>DÎNER au Chalutier MLM</b>  	Coût 10 \$ Voir détails p. 6  Selon votre choix au menu	<b>Réservation obligatoire</b> <b>Avant le 26 octobre :</b> Michel Legault 514 945-2686 <a href="mailto:mlegault13@hotmail.com">mlegault13@hotmail.com</a>  <b>Réservation obligatoire</b> <b>Avant le 26 octobre :</b> Michel Legault 514 945-2686 <a href="mailto:mlegault13@hotmail.com">mlegault13@hotmail.com</a>

**Tableau des activités Automne 2024 (suite)**

Activité	Lieu	Date et heure	Coût	Responsable
 p. 15 <i>Comment lire une œuvre d'art</i>	 420, boul. Mgr Dubois Saint-Jérôme	<b>Jeudi 7 nov.</b> 9h30 à 12h	Voir détails p. 15	<b>Inscription</b> Avant le 1 <sup>er</sup> novembre : Ginette Jetté 450 818-6828 <a href="mailto:ginette.j02@gmail.com">ginette.j02@gmail.com</a>
<b>Dîner et ENCAN                      FLG</b>  p. 16	 3370, boul. St-Martin Laval	<b>Jeudi 14 nov.</b> 11h30	Voir détails p. 16  Selon votre choix au menu	<b>Réservation/Inscription                      obligatoires</b> Avant le 26 octobre : Michel Legault 514 945-2686 <a href="mailto:mlegault13@hotmail.com">mlegault13@hotmail.com</a>
 p. 8 « Gériatrie sociale et droits des grands- parents »	 420, boul. Mgr Dubois Saint-Jérôme	<b>Vendredi</b> <b>22 novembre</b> 9h30	Voir détails p. 8	<b>Inscription</b> Avant le 12 novembre : Michel Legault 514 945-2686 <a href="mailto:mlegault13@hotmail.com">mlegault13@hotmail.com</a>



**Tableau des activités Automne 2024 (suite)**

Activité	Lieu	Date et heure	Coût	Responsable
<p><b>Dîner de Noël</b></p> <p>p. 23</p> 	 <p>1794, boul. Le Corbusier, Laval</p> <p>(au nord de St-Martin, entre boul. Tessier et boul. St-Martin)</p> <p><u>Salle de réception</u></p>	<p align="center"><b>Jeudi</b></p> <p align="center"><b>12 décembre</b></p> <p align="center"><b>11h30</b></p> 	<p>Membre : 45\$</p> <p>accompagnateur 55\$</p>	<p><b>Réservation obligatoire avant le 29 novembre 2024</b></p> <p><b>Libellez votre chèque à AREQ 10B et le poster à :</b></p> <p align="center">Cécile Fillion 259, rang Lepage, Ste-Anne-des-Plaines J5N 2H9 514 234-0668</p>
<p><b>Dîner</b></p> <p><b>Bonne Année 2025</b></p> <p align="center"><b>Et</b></p> <p><b>Galette des Rois</b></p> 	 <p>993, boul. St-Martin</p> <p>Laval</p> <p>(coin boul. Industriel)</p>	<p align="center"><b>2025</b></p> <p align="center"><b>Jeudi</b></p> <p align="center"><b>16 janvier</b></p> <p align="center"><b>11h30</b></p>	<p>Selon votre choix au menu</p>	<p><b>Réservation obligatoire Avant le 9 janvier 2025 :</b></p> <p>Cécile Fillion 514 234-0668</p>



## Babillard

### Changement dans vos coordonnées...

Si vous **avez déménagé**, si vous changez de **numéro de téléphone** ou d'**adresse courriel**, il est important que vous avisiez de la mise à jour de vos renseignements personnels en communiquant avec :

- Mme Geneviève Plante  
1 800 663-2408 (bureau AREQ de Québec)

[plante.genevieve@areq.csq.org](mailto:plante.genevieve@areq.csq.org)

OU

- Michel Legault  
514 945-2686 (AREQ 10B)

[mlegault13@hotmail.com](mailto:mlegault13@hotmail.com)

Ayez votre numéro de dossier AREQ (numéro de membre) lors de la communication.

### Témoignages de sympathie



### Avis de décès

Nous déplorons le décès des personnes suivantes/membres survenu depuis le début de l'année 2024 :

Lise Bédard  
Michelyne Crousset  
Marcel Caron  
Bertrand Dionne  
Gilles Durand  
Marcel Éthier  
Jeanne-d'Arc Grenier  
Micheline Grenier  
Pauline Grimard-Szpyt  
Thérèse Guindon  
Huguette Harois, conjointe  
de Bertrand Dionne, membre

Léonard Lacasse  
Michèle Laramée  
Rosaire Leduc  
Marie-Louise Maucieri  
Claude Migneault  
Robert Murray  
Jean Olczyk  
Andrée Olivier-Welt  
Jeannine Perreault  
Claire Roy  
Thérèse Sawyer  
Michel Thivierge  
Thérèse Zicat-Côté

### Bulletin *Les échos de l'AREQ*

3 façons de le recevoir

- Courriel:** ceux et celles qui nous ont donné leur adresse courriel reçoivent automatiquement le bulletin en format PDF tout en couleurs.
- Papier :** vous préférez le format papier. Si vous le recevez déjà sous cette forme, vous n'avez pas à renouveler votre demande.
- Site internet du secteur AREQ 10B:**

<http://chomedey-laval.areq.lacsq.org/>

**NOTE :** Les personnes qui souhaiteraient recevoir le bulletin uniquement par voie électronique et désirent faire retirer leur nom de la liste d'envoi par la poste, veuillez le signifier par courriel à un membre du conseil sectoriel (voir dernière page).

❖ *Le secteur Chomedey-Laval offre ses sincères condoléances aux familles endeuillées.*

Pour tout décès, aviser Michel Legault  
514 945-2686

### Liens utiles

**Beneva : 1 888 833-6962**

<https://www.beneva.ca/fr>

**RAMQ : 1 800 561-9749**

<https://www.ramq.gouv.qc.ca/fr>

**L'Appui pour les proches aidants d'aînés Laval:**

<https://www.lappui.org/fr/>

**Ville de Laval – Aînés :**

<https://www.laval.ca/Pages/Fr/Cienteles/aines.aspx>

**Conseil sectoriel 10B (Chomedey-Laval)****Comités**

<p><b>Présidente</b>          Laura Martinez          514 258-2933  <a href="mailto:lmartinez@videotron.ca">lmartinez@videotron.ca</a></p> 	<p><b>Assurances</b>          Laura Martinez, répondante rég.          Ginette Jetté, responsable sect.</p>
<p><b>1<sup>re</sup> vice-présidente</b>          Cécile Fillion          514 234-0668  <a href="mailto:cecileffma@outlook.com">cecileffma@outlook.com</a></p> 	<p><b>Action sociopolitique</b>          Cécile Fillion, responsable rég.          Ghislaine Raymond, substitue</p>
<p><b>2<sup>e</sup> vice-présidente</b>          Mireille Bernard          514 604-3576  <a href="mailto:mireilleb602@gmail.com">mireilleb602@gmail.com</a></p> 	<p><b>Dossier des femmes</b>          Mireille Bernard, responsable sect.</p>
<p><b>Secrétaire</b>          Mireille Ménard          514-592-2446  <a href="mailto:menardareqlll@gmail.com">menardareqlll@gmail.com</a></p> 	<p><b>Retraite</b>          Mireille Ménard, responsable sect.          Mireille Bernard, substitue</p>
<p><b>Trésorier</b>          Michel Legault          514 945-2686  <a href="mailto:mlegault13@hotmail.com">mlegault13@hotmail.com</a></p> 	<p><b>Dossier des hommes :</b>          Michel Legault, responsable sect.          Robert Lupien, substitut</p> <p><b>Fondation Laure-Gaudreault :</b>          Michel Legault, responsable sect.          Adriana Nicolau, substitue          Suzanne Roy, substitue          Marcel Brisson, substitut</p>
<p><b>1<sup>er</sup> conseiller</b>          Robert Lupien          450 669-5585  <a href="mailto:rulupien@icloud.com">rulupien@icloud.com</a></p> 	<p><b>Environnement/Développement Durable :</b>          Diana Lagacé, responsable sect.          Cécile Fillion, substitue</p>
<p><b>2<sup>e</sup> conseillère</b>          Diana Lagacé          514-578-9273  <a href="mailto:dianalagace@gmail.com">dianalagace@gmail.com</a></p> 	<p><b>Arts</b>          Ginette Jetté, responsable sect.  <a href="mailto:ginette.j02@gmail.com">ginette.j02@gmail.com</a>          Hélène Parent, substitue          Aimée Dandois Paradis, substitue</p>
<p><b>Chaîne électronique</b>          Lise Mondou  <a href="mailto:lismondou@hotmail.com">lismondou@hotmail.com</a></p> 	<p><b>Chaîne téléphonique :</b> Diana Lagacé  <a href="mailto:dianalagace@gmail.com">dianalagace@gmail.com</a></p>