

Échos de l'Île

AREQ

Le mouvement des retraité(e)s CSQ

Bulletin régional
d'information de l'AREQ

Échos de l'Île • Janvier 2024
Volume 22, numéro 2



Gaétane Lebel

L'ACTUALITÉ et nous

Comme le temps file! Il me semble que je viens tout juste de mettre un point final à mon billet de l'été et pourtant je suis de retour à mon clavier. Je constate que bien des événements se sont produits au cours des derniers mois. Les médias nous les relatent en mettant l'accent sur des nouvelles plus tristes les unes que les autres, surtout depuis le début de la guerre entre Israël et le Hamas. Et pendant ce temps, le conflit en Ukraine, relégué au second plan, se poursuit. Prise dans ce tourbillon de manchettes déplorable et sachant que certaines personnes n'en peuvent plus de ce contexte négatif, je me demande comment je pourrais bien capter votre attention et alléger un peu le climat.

Peut-être en soulignant le privilège que nous avons de vivre en paix au Québec. Évidemment, les décisions gouvernementales ne sont pas toujours conformes à nos souhaits mais nous avons le droit de les critiquer parce qu'ici la démocratie existe. L'apprécions-nous assez?

Et, au moment où les personnes employées de l'État en santé, en éducation et dans tous les autres services publics revendiquent de meilleures conditions de travail et la protection de leur pouvoir d'achat, nous, personnes retraitées, nous rappelons les luttes déjà menées et constatons que nous devons continuer à être vigilantes pour préserver notre qualité de vie. À cet égard, le fait d'appartenir à l'AREQ, une association

dont la mission première est de défendre les droits et les intérêts de ses membres et des personnes âgées, constitue un avantage appréciable. L'apport de l'AREQ à l'évolution des dossiers qui concernent les personnes âgées est important. D'ailleurs le plan d'action 2023-2026, adopté lors du conseil national d'octobre, témoigne de cette volonté de travailler à leur bien-être et l'AREQ-Montréal s'associe aux actions mises de l'avant en les adaptant à la réalité montréalaise.



Parlant de notre association, je dois souligner l'adoption d'un nouveau symbole visuel qui se déploiera au cours des prochains mois. Vous découvrirez un

(suite en page 3)

Sommaire

Billet de la présidente..... 1-3

Mot de la coordonnatrice 2-3

ÉCHOS DE

NOS ACTIVITÉS 4-10

Conférence de Sylvie Coutu
« Les pionniers de
l'abstraction »

6 décembre, un devoir
de mémoire

Projet réalisé avec
une cuisine collective

Bilan partiel de la collecte
au profit de la FLG

PROJETS 11-14

Journée « Occupons-nous
de nos affaires »

Journée internationale
des droits des femmes

Jour de la Terre

Convocation à l'AGR

INFORMATION..... 15-17

Dossier assurance

Procédures d'envoi
du bulletin régional

Bourse AREQ-Montréal

Quoi faire si changements
dans vos coordonnées?

Résidence Mont-Carmel
(état de la situation)

RÉFLEXION 18

Ma vie à la retraite

CHRONIQUE DE LA FLG 19

Assemblée générale et
dîner-bénéfice

LA PERSONNELLE 20

Conception et infographie:
Design RSTS

Prochaine publication: mai 2024

Date de tombée: 15 mars 2024

Tirage: 5 200 copies



Lise Labelle

Mot de la coordonnatrice Une nouvelle année, SIGNE D'ESPOIR ?

Éternelle optimiste, l'approche d'une nouvelle année, pour moi, pourrait être le début de quelque chose de positif pour notre société. 2023 s'est terminée avec l'adoption du PL 15 sous bâillon et une grève qui, au moment où je rédige ce texte, semble dans une impasse.

Heureusement, notre association est présente pour défendre les droits des personnes âgées et l'AREQ-Montréal est bien vivante comme vous pourrez le constater dans ce numéro de votre bulletin régional.

Le billet de la présidente nous invite à faire un tour d'horizon au-delà de nos frontières avec un retour chez nous.

Les **Échos** de nos activités font état de trois projets très intéressants réalisés au cours de l'automne. Une conférence sur les pionniers de l'abstraction organisée par le comité des arts. Un projet réunissant deux secteurs, Angrignon et Pointe-de-l'Île a été réalisé grâce au Programme Toujours en action. Et le 6 décembre, la Journée de commémoration et d'action contre la violence faite aux femmes a été soulignée de belle façon. Avec l'approche du 31 décembre, vous trouverez un bilan partiel de la collecte annuelle pour la Fondation Laure-Gaudreault qui a remporté, encore une fois, un réel succès.

Nos **Projets** pour le 1^{er} trimestre de 2024 débutent en février, avec la journée « Occupons-nous de nos affaires » qui, depuis 2007, connaît toujours un succès car elle répond à vos besoins. La Journée internationale des droits des femmes prendra une couleur particulière que je vous invite à découvrir.

(suite en page 3)

Responsable: Danielle Wolfe

Coordonnatrice: Lise Labelle



AREQ
CSQ

Région Île de Montréal (06)

Ont collaboré à ce numéro:

Diane Chabot, Joanne Gagnon, Lise Labelle, Louise Laporte de Varennes, Pierrette Lavallée, Gaétane Lebel, Hugues St-Pierre (photos), Claudette Therrien, Monique Tourigny, Sonia Trépanier et Sylvie Trudeau (textes et photos)

(suite de la page 1) Billet de la présidente (suite)

changement de couleurs dans les publications et différentes façons de le décrire apparaîtront sur les nouvelles bannières. Le nouveau logo s'affiche déjà en première page de ce bulletin. Il est composé du nom «AREQ» et d'un descripteur «Le mouvement des retraité(e)s CSQ».

Quant aux activités de la région, elles sont bien amorcées. Dès la mi-septembre, les membres du conseil régional se sont retrouvés à l'Auberge des Gallant pour une session de formation. Le partage d'informations s'est avéré très utile, surtout pour les personnes nouvellement élues à la présidence sectorielle. De plus, ces moments passés ensemble ont permis de créer des liens et d'établir une



solidarité qui facilitera les échanges que nous aurons en cours d'année. Toujours en septembre, les membres de l'exécutif régional ont rencontré les personnes responsables des comités régionaux avec qui une collaboration étroite est essentielle. Une initiative qui a été appréciée de part et d'autre. En octobre, le comité relève, participation et innovation a été créé par le conseil régional en lien avec une action incluse au plan d'action régional 2023-2024. Presque tous les secteurs y sont représentés et les membres désignés seront à pied d'œuvre dès le début de 2024. Des activités régionales sont organisées par les différents comités, je vous invite à y participer en grand nombre en mars et en avril. Quant à la région, c'est à la journée «Occupons-nous de nos affaires» qu'elle vous convie en février et à l'assemblée générale régionale en mai. Des rendez-vous à ne pas manquer!

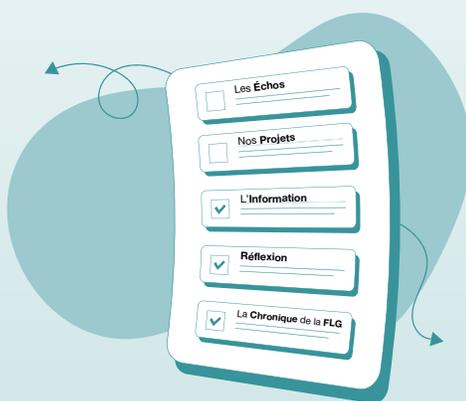
Enfin, au moment où vous terminez la lecture de ce billet, permettez-moi de vous souhaiter une bonne année 2024. Qu'elle soit source de joies et de bonheur pour toutes et tous et qu'elle vous garde en santé!

*Gaétane Lebel, présidente
Novembre 2023*

(suite de la page 2) Mot de la coordonnatrice (suite)

En avril, le Jour de la Terre nous proposera une activité autour d'un problème bien d'actualité: le réchauffement climatique et comment en diminuer les impacts. Enfin, pour terminer cette année aré-quiennaise, la présidente vous convoque à l'assemblée générale lors de laquelle une exposition des artistes ajoute une nuance de beauté à l'événement.

Au chapitre de l'**Information**, la responsable du dossier assurance vous livre les derniers éléments pertinents dans ce dossier. Vous trouverez réponse à la question:



Quoi faire en cas de changements dans les coordonnées ainsi qu'une explication sur les **Procédures d'envoi du bulletin régional**. La présidente présente pour une deuxième année le projet d'une bourse AREQ-Montréal. Vous trouverez quelques informations concernant la lutte citoyenne à la Résidence Mont-Carmel pour conserver le statut de RPA.

Notre rubrique **Réflexion** donne la parole à une membre qui vit une retraite très active et très engagée au service de l'AREQ et de ses membres.

La **Chronique de la FLG** fait état de l'assemblée tenue en octobre et du dîner-bénéfice qui a suivi.

Bonne lecture!

Lise Labelle, coordonnatrice

LES PIONNIERS de l'ABSTRACTION



Louise Laporte
de Varennes

Le 1^{er} novembre 2023, le comité des arts a organisé une conférence animée par madame Sylvie Coutu, sur le thème: *Les pionniers de l'abstraction*. 77 personnes y ont participé.

Solange Catafard, responsable régionale du comité des arts, présente la conférencière. Elle nous décrit le parcours de Sylvie Coutu, soulignant ses talents de communicatrice hors pair! La réputation de madame Coutu n'est plus à faire. Sa force réside dans le fait de partager avec passion et sans prétention ses connaissances, sa vision de l'histoire de l'art, afin de susciter des réflexions et de faire connaître tous ces artistes qui font partie de notre patrimoine culturel.

Madame Coutu nous guide dans ce domaine de l'abstraction en nous détaillant les trois étapes de la civilisation dont *les Précurseurs: 19^e et 20^e siècles, les Pionniers et la Naissance assumée au début du 20^e siècle et l'Ouverture sur l'évolution*. Elle nous présente des œuvres de Klimt, Kandinsky, Mondrian, Pollock, Turner jusqu'à Picasso.

Art classique puis Renaissance, 1850, période où les œuvres sont une représentation fidèle de la nature morte. Suivent, paysages, scènes de genre, peintures d'histoire, mythologie et sujets d'inspiration religieuse. C'est un art au service du pouvoir religieux et politique.

S'ensuit en 1911, la période allant du réalisme à l'impressionnisme, l'illusionnisme et l'expressionnisme sur l'intériorité de l'artiste dans l'œuvre en explorant les effets de couleur, sa puissance et un mélange des



Sylvie Coutu

Crédit: Hugues St-Pierre

couleurs. On propose de nouvelles conceptions de l'espace. Comme Gauguin dont la créativité devient poésie des yeux, ce qui développe un bain visuel, une expression personnelle. S'ajoutent d'autres dimensions: le temps, les formes géométriques, le cubisme et une forte représentation de la lumière.

Après la Première Guerre mondiale, les artistes veulent repartir sur de nouvelles bases en s'éloignant de toutes les horreurs. Des groupes se forment pour une approche philosophique.

On se dirige vers un art abstrait, le surréalisme, où l'artiste fait une création en laissant imaginer son subconscient. Entrent en scène Miro, Dali. La gestuelle se déroule, on sent l'état d'âme, la joie, la tristesse, le geste de l'artiste par de grands tableaux, l'éveil des sens, une volonté d'originalité. Il y a aussi l'art formel, brut, le tachisme, la spatule comme l'a si bien démontré notre Riopelle.

Les artistes ont repoussé les frontières, transgressé les règles et les conventions pour constater que l'abstraction a pris une place importante en art.

6 décembre UN DEVOIR de mémoire



Micheline Delluc

6 décembre 1989, une journée qu'on ne peut oublier: 14 femmes assassinées lors d'une fusillade à l'école Polytechnique de Montréal. Pour souligner cette journée nationale de commémoration et d'action contre la violence faite aux femmes, le comité des femmes a invité Suzanne Loiselle, artisane et militante de solidarité, justice et paix, lauréate 2016 du prix du public pour la paix.

Membre des Sœurs Auxiliatrices, elle a d'abord été enseignante et militante à la CEQ. Elle a été membre de l'Entraide missionnaire et, à ce titre, envoyée en mission dans plusieurs pays notamment l'Amérique du Sud où elle est restée 29 ans. Elle a découvert plusieurs contextes de dictature, relevé plusieurs défis et développé de nombreuses relations humaines. Elle a aussi été confrontée à différentes formes de violence subies par les femmes, surtout dans les pays en guerre. D'ailleurs, elle milite toujours au sein du collectif Échec à la Guerre. En ce moment, nous avons l'exemple des femmes ukrainiennes, haïtiennes et palestiniennes.

Mais où en sommes-nous dans cette lutte aux violences faites aux femmes? Il y a eu des avancées, des forums citoyens, des manifestations pour dénoncer, démasquer et pourtant des femmes continuent à être



Suzanne Loiselle

marginalisées, appauvries, violées, torturées, excisées, assassinées et sont l'objet d'enlèvement. À ces catégories, il faut ajouter les femmes itinérantes et migrantes. La défense des femmes reste une grande urgence.

Au Canada, sous le gouvernement conservateur de M. Harper, il y a eu un recul significatif à cause d'une diminution du budget réservé aux organismes touchant les femmes notamment les services de garde. Il y eut aussi stagnation à cause des crises économiques, des guerres et récemment de la pandémie.

Et pourtant la lutte continue, la mobilisation est là: la Marche mondiale des femmes, par exemple, ou la Fédération des femmes du Québec qui a joint le collectif Échec à la guerre mais on dirait que ce n'est pas assez. Plusieurs groupes travaillent dans l'ombre et, quelquefois doivent cesser, faute de budget alors que les politiciens continuent à hausser le budget pour l'armement. Les organismes de lutte contre la violence faite aux femmes gagneraient à impliquer les hommes dans leur démarche.

Crédit: Hugues St-Pierre



Crédit : Hugues St-Pierre



De gauche à droite : Doris Gagné, Marie-Marthe Leduc lisant les noms des victimes de Polytechnique durant la minute de silence, Sonia Trépanier et Marie Barrette.



Crédit : Hugues St-Pierre

Solange Catafard remerciant les artisanes qui ont participé à la rencontre et Gaétane Lebel, présidente régionale.

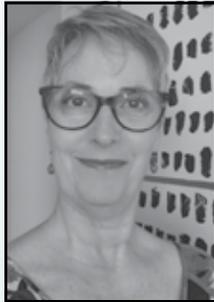
Que peut-on faire en tant que citoyen pour conscientiser les autres? Peut-être s'informer sur ce qui se fait dans notre quartier et notre région afin de voir s'il y a des organismes et des maisons qui offrent des ressources et qui défendent cette cause. Nous pourrions leur donner notre appui, travailler avec eux et surtout sensibiliser les jeunes femmes à cette réalité.

Nous étions une cinquantaine de personnes à assister à la conférence de Suzanne Loiselle, une femme ins-

pirante, pleine d'humour qui nous a fait part de son vécu et nous a donné une belle leçon de vie. Malgré qu'elle ait l'âge de la retraite, elle est encore sur le terrain et lutte pour les résidents du Mont-Carmel afin que justice leur soit rendue.

Belle conférence !

*Micheline Delluc
Secteur Ahuntsic-Ouest (06-N)*



Sylvie Trudeau



Joanne Gagnon

PROJET CUISINE COLLECTIVE vers une alimentation végétale



Dans le cadre du Programme Toujours en action (PTEA), les membres de la région ont eu l'opportunité de participer au concept des cuisines collectives tout en s'initiant à l'alimentation végétale. Le projet a été initié par les secteurs Angrignon et Pointe-de-l'Île. L'idée de ce projet est venue à la suite de la conférence sur l'alimentation, l'an dernier, lors du Jour de la Terre. La conférencière et nutritionniste, Anne-Marie Roy, a suscité auprès de nos membres, un intérêt pour en apprendre plus sur ce virage alimentaire à bien des égards.

Nous avons reçu vingt-deux inscriptions pour cette activité qui s'est déroulée les 27 novembre, 4 et 11 décembre 2023 de 9 h à 14 h à Cuisines collectives du Grand Plateau. Tous les secteurs avaient au moins un participant.

Madame Roy était présente afin de nous partager son expertise en la matière. Chaque participant a reçu un document dans lequel on retrouvait des guides et les recettes à cuisiner.

Les recettes ont été choisies afin de faire connaître certains produits soit entre autres, la protéine végétale texturée (PVT) et le tofu mou. À chacune des rencontres, six recettes ont été préparées par les participants. Ils ont pu repartir à la maison avec une part de chacune des dites recettes.

C'est dans la joie et l'harmonie que nos participants ont travaillé ensemble. Ce fut une belle expérience et appréciée de tous les participants.

Dès le mois de janvier 2024, un groupe de huit personnes sera formé afin de cuisiner, une fois par mois, des recettes végétales au choix des participants, au sein de la même cuisine collective. Si toutefois le nombre excède 8, nous verrons à trouver une alternative pour former un second groupe au même endroit ou dans une autre cuisine collective.

*Sylvie Trudeau et Joanne Gagnon
Initiatrices du projet*



Crédit : Sylvie Trudeau

1^{er} atelier le 27 novembre 2023. De gauche à droite : Jennifer Hunte, Lise Périgny, Francine Durand, Sylvie Sauriol, Joanne Gagnon, Sylvie Trudeau et Monique Tourigny.



Crédit : Sylvie Trudeau

2^e atelier le 4 décembre 2023. De gauche à droite : André Fleurant, Monique Blanchette, Francine Richard, Marie France Doucet, Jean Falardeau et Monique Guèvremont.



Crédit : Sylvie Trudeau

3^e atelier le 11 décembre 2023. De gauche à droite : Danièle D'Arçon, Sonia Trépanier, Joanne Gagnon et Hélène Turcot.





Claudette Therrien

Bilan partiel

de la collecte
régionale 2023

au profit de la

**FONDATION
LAURE-GAUDREAULT**

Notre campagne régionale au profit de la Fondation Laure-Gaudreault a été lancée dans le bulletin *Échos de l'Île* de mai dernier, en insérant un coupon pour accompagner vos dons.

Beaucoup de membres et de non-membres ont répondu à l'appel de cette campagne. D'autres ont eu recours au site internet de la FLG <https://fondationlg.org> pour faire leur don.

L'année 2023 sera déjà terminée lorsque vous recevrez ce bulletin. Mais au 22 décembre 2023, la collecte régionale totalise 21 129 \$.

Bien que ce soit difficile actuellement de solliciter des dons, nous avons réussi avec le dévouement de personnes engagées à amasser des dons importants. Il en fut ainsi lors du tirage de l'œuvre Coup de cœur de l'AGR en mai, lors du quilles-o-thon en juin ou lors du dîner de l'AGA en octobre.

Un grand merci à ceux et celles qui ont généreusement donné au cours de l'année 2023. Nous savons que certains organismes que nous soutenons vivent des moments difficiles.

Certaines personnes ont fait un don de 100 \$ ou plus et désirent voir leur nom publié; voici la liste:

Claire Boutin	100 \$
Diane Chabot	150 \$
Micheline Delluc	100 \$
Olive Gagnon	100 \$
Lise Labelle	100 \$
Réjean Lafortune	100 \$
Marc Leroux	100 \$
Thérèse Poirier-Labossière	100 \$
Huguette Poisson	200 \$



Un grand merci aux personnes présidentes et aux responsables des différents secteurs de notre région pour leur appui à la FLG, en soutenant ou en faisant la promotion de diverses activités.

Au nom de l'AREQ-Montréal, je remercie toutes les personnes qui ont contribué à cette collecte pour en faire une réussite.

Les organismes que nous soutenons vous disent aussi MERCI.

Claudette Therrien
Secteur De Lorimier (06-D)
Coordonnatrice de la collecte 2023

OCCUPONS-NOUS de nos affaires

7 février 2024

La première journée « Occupons-nous de nos affaires » s'est tenue en janvier 2007. Elle avait été créée par le conseil régional afin de permettre aux membres de la région d'avoir de l'information sur des sujets qui les préoccupaient. La journée 2024 sera donc la 17^e édition de cette activité régionale qui avait dû faire relâche en 2021, pandémie oblige. Au fil des ans, le dossier assurance s'est taillé une place de choix alors que d'autres thèmes se sont imposés selon l'évolution des intérêts des membres.

Voici le programme du 7 février 2024:

9 h Accueil

9 h 30 Comment je peux prévenir une fraude?



Cette conférence a pour but de vous sensibiliser à l'importance d'adopter des comportements responsables et sécuritaires pour se protéger des cas de fraude. Lise Pedneault, de la Caisse Desjardins de l'Éducation, nous présentera les situations potentielles de fraude, ainsi que les principes de base à appliquer pour éviter ces dernières. Elle nous fournira également la marche à suivre dans le cas où une personne parmi nous serait victime de fraude.

11 h 15 Nos assurances revisitées



Diane Chabot, responsable régionale du dossier assurance

12 h Dîner servi à la table (saumon ou poulet)

13 h 30 Novum, un service de consultations juridiques.



Cette présentation de François Sciortino, conseiller au développement des affaires chez Novum, vous permettra de découvrir comment obtenir un avis juridique pour toutes questions d'ordre personnel.

Lieu: Le Château Classique, 6010, boul. des Grandes-Prairies, Saint-Léonard (au coin du boul. Lacordaire) (Station de métro Cadillac, autobus ligne – 32 nord). Grand stationnement et ascenseur disponibles.

Coût: Compte-tenu du coût réel de cette journée, 70 \$ / personne, le coût demandé cette année est de 40 \$ pour les membres et de 50 \$ pour les non-membres. Comme plusieurs secteurs ont l'habitude de subventionner cette activité pour leurs membres, le coût pourrait être moindre. Informez-vous.

Inscription: Avant le 26 janvier auprès de la personne trésorière de votre secteur en libellant votre chèque à l'ordre de votre secteur.

Gaétane Lebel



Sonia Trépanier

La Journée internationale DES DROITS DES FEMMES

Le vendredi 8 mars 2024

Depuis quelques années, le comité de la condition des femmes (CCF) de l'AREQ-Montréal rêve d'accueillir, lors de son activité du 8 mars, une conférencière unique et des plus inspirantes pour nous : madame Pauline Marois, ex-première ministre du Québec, maintenant à la retraite, tout comme nous. Cette rencontre pourrait « éventuellement, possiblement, conditionnellement... » se concrétiser cette année au mois d'avril ou au mois de mai, mais elle est impossible en mars. Nous vous tiendrons au courant des résultats de nos démarches, dès que possible ainsi que de la date et du lieu retenus pour cet événement très particulier.

En attendant le printemps avec madame Marois, nous profiterons du vendredi 8 mars 2024 pour célébrer le 50^e anniversaire de la création du comité des femmes à la CEQ-CSQ. Nous FÊTERONS ensemble toutes les solidarités féministes qui nous unissent, qui sont venues à bout de tant d'inégalités et d'injustices à l'égard des femmes, et qui sont encore indispensables pour éviter les reculs et les récidives d'une société toujours inégalitaire.

Cette activité festive s'adresse aux 100 premières femmes de notre région (06) qui s'inscriront auprès de Doris Gagné. Vous apporterez votre vin si désiré. Si, au 1^{er} mars il reste des places libres, nous accueillerons les amies et amis qui se seront montrés intéressés. Sachez que dans nos cœurs, il y aurait de la place pour des centaines et des centaines de nos membres, mais nous serons dans un restaurant chaleureux et il a ses limites physiques...

Restaurant Homa
6830, rue Hochelaga, Montréal, H1N 1Y4
Vendredi 8 mars 2024

Accueil à compter de 11 h 30. Dîner à compter de midi.

Chaque personne choisit son repas sur place et paie son addition.

On suggère de laisser un pourboire d'au moins 18 % puisque ce sont des femmes qui assureront le service et que le 8 mars sera également leur fête.

Inscription avant le 1^{er} mars 2024

auprès de Doris Gagné, gagnedoris@hotmail.com ou 450 585-8150.

Votre responsable sectorielle du comité des femmes pourra aussi recevoir votre inscription et la remettre à Doris Gagné.

Sonia Trépanier,
Secteur Jeanne-Mance (06-F)
Pour le CRCF 06



Sylvie Trudeau



Joanne Gagnon

LE JOUR de la Terre



Les responsables du comité de l'environnement ont sollicité les membres de la région en novembre dernier, afin de connaître leurs intérêts pour notre événement annuel du Jour de la Terre.

Nous avons suggéré comme thème le réchauffement climatique. Les participants au sondage nous ont confirmé avec une forte majorité que le thème était bien choisi.

Le sujet qui a le plus retenu l'attention des répondants a été *les aménagements à privilégier dans une ville comme Montréal pour diminuer les impacts du réchauffement climatique.*

Le comité de l'environnement vous invite à célébrer le Jour de la Terre en assistant à une conférence le vendredi 19 avril 2024.

Nous aurons, tout comme l'an dernier, quelques exposants qui vous proposeront des alternatives intéressantes pour votre quotidien ou des produits en lien avec le « zéro déchet. »

Nous vous attendons en grand nombre. Surveillez vos communications sectorielles pour le complément d'information.

- THÈME:** Réchauffement climatique
SUJET: Aménagement à privilégier pour diminuer les impacts du réchauffement climatique
QUAND: Vendredi 19 avril 2024
HEURE: Accueil 13 h et début de la conférence 13 h 30
LIEU: Bibliothèque de l'Institut culinaire Saint-Pius X, 9955, av. Papineau
COÛT: Gratuit pour les membres, 10 \$ pour les non-membres

Inscrivez-vous, au plus tard le samedi 13 avril 2024, auprès de votre responsable sectoriel du comité environnement

*** Un petit geste pour l'environnement et la solidarité ***

Veuillez apporter vos attaches à pain ainsi que vos goupilles de canette si vous en avez. Le secteur Pointe-de-l'Île les ramasse pour la Fondation Clermont Bonnefant qui les échange contre des fauteuils roulants.

Sylvie Trudeau, secteur Angrignon (06-M)
Responsable du comité de l'environnement
Joanne Gagnon, secteur Pointe-de-l'Île
Coresponsable du comité de l'environnement

CONVOCAATION

à l'assemblée générale régionale 2024

L'assemblée générale régionale de l'AREQ, région Île-de-Montréal se tiendra le jeudi 23 mai 2024, à 9 h 30.

Selon les Statuts et règlements de l'association, il n'y a pas d'élection prévue en 2024, les membres du conseil exécutif régional ayant été élus au début du triennat 2023-2026.

Par contre, des rapports d'activités et le rapport financier vous seront présentés. Cette assemblée sera aussi l'occasion de discuter des priorités régionales et de prendre des décisions concernant le plan d'action à mettre en œuvre pour animer la vie associative de la région.

Cette assemblée vous permettra d'admirer des œuvres de plusieurs artistes membres de l'AREQ. L'œuvre « Coup de cœur » fera l'objet d'un tirage au profit de la Fondation Laure-Gaudreault. Il y aura aussi des tirages de prix de présence.

**Lieu : Château Classique, 6010, boul. des Grandes-Prairies, Saint-Léonard
(au coin du boul. Lacordaire) Station de métro Cadillac,
autobus ligne – 32 nord
Stationnement et ascenseur.**

Accueil : Dès 8 h 30 (café, jus)

Ouverture de l'assemblée : 9 h 30

Repas chaud servi aux tables à midi (choix de poulet ou de saumon)

Coût : 35 \$

Réservez votre place avant le 10 mai auprès de la personne trésorière de votre secteur en libellant votre chèque à l'ordre de votre secteur.

J'espère que vous participerez en grand nombre à cette assemblée annuelle.

Gaétane Lebel



Diane Chabot

Renouvellement ASSUREQ au 1^{er} janvier 2024

Régime d'assurance maladie

Différents facteurs sont pris en compte par les actuaires lors du calcul de la prime en assurance maladie, tels que l'expérience du groupe, l'inflation, le contexte économique et les frais d'administration. En tenant compte de tous ces éléments, les primes ont subi une modification à la hausse de 3,9 % (augmentation variant entre 4,06 \$ et 6,42 \$ selon la protection) cette année.

Remboursement maximal augmenté pour la garantie *Injections sclérosantes*

Les régimes Santé et Santé Plus qui couvrent les frais pour injections sclérosantes ont été bonifiés afin de permettre un meilleur remboursement, le montant maximal remboursable passant ainsi de 26,25 \$ à 35 \$ par jour.

Régime Assurance maladie Prime mensuelle 2024			
Régime d'assurance maladie	Statut de protection		
	Individuel	Monoparental	Familial
Santé	25,32 \$	30,52 \$	48,44 \$
Santé Plus	47,14 \$	56,35 \$	88,09 \$

La taxe de vente de 9 % doit être ajoutée à ces montants

Régime d'assurance vie

Cette année encore, on constate un nombre élevé de décès dans le groupe, ce qui cause une augmentation de la prime en assurance vie. En effet, la prime subit une modification à la hausse de 5,7 % (augmentation variant de 4,08 \$ à 6,46 \$ selon la protection).

Lors de l'assemblée générale annuelle d'ASSUREQ qui s'est déroulée le 23 octobre dernier à Drummondville, les conditions de renouvellement ont été présentées aux membres présents. Voir ci-haut le résumé des modifications apportées aux régimes. Un article plus détaillé sera publié dans la prochaine édition du magazine Quoi de neuf et le dépliant « ASSUREQ en coup d'œil 2024 » y sera inséré également.

Régime Assurance vie Prime mensuelle 2024	
Choix 1	
Individuel	19,32 \$
Familial	30,32 \$
Choix 2	
individuel	41,64 \$
Familial	52,64 \$
Choix 3	
Individuel	63,96 \$
Familial	74,96 \$

La taxe de vente de 9 % doit être ajoutée à ces montants

La dissolution de la corporation ASSUREQ

Lors de l'assemblée générale extraordinaire qui suivait l'assemblée générale annuelle, les membres ont voté en faveur de la dissolution de la corporation ASSUREQ. La dissolution ainsi que le changement officiel de copreneur du régime d'assurance collective ASSUREQ (passant de la corporation ASSUREQ à l'AREQ) seront effectifs au cours des prochains mois. Plus de détails suivront concernant la suite des choses mais il est important de préciser que cette décision n'affecte en rien nos assurances.

Diane Chabot

Responsable régionale

514 324-3330 — dchabot10@hotmail.com

Procédures d'envoi du BULLETIN RÉGIONAL

Il faut savoir que l'AREQ-Montréal est la seule des dix régions de l'association qui produit un bulletin régional. Depuis la création de *Échos de l'Île*, la base de données servant à son expédition est la même que celle utilisée pour l'envoi du magazine *Quoi de neuf*.

Nous avons constaté que, maintenant, plusieurs membres choisissent de ne plus recevoir la version papier de cette publication de sorte que leur nom est retiré de la base de données. Conséquence: des membres de la région ne reçoivent pas *Échos de l'Île* sans que l'on sache qui ils sont, ni combien il y en a dans cette situation.

Dorénavant, afin de permettre à tous les membres de recevoir le bulletin régional, nous nous servirons des bases de données utilisées pour l'envoi des bulletins sectoriels soit par la poste ou par courriel. Nous espérons que cette nouvelle procédure vous conviendra.

Si jamais vous désiriez changer le mode de réception de *Échos de l'Île*, vous pourrez l'indiquer en allant sur le site de l'AREQ nationale <https://areq.lacsq.org/> à l'onglet Mon profil et modifier la façon de recevoir le bulletin sectoriel. Évidemment, votre choix s'appliquera au bulletin sectoriel comme au bulletin régional.

Gaétane Lebel pour l'équipe de production du bulletin régional



Une bourse AREQ-Montréal, ÇA VOUS INTÉRESSE ?



En 2022, le conseil régional de l'AREQ-Montréal a décidé d'offrir à ses membres la possibilité d'obtenir une bourse de 500 \$. C'était un projet lancé à titre expérimental.

Puisqu'aucune demande n'a été faite au printemps 2023, le conseil régional a choisi de relancer ce projet en élargissant les critères d'admissibilité qui étaient peut-être trop restrictifs.

Cette année, les personnes admissibles à cette bourse sont les membres réguliers de l'AREQ qui poursuivent des études, peu importe le domaine.

Vous trouverez le formulaire à compléter pour présenter une demande en consultant le site de la région Île-de-Montréal, <http://regioniledemontreal.areq.ca/> ou en communiquant avec la personne présidente de votre secteur.

Le formulaire complété accompagné d'une preuve d'étude doit être remis à la personne présidente de votre secteur qui l'acheminera au conseil exécutif régional, avant le 1^{er} avril 2024.

Gaétane Lebel

Quoi faire ?

- Si vous avez une nouvelle adresse postale;
- Si vous changez de numéro de téléphone;
- Si vous avez une nouvelle adresse courriel;
- Ou s'il y a une erreur à corriger dans votre adresse courriel.

Vous téléphonez à l'AREQ nationale au numéro sans frais 1 800 663-2408.

On prendra note de la correction à effectuer dans votre dossier et on enverra ensuite cette correction à la personne présidente régionale et à la personne présidente sectorielle. Ainsi vous recevrez les communications de l'AREQ au niveau national, régional et sectoriel.

Vous pouvez aussi apporter ces modifications vous-même en allant sur le site de l'AREQ nationale [HTTPS://areq.lacsq.org/](https://areq.lacsq.org/) à l'onglet Mon profil. Vous n'aurez qu'à vous identifier et à donner votre numéro de membre et vous pourrez effectuer les changements que vous désirez.

De plus, si vous avez préparé une liste des personnes et organismes à aviser en cas de décès, n'oubliez pas d'y ajouter l'AREQ-CSQ avec le numéro de téléphone.

Lise Labelle
Secteur Ahuntsic-Ouest (06-N)



LA RÉSIDENCE MONT-CARME, état de la situation, deux ans et demi après la vente de l'immeuble.

RETROUVERA-T-ELLE SON STATUT DE RPA ?

Les développements se font très lentement dans ce dossier dont nous vous informons depuis maintenant un an. En juillet dernier, la Cour d'appel du Québec renvoie la cause au Tribunal administratif du logement (TAL) qui devra rendre une décision, à savoir, si le propriétaire avait le droit d'évincer ses locataires pour convertir l'immeuble en complexe locatif multi-générationnel. Il semble que le TAL ne se prononcera qu'au printemps

prochain, mais on ignore la date de cette audience.

Entre-temps, le magazine *L'Actualité* a nommé Marie-Paule Lebel et Suzanne Loiselle **Personnalités de l'année 2023** en vertu de leur engagement dans ce dossier.

Rappelons que «*Évincés, les aînés contre-attaquent..*», documentaire co-réalisé produit à l'hiver 2023 par Noémie Mercier et Alexis Chartrand

pour le compte de NOOVO, est disponible gratuitement sur le site Noovo.

L'AREQ-Montréal appuie le comité de la Résidence Mont-Carmel qui mène une lutte pour que toutes les personnes âgées qui ont un bail dans une RPA, voient ce bail respecté, même si la RPA change de propriétaire.

Lise Labelle
Secteur Ahuntsic-Ouest (06-N)



Monique Tourigny

Ma vie à la retraite



Que faites-vous dans la vie? Un article du dernier « Quoi de neuf » commençait ainsi, il portait sur ce qui nous définit lorsqu'on a fait le saut de notre condition de travailleur et travailleuse à celle de retraités. La lecture de cet article m'a fait réfléchir sur le sens que j'ai donné à ma vie après m'être retirée de l'enseignement.

Dans mon cas, ça s'est passé en 2005. J'avais pris cette décision importante au retour d'un congé d'une demi-année scolaire, pris en traitement différé, lequel m'avait permis de vivre autrement durant les mois qu'a duré cet arrêt de travail. Je constatais ainsi que j'avais de multiples intérêts dans la vie, même si mon travail auprès d'enfants « différents », me passionnait toujours.

Quels étaient-ils ces intérêts? Tout d'abord, les activités physiques, soit la marche, la randonnée en montagne, le vélo, la raquette ou le ski de fond. Je fréquentais déjà quelques groupes qui s'adonnaient à ces activités. Puis, les activités culturelles entre amies: théâtre, concert, cinéma et musée, sans oublier la lecture qui a toujours occupé une place de choix dans ma vie. Avant 2020, quelques voyages m'ont amenée en Alsace, au Pérou, au Vietnam ainsi que dans plusieurs villes européennes. Finalement, le bénévolat s'est rapidement ajouté de façon régulière à mon horaire: au « Club des petits déjeuners » où j'ai accueilli et servi les enfants pendant plus de dix ans. J'aime les chiffres, alors pourquoi ne pas mettre cet intérêt au profit de gens moins favorisés en me joignant à un groupe de bénévoles qui, chaque printemps, rédigent leurs déclarations de revenus! J'ai aussi donné du temps au CA du club de vélo dont je faisais partie.

Au cours de ces années, un autre intérêt de taille s'est invité dans ma vie: je suis devenue grand-mère. À partir de ce moment-là, ma priorité a toujours été de répondre « présente » sitôt qu'un besoin se manifestait. En 2021, j'ai ainsi pris une décision primordiale qui allait changer le quotidien de « ma vie à la retraite », puisque j'ai quitté mon patelin en Montérégie, pour m'installer ici à Montréal me rapprochant ainsi de ma famille. Tout un changement surtout durant cette période-là!

Aussitôt qu'ils ont repris, je me suis rendue aux déjeuners mensuels de mon secteur. L'accueil que j'y ai reçu m'a incitée à participer à quelques activités sectorielles ou régionales. Et voilà qu'en avril 2022, on m'offre de combler le poste de secrétaire laissé vacant depuis peu. Après cet intérim d'un an, j'accepte la présidence du secteur. Heureusement qu'une équipe d'expérience m'appuie dans l'exercice de cette fonction, puisque j'étais très peu préparée à occuper ce poste.

Ce qui me passionnait et me définissait en début de retraite est toujours d'actualité, mais pour le moment, mon implication à l'AREQ occupe un espace plus important dans mon horaire et me permet de côtoyer des personnes dynamiques, impliquées dans leur milieu et aux parcours multiples.

Monique Tourigny, secteur De Lorimier (06-D)



ASSEMBLÉE GÉNÉRALE et dîner-bénéfice du 11 octobre 2023

UNE RÉUSSITE



Pierrette Lavallée

Le Bureau régional tient à remercier tous les membres de la FLG présents à l'assemblée générale et toutes les personnes qui se sont jointes pour le dîner-bénéfice au sous-sol du Sanctuaire Marie-Reine-des-Cœurs. Votre présence est essentielle pour assurer le bon fonctionnement de la Fondation Laure-Gaudreault.

L'ouverture de l'assemblée générale s'est faite par le président, Richard Cardinal, qui a présenté les responsables de la FLG dans les différents secteurs et les a remerciés pour leur implication à faire connaître la fondation et à recueillir des fonds durant toute l'année. Il a aussi informé les membres des activités tenues par le Bureau régional en 2022-2023.

Le rapport des Souscriptions et des Sommes allouées en 2023 fut expliqué par la trésorière, Hélène Turcot. La somme de 15 998 \$ fut distribuée à 37 organismes œuvrant dans différents secteurs et la FLG nationale a versé 4 500 \$ à deux organismes dont l'un contribue à la recherche médicale sur la Sclérodémie et le deuxième est le Centre de recherche et d'études sur le vieillissement de l'Université McGill.

C'est grâce aux dons généreux de toutes les personnes qui croient à la FLG que le montant de 20 498 \$ a pu aider tous ces organismes à bien remplir leur rôle.

Pour la collecte de fonds 2023 organisée par l'AREQ-Montréal, c'est la somme de 16 030 \$ qui fut recueillie au 11 octobre mais cette collecte se poursuivra jusqu'en décembre 2023. Nous remercions Claudette Therrien, responsable de cette collecte, pour son dévouement.

Richard Raymond, initiateur et organisateur de quatre Quilles-O-thon pour la FLG, était fier de nous informer que cette activité a permis de ramasser 5 035 \$. Nous le remercions chaleureusement pour son engagement et nous sommes aussi reconnaissants envers tous les secteurs qui y ont participé activement et financièrement. L'an prochain, il organisera le 5^e Quilles-o-thon.

Après la présentation du Plan d'action 2023-2024, le président national de la FLG, Robert Gaulin, est intervenu auprès de l'assemblée. Il a expliqué l'importance de faire



Crédit : Hugues St-Pierre

Robert Gaulin

il s'est dit enchanté par cette grande volonté de travailler ensemble. Robert Gaulin est président de la fondation depuis dix ans et quitte son poste cette année. Les membres du Bureau régional le voient partir avec regret et le remercient au nom de tous les membres de la FLG pour son implication indéfectible et le renouveau qu'il a su apporter à la fondation.

Cette année, il y avait des élections à trois postes pour un mandat de trois ans :

C'est par acclamation que Richard Cardinal a été élu au poste de président, Francine Pellerin à celui de secrétaire et Pierrette Lavallée comme publicitaire.

Après les remerciements du président Richard Cardinal, un excellent repas a été partagé par 88 personnes dans une atmosphère festive. Ce fut une belle réussite avec 2 201 \$ de bénéfice. Le Bureau régional remercie l'AREQ-Montréal et tous les secteurs qui ont offert des cadeaux pour le tirage et les bénévoles qui ont apporté une collaboration très précieuse au bon fonctionnement de ce dîner.

Les membres du Bureau régional : Richard, Joanne, Francine, Hélène et Pierrette, vous donnent rendez-vous le 16 octobre 2024 pour l'assemblée générale et le dîner-bénéfice.

Pierrette Lavallée,
Secteur Pointe-de-l'Île (06-J)
Publicitaire pour le Bureau de Montréal de la FLG

Accédez à des tarifs d'assurance exclusifs



L'AREQ (CSQ) fait équipe avec La Personnelle pour vous offrir :



Des tarifs d'assurance auto, habitation et entreprise avantageux



Des économies et des rabais supplémentaires



Un soutien personnalisé pour répondre à vos besoins uniques



Profitez de vos avantages de groupe
csq.lapersonnelle.com
1 888 476-8737



Centrale des syndicats
du Québec

Partenaire de la CSQ



laPersonnelle

Assureur de groupe auto, habitation
et entreprise

La Personnelle désigne La Personnelle, assurances générales inc. La marque La PersonnelleSM ainsi que les marques de commerce associées sont des marques de commerce de La Personnelle, compagnie d'assurances, utilisées sous licence. Certaines conditions, exclusions et limitations peuvent s'appliquer.

**Coordonnées AREQ
Région de Montréal**

gaetanel.fillion@gmail.com

Vous trouvez sur notre site :

- Des communiqués
- Les actualités
- Le calendrier
- Les informations des comités régionaux
- Le bulletin régional
- Les liens vers les sites des secteurs.

Nouvelle adresse du site régional : <http://regioniledemontreal.areq.ca>