

# LE TRAIT D'UNION

AREQ

Le mouvement des personnes  
retraitées CSQ

Bulletin sectoriel d'information

Secteur Haut-Richelieu, Région Montérégie

Volume 38, numéro 2 – Avril 2026

## Le p'tit printemps

Le p'tit printemps  
Tout vert, tout vert,  
Remplace l'hiver  
Tout blanc, tout blanc,  
C'est un moineau  
Tout gris, tout gris,  
Qui me l'a dit  
Qui me l'a dit.  
Quand l'hiver fond  
V'là le gazon,

J'ai plus besoin d'mes mitaines  
Youpi !  
Pas de glaçon  
Sous le balcon  
Le froid qui pique est parti  
Youpi ! Youpi, youpi, youpi !

Comptine de Passe-Partout  
Album : Passe-Partout, volume 1  
Artiste : Passe-Partout  
Date de sortie : 1987

AREQ  
CSQ  
Secteur du Haut-Richelieu

### **Aux urnes citoyens !!**

Les élections aux conseils sectoriel et régional sont à nos portes. Votre participation compte !!

*Détails en pages 12 et 13*

### **Campagne « A la retraite, pas en retrait »**

La campagne prend son envol

*Toutes les informations en pages 18 et 19*

## LE TRAIT D'UNION

LE TRAIT D'UNION est publié trois fois par année et distribué gratuitement aux membres de l'AREQ, région Montérégie, secteur Haut-Richelieu.

### Éditeur

*AREQ, secteur Haut-Richelieu*

### Coordonnatrice à la rédaction

*Viviane Paiement*

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

### Mise en page - infographie

*François Fournier*

### Révision - correction

*Thérèse Ladouceur*

*Irène Leblanc*

### Impression

*Gracieuseté du Syndicat de l'enseignement du Haut-Richelieu (SEHR)*

### Expédition

*Cité-Poste et internet*

### Photographes

*Sylvie Desranleau, Richard Gouin, Lyne Desranleau, Guy Melançon*

### Collaboration à la rédaction

*Renée Dallaire, Richard Gouin, Viviane Paiement, Nicole Caron, Jacinthe Côté, Lucie Boucher, Sylvie Desranleau, Michel Lord, Robert Godin*

## Conseil sectoriel

*Richard Gouin, président*

[richard.gouin@hotmail.com](mailto:richard.gouin@hotmail.com)

*Michel Lord, 1<sup>er</sup> vice-président*

[michel.lord1952@gmail.com](mailto:michel.lord1952@gmail.com)

*Guy Melançon, 2<sup>e</sup> vice-président*

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

*Nicole Caron, trésorière*

[hipponic@videotron.ca](mailto:hipponic@videotron.ca)

*Viviane Paiement, secrétaire*

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

*Lucie Boucher, 1<sup>ère</sup> conseillère*

[lucie.boucher58@gmail.com](mailto:lucie.boucher58@gmail.com)

*Sylvie Desranleau, 2<sup>e</sup> conseillère*

[sylviedesranleau@gmail.com](mailto:sylviedesranleau@gmail.com)

## Dans votre numéro d'août

### Les chroniques

- Mot du président sectoriel P. 3
- Mot de la présidente régionale P. 4
- Culture P. 5
- Environnement P. 6
- Nécrologie P. 7
- Condition des hommes P. 8
- Sociopolitique P. 9
- Condition des femmes P. 10
- Retraite et assurances P. 11

### Articles d'intérêt

- Assurances en vrac P. 8
- Dîner de la St-Valentin P. 9
- Fin d'un triennat P. 12
- Élections conseil sectoriel P. 12
- Élections conseil régional Montérégie P. 13
- Course des régions P. 14
- Fondation Laure-Gaudreault P. 14
- Souper de Noël P. 15
- À vos agendas P. 16
- Invitation 4 à 7 houblonné P. 17
- Campagne « À la retraite, pas en retrait » P. 18-19



Il me fait tout drôle de préparer ce texte pour la dernière fois. Comme vous le savez, c'est la fin de mes deux mandats à la présidence. À la prochaine Assemblée générale, qui aura lieu le 22 avril à l'Auberge Le National, vous aurez à nommer une nouvelle personne à la présidence.

Je retiens de mes deux mandats votre présence, votre appui et votre gratitude envers l'organisation des activités. Souvent, en tant que président, nous sommes la personne qui recevons ces témoignages, mais comme nous sommes une équipe, ces remerciements sont transmis à tous les membres du Conseil. Parlons du Conseil : depuis cinq ans, des membres ont quitté et d'autres se sont ajoutés. Chaque ajout de nouvelles personnes a été un ingrédient supplémentaire dans notre recette gagnante. Au cours des cinq dernières années, j'ai présidé un Conseil sectoriel dynamique dont le principal objectif a toujours été de bien représenter le secteur, d'offrir des activités novatrices et de nouvelles façons de faire.

Une nouvelle personne sera à la présidence de notre secteur. Comme je l'ai déjà mentionné, je ne laisse jamais un projet sans préparer une relève, et depuis septembre, nous y travaillons. C'est pour cette raison que je suis fier de proposer et d'appuyer la candidature de Sylvie Desranleau au poste de présidente du secteur Haut-Richelieu. Notre secrétaire Viviane Paiement quittera elle aussi. Ce sera un poste important à remplacer. Si cela vous intéresse ou avez des questions, informez-vous auprès de Viviane et des autres membres du conseil et nous vous guiderons avec plaisir.

Je voudrais également remercier tous nos bénévoles. Grosso modo, nous en avons à peu près soixante qui nous aident, par leurs communications, leur information et leur implication dans des dossiers, à avoir un secteur dynamique. Sans les bénévoles, notre secteur serait terne et ne pourrait pas fonctionner. C'est vous, chers bénévoles, qui nous permettez d'avoir des idées, de les mettre en place et de poursuivre les projets.

Vous avez peut-être lu dans le texte de notre présidente régionale, Madame Dallaire, qu'elle ne se représentait pas pour un autre mandat.

Madame Dallaire et moi avons discuté longuement, et j'ai donc décidé de présenter ma candidature à la présidence régionale de la Montérégie, lors de l'Assemblée générale régionale du 7 mai à Salaberry-de-Valleyfield.

Pour moi, c'est un tout autre défi à relever. Ce poste implique d'être la voix des 9 secteurs et des 10,300 membres de la Montérégie. La présidence régionale est aussi membre du Conseil d'administration de l'AREQ.

Merci pour votre confiance, votre respect, votre support et votre participation.



**TEMPUS FUGIT ! ... CARPE DIEM!** Ce sont des souvenirs de mes années du cours classique au secondaire. Bien sûr, en étudiant le latin. Ces souvenirs sont toujours de mise en ce temps-ci. Le temps fuit ! Profitons du moment présent !

Pour le moment présent, et ce d'ici le congrès 2026, je vous invite toutes et tous membres de l'AREQ à participer aux différentes rencontres et conférences proposées par vos secteurs. De gros dossiers sont en jeux cette année : les assurances, les statuts et règlements ainsi que les orientations de l'AREQ qui permettront d'établir un prochain plan d'action réaliste et réalisable pour les trois prochaines années. Ces multiples rencontres sont également une façon appréciable de suivre les dossiers et leur évolution et ainsi de se tenir à jour dans les nouvelles.

Qui dit congrès, dit fin d'un triennat, dit aussi élections. Élections au niveau national, élections au niveau régional, élections au niveau sectoriel. Beaucoup de changements nous attendent. Je profite donc de ce moment privilégié pour vous informer que je ne solliciterai pas un nouveau mandat à titre de présidente régionale. J'ai aimé ce que j'ai fait ; j'ai appris beaucoup. J'ai aimé rencontrer les gens. La Montérégie est pour moi une grande famille et il faut apprendre à la connaître. Ma région, la Montérégie, est importante. Elle a également sa place à l'AREQ et j'y suis très attachée. Soyez quand même rassurés : je ne quitte pas en laissant la place vide. Je m'assure d'avoir une relève.

Je tiens tout de même à remercier mon équipe, l'ensemble des présidences de secteurs pour leur appui, leur confiance, leur accueil et leur travail. J'ai apprécié tous ces moments et ces échanges avec vous. Je considère ces contacts comme enrichissants, instructifs et très agréables. Je vous donne rendez-vous aux assemblées générales sectorielles de votre milieu, à l'Assemblée générale régionale le 7 mai prochain. Vous êtes toutes et tous invités à y participer. Je donne rendez-vous également aux personnes déléguées inscrites au Congrès de juin prochain.

D'ici là, profitez bien du temps qui passe. Et comme à mon habitude, je finirai avec une petite pensée qui nous amène à réfléchir : **«Quand on te critique, rappelle-toi cette phrase... tu ne seras jamais critiqué par quelqu'un qui fait plus que toi, tu seras critiqué par quelqu'un qui fait moins ou rien !»**

**Renée Dallaire**

Présidente régionale Montérégie



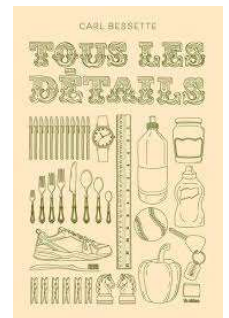
### Trois livres, trois moments d'émotions

Mes lectures récentes m'ont fait vivre une gamme d'émotions très variée. À travers trois récits, je suis passée de la colère au rire, puis à un profond sentiment d'injustice, tout en éprouvant une grande admiration pour leurs auteurs.



Je commence par *Le Bézoard* de Pascale Montpetit, dans lequel elle confie des événements dramatiques de sa vie. À l'image du terme « bézoard », qui désigne des « accumulations très denses de matière partiellement digérée ou non digérée pouvant se coincer dans le tube digestif », son récit est un amas de douleurs provoquées par l'inceste subi alors qu'elle était toute petite : boulimie, cancer de la glande thyroïde, nombreuses thérapies. Le tout est écrit dans un souffle haletant, à tel point qu'on croirait entendre la comédienne nous raconter son histoire de sa voix un peu rauque, légèrement saccadée.

Dans un tout autre registre, *Tous les détails* de Carl Bessette m'a étonnée. Je me suis retrouvée dans la tête d'une personne neurodivergente pour qui tout doit être compté, placé, rangé. J'ai souri, mais jamais aux dépens de l'auteur. Au contraire, j'ai mieux compris le fonctionnement de son cerveau. Si ses comportements obsessionnels sont envahissants, ils lui procurent aussi un réel bonheur, qu'il parvient à nous transmettre avec justesse.



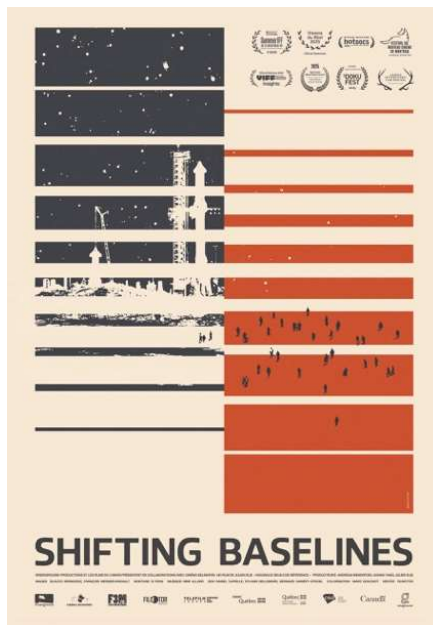
Enfin, avec *Fille-mère* d'Ingrid Falaise, l'injustice nous prend au cœur. Il s'agit du récit de la belle-mère de l'auteure. Enceinte à 14 ans, à l'époque de la Grande Noirceur, ses parents l'emmènent dans un couvent où elle vivra sa grossesse dans un climat de maltraitance et d'humiliation. Aussitôt né, son bébé lui est enlevé et confié à l'adoption. Des milliers de jeunes filles ont traversé une épreuve semblable au Québec. Ingrid Falaise travaille d'ailleurs à un documentaire sur ce sujet longtemps resté tabou.

Ces œuvres profondément personnelles deviennent universelles lorsqu'elles nous rejoignent avec une telle force.



## Pour le Jour de la Terre, nous vous offrons au ciné-club le film SHIFTING BASELINES VOSTFR

À l'extrémité sud du Texas, au milieu d'un territoire à l'état sauvage, se trouve le village de Boca Chica. En 2018, Elon Musk a choisi d'y installer le nouveau siège de SpaceX. Dominé par de gigantesques fusées de 50 étages, le site est aujourd'hui délaissé par ses résidents et envahi par le complexe industriel qui gagne toujours plus de terrain.



Les adeptes de la conquête spatiale y accourent en masse, nourrissant l'espoir d'aller sur Mars pour échapper à une planète saccagée. De l'autre côté du Rio Grande, des familles mexicaines pêchent sous l'œil vigilant de la police frontalière. Les uns rêvent d'un voyage dans les étoiles, les autres n'aspirent qu'à pouvoir habiter la Terre.

Pendant ce temps, les scientifiques s'inquiètent des effets de cette nouvelle course à l'espace. Scénario improbable envisagé dans les années 1970, le « syndrome de Kessler », une réaction en chaîne provoquée par la collision des nombreux débris spatiaux en orbite, est devenu une réelle préoccupation pour les astrophysiciens. Un changement s'est produit, tant dans le ciel que sur Terre. Les visions prometteuses d'un avenir meilleur ne sont-elles qu'ambitions irréfléchies nous conduisant à notre perte? Ici, sur les rives du Rio Grande, le village texan de Boca Chica est le théâtre de tous les espoirs, les doutes et les peurs de tout un chacun.

Date : lundi 6 avril 2026 15H15 et 19H30 au Théâtre des Deux Rives  
Venez rencontrer le réalisateur Julien Elie et discuter de son film

Petit potin : Julien Elie était Pierre, le maître de Cléo dans *La guerre des tuques*.



Voici le lien pour se procurer des billets gratuits :

<https://spec.qc.ca/programmation/shifting-baselines>.



*Nos plus sincères condoléances... aux familles et ami.e.s*

Décès de MEMBRES  
de l'AREQ Haut-Richelieu

Agathe Lefebvre  
Lillian Lanoue  
Lise Beauregard  
Thérèse Bordeleau  
Lucette Dubé-Jalbert  
Monique Lamontagne  
Gervaise Lucier  
Louise Primeau  
Noëlla Richard-Clément  
Diane Rondeau  
Paul Savoie



Des membres du secteur ont perdu des PROCHES

Ferdinand Vincent, père de Dominique Vincent  
Cécile Poissant, mère de Jacinte Leroux  
Marcel Leblanc, frère d'Irène Leblanc  
Louis Bélanger, conjoint de Danielle Beaulieu  
Gérard Lanoue, frère de Joseph Lanoue et beau-frère de Clarisse Lamarre

*« Il y a quelque chose de plus fort que la mort, c'est  
la présence des absents, dans la mémoire des vivants. »*

Jean D'Ormesson

**Note :** Vous êtes au courant du décès d'un membre de l'AREQ, ou d'un de ses proches ?  
Communiquez avec Nicole Caron au (450) 359-4823



---

### Le Comité des Hommes en action pour 2026

J'espère que vous allez bien. Les activités de l'AREQ vont bon train. En novembre, nous aurons une Journée de l'Homme qui revient en force avec l'ajout d'un nouveau membre, Guy Melançon. Nous sommes très fiers de l'accueillir dans notre comité. Je vous rappelle aussi qu'il reste encore 2 places disponibles. Si le cœur vous en dit et que vous avez un peu de temps à consacrer à une cause qui peut vous toucher de près ou de loin, ne vous gênez pas pour communiquer avec le responsable, monsieur Michel Lord à michel.lord1952@gmail.com.

Maintenant, un peu de nouvelles fraîches. Cette année, nous aurons une Journée de l'Homme le jeudi 19 novembre 2026.

Les idées fourmillent dans la tête de nouveaux membres et deux nouveaux projets sont à l'étape embryonnaire : celui de déjeuners-causeries ouverts aux femmes et aux hommes sur des thèmes de la réalité quotidienne des hommes et leur façon de la vivre.

Enfin, plusieurs membres nous ont posé la question suivante : « Pourquoi n'y a-t-il plus de sorties ou de voyages à l'AREQ Haut-Richelieu ? ». C'était un projet sous la responsabilité de madame Pierrette Cloutier, il y a quelques années. Un projet intéressant qui nous a portés à une réflexion qui s'est soldée par l'envie de procéder à une première sortie par une visite à l'entraînement des joueurs du Canadien de Montréal, au Complexe Sportif CN à Brossard ou au Centre Bell à Montréal. Actuellement, nous sommes en attente d'une réponse sur la possibilité de réaliser ce beau projet ouvert aux membres tant féminins que masculins ainsi qu'à leurs familles. Les détails de tous ces projets se retrouveront dans l'édition du prochain journal.

---

### Assurance en vrac

#### Vaccin :

Depuis le 1<sup>er</sup> février 2026, le vaccin contre le zona est disponible gratuitement partout au Québec pour les personnes âgées de 71 ans ou plus. Toutefois, ce vaccin est également disponible pour les personnes âgées de 50 à 70 ans et pourrait être remboursé par leur assurance si c'est prévu à leur contrat ; comme c'est le cas avec ASSUREQ.

#### Impôt :

Petit rappel à l'approche des impôts.

Les personnes qui participent au régime d'assurance ASSUREQ peuvent déduire certains frais lors de la production des déclarations d'impôt :

- Les primes du régime d'assurance maladie payées
- Les frais de soins de santé réclamés, mais non remboursés par ASSUREQ.



### Un héritage qui s'effrite

Au cours des soixante dernières années, le Québec a fait un choix fondamental, celui de bâtir un filet social fondé sur la solidarité, la justice et la dignité. Ce filet n'est pas le fruit du hasard. Il est le résultat de luttes, de compromis et d'une volonté collective de ne laisser personne derrière. On se souviendra de nos grèves, de nos manifestations pour améliorer nos conditions de travail et de vie. Nos gains ont contribué, entre autres choses, à tisser ce filet social.

Aujourd'hui cet héritage s'effrite, le filet se détricote fil après fil, par des décisions politiques répétées, par le sous-financement des services publics, par la normalisation du recul social présenté comme inévitable. Année après année, ces choix ont des conséquences bien réelles sur l'accessibilité, la qualité des services et la confiance envers nos institutions. Santé, éducation, services sociaux, soutien aux plus vulnérables, chaque fil qu'on affaiblit fragilise l'ensemble de la société québécoise.

Ce qui est en jeu dépasse les chiffres et les budgets. C'est une vision du vivre-ensemble. C'est notre quête pour un Québec plus juste, plus humain, plus solidaire.

Qu'en restera-t-il pour les générations futures, pour nos enfants et petits-enfants, si nous acceptons que cet héritage soit tranquillement démantelé? L'érosion de ce filet n'est pas une fatalité. C'est un choix! Le préserver, le renforcer, le retisser est aussi un choix! Un choix de société, de responsabilité et de solidarité. Il est toujours temps d'agir. Mais notre silence et notre inaction auront des conséquences difficiles à corriger, parce que ce qui se perd aujourd'hui sera difficile à reconstruire demain.

Mais gardons confiance, il reste encore des fils entre nos mains et tant que nous les tiendrons, toutes générations confondues, rien n'est perdu!

### Dîner de la Saint-Valentin

Cette année, la Saint-Valentin a été célébrée mercredi le 11 février à l'Hôtel Holiday Inn Saint-Jean.

54 personnes ont profité de l'occasion pour porter du rouge et souligner cette journée en dégustant un très bon repas servi dans une belle ambiance et de la musique en alternance avec quelques exercices pour nous faire bouger un peu!



Le tirage de la FLG a fait 3 heureux. Un montant de 120\$ a donc été remis à la Fondation. Également, 2 cartes-cadeaux de la SAQ ont été tirées pour cette occasion. Merci pour votre participation et au plaisir de vous revoir bientôt!

Nicole Caron, pour le Conseil sectoriel



## Le logement et les femmes...

Depuis 2005, le Conseil du statut de la femme (CSF) publie « Portrait des Québécoises, enjeux et analyses » qui rassemble des données statistiques sur la situation des femmes au Québec.

Dans la publication de janvier 2026, le CSF s'intéresse aux difficultés d'accès au logement des femmes et des hommes, en se basant sur quatre indicateurs soit : l'abordabilité du logement, sa qualité, sa taille ainsi que les besoins impérieux en matière de logement.

On y apprend notamment que:

- certaines femmes sont plus susceptibles que les hommes de rencontrer des difficultés de logement, comme celles en location qui vivent seules ou qui sont âgées de 65 ans et plus ;
- 40 % des femmes seules en location résident dans un logement inabordable comparativement à 32 % de leurs homologues masculins ;
- les personnes appartenant à une minorité visible et les personnes immigrantes sont plus susceptibles d'occuper un logement de taille insuffisante, mais peu de différences s'observent entre les femmes et les hommes.

Vous voulez en connaître un peu plus sur la situation?

Consultez l'article :

[Difficultés d'accès au logement : les femmes sont-elles plus touchées que les hommes? – Conseil du statut de la femme](#)

Pour les personnes qui ont une version papier de Le Trait d'Union et qui ont accès à internet, vous devez aller au site du Conseil du statut de la femme, cliquer sur l'onglet **Publications**, vous trouverez l'article du 28 janvier 2026 : « Difficultés d'accès au logement : les femmes sont-elles plus touchées que les hommes? »

Pour recevoir les dernières publications du Conseil du statut de la femme, vous pouvez également vous inscrire aux infolettres.



## La campagne spéciale d'adhésion à l'AREQ et à l'assurance maladie ASSUREQ est toujours en cours...

et elle pourrait avantageusement profiter à des personnes de votre entourage ainsi qu'à vous-même.

Jusqu'au 31 mai 2026, toute personne retraitée ayant déjà été membre d'un syndicat affilié à la CSQ peut adhérer à l'AREQ et accéder au régime d'assurance maladie ASSUREQ – Santé Plus, un privilège habituellement réservé aux personnes nouvellement retraitées.

Cette occasion s'adresse notamment aux personnes ayant œuvré en enseignement, en soutien scolaire, en petite

enfance, en santé ou en milieu communautaire, dans un milieu syndiqué par la CSQ.

Contrat 9999  
Régime ASSUREQ En un coup d'œil  
En vigueur le 1<sup>er</sup> janvier 2025  
À l'intention des membres de la CSQ

AREQ  
100

Régime d'assurance  
collective



beneva

### Pourquoi ASSUREQ fait la différence?

- Des tarifs très avantageux, qui n'augmentent pas avec l'âge
- Une assurance voyage couvrant jusqu'à six mois consécutifs
- Une protection à vie
- Une adhésion simple, sans preuve de bonne santé
- La continuité de l'assurance pour la personne conjointe survivante

Ben & Florentine  
DÉJEUNER • DÎNER

Et un petit plus pour vous remercier, pour chaque personne que vous référez et qui devient membre régulier pendant la campagne, vous recevez une carte-cadeau de 25 \$ chez Ben & Florentine.

✓ Une nouvelle adhésion = une carte-cadeau

✓ Aucune limite au nombre de références

D'ailleurs, plusieurs cartes-cadeaux ont déjà été distribuées, preuve qu'un bon nombre de nouveaux membres ont saisi cette belle occasion.

Vous référez, on s'occupe du reste.

Il suffit d'inviter la personne intéressée à communiquer avec nous à l'AREQ, au 1 800 663-2408 ou à [info@areq.lacsq.org](mailto:info@areq.lacsq.org), en mentionnant vos coordonnées et votre numéro de membre.

## La fin d'un triennat, 2 congrès!

Le congrès est l'instance suprême de l'Association qui réunit, tous les trois ans, quelque 500 membres délégués provenant de toutes les régions du Québec. Il détermine les politiques générales et les grandes orientations de l'AREQ.

Le 8 juin 2026 se tiendra un congrès extraordinaire portant exclusivement sur les Statuts et règlements, afin de permettre l'adoption de toutes les propositions de modifications. Il s'agira du 49<sup>e</sup> Congrès de l'AREQ.

Suivra, les 9, 10 et 11 juin 2026, le congrès ordinaire, soit le 50<sup>e</sup> Congrès de l'AREQ, lors duquel, notamment, le projet des orientations sera adopté, les membres du Conseil exécutif seront élus et les membres du Conseil d'administration entérinés.

Les deux événements se tiendront au même endroit, soit au Centre des congrès de Lévis, 5750, rue J. B. Michaud, à Lévis.

### **Voici votre délégation :**

Danielle Berleur, Lucie Boucher, Nicole Caron,  
Nicole Choquette, Jacinthe Côté, Sylvie Desranleau,  
Josée Grégoire, René Blanchette, Richard Gouin.

### **Vos substituts :**

Viviane Paiement et Nancy Côté

La délégation a tenu 2 rencontres préparatoires : le 28 novembre afin de travailler sur les Statuts et règlements ainsi que le 5 février pour le projet des orientations.

Veuillez noter que vous officialiserez la délégation lors de l'Assemblée générale sectorielle du 22 avril 2026.



## ÉLECTIONS au CONSEIL SECTORIEL

À titre de président d'élection, je vous informe que la période des mises en candidatures est maintenant en cours dans le but de combler quatre (4) postes au sein du Conseil sectoriel de l'AREQ Haut-Richelieu; elle prendra fin au moment d'aborder le point Élections, prévu à l'ordre du jour.

Voici à cet égard les postes qui seront en élection en 2026, lors de l'Assemblée générale sectorielle du 22 avril:

- ▶ Présidence
- ▶ 2e Vice-présidence
- ▶ Secrétaire
- ▶ 2e Conseillère ou Conseiller

Tout membre du secteur Haut-Richelieu est éligible aux différents postes mentionnés ci-dessus. Les personnes intéressées à solliciter un poste doivent compléter le formulaire de mise en candidature disponible auprès de Robert Godin, président, 450-347-7764 ou courriel [godin\\_r@hotmail.com](mailto:godin_r@hotmail.com) et le faire parvenir avant l'Assemblée générale à : Robert Godin 445, rang de Versailles, Mont-Saint-Grégoire, Qc, J0J 1K0

Robert Godin, président d'élections



## ÉLECTIONS - RÉGION MONTÉRÉGIE (09)

### Chapitre 18.00 — Élections au Conseil exécutif régional

#### 18.01 Éligibilité

Tout membre régulier et en règle inscrit sur la liste des membres d'un secteur de la région est éligible au poste de Présidence de la région, sous réserve de la limite de deux (2) mandats consécutifs complets à ce même poste.

Toute personne présidente d'un secteur de la région est éligible aux autres postes du Conseil exécutif régional.

Tout membre régulier et en règle qui a occupé un poste électif pour la durée maximale prévue aux statuts et règlements ne peut présenter sa candidature à ce même poste avant qu'il ne se soit écoulé une période d'attente de trois(3) ans.

Lors de l'Assemblée régionale de la Montérégie, le jeudi 7 mai 2026, à l'Hôtel MOCO, 40 Avenue Du Centenaire, Salaberry-de-Valleyfield, QC, il y aura des élections aux différents postes du Conseil exécutif régional

#### **Postes en élections :**

Présidence

(ouvert à tous les membres en règle de la région)

1<sup>ère</sup> Vice-présidence

2<sup>e</sup> Vice-présidence

Secrétariat

Trésorerie

(Seuls les présidents de secteur sont éligibles à ces postes.)

(Les mandats aux différents postes sont d'une durée de 3 ans.)

#### **PROCÉDURES :**

Les personnes intéressées à postuler à l'un de ces postes (selon leur éligibilité) doivent remplir le «**Bulletin de présentation**».

disponible à l'Annexe 1 des « Statuts et règlements, octobre 2024 »

ou en le demandant au président d'élections : **leclerc\_j@yahoo.com**

La personne doit remplir les trois premières parties : « **Élection** » - « **Personne candidate** » - « **Poste** »

**doit être proposée** par un membre en règle de la région, **obtenir l'appui** de deux autres membres en règle de la région.

**\* La personne candidate doit faire parvenir ce document, par courriel, au président d'élections, au plus tard le 6 mai 2026, 23 h 59 \***

Jacques Leclerc, président d'élections

AREQ Montérégie (09), 2026

Courriel : **leclerc\_j@yahoo.com**



À vous de jouer :  
regardez, ressentez... et votez!

La plateforme de visionnement est officiellement lancée!

L'AREQ est fière de s'associer à la Course des régions pour vous inviter à une expérience cinématographique unique, portée par la créativité des régions du Québec.

Huit courts métrages, réalisés par des cinéastes émergents d'ici, vous proposent des histoires sensibles, audacieuses et profondément humaines, mettant en lumière des personnages âgés de 65 ans et plus; loin des clichés, près du cœur.

Installez-vous confortablement, laissez-vous toucher par ces récits et **votez pour votre coup de cœur**.

Votre participation compte; le film le plus apprécié recevra une **bourse de 5 000 \$**, qui sera remise lors du Congrès de l'AREQ, le **10 juin 2026**.

<https://areq.lacsq.org/course-des-regions/>

Cliquez ici et entrez votre numéro de membre pour visionner les films et voter.

Regarder, voter, soutenir la création régionale : c'est simple, inspirant... et ça commence maintenant!

<https://areq.lacsq.org/course-des-regions/>



FONDATION  
LAURE-  
GAUDREAU



Tel que promis, voici la nouvelle image de la Fondation Laure-Gaudreault, sous différentes déclinaisons.

Je tiens à remercier toutes les personnes qui achètent des billets de tirage-partage lors de nos événements. Chaque année, cela nous permet d'offrir vos dons à trois organismes de notre secteur. Entraide plus (Marieville), Mouvement SEM et Collectivement Elles sont les trois OBNL qui seront présents lors de notre Assemblée générale d'avril prochain.

La FLG a lancé son tirage national qui se tient en marge du Congrès 2026. Les billets peuvent être achetés uniquement sur le site de l'entreprise québécoise à l'adresse suivante : <https://tirage.moitiemoitie.com/300>. Le tirage se fera le 11 juin prochain lors de la dernière séance de travail du congrès.

Si vous décidez de faire un don en ligne ou par la poste afin d'avoir un reçu pour fin d'impôts, notez que ce dernier sera émis pour des montants de 25\$ et plus. Il ne sera plus possible de cumuler des petits montants jusqu'à l'atteinte du minimum requis pour la production d'un reçu. Pour ces dons faits à la Fondation, j'ai une demande à formuler : afin que votre don soit utilisé dans notre secteur du Haut-Richelieu, ajoutez à la fin de votre nom le code suivant : **09G**.

Merci encore pour toutes vos contributions,

Sylvie Desranleau, responsable FLG Haut-Richelieu

## Souper de Noël

Mercredi le 3 décembre dernier, avait lieu le traditionnel souper de Noël organisé par le Conseil sectoriel au Fort Saint-Jean au cours duquel 99 personnes sur les 105 inscrites se sont présentées... Un petit rappel, ici, que nous devons payer quand même pour les 105 inscriptions reçues pour cette occasion !!!

Un cocktail offert par le Fort Saint-Jean nous attendait à notre arrivée, suivi de canapés et du plat principal pour terminer par le dessert dans une ambiance festive! Cette année, le Bar à bonbons était différent de celui de l'an passé, les sacs étant déjà prêts, ils ont disparu assez vite. Il semble qu'on a encore le bec sucré!



Avant de passer au dessert, on a procédé à quelques tirages. Pour commencer, une boucle Procure a été tirée pour souligner la Journée de l'Homme. Et, par l'entremise de Nicole Choquette, nous avons reçu 20 paires de billets pour le spectacle de Noël de Nathalie Simard qui avait lieu le dimanche suivant au CEGEP. Ces personnes ont pu apprécier le spectacle.

La vente de billets pour la Fondation Laure-Gaudreault a permis de ramasser 240\$ et de faire 5 personnes gagnantes de 45\$ chacune.

Après le dessert, nous avons profité de la musique de la chanteuse Marie-Josée Landry pour nous dégourdir les jambes sur la piste de danse.

Nicole Caron  
Pour le Conseil sectoriel



**AREQ HAUT-RICHELIEU****À inscrire à votre agenda**

- 1 lundi, 6 avril 2026 : film <<Shifting baselines>>VOSTFR  
au Théâtre des Deux Rives dans le cadre de la  
Semaine de la Terre. Deux représentations : 15h15 et 19h30.  
Gratuit pour tous, offert à la population dans le cadre du Ciné-club.  
Billets gratuits disponibles au <https://spec.qc.ca/programmation/shifting-baselines>
- 2 mercredi, 22 avril 2026: Assemblée générale sectorielle –Auberge Le National-  
accueil 9h00 – assemblée 9h30 – repas offert gratuitement pour les membres qui  
assistent à l’assemblée en présentiel et compensation de 30\$ en virtuel - réseau  
AREQ
- 3 mardi, 5 mai 2026 : fête et dîner des bénévoles – Auberge Le National –  
Sur invitation personnelle
- 4 jeudi, 7 mai 2026 : Assemblée générale régionale –Hôtel Môco Salaberry-de-  
Valleyfield de 9 h à 14 h accueil : 8h 30 coût: 15\$ dîner sur place.  
INSCRIPTIONS AUPRÈS DE NICOLE CARON 450-359-4823  
hipponic@videotron.ca
- 5 jeudi, 28 mai 2026: Un 4 à 7 Houblonné - L’AREQ, secteur Haut-Richelieu, vous  
invite  
à un 4 à 7 à la ferme brassicole et distillerie -TERRE À BOIRE - au  
1375, rue Principale, Saint-Blaise-sur-Richelieu.  
Informations et inscriptions dans l’infolettre de mai et sur le site  
web [inscriptions.areqhr@outlook.com](mailto:inscriptions.areqhr@outlook.com)

## INVITATION 4 À 7 HOUBLONNÉ

L'AREQ, secteur Haut-Richelieu, vous invite à un 4 à 7 à la ferme brassicole et distillerie

TERRE À BOIRE

au 1375, rue Principale, Saint-Blaise-sur-Richelieu

le 28 mai 2026

Dans un décor champêtre exceptionnel, venez déguster des bières biologiques produites sur place. Offrez-vous le plaisir de partager et de déguster le fruit de produits céréaliers récoltés sur place. Choisissez parmi une vingtaine de bières. Bières sans alcool et sans gluten disponibles.

Nouveauté : on peut se faire préparer des cocktails avec le gin et la vodka distillés sur place. Vous pourrez aussi acheter des bouteilles de leurs spiritueux.

L'AREQ vous offre une consommation gratuite (maximum de 10,00\$ +taxes) mais ne paie pas le pourboire de cette consommation... que vous devrez déboursier avec de la monnaie.

S'il pleut, nous pourrions consommer à l'abri sous une pergola ou dans une salle fermée.

Grignotines, grilled cheese, pizzas, nachos et assiette végée sur place.

Une belle façon de consommer local !

(À moins de 600 mètres de l'axe cyclable de la Vallée des Forts)





À la retraite  
pas en retrait

## LA CAMPAGNE DE L'AREQ « À LA RETRAITE, PAS EN RETRAIT »

### PREND SON ENVOL!

L'AREQ déploie actuellement la campagne « **À la retraite, pas en retrait** », une initiative visant à mieux faire connaître l'Association auprès des personnes membres de la CSQ qui approchent de la retraite ou qui viennent tout juste de la prendre. Cette démarche répond à un objectif simple, mais essentiel : faire en sorte que les futures personnes retraitées sachent qu'une continuité existe après la vie professionnelle et syndicale.

L'AREQ souhaite ainsi faire connaître, au moment opportun, l'accompagnement, la représentation et les services offerts aux personnes retraitées, afin que celles et ceux qui le souhaitent puissent adhérer et bénéficier d'un réseau actif partout au Québec.

La campagne sera diffusée jusqu'en juin 2026 dans différents médias et sur le Web. On pourra notamment la voir sur des sites d'information, dans certains périodiques, ainsi que sur les plateformes numériques de l'AREQ. Les éléments publicitaires mènent vers un **site Web dédié** qui présente l'Association, ses services et les raisons d'y adhérer.

En tant que membres de l'AREQ, vous êtes les meilleures ambassadrices et les meilleurs ambassadeurs de notre organisation. **Vous connaissez, dans votre entourage, des personnes qui approchent de la retraite, qui viennent de la prendre qui ont déjà été membres de la CSQ durant leur carrière et qui ne sont pas membres de l'AREQ? Nous vous invitons à leur faire connaître la campagne et à partager le site Web.**

Pour découvrir la campagne ou la faire circuler autour de vous :

👉 [retraitepasenretrait.com](https://retraitepasenretrait.com)

---

## LA CAMPAGNE DE L'AREQ « À LA RETRAITE, PAS EN RETRAIT » (SUITE)

### **À la retraite, pas en retrait : un rôle social qui façonne le Québec, et un appel à la mobilisation**

À travers le Québec, les personnes retraitées jouent un rôle social d'une richesse exceptionnelle, parfois encore méconnu, mais essentiel à la vitalité des communautés. Leur engagement dans les milieux de vie, auprès des organismes, des familles et des régions, montre une réalité bien différente de l'image d'une retraite synonyme de ralentissement. Sur le terrain, les retraités contribuent, transmettent, innovent et inspirent.

Comme le rappelle notre présidente, Micheline Germain, « faire œuvre utile » décrit bien cette contribution continue des personnes retraitées à la société québécoise.

### **Une campagne pour mettre en lumière cette réalité**

C'est précisément ce que l'AREQ souhaite mettre en valeur avec sa campagne « À la retraite, pas en retrait », diffusée dès février et jusqu'en juin 2026. En présentant une pluralité de portraits de membres, la campagne offre un regard humain et concret sur la diversité des rôles que jouent les retraités dans leur communauté.

La campagne sera déployée dans certains médias écrits, dont *Le Devoir* et les médias régionaux du groupe CN2i (Le Soleil, Le Droit, Le Nouvelliste, etc.), ainsi qu'à la radio et sur le Web. Elle rappelle que la retraite ne met pas fin à l'engagement social, elle en transforme plutôt les formes et les possibilités.

### **Une transition plutôt qu'une rupture**

La retraite est de moins en moins vécue comme une coupure. Elle s'inscrit davantage comme une continuité, où l'engagement se transforme selon les aspirations et le rythme de chacun. Cet engagement prend mille formes, bénévolat, participation à des organismes, mentorat, implication culturelle, défense des droits, soutien familial, conseils d'administration, mouvements citoyens.

### **Appel à la mobilisation dans vos secteurs**

L'AREQ, c'est aujourd'hui plus de 60 000 membres répartis dans quatre-vingts secteurs à travers le Québec, soutenus par plus de deux mille bénévoles engagés. À l'approche du Congrès de juin, et alors que le triennat 2023-2026 tire à sa fin, c'est aussi un bon moment pour faire place à une relève de membres qui souhaitent s'impliquer.

Si non réclamé, retourner à :

AREQ, Haut-Richelieu  
1155 des iris  
Ste-Julie, Qc  
J3E 1J1



Lors du souper de Noël du 3 décembre dernier, nous avons eu le plaisir de remettre 20 paires de billets pour le spectacle de Nathalie Simard du dimanche 7 décembre. Nous tenons à remercier Nicole Choquette, membre AREQ, employée de la SPEC qui a proposé à la direction de la SPEC de nous remettre ces billets disponibles.

Nous tenons aussi à remercier la direction de la SPEC du Haut-Richelieu pour ce très beau cadeau du temps des fêtes.



Merci au SEHR pour sa participation à la publication de ce bulletin

