La Petite Feuille

Bulletin de l'AREQ (CSQ) secteur Longueuil - Volume 44 numéro 2

août 2026

Membres du Conseil sectoriel

voir page 14

Inscription aux Retrouvailles

voir page 25

SOMMAIRE

Clin d'œil du président ..... 3 et 4
Mot du président régional.....5
ASSUREQ 6
Membres décédés.....6
Congrès de l'AREQ.....7
Nouveaux octogénaires.....8
Activités passées.....9 à 15
Rapports des responsables .....15 à 24
Calendrier des activités.....19
Activités à venir.....25 à 31
Chronique littéraire ..... 32 et 33
Informations à conserver 34

Assemblée générale régionale

Assemblée générale sectorielle

Congrès de l'AREQ

CLIN D'OEIL DU PRÉSIDENT

Il me fait plaisir de me joindre à nouveau au conseil sectoriel en tant que président en compagnie de Mme Nicole Caissie, première vice-présidente, Mme Nicole Dumont à la deuxième vice-présidente, M. Bruno Boilard au poste de secrétaire, Mme Lucie Larose au poste de trésorière, Mme Anna Panzieri au poste de première conseillère et M. Christian Bérubé au poste de deuxième conseiller.

Au moment où vous lirez *La Petite Feuille*, nous aurons participé au 49e et au 50e Congrès de l'AREQ à Lévis. Ces congrès avaient pour but de discuter et de voter sur les statuts et règlements, ainsi que de choisir les orientations pour les trois prochaines années, tout cela contenu dans un plan triennal (2026-2029).

L'AREQ Longueuil s'est engagée à orienter ses actions de manière à favoriser l'obtention de meilleures conditions de vie. Ces actions nous permettent de nous engager socialement auprès des membres afin de permettre aux ainés de vivre dans la dignité. Plusieurs revendications nous amènent à exiger de meilleurs soins à domicile, d'avoir accès à des soins de fin de vie, à obtenir de meilleurs revenus par une indexation de nos rentes. De plus, l'augmentation des loyers et des services dont nous avons besoin pour assurer notre sécurité nous inquiète davantage depuis plusieurs années à la suite de la multiplication des situations injustes subies par plusieurs personnes. Des droits que nous croyions protégés par la société sont de plus en plus menacés.

Deux de nos membres, messieurs Pierre Paul Côté et Roger Lapierre sont très impliqués dans deux organismes qui traitent du droit des ainés : **TRCAM** - Table Régionale Concertation Ainé.es Montérégie et **TCAA** – Table de Concertation Alliance Aîné.es.

Le secteur Longueuil, c'est aussi des comités actifs, un site internet, un bulletin bisannuel, une feuille d'information mensuelle, une chaîne téléphonique et surtout vous parmi les 2 273 membres. Dans *La Petite Feuille*, vous retrouvez une mine d'informations concernant les activités organisées par les différents comités qui visent à une meilleure réflexion afin d'améliorer notre qualité de vie et le vivre ensemble. Ces activités élaborées par des gens engagés nous permettent de nous rencontrer et de discuter sur des enjeux fondamentaux (environnement, droit des femmes, etc.), mais aussi de nous rassembler à l'occasion d'activités sociales offertes à différents moments de l'année (Les Retrouvailles, le dîner de Noël, le dîner des nouveaux membres, la reconnaissance des bénévoles). Je vous recommande fortement de consulter régulièrement le calendrier des activités, leur description, les comptes-rendus, la liste importante des services offerts ainsi que les numéros de téléphone et les adresses électroniques à utiliser. Cette liste vous informe de ce qui est à faire et à qui vous adresser lorsque vous déménagez pour modifier vos coordonnées.

Vous constaterez qu'en plus des services gouvernementaux, l'AREQ nationale offre des services juridiques pour des causes civiles, de bonne qualité et très appréciés par la majorité de nos membres. Il s'agit de NOVUM; à vous d'en profiter.

Outre *La Petite Feuille*, nous avons aussi le *OYEZ! OYEZ !*, une feuille d'informations mensuelle qui paraît au début de chaque mois, de septembre à juin. Vous y trouverez des informations concernant le mois précédent et surtout ce qui concerne le mois qui s'amorce : évènements, activités, décès… Il ne faut pas oublier notre site internet et son agenda mensuel. Ces moyens d'informations existent grâce au travail exceptionnel de nos artisans : André Therrien, Michel Boisvert, André Desjardins, André Normandeau, Jean-Marie Veilleux et Clément Rajotte, notre photographe qui anime judicieusement les pages de *La Petite Feuille* et le site internet.

Vous pouvez bénéficier de leur travail, grandement utile et très apprécié, en consultant le site de l'AREQ Longueuil à l'adresse suivante : **areq-longueuil.org** et pourquoi pas celui de l'AREQ nationale : **areq-lacsq.org.** L'information est facilement accessible. Je vous invite à me joindre au 450 670-3006 et c'est avec plaisir que je répondrai à vos questions. Vous pouvez joindre plusieurs collaborateurs et collaboratrices qui se feront un devoir de vous rendre service.

De plus, vous pouvez vous joindre à nous au restaurant *Ô d'œufs filles* (1395, chemin de Chambly à Longueuil) les premiers lundis du mois d'octobre à juin. Une belle habitude qui dure depuis plusieurs années et qui nous permet de fraterniser devant un bon déjeuner entre 8 h et 10 h. Nous en profitons pour vous renseigner sur les activités qui s'annoncent et surtout pour vous y inscrire.

En terminant, je tiens à remercier, pour son travail exceptionnel et son aide toujours appréciée, M. Roger Lapierre qui vient de terminer son mandat de président au secteur Longueuil. Je remercie aussi, pour son travail précis et toujours d'appoint, M. Jean-Guy Asselin qui prend congé du conseil sectoriel après 12 ans de loyaux services. Je remercie également M. Clément Rajotte qui se retire du conseil, mais qui sera tout de même présent à la majorité de nos activités pour les prises de photos. Je tiens aussi à remercier Mme Renée Dallaire en tant que présidente de la Montérégie; elle a été présente et toujours soucieuse de nous accompagner et nous encourager à vivre les valeurs de l'AREQ.

Je vous souhaite, à toutes et à tous, une belle année à vivre avec les gens de l'AREQ Longueuil.

André Sirois
Président

Saviez-vous que vous pouvez personnellement apporter des modifications à votre profil, auprès de l'AREQ ?

En rejoignant le site de l'AREQ à areq.lacsq.org, vous pouvez cliquer, en haut à droite, sur PROFIL. Vous faites la mise à jour en inscrivant les informations qui vous conviennent, et à la fin, cliquez sur ENVOYER. C'est très simple! Sinon, vous pouvez téléphoner au 1 800 663-2408.

MOT DU PRÉSIDENT RÉGIONALE

(juin 2026)

Bonjour à toutes et à tous,

C'est avec un immense plaisir que je vous adresse ce premier billet en tant que président régional. Avant d'aller plus loin, je souhaite exprimer ma profonde gratitude envers madame Renée Dallaire, qui a assuré la présidence régionale durant les trois dernières années. Elle s'apprête à relever de nouveaux défis et nous lui souhaitons de vivre de beaux moments dans cette nouvelle aventure.

Permettez-moi de me présenter brièvement. Je suis retraité depuis 2014. Dès le début de ma retraite, dans le secteur du Haut-Richelieu, j'ai été sollicité par deux membres du conseil sectoriel engagés et impliqués dans l'environnement. Cette sollicitation s'explique par mon expérience professionnelle : à partir de 2004, j'ai enseigné dans une classe-entreprise du centre de formation en entreprise et récupération du Haut-Richelieu (CFER). L'un de mes rôles consistait à présenter, avec mes élèves, la caravane de la récupération et de l'eau aux élèves du 2e cycle du primaire dans l'ensemble des écoles de notre commission scolaire. Ainsi, mon engagement envers l'environnement est devenu une référence pour ceux qui me connaissaient.

J'ai rejoint le conseil sectoriel en tant que conseiller, avec le mandat de l'environnement. Cette fonction m'a permis de poursuivre les journées de la Terre à St-Jean-sur-Richelieu, de créer l'Expo-Éco jusqu'à la pandémie et de présenter depuis 2017, dans le cadre du ciné-club du théâtre des deux-rives, des films sur l'environnement à la population du Haut-Richelieu.

Au cours des cinq dernières années, j'ai exercé la présidence du secteur du Haut-Richelieu, ainsi que la 1re vice-présidence de la Montérégie au sein du conseil exécutif régional. Après deux mandats à la présidence, je me sens prêt à relever de nouveaux défis. La présidence régionale fonctionne grâce à une équipe solide autour d'elle. Cette équipe se compose de Christiane Potvin-Lapalme (première vice-présidente), André Sirois (deuxième vice-président), José Beaugrand-Champagne (trésorière), Jacques Leclerc (secrétaire). Notons une particularité de la Montérégie, à savoir, l'aide de Jean-Guy Asselin à la trésorerie.

Je tiens également à vous présenter les autres membres du conseil régional : Sylvie Desranleau (Haut-Richelieu), Céline Durand (Trois-Lacs), Jacques Parenteau (Châteauguay-Moissons), Claude Béland (Richelieu-Yamaska) et Albert Khelfa (Bas-Richelieu).

Au moment où vous lirez ce billet, le congrès sera terminé et nous aurons de nouvelles orientations. Nous aurons l'occasion de vous en parler plus longuement au retour de l'été. D'ici là, je vous souhaite de passer une très belle saison estivale, prenez soin de vous, attention au soleil et à la chaleur. À bientôt !

Richard Gouin

ASSUREQ

Plusieurs d'entre nous avons des problèmes aux articulations : genoux, hanches ou épaules que nous soignons parfois avec des injections de cortisone. Cependant, il existe d'autres options qui peuvent soulager l'arthrose : **la viscosuppléance.**

** **Un viscosuppléant** est un produit à base d'acide hyaluronique que l'on injecte dans une articulation pour en améliorer la lubrification et soulager la douleur, notamment en cas d'arthrose.

- **Synvisc, Orthovisc, Durolane** et **Cingal** sont des exemples de viscosuppléants.

- Les viscosuppléants sont majoritairement non couverts par la RAMQ, mais couverts par votre régime d'assurance ASSUREQ.

- Les viscosuppléants ne sont pas considérés comme un médicament.

Comment réclamer des frais de viscosuppléant dans l'Espace client chez Beneva?

1. Choisir <<**Autres**>> à la question <<**De quel type de demande de prestations s'agit-il?** >>
2. Choisir ensuite la catégorie << **Autres articles médicaux** >>
3. Une photo des documents justificatifs sera demandée

Les médecins ne sont pas autorisés à facturer les frais de viscosuppléants directement à leurs patients (frais accessoires). Ils sont cependant en droit de demander à leurs patients de se procurer les viscosuppléants à la pharmacie et de l'apporter avec eux lors du rendez-vous pour l'injection.

Micheline Landry Coossa

***Informations tirées d'un document reçu lors d'une formation des responsables sectoriels en assurances en novembre 2025 et préparé préalablement par Johanne Freire.*

DÉCÈS (MAI 2025 – AVRIL 2026)

Des collègues nous ont quittés. Que ce soit par vieillesse, par maladie ou par surprise, celles et ceux qui nous laissent nous manquent toujours. Jamais on ne les remplacera. Mais, c'est par nos souvenirs que nous pouvons les garder un peu avec nous. Alors, souvenons-nous de :

Ginette Audet-Martin
Claire Beauregard
Thérèse Beauregard-Chartier
Claudette Béland
Marthe Belzile
Michael Beniusis
Micheline Bergeron
Paulette Bourassa
Ronald Breton
Jacqueline Cantin
Gilles Cardin
Monique Caron-Patenaude
Michel Champagne
Jean-Paul Choquette
Roseline Chouinard
René Demers
Ida Deschênes
Mona Domond
Gilles Du Temple
Monique Gatien
Marc-André Gingras
Hélène Giroux
Pierre Gosselin
Daniel Grangié
Bastien Guay
Gilles Haworth
Denise Heppell
Nicolle Jobin
Gisèle Lacasse-Cadieux
Rollande Lafrance-Pelletier
Yvette Lallier-Grenier
Camille Lavoie
Gilberte Lavoie-Thévenet
Lucille Lebel
Yvon Leblanc
Gisèle Lefebvre
Francine Legault
Luc Lloret
Robert Lussier
Francine Martin
Thérèse Martineau
Pierre Massey
Claudette Mathieu-Pellerin
Angéline Nadon
Yvonne Parent
Annie-Françoise Pelletier-Berthier
Carmen Pepin
Martin Pineault
André Sorel
Nicole Tétreault
Raymonde Thibault
Rachel Tourangeau
Gérard Tremblay
Jean-Marie Tremblay
Gisèle Tremblay-Maloney
Danielle Vézina
Jacqueline Vincent-Valiquette
Micheline William
Berthe Gonneville (mai)
Maurice Auger (juin)
Pierre Beaudin (mai)
Roger Edmond (mai)
Louisette Julien (juin)
Suzanne Larose (juin)
Yvan Turbide (juillet)

CONGRÈS DE L'AREQ 2026

L'AREQ ouvrait son 49e Congrès extraordinaire le 8 juin 2026, à Lévis. Toute une journée à discuter et voter les statuts et règlements qui avaient été référés lors du 48e Congrès de 2023! Cette session du Congrès s'est prolongée jusqu'à 19 h 15. Il en a fallu du temps, mais nous pouvons dire que cet exercice démocratique a été très respectueux et bienveillant.

Le 9 juin s'est ouvert le 50e Congrès. L'organisation de ce Congrès a été magnifiquement conçue. Nous

avons adopté les orientations pour le nouveau triennat 2026-2029. Un ordre du jour chargé, mais qui a permis de beaux échanges entre les congressistes et notre délégation sectorielle de 15 personnes, toujours présente et fidèle au poste.

Nous avons pu entendre les bilans de plusieurs rapports : présidence, situation financière, plan de développement et de recrutement, Fondation Laure-Gaudreault, activité dans le cadre du plan d'action de la retraite et présentation du groupe de travail sur l'intégration des nouveaux membres. Nous avons assisté au lancement du Fonds Marie-Marsolais pour le soutien à la coopération présenté par Micheline Germain et Hugo Couture, ainsi qu'au lancement du jeu de société « Par ici la retraite ! ». Présentation engageante faite par nul autre que Normand D'Amours.

Nous avons eu l'occasion également de participer à deux conférences. Celle de Marie-Claude Barrette, « Au rythme de la vie », très inspirante, ainsi qu'une conférence de Pierre-Olivier Zappa, « L'économie en 360 degrés : Regards sur les tendances et défis de demain ».

On nous a organisé une soirée Coquetel et Banquet enlevante où Grégory Charles nous a fait chanter, danser et bien rire. Quelle générosité ! Nous avons aussi assisté au dévoilement du film gagnant de la Course des régions : le court métrage de Pascal St-Gelais « Jacques et Pierre-Paul », qui a suscité beaucoup d'émotions !

Pour le nouveau triennat, le Conseil exécutif est le suivant :

- Présidence : **Micheline Germain** (Mauricie, Centre-du-Québec)
- 1re Vice-présidence : **Marie Montour** (Mauricie, Centre-du-Québec)
- 2e Vice-présidence : **Denise Côté** (Saguenay-Lac-St-Jean)
- Secrétariat : **François Tanguay** (Laval-Laurentides-Lanaudière)
- Trésorerie : **Carole Pedneault** (Québec-Chaudière-Appalaches)

Merci à toutes nos personnes déléguées qui se sont impliquées et engagées dans ses belles journées bien remplies.

Nicole Dumont

JOYEUX ANNIVERSAIRE !

À NOS OCTOGÉNAIRES (septembre 2025 à août 2026)

Nous tenons à souligner un « Joyeux anniversaire » à nos nouveaux octogénaires.

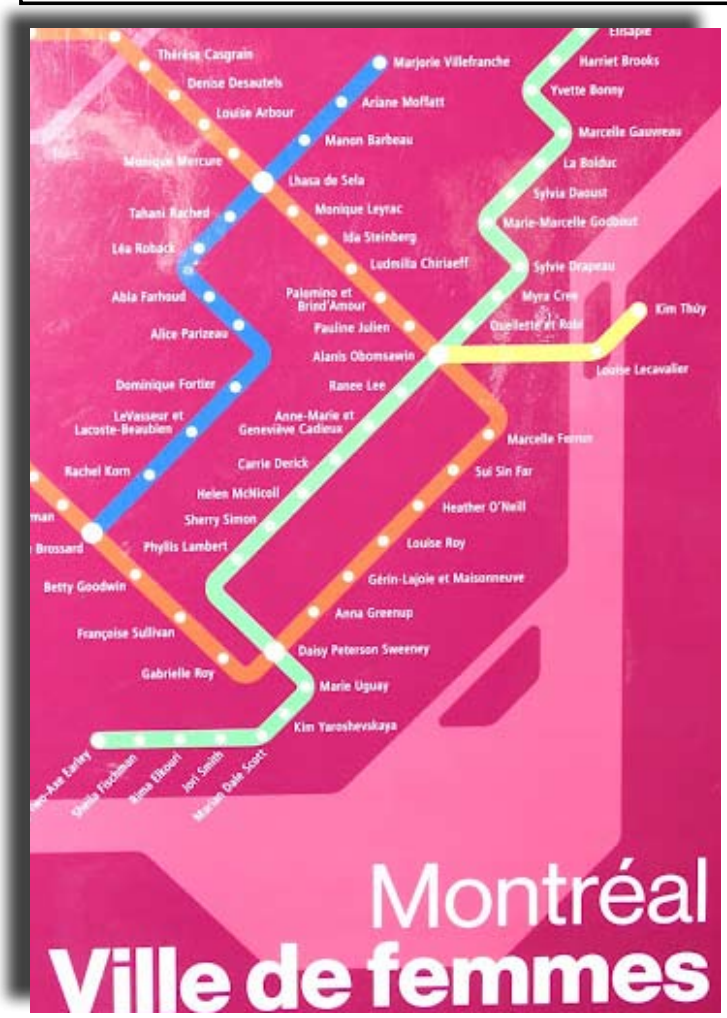
Vous avez été des personnes importantes pour votre famille et vos amis ainsi qu'à vos collègues de travail.

Nous vous souhaitons de nombreuses années de plaisirs, en santé et en bonne compagnie.

André Sirois

Suzanne Aganier
Ginette April
Jean-Pierre Auclair
Denis Beauchesne
Lisette Beaudouin
Jacqueline Beaulieu
Céline Beauregard
Louise Beauregard
Gisèle Beausoleil-Lagacé
Normand Bélair
Noëlla Benoit
Claudette Bérard-Benoit
Céline Biron
Paulette Blanchet
Jeannine Blouin
Muriel Boivin
Diane Borduas
Nicole Boucher
Noëlline Bourque
Christine Brousseau-Baril
Jean-Pierre Brunet
Louise Cailloux
Pierrette Cameron
Lise Canuel
Suzanne Carmichaël
Jean Chapados
Michel Charland
Marie-Thérèse Chesnel
Marthe Cloutier-Deschênes
Richard Collette
Jocelyne Côté-Bérubé
Pierre Paul Côté
Gilles Coutu
Jocelyne Dancoste
Lucienne De Chantal
Nicole DeRaiche
Raymonde Desautels
Lisette Deschênes
Françoise Descôteaux
Denise Doré-Colas
Diane Drapeau
Mireille Duclos
Louise Dufresne
Jean-Guy Dugas
Pierre Duval
Yolande Fafard-Letendre
Pierre Forest
Louise Frappier-Clément
Françoise Galaise
Diane Gaudette
Suzanne Gélinas
Sylvain Gélinas
Angèle Gemme
Denis Gendreau
Robert Grimard
Pauline Haché
Lise Harel
Louisette Hébert
Suzanne Hervieux
Nicole Imbeault
Gérald Jacques
Rachel Jalbert
Justin Jobin
Renée Jourdain-Tremblay
Georgette Joyal-Vouligny
Janice Kelly
Francine Labrosse
Suzette Lachance
Carole Lafontaine
Christiane Lalonde
Ghislaine Lamb
Thérèse Lambert-Hennessey
Jean Lanthier
Josette Laplante
Daniel Larose
Carmen Larouche
Denise Leclerc
Michelle Leduc
Bernard Le Moine
Jean-Claude Lepage
Daniel Lesage
Claire Lessard
Diane Lévesque
Lucette Lévesque
Claire Marion
Gilles Marion
Denis Mayer
Kathryn McMillan-Simons
Jacques Miller
Micheline Mongrain
Francine Moquin
Cécile Morin
Jocelyn Morin
Denis Mouton
Diane Nadeau
Pierre Nantel
Lorraine Ostiguy
Hélène Pagé-Bouchard
Micheline Paquette
Robert Perron
Serge Perron
Christiane Petit-Mouton
Thérèse Petit
Janine Pinsonnault
Micheline Plamondon
Mariette Poirier
Nicole Poirier
Gilles Poudrier
Louisette Pouliot
Raynald Pouliot
Jacqueline Raby
Madone Rainville-Fournel
Monique Robidas
Claudette Rondeau
Dorothée Roy
Luc Roy
Réjean Roy
Catherine Sabalis
Murielle Savaria-Gendron
Colombe Sénécal
Jacques Sénéchal
Marcel Sénéchal
Danielle St-Arnault
Micheline St-Germain
Lise Surprenant
Céline Tessier
André Therrien
Pierrette Tourigny-Pellerin
Jacinthe Tremblay
Nicole Trépanier
Réjean Trudeau
Micheline Turcotte
Cécile Veillette-Viens
Francine Veilleux
Robert Verreault
Raymond Vigneault
Hugues Vincent
Colette Vouligny
Sylvia Wheeler
Guillaume Wilkinson

JOURNÉE INTERNATIONALE DES FEMMES



Le dîner pour souligner la Journée des femmes a eu lieu le 5 avril au restaurant L'ANCÊTRE. L'invitée, Céline Desrosiers, nous a présenté le projet "Montréal, ville de femmes". Ce projet a été élaboré par Chantal Ringuet qui a travaillé avec un comité formé de l'UdeM et de la STM pour donner des noms de femmes remarquables à des stations de métro.

Pour son animation, elle a préparé deux activités. Pour la 1re activité, il fallait identifier les femmes qui apparaissaient sur les photos du diaporama. Il y avait des noms pour chaque ligne de métro. La 2e activité consistait à découvrir les femmes qui sont décrites dans les courtes biographies distribuées à chaque table. Cette carte alternative sera affichée dans le réseau du métro et sur le site Web de Montréal, ville de femmes.

Ces 2 activités nous ont permis d'apprécier le travail fait par ces femmes remarquables. C'est une façon de les remercier en donnant leurs noms à des stations de métro.

Denise Viau

TEXTE DU COMITÉ DES FEMMES LU LORS DE LA JOURNÉE DES DROITS DES FEMMES DU 8 AVRIL 2026 À L'ANCÊTRE.

Québécoises deboutte, journal québécois, publié par des militantes du Front de libération des femmes du Québec en 1971 qui ont porté l'émergence d'un féminisme naissant. Cette publication fut reprise par le centre des femmes de 1972 à 1974, qui revendiquait à l'époque :

- La lutte pour l'avortement libre et gratuit et contre les comités thérapeutiques.
- La reconnaissance et la rémunération du travail ménager.
- L'égalité des salaires, accès à l'éducation et fin de l'exploitation capitaliste.
- La lutte contre la violence : abolition de la loi du silence et dénonciation des violences physiques, psychologiques et sexuelles envers les femmes.

Elles lancent l'idée d'un féminisme révolutionnaire qui lie la libération des femmes à un changement global de la société entière.

Le mouvement se distinguait par son désir de rejoindre les femmes des milieux populaires, les ouvrières et les ménagères et par son approche anticolonialiste et anticapitaliste.

Le thème de cette année : Générations deboutte est donc un clin d'œil à cette publication, un thème qui se

réfère aux luttes des années 70 et qui veut rejoindre toutes les générations : nos luttes d'hier et d'aujourd'hui traversant le temps de génération en génération et qui appelle à l'élargissement de nos solidarités.

Inspirés par l'audace et la solidarité, le visuel et le thème du 8 mars nous rappellent l'importance de la mobilisation pour la Journée internationale des droits des femmes.

Dans le contexte actuel de la montée de la droite, le 8 mars garde encore tout son sens, toute son importance et sa pertinence.

Aujourd'hui encore, les forces économiques, politiques et sociales divisent, nous oppressent et cherchent à restreindre nos droits, à freiner nos avancées, à semer la peur et la haine en nous accusant même d'être la cause des mouvements masculinistes ! D'une génération à l'autre, nos appels se répondent, nos luttes s'entrelacent et nos victoires se tissent ensemble vers l'égalité. Le féminisme se renouvelle, s'enracine et se nourrit de la diversité. Pour contrer ces courants réactionnaires, nous devons puiser dans nos forces féministes vivantes, solidaires et multiples. Reprenons cet élan, ne tolérons aucun recul.

La lutte contre la pauvreté, l'austérité et l'égalité des droits est toujours d'actualité plus que jamais dans un contexte international qui explose et se redéfinit. Les femmes seront toujours perdantes à tous les niveaux dans des périodes de guerre et de bouleversements économiques et politiques. Simone de Beauvoir est toujours là à nous le rappeler.

Être ***deboutte*****,** ce n'est pas une posture physique : c'est une position politique. Plus qu'un slogan, c'est un appel à l'action, un cri de ralliement pour une société plus juste, plus égalitaire et plus libre.

Aujourd'hui, plus que jamais, nous faisons face à des menaces qui veulent remettre en question nos droits, nos libertés et nos choix. Aujourd'hui, plus que jamais, nous sommes… *Deboutte!*

Ensemble, nous sommes… deboutte !

Nicole Dumont

DÎNER DES BÉNÉVOLES

Le 13 mai 2026 a été l'occasion pour les bénévoles de profiter d'un excellent repas et d'un service sympathique offert par le personnel du restaurant L'ancêtre. D'importantes rénovations forceront ce restaurateur à une fermeture qui s'échelonnera sur une année.

Vous étiez nombreux et nombreuses à être accueilli(e)s afin de vous remercier chaleureusement pour votre implication grandement appréciée et fort utile. Sans vous, les bénévoles, il serait pratiquement impossible d'offrir l'ensemble des activités proposées. Votre travail permet à toutes et à tous de nous rassembler pour une cause commune : le vivre ensemble et la protection des droits des aînés.

Plusieurs d'entre vous se sont impliqué(e)s depuis au moins vingt ans et le conseil sectoriel est heureux de bénéficier de votre expérience. Depuis quelques années, plusieurs membres sont venus se joindre à l'équipe actuelle et nous en sommes également très heureux. Maintenant, nous pouvons compter sur une relève qui nous permet de croire à un bel avenir pour le secteur Longueuil.

Nous travaillerons tous ensemble pour un futur meilleur!

André Sirois

CONFÉRENCE ASSURANCES – RETRAITE

Le 3 février 2026, nous recevions Mme Johanne Freire, conseillère à la sécurité sociale de l'AREQ pour nous parler, le matin, des assurances (ASSUREQ) et l'après-midi, du dossier de la retraite, le tout séparé par un dîner convivial.

Donc, en avant-midi, Mme Freire nous a présenté un portrait bien étoffé du contenu et des avantages de notre contrat d'assurances avec Beneva, nous glissant au passage que, ASSUREQ, c'est exclusivement pour les membres de l'AREQ.

La conférence a commencé par la présentation de la Régie d'assurance médicaments de la RAMQ, assurance à laquelle tous les retraités de l'AREQ participent obligatoirement, et comment ASSUREQ complète ce régime public. À l'aide du feuillet inséré dans la partie centrale de la revue *Quoi de Neuf*, hiver 2026, elle a ensuite expliqué le contenu de nos assurances au 1er janvier 2026, attirant notre attention sur les bonifications.

Mme Freire a terminé sa conférence en nous parlant de la Campagne d'adhésion à l'AREQ et à ASSUREQ se tenant du 1er janvier au 31 mai 2026, rappelant que, plus nous sommes nombreux, plus nous pouvons négocier des conditions avantageuses avec la compagnie d'assurances. L'avant-midi s'est terminé avec une période de questions.

Après le dîner, Mme Freire est passée au sujet Retraite. Elle nous a d'abord expliqué comment calculer l'indexation (très complexe) de notre rente de retraite pour 2026.

Puis, elle a parlé de démarches faites par l'AREQ pour améliorer le pouvoir d'achat des retraités. Entre autres : mémoires présentés au gouvernement, lettres aux députés, présentations en commission parlementaire, production d'un dépliant de revendications électorales, représentations à la Tribune de discussion des retraités avec le Conseil du trésor… Enfin, elle a répondu aux nombreuses questions.

Comme beaucoup de questions devenaient plutôt des cas personnels, Johanne Freire a généreusement accepté de répondre individuellement aux personnes intéressées jusqu'à la fin de l'après-midi.

Micheline Landry Coossa,

Responsable en assurances, AREQ secteur Longueuil

EAU SECOURS – PORTRAIT DE NOTRE RICHESSE ET SES MENACES

Le 29 avril a eu lieu notre conférence avec Rébecca Pétrin. Mme Pétrin est directrice générale d'Eau Secours depuis 2019, un OBNL qui a été fondé en 1997. Eau Secours a pour mission de protéger l'eau, une grande richesse au Québec, et d'en assurer sa gestion responsable. Rébecca, comme je me permets de l'appeler, est une biologiste avec une maitrise en gestion de l'environnement. Cette femme a un savoir exceptionnel sur tout ce qui a rapport à l'eau. Elle nous a parlé du cycle d'eau, du rôle des plantes, de la gestion de l'eau au Québec, de ce qui la menace et nous avons terminé avec des pistes de solutions. La Stratégie québécoise de l'eau de 2018 dit qu'elle est une chose commune. D'ailleurs, le Code civil dit qu'elle n'appartient à personne. Elle est non appropriable ou « marchandable ». Une chance, car il faut savoir qu'au Québec, nous avons 500 000 lacs et 3 % des réserves mondiales d'eau douce!!!

Tristement, les micros plastiques et pesticides sont seulement quelques contaminants parmi d'autres qui menacent la qualité de notre eau. Il y a d'autres menaces comme la perte de nos milieux humides. L'utilisation de l'eau, comme énergie, pour les centres de données qui sont bâtis pour le stockage des données d'ordinateurs. Les mines qui déversent leurs déchets miniers dans nos lacs. Malheureusement, il n'y a aucun chiffre qui montre la surconsommation de l'eau faite par les industries, commerces et institutions au Québec!!!

Heureusement, Mme Pétrin nous a donné des pistes de solutions pour terminer cette conférence extraordinaire. Cultivez nos milieux humides, devenez membre d'Eau Secours et inscrivez-vous à leur infolettre, écrivez à vos représentants gouvernementaux, créez vos jardins de pluies et joignez-vous à la communauté bleue.

Prenons soin de notre eau et conservons-la, car cette ressource fait du Québec un des lieux les plus riches de notre planète.

Anna Panzieri
Pour le comité d'environnement

JOURNÉE INTERNATIONALE CONTRE LA MALTRAITANCE ENVERS LES AÎNÉ.ES

Le 15 juin de chaque année, une marche d'un kilomètre est organisée un peu partout, dans nos villes. Pour l'agglomération de Longueuil, c'était au Parc de la Cité de Saint-Hubert. Cet événement se veut une sensibilisation auprès du public et de nos dirigeants, ainsi qu'une prévention auprès des personnes aînées et leurs proches.

La rencontre a commencé par des exposés de représentants de différents groupes : la Ville de Longueuil, la police communautaire, les organismes communautaires et même des étudiants du CEGEP de Sorel-Tracy qui ont fait des recherches sur le sujet et fabriqué un grand nombre de pancartes. Certaines de ces affiches décrivaient avec des exemples concrets des situations de maltraitance.

Les 7 types de maltraitance:

physique psychologique financière ou matérielle sexuelle négligence âgisme violation des droits

Et pour la BIENVEILLANCE, j'ai le droit…

de m'exprimer à ma dignité d'en parler à mon opinion d'être considéré
à mon intimité de dire non d'être entendu d'aller à mon rythme de décider

Puis l'animateur a lancé : *Allons marcher ensemble contre la maltraitance !* Les participant.es se sont dirigé.es vers le sentier que fait le tour du lac. Du secteur de l'AREQ Longueuil, nous étions une quinzaine. À la fin du parcours, des kiosques nous invitaient à prendre connaissance des ressources offertes dans notre région.

Sur un des signets distribués, on pouvait lire :

Si je crois être victime ou témoin de maltraitance chez une personne aînée → lignemaltraitance.ca/fr ou Ligne Aide Maltraitance Adultes Aîné.es → 1 888 489-2287

Souhaitons que des gestes, comme celui-ci, amènent à éliminer la maltraitance en favorisant la bienveillance !

André Therrien

COMPRENDRE GAZA
À LA LUMIÈRE DE L'HISTOIRE DE LA PALESTINE : PASSÉ, PRÉSENT ET FUTUR

Résumé du PowerPoint du 18 mars 2026 animé par monsieur Rachad Antonius, professeur associé (professeur titulaire retraité), département de sociologie, université du Québec à Montréal.

COMMENT EN EST-ON ARRIVÉ LÀ ?

Trois moments structurants :

1) Le mandat britannique, 1917-1922.
2) Le plan de partition et la solution écartée - Le nettoyage ethnique de 1948-1949 - Le plan de partage de l'ONU. (Résolution 181).
3) Les Accords d'Oslo 1993-1995 - Stratégie de contournement du droit international - La conquête.

En résumé :

En 1900, la société est majoritairement arabe et palestinienne.

À l'armistice de 1949 :

- Le nouvel État d'Israël contrôle 78 % du territoire.
- Entre 700 000 et 850 000 Palestiniens (environ 2/3 de la population) ont été expulsés de ce territoire.
- La plupart se sont retrouvés dans des camps de réfugiés à Gaza surtout, en Cisjordanie, en Jordanie, au Liban, en Syrie en Égypte et ailleurs.
- Dans les territoires occupés en 1948-1949, 450 villages sont rasés.

Résultat de la guerre de 1967 : Israël occupe militairement les 22 % restant de la Palestine.

1993-1995 TROISIÈME MOMENT SRUCTURANT

- Accords d'Oslo, dont les résolutions 242 et 338 du Conseil de sécurité.
- Oslo II, 1995 : Territoire divisé en trois zones administratives : A, B, et C
- Propositions de paix : offre du premier ministre israélien Ehud Barak en 2000. Propositions de Clinton.

Conséquences des Accords d'Oslo

L'argent de l'aide au développement qui allait vers les ONG passe désormais par l'Autorité palestinienne. (Contrôle ; corruption ; mirage d'un État autonome). Intensification de la colonisation. Blocus de Gaza...

La violence avant le 7 octobre 2023

Dix raids israéliens et bombardements intensifs sur la bande de Gaza. L'armée tue 234 Palestiniens et 4746 Palestiniens sont emprisonnés en Israël. Source : Al Mezan.

CE QUE CETTE HISTOIRE MONTRE

- Que la volonté d'expulser les Palestiniens de Gaza est dans la continuité de la politique de nettoyage ethnique, entreprise depuis plus de cent ans, selon trois modalités.
  - Elle n'est pas le résultat de la résistance du Hamas (dont les actions politiques sont par ailleurs très problématiques).
  - Elle est profondément ancrée dans l'histoire du sionisme politique.
  - Toutes les autres questions sont mieux comprises en les contextualisant ainsi.

Marie-Paule Carrier

ASSEMBLÉE GÉNÉRALE SECTORIELLE (AGS)
20 avril 2026

Au restaurant L'ancêtre, avait lieu l'assemblée générale sectorielle, devant 114 personnes inscrites. Après le mot du président, la nomination des membres du comité d'élection et la présentation des personnes mises en candidature, nous avons pu procéder à l'adoption du procès-verbal de l'année 2025. Par la suite, la trésorière du secteur, Lucie Larose, nous a fait part d'une entente financière se dirigeant vers l'équilibre pour la fin de l'année 2025-2026. Ensuite, ce fut au tour du président, Roger Lapierre, de faire connaître son rapport ainsi qu'aux différents comités : celui des femmes, des hommes, de l'environnement, de la retraite, de l'action sociopolitique et de la Fondation Laure-Gaudreault. Notre présidente régionale, Renée Dallaire, remercie les bénévoles et souligne l'importance que revêt l'existence d'une relève pour assurer la poursuite de nos objectifs. Raymonde Lachapelle nous rappelle un de ces objectifs qui est celui de veiller à ce que les aînés puissent avoir accès à un logement abordable. D'ailleurs, Mme Lachapelle nous informe qu'il y a une construction d'une coopérative d'habitations des aînés et nous invite à signer la pétition demandant le retrait du chapitre 1 de la loi 20.

À la fin de l'assemblée générale, nous confirmons les noms des délégués qui participeront aux 49e et 50e Congrès à Lévis en juin 2026. Après avoir confirmé l'élection de plusieurs membres du conseil sectoriel, André Desjardins, président d'élections, procède au vote pour le poste de la première vice-présidence.

Le Conseil sectoriel est composé de :

André Sirois, président
Nicole Caissie, 1re vice-présidente
Nicole Dumont, 2e vice-présidente
Bruno Boilard, secrétaire
Lucie Larose, trésorière
Anna Panzieri, 1re conseillère
Christian Bérubé, 2e conseiller

Roger Lapierre
Président sortant

André Sirois
Nouveau président

L'assemblée générale se termine par un délicieux repas pris en agréable compagnie, un des derniers repas servi par le personnel du restaurant L'ancêtre dont nous avons apprécié l'excellent service durant tant d'années.

André Sirois

ASSEMBLÉE GÉNÉRALE RÉGIONALE (AGR)

Le 7 mai 2026 se tenait l'assemblée générale régionale de la Montérégie à Salaberry de Valleyfield. Le secteur du Suroît, nous recevait à l'hôtel Moco, dont une partie est constituée des vestiges de l'usine Montreal Cotton Company. Autrefois, le textile constituait une part importante de l'économie du Québec, profitant ainsi d'une main-d'œuvre abondante et à bon marché dans la région.

Après la présentation du rapport de la présidente, Mme Renée Dallaire, ce fut au tour de M. Roger Lapierre et M. Jean-Guy Asselin de nous présenter celui de la trésorerie : un bilan précis et équilibré du budget 2025-2026. Les rapports des sept comités régionaux furent présentés ainsi que le plan d'action régionale énoncé par Mme Renée Dallaire.

Les postes du Conseil régional furent pourvus par les personnes suivantes :

M. Richard Gouin, président
Mme Christiane Potvin-Lapalme, 1re vice-présidente
M. André Sirois, 2e vice-président
Mme Josée Beaugrand Champagne, trésorière
M. Richard Imbault, secrétaire

Un comité sera formé afin de déterminer quel serait le meilleur endroit pour accueillir la prochaine assemblée régionale afin de réduire les inconvénients d'une trop grande distance à parcourir par les personnes intéressées à assister à l'assemblée régionale.

Plusieurs hommages ont été rendus aux personnes qui se retiraient de certaines fonctions, dont M. Jacques Leclerc, et un témoignage bien mérité à Mme Renée Dallaire, dont c'était la fin de son mandat en tant que présidente de la Montérégie. Le tout s'est terminé par de nombreux tirages offerts par la région. Un excellent dîner nous a été offert pour clore cette journée en très bonne compagnie.

André Sirois

RAPPORT ANNUEL DU COMITÉ DES FEMMES 2025-26

Membres du comité : Céline Lachapelle, Raymonde Lachapelle, Nicole Viau ainsi que Louise Tessier et Nicole Dumont, co-responsables.

Orientations retenues: Renforcer les sentiments d'appartenance
Favoriser la participation

Activités

- En octobre, nous avons organisé l'activité « Montréal communautaire, les solidarités en action dans la ville ». Cette visite en autobus a été mise sur pied avec la collaboration de « L'Autre Montréal ».
- Commémoration du drame de Polytechnique : présentation du Parc du 6 décembre 1989.
- Journée internationale des droits des femmes : **Générations debouttes** !

Cette année, le comité des femmes vous a invité à une expérience interactive. En 2024, on a créé une carte alternative du métro de Montréal où l'on associait les noms de 68 personnalités féminines à chacune des 68 stations du métro. C'est à partir de cette carte que Céline Desrosiers, conférencière et militante féministe, nous a proposé une activité, afin de découvrir la contribution et la notoriété de nombreuses femmes québécoises.

Le comité a également proposé des idées pour réaménager le site Internet actuel.

Nicole Dumont et Louise Tessier

RAPPORT DU PRÉSIDENT (avril 2026)

Étant à ma dernière année de mon mandat au poste de président, j'ai eu le plaisir de travailler avec une équipe extraordinaire : André Sirois comme 1er vice-président, Nicole Caissie à la 2e vice-présidence, Jean-Guy Asselin à titre de secrétaire, Lucie Larose comme trésorière, Anna Panzieri au poste de 1re conseillère et Clément Rajotte, notre photographe en chef, comme 2e conseiller. Toute cette équipe a travaillé en collaboration et avec une grande oreille pour répondre aux besoins de toutes nos personnes membres.

Cette année, nous avons fait des dons à différents organismes, dont la FLG (Fondation Laure-Gaudreault). L'ensemble de ces dons a représenté un montant substantiel et nous avons quelque peu réduit cette enveloppe pour nous rapprocher du 10 % de l'allocation que nous recevons de l'AREQ, tel que nous vous l'avions mentionné l'an dernier.

Nous avons réussi, grâce au travail extraordinaire des membres de nos différents comités, à organiser un bon nombre de conférences et d'activités. Tous les membres des comités et du conseil se sont réunis à deux reprises pour coordonner celles-ci. Je m'abstiens d'en faire la nomenclature, car les responsables de comités le feront dans leurs rapports. Je veux tout de même mentionner que **vous avez massivement répondu présent en étant plus de 600 personnes à y avoir participé.**

Les membres du conseil avaient pris la décision d'augmenter la contribution des membres à chacune des activités et conférences à 50 % du coût pour 2025-2026. Nous avons donc diminué notre surplus que nous avions accumulé antérieurement, et ce sur une période de 5 ans. Cependant, étant donné notre situation actuelle, nous avons pris la décision de maintenir celle-ci à 50 %, ce qui était la contribution demandée cette année.

La plateforme ZOOM nous a permis de tenir des conférences régionales et nationales.

Le congrès de l'AREQ se tiendra du 8 au 11 juin 2026 à Lévis et vous aurez à approuver notre délégation de 15 personnes pour ce congrès en assemblée générale.

À titre de président du secteur, j'ai assisté aux réunions du conseil régional, aux deux réunions du conseil national à Québec. Je représente, pour le moment, le secteur à la Table de Concertation Alliance Aîné.es et le conseil sectoriel a accepté que je conserve ce mandat. À cette table, je suis également membre du comité maltraitance qui a pour mandat principal l'organisation de la marche contre la maltraitance des personnes aînées qui aura lieu le 15 juin 2026. J'étais le trésorier du conseil régional et heureusement, avec l'aide et le support de Jean-Guy Asselin. J'étais répondant au comité sociopolitique régional. Je suis également responsable du comité sociopolitique sectoriel et de la fondation FLG. Toutes ces réunions et ces différents comités m'apportent une pléiade d'informations que j'ai tenté de transmettre aux membres.

Je tiens à vous informer qu'un de nos membres, M. Pierre Paul Côté, est également un membre très actif de la TRCAM (table régionale de concertation aîné.e.s Montérégie). La TRCAM est un espace de concertation pour unir et porter les voix des aînés actifs de la Montérégie à propos des enjeux qui les concernent.

Deux de nos membres font partie de comités nationaux; Lucie Larose est au comité retraite et Jean-Guy Asselin au comité des finances. Merci pour votre implication.

Une de mes fonctions était également de travailler à la production du OYEZ! OYEZ!, de La Petite Feuille tout en suggérant des ajouts d'information à notre site web. En réalité, M. André Therrien est la personne responsable de ces deux précieux outils de communication.

Je remercie plus que chaleureusement M. André Therrien, sans lui (et son équipe de personnes collaboratrices), nous n'aurions pas nos OYEZ! OYEZ! et *La Petite Feuille.*

Je remercie aussi messieurs André Desjardins, André Normandeau et Jean-Marie Veilleux qui ont su, grâce à leur travail acharné, faire renaître notre site Internet et le rendre très vivant.

Je tiens à remercier Mme Renée Dallaire, notre présidente régionale, pour tout le travail hors du commun qu'elle a accompli lors de cette troisième année de mandat. Repose-toi un peu cet été. Mme Renée Dallaire se présente aux élections du conseil exécutif de l'AREQ.

Je me dois de remercier tout le personnel de l'AREQ nationale qui répond présent pour défendre nos intérêts.

Je considère que notre secteur est vraiment chanceux d'avoir dans ses rangs ces personnes, de même que toutes les personnes membres de nos comités et des comités régionaux et toutes les personnes bénévoles de notre organisation. Je pense ici à ces personnes qui répondent présentes pour donner un coup de main lors de nos réunions et activités, aux téléphonistes qui accomplissent leur tâche assidûment et aux autres qui répondent présents lorsque quelqu'un quelque part fait appel à eux.

Merci à vous toutes et tous.

Je suis fier d'avoir été votre représentant à titre de président.

Je voudrais maintenant remercier deux personnes qui étaient membres de notre conseil :

- M. Clément Rajotte, cher Clément, homme qui doute toujours de sa pertinence lors de décisions prises par le conseil, mais dont le point de vue sous son angle de vision est plus que pertinent et à l'occasion très rafraîchissant. Merci Clément. Je ne peux passer sous silence ses précieux talents de photographe nous permettant ainsi d'agrémenter nos rapports grâce à ses photos.

- M. Jean-Guy Asselin, homme aux multiples talents qui a été pendant toutes ces années un précieux conseiller, un travailleur acharné, un homme d'une rigueur à la fois discrète et efficace. Un homme toujours prêt à nous rendre service et à nous faire profiter de ses vastes connaissances. Pour employer des termes de sport, je dirais qu'il connaît la «game» et qu'il est toujours prêt à vous aider à la connaître.

Un très gros merci à tous les membres du conseil qui ont rendu les choses faciles et agréables.

Quelle belle équipe !

Roger Lapierre

RAPPORT DE L'ANNÉE 2025 POUR LA FONDATION LAURE-GAUDREAULT

En ce qui concerne la Fondation Laure-Gaudreault, notre année s'échelonne jusqu'au 31 décembre, différente de celle de l'AREQ.

Notre objectif est de répondre aux bénéficiaires dans le besoin en leur fournissant une aide financière. Celle-ci peut s'adresser aux personnes aînées, à la recherche médicale ou sociale, aux jeunes et aussi en appui à des organismes d'aide aux personnes démunies et aux familles.

Les membres du comité ont travaillé fort pour recueillir vos dons et ainsi en faire profiter les organismes. Pour l'année 2025, il y a eu retour de tirages moitié-moitié. De plus, il y a eu vente de fromages et de livres usagés.

Cette année, l'ensemble des dons a totalisé 4 700 $.

Voici la liste des organismes retenus qui ont reçu ou recevront un don :

1. **Chambres Chez Lise** : organisme dédié à l'hébergement et au soutien de personnes confrontées à des problèmes de santé mentale, d'itinérance, ou à des troubles liés à la toxicomanie.

2. **Macadam Sud** : organisme qui a pour mission de soutenir et d'outiller les jeunes de 12-35 ans, afin qu'ils puissent s'engager à améliorer leurs conditions de vie dans le respect et la dignité humaine et offrir à ces jeunes vulnérables l'opportunité de faire des activités sociales et culturelles pour favoriser l'intégration sociale, l'estime de soi et le sentiment d'appartenance à un groupe.

3. **Carrefour Mousseau** : organisme qui favorise le développement global des personnes et des familles en leur permettant de se rencontrer, de réfléchir et d'agir ensemble dans la perspective d'une plus grande équité sociale. Leurs objectifs visent à favoriser la prise en charge et la participation citoyenne, afin d'améliorer les conditions et la qualité de vie.

4. **La Boîte à Lettres** : Un groupe d'alphabétisation populaire et d'intervention en prévention de l'analphabétisme. Elle contribue à la transformation sociale en s'attaquant aux inégalités vécues par les jeunes sous-scolarisé.es par la sensibilisation, l'intervention et la mobilisation.

5. **La Halte du Coin** : organisme qui offre un service de première ligne pour venir en aide aux personnes itinérantes. Il offre trois repas par jour et un service d'hébergement pour près de 1000 personnes par année.

Ces organismes vous remercient de votre générosité.

Nous vous invitons à renouveler vos dons pour 2026.

Les membres très engagées et actives du comité sont :
Muriel Boivin, Lisette Laprise et Jeannette Pomerleau.

Roger Lapierre, responsable

CALENDRIER DES ACTIVITÉS DE SEPTEMBRE 2026 À JANVIER 2027

ACTIVITÉ	DATE	HEURE	LIEU	COÛT (pour les membres)	PAGE
Les Retrouvailles	08-sept	10 h	A	gratuit avec inscription	25
Grand Nettoyage des Berges	19 ou 26 sept	à venir	B	sans frais	24
Sortie à l'Île Saint-Bernard	01-oct	dép. 8 h 15	C	$ 40	28
Déjeuner d'octobre	05-oct	8 h	D	à vos frais	26
Conférence *Les passages de la vie*	06-oct	acc. 9 h	E	$ 10	29
Conférence *Brique par brique*	22-oct	acc. 9 h 30	E	$ 20	29
Déjeuner de novembre	02-nov	8 h	D	à vos frais	26
Conférence Journée inter. des hommes	19-nov	acc. 13 h	F	$ 10	30
Déjeuner de décembre	07-déc	8 h	D	à vos frais	26
Diner de Noël	09-déc	acc. 11 h	G	$ 35	31
Déjeuner de janvier 2027	04-janv	8 h	D	à vos frais	26

A --> Relais du Parc Marie-Victorin: 1798, chemin du Lac, Longueuil

B --> Parc Marie-Victorin: Longueuil

C --> Parc de la Cité: 6201, boul. Davis, Saint-Hubert

D --> Ô d'œufs filles: 1395, chemin de Chambly, Longueuil

E --> Centre Saint-Robert: 701, rue Duhamel, Longueuil

F --> Syndicat de Champlain: 7500, chemin de Chambly, Saint-Hubert

G --> Restaurant L'Élan du Parcours du Cerf: 2500, Fernand-Lafontaine, Longueuil

REMERCIEMENTS AUX PERSONNES COLLABORATRICES DE LA PETITE FEUILLE

Je tiens à remercier très sincèrement ces membres qui travaillent à produire, deux fois par année, notre Petite Feuille. Je veux ici les nommer : Roger Lapierre, André Therrien, Carole Dufour, Annette Boisvert, Clément Rajotte et Michel Boisvert.

Je remercie également toutes les personnes qui ont travaillé avec intégrité à écrire des textes d'une grande richesse.

Et un gros merci à tous les bénévoles qui ont été photographes et qui nous permettent de goûter différentes activités qui ont eu lieu.

C'est grâce à vous toutes et tous que notre secteur a autant de vivacité.

MERCI !

André Sirois

RAPPORT ANNUEL DU COMITÉ RETRAITE

Dernière année du Plan d'action national de l'AREQ 23-26. Une des orientations stipule Revendiquer et travailler à l'amélioration de l'indexation des rentes de retraite et de la situation financière de nos membres, afin d'arrêter l'hémorragie de la non-indexation.

Durant cette année 2025-26, le conseil d'administration a analysé le rapport de la firme d'actuaires Malette sur le coût d'une indexation complète dans le but d'outiller la présidente Micheline Germain, puisqu'elle siège au comité aviseur sur l'indexation au RREGOP (CSQ). L'Observatoire de la Retraite (OR) a analysé et a développé un argumentaire visant à bonifier l'indexation:

- Offrir un régime de retraite de qualité permet d'attirer et de retenir les membres du personnel.
- Diminuer les inégalités de genre en nivelant les revenus de retraite des femmes et des hommes tout en répondant aux besoins et à la réalité des femmes (rémunération moindre et espérance de vie plus longue).
- Bénéficier de la plus grande efficience de régimes du secteur public et des avantages des rentes versées à vie : moins de stress financier, moins de dépendance envers les proches.
- Générer des effets bénéfiques majeurs pour l'économie et la société québécoise : plus de retombées fiscales, plus d'engagement dans la collectivité, meilleure santé physique et mentale.
- Équilibrer la situation des personnes participantes du RREGOP avec celle des personnes participantes à des RRSP des autres provinces : la formule d'indexation du RREGOP est l'une des moins généreuses par rapport aux régimes des autres provinces.

Le rapport de la firme et l'analyse de l'OR ont d'abord été présentés aux membres du comité national de la retraite ainsi qu'aux responsables régionaux le 18 novembre 2025. À cette occasion, ceux-ci ont participé à une « activité remue-méninges » afin de trouver des idées qui permettraient d'améliorer les conditions de vie et le pouvoir d'achat des personnes à la retraite, en tenant compte du contexte politique et des élections provinciales à l'automne 2026.

Une deuxième rencontre du comité national de la retraite suivie d'une rencontre des responsables régionaux a eu lieu le 23 mars pour présenter le plan d'action en vue des élections provinciales. Le responsable régional de la retraite et la présidence régionale créeront des escouades de la retraite pour les secteurs qui en feront la demande afin d'organiser des activités visant à interpeller les partis politiques avant, pendant et après les élections. L'objectif est de faire connaître l'AREQ et les attentes de ses membres.

Aussi, lors de la dernière journée du congrès en juin, les chefs ou les représentants des partis politiques seront invités à répondre devant les 400 personnes déléguées à des questions tirées d'un récent sondage effectué auprès des membres de l'AREQ.

Au niveau du secteur, Johanne Freire, conseillère à la sécurité sociale à l'AREQ, a fait une présentation sur les assurances et sur la retraite le 3 février. Mme Freire publie régulièrement des capsules d'informations Saviez-vous que… qui sont déposées sur le site du secteur. Une de ces capsules sur l'évaluation actuarielle du RREGOP au 31 décembre 2023 révèle un surplus de 13,7 milliards de dollars, bilan très positif d'une solide capitalisation, mais dont le surplus ne dépasse par le 20% nécessaire pour bonifier les rentes de 1982-1999.

Bilan de l'année : du travail en amont des élections provinciales et des travaux du comité aviseur de la CSQ sur l'indexation, faire cheminer des propositions pour l'amélioration du pouvoir d'achat des personnes retraitées et leur qualité de vie.

Puisque nous avons l'expérience de la retraite, faisons en sorte que notre implication nous soit bénéfique autant qu'aux futures personnes retraitées.

Lucie Larose
Responsable du comité retraite

RAPPORT DU COMITÉ SOCIOPOLITIQUE 2025-2026

Le comité sociopolitique est composé de quatre membres : Christian Bérubé, Roger Lapierre, Normand Lussier et Robert Savaria.

Nous avons tenu deux rencontres et avons participé à deux réunions de coordination des comités, ce qui nous a permis de mettre en œuvre deux conférences au cours de l'année.

Le 28 octobre, nous avons eu le plaisir d'accueillir M. Alain Deneault qui nous a fait part de sa vision au sujet de la crise écologique et l'économie de la nature : une question pour tous les âges. Plus de 70 personnes étaient présentes et ont grandement apprécié cette présentation. Ce fut un réel privilège.

Le 18 mars, nous avons reçu M. Rachad Antonius; ce dernier nous a parlé de la situation vécue à GAZA en nous présentant les principaux événements qui ont précédé le 7 octobre 2023.

Nous avons tenté de respecter le plan d'action sous deux aspects : Favoriser la participation aux activités en offrant des conférences variées répondant à différents besoins et également informer et former nos membres sur des enjeux qui les concernent.

Nous considérons que nous avons été très privilégiés de recevoir ces deux sommités comme conférenciers.

Ces conférences n'auraient pu avoir un tel succès sans l'implication des membres du comité.

Notre comité aimerait bien se renouveler et attirer en son sein les nouvelles personnes retraitées de l'AREQ Longueuil, puisque dans notre société, les mots : sécurité, avenir et même amour sont politiques. Toutes vos compétences sont les bienvenues… Plaisir garanti!

Roger Lapierre

RAPPORT ANNUEL 2025-2026 DU COMITÉ ENVIRONNEMENT

Les membres du comité sont : Marie-Paule Carrier, Pierre Gingras, Jacqueline Milot, Anna Panzieri, Martin Robillard, nouveau membre, et Bruno Boilard, responsable.

Afin de planifier leurs activités, les membres du Comité Environnement se sont réunis à quelques reprises, soit les 11 juin, 20 octobre et 16 mars. Ils ont parfois profité d'une rencontre sectorielle pour tenir une rencontre éclair et ils se sont mutuellement tenus informés par courriel et quelques fois par téléphone.

Les anciens membres étaient également tous présents à la dernière assemblée générale sectorielle au restaurant L'ancêtre. Quelques membres du comité sont également présents lors des déjeuners du mois, des conférences et autres événements, ce qui permet d'offrir de l'information sur les activités et de procéder aux inscriptions.

Le 20 octobre et le 16 mars, tous les membres du Comité Environnement ont participé aux réunions de mise en commun des activités planifiées de tous les comités de l'AREQ Longueuil pour le semestre suivant.

Le 30 avril, nous avons eu une conférence de monsieur Luc Girard (ornithologue) au restaurant L'ancêtre portant sur les 40 espèces d'oiseaux nicheurs du Parc Michel-Chartrand. Nous avons eu 66 inscriptions pour cette conférence. Ce projet a été élaboré dans le cadre d'un Projet Toujours En Action (PTEA). Madame Micheline Landry Coossa a fait un compte rendu de cette conférence dans La Petite Feuille du mois d'août dernier. Cette rencontre a été suivie d'une marche d'orientation dans le Parc Michel-Chartrand le 21 mai. Dès 8 heures, les participant.e.s étaient équipé.e.s de leurs jumelles et ont pu profiter pendant plus de 90 minutes des stratégies d'observation de monsieur Girard. La seconde marche d'orientation n'a pu être réalisée en raison du mauvais temps. Merci à Pierre Gingras de gérer par téléphone et par courrier les inscriptions d'un bon nombre de personnes à cette activité et aux autres.

Le 15 mai, Bruno Boilard a participé à l'assemblée générale régionale à Saint-Jean-sur-Richelieu.

Lors des Retrouvailles du 2 septembre, le comité a tenu une table de promotion de nos activités, d'inscription et de collecte de matières récupérables (goupilles, assiettes en aluminium, attaches de sacs de pain, timbres oblitérés, lunettes et piles). Une grande quantité de matériel récupéré a été remise à monsieur Clermont Bonenfant et servira entre autres à l'achat de fauteuils roulants.

En primeur, le Comité Environnement vous a fait vivre « une expérience nature étonnante, riche d'inspiration pour les yeux et le cœur! ». Le mercredi 24 septembre 2025, un autobus a amené 39 membres de l'AREQ Longueuil à Kingsey Falls pour y découvrir le Parc Marie-Victorin. Cette activité a été présentée dans le cadre d'un Projet Toujours En Action (PTEA). Mesdames Dolorès Houle et Manon Beaulieu ont écrit un article à saveur scientifique sur cette visite et sur le personnage du frère Marie-Victorin. Plusieurs personnes ont souhaité avoir davantage d'activités de ce genre.

Le 27 septembre 2025 a eu lieu le 16e « Grand nettoyage des berges » au Parc Marie-Victorin à Longueuil, organisé par Ciel et Terre et la Ville de Longueuil. Des membres du comité y ont participé : Marie-Paule Carrier et Jacqueline Milot ainsi que Claudette Brûlé et Raymonde Dallaire. 955 kilos de matières résiduelles ont été ainsi récupérés. Cette augmentation est due à la présence des divers campements de personnes sans domicile fixe.

Invitation faite à tous les membres, par notre site Internet, à participer à la conférence « Au carrefour des savoirs » portant sur l'héritage de Jane Goodall, le 26 mars, à l'Université de Montréal.

Le 29 avril, nous avions une conférence-dîner sur l'eau avec madame Rébecca Petrin, directrice générale d'Eau Secours, au restaurant L'ancêtre. Cet organisme a pour mission de protéger cette précieuse ressource au Québec et s'assurer qu'elle demeure d'une bonne qualité potable. Elle nous a parlé du cycle d'eau et des changements climatiques, une réalité déjà à nos portes et de la nationalisation de l'eau, un danger qui nous menace.

Une compensation financière des GES, occasionnés par les déplacements des membres, est à venir sous forme de don ou d'appui à un nouveau projet.

Toutes ces activités sont en lien avec le plan d'action 2023-2026 de l'AREQ sous l'orientation Participer à la transition écologique reposant notamment sur la protection de l'environnement, la lutte des changements climatiques, le respect de la biodiversité et l'économie circulaire. Merci à tous les membres de l'AREQ, leur conjoint.e et invité.e.s qui ont participé.

Merci à tous les membres du comité pour leurs belles idées et leur collaboration concertée.

Merci également aux membres du conseil sectoriel, à Lucie Larose d'accepter les paiements Interac lors des inscriptions ainsi qu'aux maîtres du WEB : André Desjardins et André Normandeau pour leur soutien tout au cours de l'année.

Bruno Boilard

Responsable du Comité Environnement

RAPPORT COMITÉ DES HOMMES 2025-2026

Le 19 novembre 2025 se tenait la Journée internationale des hommes. Une conférence intéressante et passionnante a eu lieu au restaurant L'ancêtre. Cette conférence avait comme titre : La retraite : transition, deuils et santé sexuelle des aînés. Le conférencier, M. Yvon Riendeau, possède une maîtrise en gérontologie sociale et est enseignant à l'UQAM dans ce domaine.

Il nous a parlé des défis et réalités pour vivre une bonne vieillesse et surtout il nous a donné des pistes pour bien accueillir les transitions, rendu à « l'âge de la vieillesse ». À partir de la question À quel âge avez-vous pris votre retraite? M. Riendeau nous a suggéré des choses à faire à la retraite : travail communautaire, aidant naturel ou encore faire partie d'associations afin de participer à des activités…

Chercher le bonheur, la paix intérieure et spirituelle, voici son slogan. Respirer, avoir la paix, vivre l'amitié et l'amour et surtout relaxer, quelle bonne philosophie pour vivre au jour le jour? En nous inspirant de la nature, nous pouvons semer en adoptant de bonnes habitudes de vie, croître en entretenant de bonnes relations avec les autres et surtout récolter en appréciant les bons côtés de la vie.

Dans le dernier thème : sexualité, ménopause, andropause et la baisse des estrogènes et de la testostérone, entrainant la difficulté de la réponse sexuelle, il faut savoir discuter et s'adapter en couple. Rien n'est fini. Il y a toujours moyen de passer au travers des pertes, des deuils, des détresses, en prenant le temps de penser à tout cela et de ne pas se retrouver seul à vivre cette situation. Pensons au soutien entre autres d'un ami, d'un conjoint ou d'un intervenant.

Et en conclusion, M. Riendeau est très énergique et comique, il nous a présenté tous ces changements de vie, avec un côté très positif. En tant qu'ainé.es, il y a toujours des solutions à toutes nos transformations. Prenons le temps d'y penser et de ne pas avoir peur d'en parler et peut-être de consulter.

Très belle conférence! Il serait enrichissant d'inviter à nouveau M. Riendeau pour une autre conférence.

Daniel Bérubé
Responsable du comité des hommes

BÉNÉVOLES RECHERCHÉ.ES : GRAND NETTOYAGE DES BERGES

Samedi 19 ou 26 septembre 2026 (à préciser aux Retrouvailles)
De 9 h à 14 h - Accueil : 8 h 15
Parc **Marie-Victorin**, Longueuil

120 bénévoles sont attendu.es. Nous formons un groupe de l'AREQ pour un secteur facile d'accès.

Marie-Paule Carrier (450 674-4528) prend les inscriptions aux Retrouvailles et jusqu'au 13 septembre : nom, téléphone et courriel, sinon gratuitement sur EVENTBRITE.

La fin de semaine précédant l'activité, des informations additionnelles seront transmises sur la journée aux personnes et groupes inscrits.

Merci de votre intérêt à protéger VOTRE environnement et au grand plaisir de vous compter parmi nous.

Ghyslain Pothier
Coordonnateur du Grand Nettoyage des Berges à Longueuil
Courriel : bibitologue@gmail.com

RETROUVAILLES 2026

Cette première rencontre porte bien son nom puisqu'elle permet aux anciens et nouveaux membres de se retrouver; vous y ferez probablement d'agréables rencontres. Il y aura quelques jeux (dont la pétanque) et des tirages.

Sur place, vous pourrez prendre connaissance des activités organisées pour ce début d'année 2026-27, aussi échanger avec les membres des différents comités et acheter vos billets pour les activités.

Afin d'assurer votre confort, il y aura un chapiteau pour vous protéger des aléas de la météo. De votre côté, pensez à des vêtements adaptés, lotion solaire et gourde d'eau.

LIEU : **Relais du Parc régional Michel-Chartrand (entrée par la rue Jean-Paul-Vincent)**
DATE : Mardi 8 septembre 2026
HEURE : 10 h à 14 h
Dîner vers 12 h - Repas BBQ (quart de poulet) et breuvages froids

VOUS DEVEZ OBLIGATOIREMENT VOUS INSCRIRE AVANT LE 30 AOÛT AUPRÈS DE LUCIE LAROSE, SOIT PAR TÉLÉPHONE : 450 466-4995 OU COURRIEL : areq09e@yahoo.com

Nos téléphonistes communiqueront avec les membres sans adresse courriel.
Svp, mentionnez si vous venez avec une personne non-membre; celle-ci devra payer 10 $ à son arrivée.
TRÈS IMPORTANT : si vous devez annuler votre présence aux Retrouvailles, avisez le plus tôt possible.

Lucie Larose

COMITÉ ENVIRONNEMENT et FONDATION LAURE-GAUGREAULT aux Retrouvailles: voir page 26

LES QUILLES

Club 300 Au Max, 1626, boul. Taschereau, Longueuil

Un rappel aux personnes intéressées qui aimeraient jouer aux quilles !

Tout en s'amusant sans compétition et sans équipes régulières, on se présente les lundis ou vendredis et on met de côté nos tracas pour faire du social. Vous choisissez la journée qui vous convient. Seul.e ou accompagné.e, il nous fera plaisir de vous accueillir.

BIENVENUE !

Les lundis, de 15 h 30 à environ 17 h
Début de la saison : 14 septembre
8 $ pour trois parties
3,75 $ pour les souliers, au besoin
Au rez-de-chaussée
Responsable : Annette Boisvert, 450 646-1259

Les vendredis, de 12 h 30 à environ 15 h
Début de la saison : 11 septembre
10 $ pour trois parties
3,75 $ pour les souliers, au besoin
À l'étage
Responsable : Roger Valiquette, 514 730-7544

COMITÉ ENVIRONNEMENT AUX RETROUVAILLES

Lors des Retrouvailles du 8 septembre, les membres du Comité Environnement recueilleront les dons de languettes de canettes, attaches à pain en plastique, lunettes, piles, aluminium, moyennant un billet de tirage. Le tout sera remis à Monsieur Clermont Bonnenfant, dont voici ses coordonnées :

Clermont Bonnenfant →Téléphone : 450 677-3792

→Adresse : 909 Terrasse Chabanel, Longueuil.

→Site Internet: http://cyberquebec.ca/fondationcb .

À ce jour, il a remis 563 chaises et est venu en aide à plus de 14 648 démunis. 26 gros sacs à ordures remplis de 40 000 languettes de canettes sont nécessaires pour financer l'achat d'un seul fauteuil roulant. Pour un fauteuil électrique, il en prend 86 sacs.

FLG AUX RETROUVAILLES

Cette année, il n'y aura pas de vente de livres usagés aux Retrouvailles.

Cependant, le tirage moitié-moitié est de retour (3 billets à 5 $ ou 9 billets à 10 $), ainsi que la vente de fromage (voir la page suivante).

On fait appel à votre générosité pour pouvoir répondre aux nombreuses demandes des organismes communautaires de Longueuil qui aident les personnes en situation de précarité. Nous comptons sur votre solidarité légendaire pour le succès de nos activités.

Merci au nom de la FLG.

Jeannette Pomerleau

DÉJEUNERS MENSUELS 2026-2027

Voici la liste concernant les déjeuners mensuels qui auront lieu au restaurant **Ô d'oeufs filles**, au 1395 chemin de Chambly, Longueuil. Ces rencontres auront lieu les premiers lundis du mois (sauf en mars: 2e lundi), de 8 à 10 h.

Lors d'un tirage, trois déjeuners vous seront offerts par le conseil sectoriel à chaque rencontre.

Venez nombreux. Nous vous accueillerons avec plaisir.

5 octobre, 2 novembre et 7 décembre 2026

4 janvier, 1er février, 8 mars, 5 avril, 3 mai et 7 juin 2027

André Sirois

Au nom du conseil sectoriel de Longueuil

La Fondation Laure-Gaudreault de l'AREQ Longueil, vend des fromages de St-Benoît-du-Lac aux Retrouvailles du 8 septembre 2026 au Parc Régional Michel-Chartrand.

ABBAYE SAINT-BENOÎT-DU-LAC
CANTONS-DE-L'EST

Coffret Délice de 5 fromages à 150 g au coût de 35 $

Mont Saint-Benoît

Fromage à pâte ferme, très doux, à saveur de noisette. Il s'apparente au fromage de type Suisse avec de grands « yeux ».

Fontina

Fromage à pâte ferme affiné plus de 3 mois dans la masse . Sa texture douce et légèrement crémeuse laisse s'épanouir un arôme délicat de noisette accompagné d'une touche de beurre fondu.

Frère Jacques

Fromage à pâte ferme avec une croûte jaune orangé ayant un goût de noisette plus prononcé que le Mont Saint-Benoît. Il fait le bonheur des petits comme des grands!

Saint-Augustin

Fromage à pâte ferme de type suisse. Son affinage de plus de 60 jours lui donne du caractère. En sandwich grillé, c'est un régal!

Le Moine

Fromage à pâte ferme affiné plus longuement qui lui donne sa saveur typée d'amandes grillées et de beurre fondu tant appréciée.
DISTINCTION:
- Sélection Caseus 2013

Les coffrets de fromage sont sans lactose et font d'excellents cadeaux d'hôtes pour les fêtes. Ils coûtent moins cher et sont plus frais.

La FLG fait un profit de 14 $ par coffret pour ses œuvres : les nombreux organismes de Longueuil.

Bienvenue à vos ami.es.

Si vous n'allez pas aux Retrouvailles, faites parvenir le coupon-réponse et le chèque par la poste, avant le 8 septembre à :

Jeannette Pomerleau, 1915 # 220, Adoncour, Longueuil QC J4N 1R9. Tél : 450 670-7173.

Nous commandons le 9 septembre 2026. Livraison au dîner de Noël le 09 décembre.

Si vous n'êtes pas inscrit.e au dîner de Noël, vous demandez à une personne amie de récupérer vos coffrets pour vous.

Bon de commande à remettre avec le chèque à l'ordre de AREQ Longueuil :

Nom : _____ *Tél. :* _____ *Courriel :* _____

_____

DÉCOUVERTE DU REFUGE FAUNIQUE MARGUERITE-D'YOUVILLE

(*Site protégé à perpétuité de 213 hectares, situé en grande partie sur l'Île Saint-Bernard à Châteauguay)*

Date : Jeudi 1er octobre 2026 (Prévoir les vêtements appropriés selon la météo de la journée ainsi qu'une gourde d'eau).
8 h 15 : départ du Parc de la Cité au 6201 Boulevard Davis, Saint-Hubert;
9 h 30 à 14 h 30 : promenade d'orientation avec un guide passionné, lunch et temps libre;
15 h 30 : retour au Parc de la Cité.

Description du projet :

- Transport aller-retour en autobus scolaire inclus.
- Vivre une activité de plein air.
- Découvrir la grande variété des écosystèmes présents.
- Découvrir également la spectaculaire diversité des animaux et oiseaux de ce refuge faunique grâce à un guide passionné. Nous allons parcourir quelques-uns des huit kilomètres de sentiers aménagés pour l'observation de la nature et la randonnée pédestre.
- Lunch inclus comprenant sandwich, salade, breuvage froid et dessert maison servi à l'intérieur du Pavillon d'accueil.
- Toilettes à l'intérieur du Pavillon et à différents endroits sur les sentiers.
- Sentiers sur gravier en partie accessibles pour les personnes à mobilité réduite.

Inscription :

Coût : 40 $ membre, 45 $ conjoint/e, 80 $ non-membre

Trois façons d'acheter vos billets :

- En envoyant un chèque au nom de AREQ Longueuil à Pierre Gingras : 2422 rue Boisvin, Longueuil, J4M 2T5 en précisant votre nom, numéro de téléphone et courriel.
- En faisant un virement Interac à areq09e@yahoo.com avec votre nom et le nom de l'activité.
- En se procurant un billet lors du dîner des retrouvailles du 8 septembre 2026.

Pour toute information, composez le 514 351-7468.

Nous espérons vous voir en grand nombre.

Les curieuses et curieux seront rassasiés! À titre d'exemple :

- Les oiseaux sont en vedette dans le refuge faunique : 253 espèces observées à ce jour.
- 193 espèces observées en 2025 (dont 23 espèces de parulines).
- En 2025, une nouvelle espèce, l'Oie rieuse a été observée en vol avec un groupe de Bernaches du Canada.
- Une cheminée du Manoir D'Youville a été utilisée comme dortoir et comme site de nidification par le Martinet ramoneur, une espèce menacée.

Votre comité Environnement

LES PASSAGES DE LA VIE

C'est l'automne qui s'annonce et, en ces temps plutôt troubles, nous avons décidé de vous présenter une conférence inspirante donnée par madame Céline Dion.

Pour cette autrice, trois mots-clés l'ont accompagnée tout au long de son cheminement personnel et dans sa carrière dans le monde de l'éducation : communiquer – motiver – valoriser. C'est avec humour et simplicité qu'elle nous parlera des moments de notre vie où nous devons nous adapter aux changements imprévus, mais obligés, que tous nous rencontrons.

Vous pourrez aussi gagner un de ses quatre livres.

Quand : le mardi 6 octobre 2026
Accueil : 9 h et début de la conférence : 9 h 30

Où : Centre Saint-Robert, 701 rue Duhamel, Long.
Coût : 10 $

Les billets seront en vente aux Retrouvailles ou par téléphone :
Céline Lachapelle : 450 468-7035 ou Nicole Viau : 450 448-4637

Céline Lachapelle, comité des femmes

CONFÉRENCE DE FAIZ ABHUANI
DIRECTEUR DE L'ORGANISME BRIQUE PAR BRIQUE

Date : Jeudi 22 octobre 2026
Lieu : Centre Saint-Robert
Heure : De 10 h à 11 h 45 (accueil à 9 h 30)
Dîner : 12 h à 13 h 30 (un choix de boite à lunch sera offert sur place)
Coût: Membre 20 $ - Conjoint.e 25 $ - Non-membre 35 $

Conférence : Le projet **Brique par brique**

Situé dans le quartier Parc-Extension de Montréal, c'est un projet communautaire qui vise l'amélioration des conditions de vie des résidents qui vivent de la discrimination. Il comprend la construction de logements à des prix accessibles et l'exploitation de locaux communautaires où des activités sociales et culturelles sont organisées afin de renforcer les liens entre résidents.

Fondé en 2016, ce projet se distingue par son financement (vente d'obligations communautaires), par ses activités qui visent à contrer la discrimination (emploi, logement) et par l'accès à la propriété de ses occupants. De plus, Brique par brique est le résultat d'une recherche approfondie des besoins et enjeux des gens du quartier.

M. Faiz Abhuani en est le directeur depuis le début, en 2017. Il détient une formation en coopération internationale de l'Université McGill et en immobilier de l'Université Concordia. Il cumule 20 ans d'expérience dans le secteur communautaire.

Réservez votre place au plus tard le 14 octobre 2026 auprès de Robert Savaria, en précisant votre nom et le titre de l'activité :

- par chèque au nom de AREQ Longueuil (au 240 rue Thomas-Pépin, Boucherville, J4B 1P1),
- par virement Interac à areq09e@yahoo.com,
- par courriel à robertsavaria54@yahoo.ca,
- ou par téléphone au 450 655-9490.

Christian Bérubé, pour le comité sociopolitique

DÎNER DES NOUVELLES PERSONNES MEMBRES DU SECTEUR

Aux personnes nouvellement à la retraite ou membres récemment arrivés dans le secteur de Longueuil, nous aurons le plaisir de vous accueillir. Ainsi, nous vous invitons à un dîner qui sera une occasion d'échanger et de faire connaissance entre nouveaux membres et aussi de rencontrer les membres du conseil sectoriel tout en prenant un bon repas.

Les nouvelles inscriptions au secteur couvrent la période du 1er septembre 2025 au 31 août 2026. Les nouveaux membres du secteur seront contactés personnellement durant le mois d'octobre. Si vous n'avez pas été contacté.es, appelez-nous au 450 670-3006.

Notre activité d'accueil est prévue le mercredi 4 novembre 2026 dès 11 h 30.

Elle se tiendra au restaurant Magia situé au 2951, rue Saint-Charles à Longueuil.

André Sirois, président
Au nom du conseil sectoriel

CONFÉRENCE POUR SOULIGNER LA JOURNÉE INTERNATIONALE DES HOMMES
Par Francis Dupuis-Déri, UQAM
Jeudi 19 novembre 2026

Quelle masculinité toxique ? Ce sera l'occasion de présenter la notion de plus en plus populaire à propos de la *masculinité toxique,* et ce, en lien avec une présentation plus générale du masculinisme et de ses différentes tendances.

Ces sujets sensibles seront replacés dans le contexte socio-politique actuel, marqué par une montée en force des discours conservateurs et réactionnaires sur la scène internationale et même au Québec, en particulier sur certains médias sociaux.

Francis Dupuis-Déri est professeur de science politique à l'UQAM et l'auteur de plusieurs livres dont *La crise de la masculinité : autopsie d'un mythe tenace et Les hommes et le féminisme : faux amis, poseurs ou alliés.*

Lieu : salle Lionel Bergeron (2e étage) au local du Syndicat de Champlain
7500, chemin de Chambly à Saint-Hubert – stationnement disponible

Accueil: 13 h - Conférence: 13 h 30 - Coût: 10 $ membre, 15 $ conjoint et non membre - Collation sur place

Date limite pour les inscriptions : le 16 novembre

Bien vouloir confirmer votre inscription, soit lors des Retrouvailles le 8 septembre, ou lors des déjeuners du 5 octobre et du 2 novembre. Vous pouvez poster votre chèque au nom de AREQ Longueuil à l'attention de Daniel Bérubé, 1512, rue Charles, Saint-Hubert J4T 1K8 ou par virement Interac à areq09e@yahoo.com en mentionnant l'activité.

Daniel Bérubé (514 718-1593)
Responsable du comité des hommes

DÎNER DE NOËL

Mercredi 9 décembre 2026 - Restaurant L'Élan du Parcours du Cerf
2500, boul. Fernand-Lafontaine à Longueuil

Les festivités du secteur se dérouleront lors de ce dîner auquel nous vous convions afin d'échanger entre vous tout en partageant un excellent repas. Après le repas, vous pourrez profiter d'une discothèque mobile pour danser et vous amuser. Cette année encore, nous prévoyons des tirages pour des cadeaux à déballer!

11 h 00 : Accueil et apéro - Un coupon vous sera remis pour un apéro
12 h 00 : Repas (tirages entre les services)
13 h 30 : Disco
15 h 30 : Fin de l'activité

Un repas à trois services sera servi à votre table, vous aurez le choix entre :

1) Repas traditionnel de dinde et tourtière
2) Saumon

Le coût : 35 $ par membre, 45 $ par personne conjointe et 80 $ pour les non-membres.

Achats de billets :

- Aux Retrouvailles : le mardi 8 septembre
- Aux déjeuners : les lundis 5 octobre et 2 novembre, auprès de Nicole Caissie
- Par la poste en envoyant un chèque au nom de AREQ Longueuil à l'attention de Lucie Larose,

  266 chemin d'Iron Hill Bromont J2L 3E3
- Par Interac : areq09e@yahoo.com

LA DATE LIMITE POUR VOUS INSCRIRE EST LE VENDREDI 27 NOVEMBRE.

Vos inscriptions au dîner de Noël doivent être accompagnées de votre paiement et de votre choix de repas. Si vous organisez un groupe, assurez-vous de fournir la liste de noms, le choix de repas, ainsi que le paiement complet pour votre groupe. Le maximum de personnes par table est huit (8).

Au plaisir de vous retrouver en grand nombre,

Le conseil sectoriel

CHRONIQUE LITTÉRAIRE

Nos chroniqueuses sont de retour avec leurs suggestions de lecture pour vous surprendre, vous faire frémir, vous forcer les méninges à résoudre des énigmes criminelles avec des histoires plus passionnantes les unes que les autres.

Alors à vos signets!

LA MORSURE DU LAC
Florence Meney

En quête de nouveauté, j'ai décidé de découvrir cette autrice québécoise, journaliste d'enquête de métier et maintenant attachée à la direction des communications de l'institut de recherches cliniques de Montréal. La morsure du lac, suspense psychologique, n'est pas son premier roman, puisqu'elle a déjà publié des romans policiers, des nouvelles et des essais.

C'est avec une prose recherchée et fluide, qu'elle nous amène dans le monde, bientôt trouble d'Éléonore, son héroïne. Celle-ci, après un premier succès littéraire important, décide de se retirer dans les Laurentides avec son amoureux Christian, psychologue. Celui-ci devra d'abord partager son temps entre Montréal, où il exerce sa profession, et la campagne où il désire offrir ses services à une nouvelle clientèle. Mais victime de traumatismes dans sa jeunesse, Éléonore devra composer avec un voisinage difficile, une nouvelle amitié complexe et les absences de Christian qui fragiliseront sa santé mentale.

Ce que j'ai surtout apprécié dans ce roman, c'est la richesse de l'écriture de Florence Meney.

Céline Lachapelle

PARFUM DE CRAQUIAS
Michel Desautels

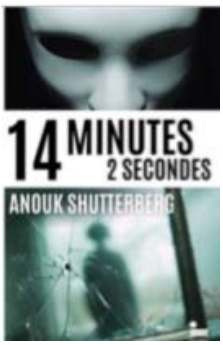
Ceux et celles qui ont apprécié l'émission « Desautels le dimanche » vont savourer Parfum de craquias.

Ce titre est original et Michel Desautels nous fait voyager d'une odeur à l'autre pour nous amener dans son enfance et dans la nôtre. Il évoque ses souvenirs de cuir neuf, de lilas, de foin, de gypse, de grappa, de rameaux, de steak dans la poêle, entre autres. Chaque odeur ramène un souvenir et est un prétexte pour raconter une anecdote.

On se promène avec lui dans son quartier montréalais à l'est d'Iberville et au nord de Bélanger. Mais ç'aurait pu être plein d'autres quartiers où il y avait des ruelles où les enfants s'inventaient des jeux plutôt que d'être scotchés à leurs « bébelles » numériques.

Tout en lisant cette oeuvre, j'ai moi-même fait un retour sur mes quartiers d'enfance, un exercice que j'ai bien apprécié.

Louise Carter



14 MINUTES 2 SECONDES
Anouk Sutterberg

Les parents Derain ont 14 minutes 2 secondes pour survivre et sauver leurs enfants avant l'arrivée de la police. Les Derain pensaient avoir trouvé la maison de leurs rêves, dans un village paisible de l'Aveyron.

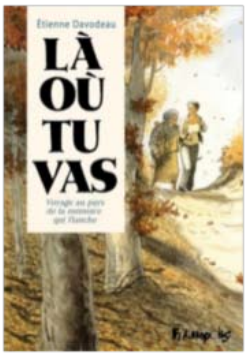
Mais un matin, la routine vire au cauchemar : un homme armé assiège le domicile. Les occupants, Ariane, Rodolphe et leurs enfants, doivent repousser leur peur et leurs limites pour sauver leur peau, entre un passé qui ressurgit et des secrets enfouis.

Qui est l'assaillant? Quelles sont ses motivations?

Le nouveau thriller d'Anouk Shutterberg nous tient en haleine et la finale nous réserve un retournement inattendu.

Nicole Viau

LÀ OÙ TU VAS
Étienne Davodeau



Au Canada, 500 000 personnes souffrent d'Alzheimer. Cette pathologie neurodégénérative ne touche pas seulement celle ou celui qui en est atteint, mais également les proches et la famille entière.

Étienne Davodeau, avec son roman graphique paru en 2025, réussit à nous raconter, tout en préservant leur intimité, la singularité de ces existences où la mémoire flanche. Françoise Roy accompagne les personnes atteintes d'Alzheimer et leurs proches au quotidien. Étienne Davodeau, son compagnon de longue date, fasciné par son travail, lui demande de partager ces moments intimes où chaque instant compte. « Là où tu vas, chaque jour, tu seras mes yeux et mes oreilles ». Grâce à l'expérience de Françoise, il dépeint avec empathie la réalité de ces personnes en restant toujours axé sur la dignité des malades et le rôle crucial des aidants.

Ce récit, authentique et poignant, est une belle tranche d'humanité qui s'appuie plus sur le côté humain que sur la destruction causée par la maladie. Un *coup de cœur* pour comprendre et aborder cette réalité d'une autre manière.

Nicole Dumont

PRÊTE À TOUT
Joyce Maynard

Prête à tout est l'histoire d'une jeune femme qui aspire à la célébrité : elle se voit succéder à Barbara Walters, grande animatrice de télévision. Jusqu'où est-elle disposée à aller pour atteindre son but ?

Tenace avec l'autorité et manipulatrice hors pair auprès de son entourage, énigmatique et perverse, elle utilise des jeunes sous prétexte d'un reportage sur la vie des adolescents et elle en séduira un pour arriver à ses fins.

Malgré les nombreux personnages qui interviennent à chacun des chapitres, l'intrigue est facile à suivre et passionnante.

Joyce Maynard est une écrivaine américaine, romancière et scénariste. Son roman *Prête à tout* paraît en 1992. Il sera adapté au cinéma en 1995 et réédité en 2015.

Suzanne Carmichael

DANS LES BRUMES DE CAPELANS
Olivier Norek

Dix ans après sa disparition, on retrouve Anna dans un sous-sol barricadé. Un tueur en série est recherché pour 9 victimes, toutes des jeunes filles. On décide de protéger Anna en l'envoyant à Saint-Pierre-et-Miquelon, en résidence secrète. Mais elle est poursuivie.

Le roman rebondit en dévoilant petit à petit les secrets de tous ces enlèvements et meurtres... et on ne s'attend pas au dénouement final.

Belle découverte de cet auteur français qui réussit à nous tenir en haleine et à nous énerver... un peu.

Andrée Beaumier

INFORMATIONS À CONSERVER

AREQ SECTEUR LONGUEUIL

Téléphone 450 670-3006

Courriel : …… areqlongueuil@outlook.com

Site internet areq-longueuil.org

CONSEIL SECTORIEL

André Sirois, président	450 670-3006
Nicole Caissie, 1ère vice-prés.	514 358-8570
Nicole Dumont, 2e vice-prés.	514 606-9014
Bruno Boilard, secrétaire	514 833-3051
Lucie Larose, trésorière	450 466-4995
Anna Panzieri, 1ère cons.	514 351-7468
Christian Bérubé, 2e cons.	438 405-5637

RESPONSABLES DES COMITÉS

Sociopolitique:	Roger Lapierre	450 670-3006
Femmes:	Céline Lachapelle	450 468-7035
Hommes:	Daniel Bérubé	514 718-1593
Retraite:	Lucie Larose	450 466-4995
Environnement:	Bruno Boilard	514 833-3051
Assurances:	Micheline Landry-Coossa	450 653-4651

AREQ NATIONALE

Adresse postale : .....320, Saint-Joseph Est, Bureau 100, Québec, Qc G1K 9E7

Téléphone : 1 800 663-2408

Courriel : .....info@areq.lacsq.org

Site : .....www.areq.lacsq.org

TÉLÉPHONES

Assistance pour vol d'identité …….	1 877 870-4973
Assurance médicaments	514 864-3411
Centre d'assistance et d'accompagnement aux plaintes	450 928-3223
Commission des droits de la personne	514 873-5146
Protecteur du citoyen	514 873-3205
Protection du consommateur	514 253-6556
RAMQ	514 864-3411
RESAUT La Personnelle	1 800 363-6344
Retraite-Québec-CARRA	1 800 463-5533
RRQ	514 873-2433
SAAQ	1 800 361-7620
Sécurité de la vieillesse	1 800 277-9915
SSQ	1 888 833-6962
Services du gouvernement du Québec	514 644-4545
APAMM-RS	450 766-0524
NOVUM- Services juridiques	1 844 745-4714

CHANGEMENT D'ADRESSE, CHANGEMENT DE NUMÉRO DE TÉLÉPHONE, DÉCÈS

S.V.P., veuillez avertir Retraite-Québec-CARRA, l'AREQ nationale et l'AREQ sectorielle (voir les coordonnées sur cette page).

CHANGEMENT D'ADRESSE ÉLECTRONIQUE

Si vous effectuez un changement d'adresse pour vos courriels, n'oubliez pas de communiquer cette modification à l'AREQ en écrivant à **areqlongueuil@outlook.com.** Vous pourrez ainsi continuer à recevoir les informations de votre association.

AVERTISSEMENT

Lorsque vous participez à une activité où il y a un repas, c'est votre responsabilité d'avertir si vous avez des allergies, des intolérances alimentaires ou si vous êtes végétarienne ou végétarien.

Conférence sur Gaza

Déjeuner

Marche contre la maltraitance

Droits des femmes

Eau secours

Dîner des bénévoles