



La Dernière

AREQ

CSQ

Région Montérégie  
Secteur Bas-Richelieu

# Craie

Volume 35, Numéro 2

Janvier 2026

J E U X



S O C I É T É



*Richelieu*

## Sommaire

<b>Nouvelles du Bas-Richelieu</b> .....	3 à 14
- Mot du président sectoriel et calendrier.....	3
- Assemblée générale sectorielle.....	4
- Comités sectoriels.....	5 à 8
- Activités sectorielles.....	9 à 14
- 40 <sup>e</sup> du secteur Bas-Richelieu .....	11 à 13
- Hommages, retraités 24-25, anniversaire...	14
<b>Nouvelles de la Montérégie</b> .....	15 à 18
- Mot de la présidente régionale.....	15
- Assemblée générale régionale .....	16
- Action sociopolitique .....	17
- Conférences .....	18
<b>Nouvelles nationales</b> .....	18 à 23
- Environnement .....	19
- Adhésion AREQ et ASSUREQ.....	20
- Novum .....	21
- Assurance collective.....	22-23
<b>Chroniques diverses</b> .....	24 à 31
- Thème <i>Jeux de société</i> .....	24 à 26
- De Saurel à Sorel-Tracy.....	27
- Université du troisième âge.....	28
- Condoléances.....	29 à 31
<b>Bonne Année du conseil sectoriel</b> .....	32

## La Dernière Craie

**Parution :** Trois bulletins par année

**Coordination, mise en page, correction et révision :**

Madeleine Carrière	Richard Jutras
Danielle Duchesneau	Francine Mercier-Abel
Colette Gauthier	Monique Sheridan
Liliane Hardy	GINETTE VILLIARD

**Photographie :** Richard Jutras

**Collaboration :**

Hélène Bergeron	Albert Khelfa
Roméo Bouchard	Jean-Michel Leclair
André Caplette	Pierre Lefebvre
Pierre Chabot	Paul Martin
Gisèle Chalifoux-Martin	Madeleine Parenteau
Nicole Claing	Madeleine Pérodeau
Colette Courchesne	Serge Péloquin
Collectif d'amis-es	Serge Péloquin (cégep)
Martin Comeau	Claire Pronovost
Marie-France Cordeau	Jean Rajotte
Renée Dallaire	Monique Rajotte
Maryse Gauvin	Johanne Seers
Lucette Hamel-Valois	Jean Claude Tellier
France Joyal	Louise Tremblay

**Tirage :** 415 exemplaires

**Impression :** Imprimerie Mongeon

**Étiquetage :** Ghyslaine Côté

**Distribution :** Téléphonistes, courrier électronique et poste

**Coût :** Gratuit en version papier ou électronique pour les membres de l'AREQ secteur Bas-Richelieu

## Organismes importants

<b>AREQ (CSQ)</b> .....	1 800 663-2408
.....	<a href="http://www.areq.lacsq.org">www.areq.lacsq.org</a>
<b>Retraite Québec RRQ</b> .....	1 800 463-5185
.....	<a href="http://www.retraitequebec.gouv.qc.ca">www.retraitequebec.gouv.qc.ca</a>
<b>Retraite Québec CARRA</b> .....	1 800 463-5533
.....	<a href="http://www.carra.gouv.qc.ca">www.carra.gouv.qc.ca</a>
<b>RAMQ</b> .....	1 800 561-9749
.....	<a href="http://www.ramq.gouv.qc.ca">www.ramq.gouv.qc.ca</a>
<b>Sécurité de la vieillesse</b> .....	1 800 277-9915
.....	<a href="http://www.servicecanada.qc.ca">www.servicecanada.qc.ca</a>
<b>Beneva</b> .....	1 888 235-0606
.....	<a href="http://www.beneva.ca">www.beneva.ca</a>
<b>Assurance voyage (Canada, É.-U.)</b> ....	1 855 635-9460
<b>Urgence</b> .....	9-1-1
<b>Info-Santé</b> .....	8-1-1

## Organismes locaux

<b>CLSC Gaston-Bélanger</b> .....	450 746-4545, poste 5330
<b>Centre d'action bénévole du Bas-Richelieu (CAB)</b>	
450 743-4310.....	<a href="http://www.cab-basrichelieu.org">www.cab-basrichelieu.org</a>
<b>Centre des aînés de Sorel-Tracy Au Fil des ans</b>	
450 742-4144.....	<a href="http://www.centredesaines.qc.ca">www.centredesaines.qc.ca</a>
<b>Syndicat de l'enseignement du Bas-Richelieu</b>	
450 742-5953.....	<a href="http://www.sebr.lacsq.org">www.sebr.lacsq.org</a>
<b>Association des aidants naturels du Bas-Richelieu</b>	
450 730-0880.....	<a href="http://www.aanbr.org">www.aanbr.org</a>
<b>Société Alzheimer Rive-Sud</b>	
450 742-7333.....	<a href="http://www.alzheimer.ca">www.alzheimer.ca</a>
<b>Programme d'assistance téléphonique PAIR « Une présence rassurante »</b> .....	450 780-5600, poste 5200
<b>Taxibus</b> .....	
450 743-3336.....	<a href="http://www.stc.accestaxi.com">www.stc.accestaxi.com</a>
<b>Service de transport adapté</b>	
450 746-7827.....	<a href="http://www.stcpierredesaurel.ca">www.stcpierredesaurel.ca</a>



## Mot du président sectoriel

Chers membres,

Permettez-moi de vous souhaiter une très heureuse année 2026! Que cette nouvelle année soit remplie de joie, de santé et de bonheur pour vous et vos proches.

Vous avez été un facteur exceptionnel pour l'édification de l'éducation dans notre région.

Votre dévouement a fait une différence significative dans la vie des élèves et des organismes dans lesquels vous avez servi.

En tant que retraités, vous avez droit à notre reconnaissance et à notre gratitude pour tout ce que vous avez accompli.

Nous sommes fiers de vous avoir comme membres et nous continuerons à vous soutenir et à vous servir tout au long de votre retraite.

Je tiens à remercier ceux qui nous réjouissent de leur présence aux activités.

Je souhaite vous voir nombreux en 2026, car votre soutien est notre carburant pour continuer notre mission de vous servir.

Nous avons des projets et des initiatives prévus pour l'année à venir qui seront bénéfiques pour notre bien-être.

Je vous invite à vous impliquer dans nos projets. Votre expérience et votre sagesse sont précieuses et continueront à faire une différence dans notre communauté.

Que vos rêves et vos projets se réalisent et que vous jouissiez d'une bonne santé!

*Albert Khelfa*



### Calendrier des activités

## À mettre à votre agenda

<b>Dîner du Nouvel An</b> Mercredi 14 janvier, 11 h 30 Restaurant Sorel-Tracy Bar-B-Q	<b>Dîner Cupidon</b> Vendredi 13 février, 12 h Restaurant La Bouff-Tifail	<b>Conférence et dîner</b> Mardi 10 mars, 10 h et 12 h Centre culturel de Sorel-Tracy
<b>Reconnaissance des bénévoles</b> Jeudi 16 avril, 12 h Restaurant La Bouff-Tifail	<b>Assemblée générale sectorielle</b> Mardi 28 avril, 9 h 30 Restaurant Sorel-Tracy Bar-B-Q	<b>Expo-Arts et dîner</b> Mercredi 20 mai, 10 h 30 et 12 h Club de golf Continental

*Colette Gauthier, secrétaire*

## **AREQ (CSQ) – Montérégie secteur Bas-Richelieu**



Les membres de l'AREQ (CSQ) Bas-Richelieu sont convoqués par monsieur Albert Khelfa, président sectoriel, à l'assemblée générale sectorielle du Bas-Richelieu qui se tiendra le mardi 28 avril 2026 à 9 h 30 au restaurant Sorel-Tracy Bar-B-Q situé au 306 de la route Marie-Victorin à Sorel-Tracy.

L'accueil et la vérification des présences se feront dès 9 h. Le quorum est de 20 membres. Il n'y a aucuns frais pour participer à l'assemblée.

### **Projet d'ordre du jour**

1. Ouverture de l'assemblée
2. Adoption de l'ordre du jour
3. Adoption du procès-verbal de l'assemblée générale sectorielle du 1<sup>er</sup> mai 2025
4. Rapport du président
5. Rapport du trésorier
6. Rapports des comités statutaires
7. Rapports des comités non statutaires
8. Élection aux postes de la présidence, de la 2<sup>e</sup> vice-présidence, du secrétariat et de la personne 2<sup>e</sup> conseillère
9. Congrès 2026 de l'AREQ
10. Questions diverses
11. Levée de l'assemblée

*Colette Gauthier, secrétaire*

---

### **Dîner après l'assemblée vers 12 h**

Le coût du dîner est de 5 \$ pour le membre qui assiste à l'assemblée générale dès 9 h 30. Le non-participant à l'assemblée paie le repas choisi dans le menu.

Les membres doivent s'inscrire pour l'assemblée et acheter leur billet pour le dîner au plus tard le vendredi 17 avril 2026 auprès de leur téléphoniste.

**Bienvenue à tous les membres!**



## Conseil sectoriel



**Colette Gauthier** ..... **Secrétaire**  
450 742-4952.....colettegauthier20@videotron.ca

**Madeleine Carrière** ..... **1<sup>re</sup> conseillère**  
450 746-3826.....madcar@videotron.ca

**Francine Mercier-Abel** ..... **2<sup>e</sup> conseillère**  
450 742-3183.....francina@videotron.ca

**Serge Péloquin (cégep)** ..... **Trésorier**  
450 743-8122 .....peloquin.serge@videotron.ca

**Albert Khelfa** ..... **Président**  
514 910-9500.....khelfaa@videotron.ca

**Paul Martin** ..... **1<sup>er</sup> vice-président**  
450 742-8621.....paulmartin@videotron.ca



## Comité des femmes



Le 6 décembre 2025, un ruban blanc a été porté par des membres qui ont choisi de se remémorer la tuerie de 14 femmes à l'École polytechnique de Montréal en 1989. Un courriel envoyé par Colette Gauthier a rappelé l'événement.



Une rencontre des responsables sectorielles du comité des femmes est prévue au printemps avec la responsable du comité régional, Christiane Potvin-Lapalme.

La Journée internationale des droits des femmes sera soulignée lors de la conférence du mardi 10 mars 2026 qui portera sur les femmes oubliées du Québec.

J'aurais bien aimé former un groupe de lectrices pour *Liratoutâge*, organisme de bienfaisance formé de bénévoles offrant des séances de lecture à voix haute aux personnes vivant dans des milieux d'hébergement pour aînés.



Malheureusement, je n'ai pas encore trouvé une personne qui en accepterait la responsabilité. Si ça vous intéresse, rejoignez-moi au 450 746-3826. Vous pouvez retrouver des informations dans la revue *Quoi de neuf* à la page 21.

*Madeleine Carrière, Lise Charbonneau et Monique Fortin*



## Comité des hommes



À l'occasion de la Journée internationale des hommes, célébrée le 19 novembre, l'AREQ (CSQ) et le secteur Bas-Richelieu ont tenu à rendre hommage à ceux qui ont été et qui demeurent, encore aujourd'hui, « des modèles qui nous inspirent ».

La Journée internationale des hommes est un événement international célébré tous les 19 novembre depuis 1999. Elle vise à revaloriser le rôle des hommes au sein de la société ainsi qu'à mettre en lumière les domaines dans lesquels les différences hommes-femmes les désavantagent.

Contrairement à la Journée internationale des femmes, la Journée internationale des hommes n'est pas officiellement reconnue par l'ONU.

À la suite d'une invitation à tous les hommes de notre secteur, nous avons souligné la Journée internationale des hommes le 18 novembre 2025 lors d'un déjeuner au restaurant Ben & Florentine. Comme lors de toutes les rencontres, les discussions ont été très engagées et très intéressantes.

Pour faire suite à ce déjeuner, nous aimerions avoir une plus grande participation.

Des suggestions de la part des hommes de l'AREQ Bas-Richelieu pour alimenter les activités du comité des hommes sont bienvenues. N'hésitez pas à communiquer avec moi par courriel pour les soumettre.

*Serge Péloquin (cégep), 450 743-8122  
peloquin.serge@videotron.ca*

## Comité de la retraite

### Un espoir pour la pleine indexation

Rappelons-nous que l'AREQ a mandaté la firme d'actuaire Mallette pour analyser le coût d'une pleine indexation des rentes du RREGOP. On y mentionne que l'inflation réduit le pouvoir d'achat des retraités alors que les prix des aliments ont augmenté de 38 % en 10 ans.

La firme a évalué le coût d'une pleine indexation pour chaque période de service, c'est-à-dire les années où vous avez cotisé au RREGOP (voir le tableau ci-bas).



#### Évaluation selon les années de service

Période de service	Coût supplémentaire	Commentaire
Avant 1982	0 \$	Années déjà pleinement indexées
De 1982 à 1999	≈ 4,27 milliards \$	Période la plus touchée avec la formule TAIR - 3 %
Depuis 2000	≈ 6,09 milliards \$	Période avec l'indexation partielle de TAIR divisé par 2
Rente additionnelle après 2020	≈ 0,15 milliard \$	Plafond pour les nouveaux retraités à 40 ans x 2 % pour le calcul de leur rente plutôt que les 35 ans auparavant
<b>Total</b>	<b>≈ 10,51 milliards \$</b>	

Or, la dernière mise à jour actuarielle du RREGOP<sup>1</sup> indique un surplus de 13,7 milliards \$. C'est donc dire que la pleine indexation de nos rentes n'affecterait pas la bonne santé financière du RREGOP puisqu'il resterait capitalisé au-dessus de 100 %. Qu'attendons-nous pour revendiquer la pleine indexation?

De plus, une action proposée par notre président Albert Khelfa a franchi toutes les étapes et a été adoptée par le conseil d'administration de l'AREQ. Que dit cette proposition? Tout simplement que, durant la campagne électorale de l'automne 2026, les présidents des associations de retraités vont dans les comités électoraux des chefs de parti politique pour demander l'indexation de notre rente de retraite. Parallèlement, au niveau local, les personnes retraitées vont aller ensemble visiter les comités électoraux locaux des candidats pour la même revendication. On compte sur votre présence pour cette action.

*Paul Martin, responsable au comité de la retraite du secteur Bas-Richelieu (09A)*

<sup>1</sup>Retraite Québec. Mise à jour au 31 décembre 2023 de l'évaluation actuarielle du RREGOP au 31 décembre 2020 à l'égard des prestations à la charge des participants. 12 juin 2024



## Projet Toujours en action

### Journée internationale des droits des femmes

Fort de la satisfaction pour l'activité *Les Filles du Roy* tenue l'an dernier, le secteur récidive cette année avec une formule semblable.

La conteuse Valérie Deschamps, spécialiste en matrimoine, va venir nous parler sur un ton humoristique des femmes oubliées dans l'histoire du Québec.

Cette activité aura lieu le mardi 10 mars 2026 à la salle 101 du centre culturel de Sorel-Tracy à 10 h.

Un goûter sera servi sur place après la conférence.

*Paul Martin, 1<sup>er</sup> vice-président*



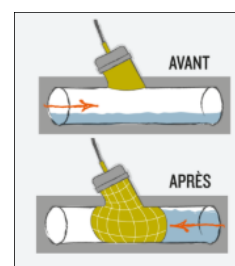
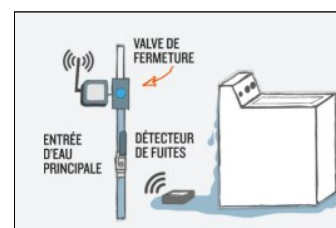
## Assurance

### L'eau et l'assurance habitation avec La Personnelle

Grâce à RÉSEAUT, certains d'entre nous sont assurés avec la Personnelle en ce qui concerne leur habitation. L'an passé, plusieurs d'entre nous ont réclamé à l'assurance à la suite de la tempête Debby qui a déversé des torrents de pluie en quelques heures et qui a causé des infiltrations d'eau dans leur sous-sol. Le Bureau d'assurance du Canada (BAC) a estimé alors qu'il y a eu environ 80 000 réclamations pour un montant de 2,5 milliards \$.

Saviez-vous qu'il y a désormais moyen d'économiser sur votre prime d'assurance habitation? En effet, l'installation de dispositifs pour prévenir des dégâts d'eau pourrait vous permettre de bénéficier de rabais sur votre prime d'assurance :

- Vous pouvez obtenir un rabais de 10 % sur votre prime d'assurance de base si vous installez un dispositif avec détecteurs de fuite d'eau. Ces détecteurs s'installent près d'une toilette, du chauffe-eau, de la laveuse, du lave-vaisselle ou d'un évier. En cas de fuite, ils transmettent l'information à un module électronique qui provoque la fermeture de l'entrée d'eau principale.
- Vous pouvez aussi obtenir un rabais de 5 % sur votre prime d'assurance de base si vous installez des dispositifs avec détecteurs de fuite d'eau reliés à une centrale de télésurveillance. Les détecteurs s'installent près des appareils suivants : chauffe-eau, toilette, lave-vaisselle et laveuse. En cas de fuite, ils transmettent une alerte à une centrale de télésurveillance.
- Vous pouvez obtenir 10 % de rabais sur la garantie Dommages d'eau – eau du sol et égouts (avenant 16c) de votre police d'assurance habitation avec un système anti-refoulement automatique. Il s'agit d'un clapet intelligent composé d'un ballon muni de capteurs d'eau. En cas de refoulement, le ballon se déploie et bloque l'arrivée d'eau dans le tuyau en moins de 15 secondes.



Bien entendu, ces dispositifs ont un coût et c'est à vous de décider si cela en vaut la peine en fonction du risque encouru.

*Paul Martin, responsable du dossier de l'assurance*

## Maison de la musique de Sorel-Tracy

Les membres de l'AREQ secteur Bas-Richelieu profitent du tarif membre à la Maison de la musique de Sorel-Tracy lorsque le spectacle se donne dans cette salle. Il suffit de présenter sa carte de membre de l'AREQ lors de l'achat d'un billet pour un spectacle.

Vous trouverez la programmation sur [www.maisondelamusique.org/](http://www.maisondelamusique.org/).





### Fondation Laure-Gaudreault



La Fondation Laure-Gaudreault a été créée en juin 1990 par une décision du Congrès de l'AREQ. Elle vient en aide à environ 200 bénéficiaires chaque année. Les montants recueillis dans une région financent des projets d'aide dans cette même région.

Le 3 octobre 2025, j'ai assisté à la rencontre des responsables de la Montérégie, six des neuf secteurs étaient représentés. Cette équipe dévouée est active pour recueillir des dons et faire connaître la fondation. Des échanges ont permis de connaître les moyens utilisés par les autres secteurs. Le 17 avril 2026 aura lieu le 2<sup>e</sup> Bureau régional de la FLG.

Lors du dîner de Noël du 17 décembre 2025, des travaux d'artisanat et un tirage ont permis de faire la dernière levée de fonds en 2025, elle a atteint 403 \$.

Les demandes d'aide financière des organismes de chaque secteur doivent être envoyées à la présidente régionale Sylvie Desranleau avant le 13 février 2026. Le 13 mars 2026, un comité de sélection vérifiera l'admissibilité des projets présentés. Je remettrai ensuite le montant offert aux organismes sélectionnés en compagnie du président sectoriel, Albert Khelfa.

Je vous invite à consulter le site de la fondation pour de plus amples informations ou faire un don en ligne à [fondationlg.org](http://fondationlg.org).

Madeleine Carrière, 450 746-3826

#### Nouveau logo de la Fondation Laure-Gaudreault



#### 35 \$ pour 35 ans! - 1990-2025

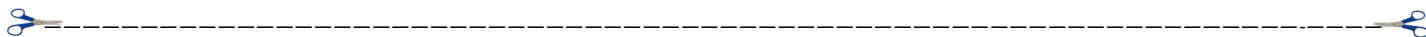
C'est en tant que nouveau président national de la Fondation que je m'adresse à vous.

Une campagne annuelle sous le thème « 35 \$ pour 35 ans! » s'est tenue en 2025. Un tirage parmi toutes les personnes ayant contribué avant le 31 décembre 2025 donnait la chance de gagner un iPad.

Votre soutien continu et votre générosité nous permettent, depuis trente-cinq ans maintenant, d'appuyer des projets dans toutes les régions du Québec axés sur l'aide aux personnes âgées dans le besoin, aux organismes dédiés aux personnes âgées ainsi qu'à la jeunesse, ou encore à la recherche médicale sur les maladies qui frappent plus particulièrement les personnes âgées.

Au printemps 2025, plus de 156 000 \$ ont été versés aux personnes et aux organismes dont les demandes d'aide ont été retenues dans les régions.

Pierre Lefebvre, président national de la FLG



#### Formulaire d'inscription ou de don

Nom et prénom : \_\_\_\_\_ Région : \_\_\_\_\_

Adresse : \_\_\_\_\_  
Numéro Ville Code postal Téléphone

Votre contribution à la Fondation Laure-Gaudreault peut prendre différentes formes :

- ☐ Devenir membre à vie de la Fondation (10 \$) \_\_\_\_\_ \$
- ☐ Faire un don au montant de \_\_\_\_\_ \$
- ☐ Achat de \_\_\_\_\_ cartes de condoléances (10 \$ chacune et considéré comme un don) \_\_\_\_\_ \$
- Total :** \_\_\_\_\_ \$

**Reçu d'impôt émis pour toute souscription annuelle cumulée de 15 \$ ou plus**

**Adresse postale :** 320 rue Saint-Joseph Est, bureau 100, Québec (Québec) G1K 9E7

## Dîner retrouvailles

C'était fascinant d'accueillir quatre-vingt-dix de nos membres à cette activité au restaurant La Bouff-Tifail le 10 septembre dernier. Ne s'étant pas revus depuis l'Expo-Arts, c'était le bonheur de se retrouver, de s'informer des vacances et, pour certains, de lier de nouvelles amitiés.

Notre président les a félicités pour leur présence. Il a présenté les projets pour la nouvelle année et suscité leur intérêt à une participation à divers comités.

Notre responsable de la Fondation Laure-Gaudreault, Madeleine Carrière, nous a invités à contribuer à un tirage pour cette œuvre nécessaire aux plus démunis.

L'ambiance était à la fête et prometteuse pour les prochaines rencontres. Nous vous attendons en grand nombre, votre contribution à la vie communautaire de notre secteur nous tient à cœur et est un moteur à notre engagement envers vous.

*Francine Mercier-Abel*





### Dîner hommage

Le 30 octobre, Sœur Francine Mercier-Abel, vêtue de robe, guimpe et cornette, accueillait les convives dans une atmosphère décontractée au restaurant La Bouff-Tifail.

Plus précisément, 63 membres sont venus célébrer avec les retraités 2024-2025 et ceux cumulant 15, 20 ou 25 ans de retraite : 88 personnes ont donc participé à cet événement annuel. Mentionnons que les 25 « membres fêtés » bénéficiaient de la gratuité pour leur repas.

Devant cette assemblée où plusieurs s'étaient déguisés à l'occasion de l'Halloween, Albert Khelfa, avec son élégance naturelle, a souhaité la bienvenue à tous, puis il a présenté les membres du conseil sectoriel ainsi que les membres actifs de divers comités.

Il a notamment rappelé l'importance du dossier de l'indexation et en a profité pour souligner le soutien de monsieur Louis Plamondon, député fédéral et membre de notre secteur de l'AREQ, dans le dossier de l'indexation. Ce dernier nous a d'ailleurs fait l'honneur de sa présence.

Johanne Seers a attiré l'attention des convives sur la contribution de Michelle Bertrand au comité voyage depuis 15 ans. Dans la même veine, Serge Pélouin a décrit la prochaine escapade au Casino de Montréal et a expliqué pourquoi le coût en était quelque peu onéreux.

Madeleine Carrière a relancé les convives pour les inciter à participer au tirage moitié-moitié et cela s'est



avéré fructueux : un montant d'un peu plus de 300 \$ a été récolté. La gagnante, moi-même!, est repartie avec un portefeuille bien garni!

Enfin, un appel à tous a été formulé afin de recruter de nouveaux bénévoles pour participer aux divers comités.

Bref, le dîner hommage 2025 fut à la fois joyeux et instructif, convivial et dynamique!

*Louise Tremblay*



### Dîner du Souvenir

Le vendredi 14 novembre 2025, une quarantaine de personnes se sont réunies au restaurant La Bouff-Tifail.

Nous nous sommes souvenus de nos collègues décédés durant la dernière année. Un diaporama présentait en continu les 22 membres qui nous ont quittés.

Il y a eu un tirage moitié-moitié au profit de la Fondation Laure-Gaudreault qui fut gagné par Ginette Villiard au montant de 75 \$.

Également chaque année, l'AREQ Bas-Richelieu remet un don de 25 \$ par membre décédé à la Fondation des bénéficiaires des CHSLD Pierre-De Saurel, section Hôtel-Dieu, soit 550 \$ cette année.

Un grand merci aux personnes présentes ainsi qu'aux bénévoles qui ont contribué à la réussite de cette rencontre.

*Gisèle Chalifoux-Martin*





## Comité voyage

### Casino de Montréal

Le jeudi 11 décembre 2025, 48 personnes de notre secteur ont participé au voyage au Casino de Montréal organisé par notre comité pour y jouer et assister au souper-spectacle *Piano Man 3 Version du temps des Fêtes* avec Christian-Marc Gendron.



Les musiques, chants de Noël et imitations ont défilé autant en anglais qu'en français. Sa femme Manon Séguin, leur fille ainsi que neuf musiciens se sont joints à lui. Le groupe Avec pas d'casque est venu insérer quelques chansons Trad.

Le souper était délicieux. Au retour, quelques-uns parlaient de leur gain, d'autres de leur perte, mais personne n'y a laissé sa chemise.

### Remerciements

Les membres du comité voyage tiennent à remercier chaleureusement Michelle Bertrand pour son dynamisme, sa disponibilité et son engagement durant plus de 15 ans au sein du comité.

Michelle a su relever avec brio le défi de trouver des idées aussi originales que variées durant toutes ces années. Merci!



*Serge Péloquin, Johanne Seers et France Joyal*



## Dîner de Noël et 40<sup>e</sup> du secteur Bas-Richelieu

### 40 ans, ça se fête!

Le mercredi 17 décembre 2025, 101 membres ont célébré le 40<sup>e</sup> anniversaire du secteur Bas-Richelieu au restaurant Les Années Folles.

Dans une ambiance joyeuse et festive, notre président Albert Khelfa, a souhaité la bienvenue et nous a informés de la situation dans le dossier de l'indexation.

J'ai eu le plaisir de rappeler l'histoire et l'implication des bénévoles depuis 1985 grâce à qui le secteur est vivant. Vous trouverez le texte aux pages 12 et 13.



Colette Gauthier a préparé et distribué à chaque convive un résumé en chiffres et en images de cette période riche.

Madeleine Carrière, toujours active pour la Fondation Laure-Gaudreault, aidée de Germaine Gadbois, a ramassé 403 \$ pour cette cause grâce au tirage d'une magnifique toile offerte par Danielle Duchesneau et à la vente d'articles d'artisanat.

Une rencontre riche et amicale où il ne manquait que le soleil à l'extérieur pour clore ce bel après-midi.

*Liliane Hardy*



Danielle Duchesneau, Albert Khelfa et Madeleine Carrière accompagnent Ghyslaine Côté, gagnante de la toile.

## Quarante ans d'histoire...

Aujourd'hui, nous nous réunissons pour la dernière fois cette année et les membres du conseil sectoriel veulent souligner les quarante ans d'existence de notre secteur. On ne peut passer sous silence un parcours riche par ses membres et son histoire.

Dans la rubrique Réminiscences du bulletin de janvier 2025, il en était fait mention.

Si nous sommes ici, c'est grâce à tous les pionniers qui nous ont précédés.



### Histoire de notre secteur, le Bas-Richelieu

Le 9 décembre 1985 naît le secteur Carignan avec 52 membres. En 1993, le secteur changera d'appellation pour Bas-Richelieu. Les énergies investies par les membres des comités directeurs successifs ont insufflé à notre organisme un dynamisme entretenu par les idées, les actions et surtout la générosité pour tous les conseils sectoriels suivants. Aujourd'hui 657 membres sont inscrits dans le secteur, alors que 111 membres demeurent dans une ville extérieure.

Depuis 1991, le bulletin, fondé par Louis Côté, paraît trois fois par année. Il informe et resserre les liens entre les membres. En 2006, un logo créé par le regretté Réal Jetté pour représenter le secteur Bas-Richelieu y paraîtra pour la première fois.

Comme complément à l'écrit, une chaîne téléphonique informative et rassembleuse sera instaurée par Aurèle et Francine A. Coulombe. Et pour être à la page, maintenant une chaîne électronique rejoint plus de 465 internautes.

Plusieurs comités s'activent afin d'être à l'affût de toutes les informations pour les communiquer aux membres : indexation, environnement, comité des femmes, comité des hommes, action sociopolitique, bulletin, Fondation Laure-Gaudreault et assurances. Ils entretiennent le sentiment d'appartenance en permettant des rencontres amicales.

Entre septembre et juin, une activité mensuelle permet de renouer avec nos confrères et consœurs : déjeuners, conférences, dîners, accueil des nouveaux, fête des aînés... Toutes les occasions sont bonnes pour rire, échanger et mettre nos nouvelles à jour.

Pour le comité des hommes, tout au long de l'année, c'est le déjeuner du mardi, rencontre sacrée qui permet de régler le sort du monde loin de toute oreille féminine.

Chaque année depuis 1997 lors de l'Expo-Arts, nous admirons les œuvres de nos artistes et artisans : travail du bois ou du métal, aquarelles et huiles, dentelles, courtpointes, tricot, bijoux et plus encore. Quelle diversité et quel talent!

Depuis plusieurs années, un comité voyage propose des sorties variées : visites culturelles, concerts, pièces de théâtre. De belles découvertes et beaucoup de plaisir contribuent ainsi à combler l'isolement.

Un comité sportif a veillé pendant quelques années au bien-être physique et moral de nos membres en organisant des tournois, des randonnées pédestres, des journées en ski de montagne ou en ski de fond.



Les anniversaires sont soulignés par l'envoi d'une carte dont l'illustration est la reproduction d'une œuvre d'une ou d'un artiste de notre secteur.

Tous les membres sont importants. À leur décès, un hommage leur est rendu dans le bulletin et lors d'un déjeuner par un rappel en image pour se souvenir de leur présence parmi nous. De plus, un don à leur mémoire est remis à une fondation.

Je remercie, au nom de tous les membres, celles et ceux qui ont œuvré pendant quelques années au sein d'un conseil sectoriel depuis 1985. Sans leur contribution, le secteur ne serait pas ce qu'il est aujourd'hui.

À eux s'ajoutent une quarantaine de bénévoles qui s'activent à réaliser l'organisation des activités régulières ou ponctuelles tels les responsables des comités ou des tâches connexes, les téléphonistes et les photographes si importants pour la conservation des souvenirs et l'histoire du secteur.

Comme c'est le quarantième de notre secteur, je ne peux passer sous silence sept de nos membres qui ont 40 ans et plus de retraite et qui étaient membres du secteur lors de sa fondation : mesdames Réjeanne Raquier, Marie-Paule Comeau, Claudette Laramée, Lucille Robillard, Claire Boucher, Pauline Lachapelle et Céline Pelletier qui est présente parmi nous aujourd'hui. Elle manque rarement une activité sectorielle.

Céline fêtera son 93<sup>e</sup> anniversaire de naissance le 10 janvier 2026. Elle a été membre du conseil sectoriel de 1991 à 1996. Elle était là lors de la création du bulletin, elle en a illustré la première de couverture en 2001, une artiste peintre, madame Céline! Sa curiosité pour ce qui se passe sur la planète contribue à sa forme. Santé et plusieurs années encore à Céline!

Bon quarantième, secteur Bas-Richelieu!

Merci à vous pour votre présence! Bon dîner!

*Colette Gauthier et Liliane Hardy*





### Hommages

**Claude Frappier et Louis Plamondon, membres de notre secteur, ont été honorés.**

Claude Frappier a fait son entrée au Temple de la renommée du hockey québécois le dimanche 8 novembre 2025.

Depuis 55 ans, il a un impact sur les arbitres et les juges de ligne partout au Québec.

François St-Laurent a déjà dit que « Ce n'est pas l'amour du hockey qui a conduit Claude Frappier au Temple de la renommée, c'est plutôt sa passion pour l'enseignement. Pédagogue exceptionnel, le Sorelois a formé chaque arbitre et chaque juge de ligne québécois qui ont accédé à la Ligue nationale de hockey (LNH). Mais surtout, il a aidé d'innombrables jeunes à prendre de l'aplomb. »

Soulignons aussi que sa femme, Lorraine Nault, l'a d'ailleurs accompagné dans les arénas durant toutes ces années.

Source : Sorel-Tracy Magazine et Les 2 Rives



Louis Plamondon cumule le plus grand nombre de jours consécutifs à la Chambre des Communes de toute l'histoire de la Confédération délogeant ainsi Sir Wilfrid Laurier ayant siégé 15 056 jours, alors que notre député a atteint 15 057 jours le mardi 24 novembre 2025 durant ses 40 ans au service de la population.

Félicitations pour sa longévité et merci pour son travail, son implication et ses réalisations dans le comté Bécancour-Nicolet-Saurel-Alnôbak où il a été réélu sans interruption depuis 1984!

Un membre du secteur dont nous sommes fiers.

Liliane Hardy



### Anniversaires

L'œuvre *Frisson printanier* de Madeleine Pérodeau illustrera la carte d'anniversaire durant l'année 2026.



*Frisson printanier*



Ghyslaine Côté

Ghyslaine Côté enverra une carte d'anniversaire à chaque membre de notre secteur.



### Nouveaux retraités

Douze personnes nouvellement retraitées en 2024-2025 ont adhéré au secteur Bas-Richelieu de l'AREQ (CSQ) en date du 25 novembre 2025.

Christian Albert	France Godin
Annie Campeau	Sylvie Leblanc
Manon DeGuisse	Diane Marchand
Caroline Fecteau	Maryse Thériège
Rachelle Décarie	Harold Turbide
Sylvain Dupuis	Sylvie Verrette

Colette Gauthier, registraire

## Mot de la présidente régionale

L'année AREQ 2025-2026 est lancée, elle s'annonce très active. Tout se déroule rapidement. Plusieurs activités sectorielles sont planifiées. L'activité régionale du 21 octobre 2025 a été très courue, excellente participation lors des présentations marquantes : *L'intelligence artificielle* par Samuel Labrecque (AREQ) et *Les politiques de Trump* par Frédéric Gagnon (Chaire Raoul-Dandurand). Les membres étaient contents d'en apprendre plus sur ces sujets.

La préparation du Congrès est toujours en cours. Les RICS (rencontres intersectorielles des conseils sectoriels) sont terminées. Pour la région Montérégie, elles ont eu lieu les 25 et 26 novembre à Boucherville suite à une invitation envoyée par Québec aux membres délégués et aux membres des conseils sectoriels.

La rencontre des membres délégués s'est tenue le 28 novembre 2025 et la discussion portait sur les statuts et règlements de l'AREQ; les propositions de modification devaient être envoyées avant le 31 décembre 2025.

Comme chaque année, des journées thématiques seront organisées dans les secteurs en lien avec nos dossiers et notre plan d'action.

Outre le congrès, 2025-2026 sera une année chargée : des personnes présidentes de secteur changeront au terme de leur mandat lors des assemblées générales sectorielles. Un nouveau conseil régional en Montérégie sera aussi élu en mai 2026 lors de l'assemblée générale régionale.



Merci à vous toutes et tous pour votre implication et votre excellent travail.

C'est toujours un immense plaisir de rencontrer et d'échanger avec les membres de la Montérégie. Merci pour votre présence.

CERTAINS CROIENT QUE LA VIE  
COMMENCE À 40 ANS, D'AUTRES À 50 ANS.

MAIS POUR MOI, LA VIE COMMENCE  
TOUS LES MATINS QUAND JE ME LÈVE!

AUJOURD'HUI SERA UNE TRÈS BELLE JOURNÉE.

*Renée Dallaire*



## Congrès 2026

### Rencontres préparatoires au Congrès de juin 2026

Les membres des conseils sectoriels et de la délégation au congrès des régions de la Montérégie et de l'Île de Montréal ont assisté les 25 et 26 novembre 2025 à une rencontre préparatoire à Boucherville.

Des échanges se sont tenus sur les orientations et les statuts et règlements pour le triennat 2026-2029. Les discussions ont permis de brosser un portrait clair des préoccupations des personnes âgées de nos deux régions, qu'il s'agisse de soutien à domicile, d'accès à un logement abordable, de transport, de santé ou encore de la participation à la vie communautaire.

Les commentaires recueillis au cours des ateliers vont permettre au groupe de travail sur le contenu du Congrès (GTCC) de définir les orientations qui y seront

votées et qui façonneront l'avenir de l'Association pour les trois prochaines années.

Le vendredi 28 novembre, une autre rencontre a réuni à Saint-Hubert les membres des délégations sectorielles de la Montérégie au congrès. Cette fois, il s'agissait de réfléchir sur les modifications que les membres du comité national sur les statuts (CNSTA) recommandent, soit l'augmentation du minimum et l'introduction d'un maximum pour la cotisation et la mise en place du vote électronique, entre autres. Les propositions devaient être envoyées avant le 31 décembre 2025.

Thème du Congrès 2026 : *L'AREQ, plus grande, plus forte.*

*Colette Gauthier*

# Assemblée générale régionale

Les membres de l'AREQ Montérégie sont convoqués par la présidente régionale, madame Renée Dallaire, à l'assemblée générale régionale.



**Date :** Jeudi 7 mai 2026

**Lieu :** Hôtel MOCO Valleyfield  
40, avenue du Centenaire  
Salaberry-de-Valleyfield

Cette assemblée qui regroupe les neuf secteurs de la Montérégie permet de constater ce qui se fait au niveau régional.

Pour participer à cette assemblée générale régionale ainsi qu'au dîner qui suivra, vous devez vous inscrire auprès de Serge Péloquin au plus tard le 28 avril 2026 au 450 743-8122 ou envoyer un courriel à [peloquin.serge@videotron.ca](mailto:peloquin.serge@videotron.ca).

## Statuts et règlements de l'AREQ (CSQ)

Chapitre 18.00 – Élection 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 7 mai 2026, il y aura une élection à chacun des postes du conseil exécutif régional :

#### Postes en élection :

- Présidence de la région (**ouvert à tous les membres en règle de la région**);
- 1<sup>re</sup> vice-présidence de la région;
- 2<sup>e</sup> vice-présidence de la région;
- Secrétariat de la région;
- Trésorerie de la région.

Les mandats aux différents postes sont de trois ans.

#### Procédure :

- La personne intéressée a à postuler à l'un de ces postes (selon son éligibilité) doit remplir le bulletin de présentation de candidature présenté à l'annexe 1 des Statuts et règlements, octobre 2023, ou le demander au président d'élection Jacques Leclerc à [leclerc\\_j@yahoo.com](mailto:leclerc_j@yahoo.com).
- La personne doit remplir les trois premières parties : élection, personne candidate et poste;
- Cette personne doit être proposée par un membre en règle de la région;
- Elle doit également 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'élection au plus tard le 6 mai 2026, 23 h 59.

*Jacques Leclerc, président d'élection, AREQ Montérégie, 2026*



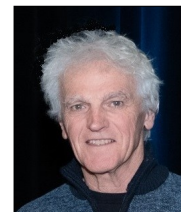
## Comité régional de l'action sociopolitique

### Rencontre des responsables régionaux du comité

À titre de responsable du comité sectoriel de l'action sociopolitique, j'ai reçu le compte rendu de la réunion des responsables régionaux tenue le 6 novembre 2025.

Voyez ci-dessous l'ensemble des sujets abordés lors de cette rencontre.

Jean-Michel Leclaire



#### Accueil

Mesdames Micheline Germain, présidente nationale, et Claire Bélanger, conseillère au comité national de l'action sociopolitique, ainsi que Samuel Labrecque, conseiller responsable au national, ont accueilli les responsables des neuf régions.

#### Tour de table sur les sujets traités dans les différentes régions

Situation des médecins, hausse du loyer en RPA, besoins de la nutrition selon l'âge, changement de nom du comité, surdité et ses conséquences, prise de médicaments, ateliers de bien-être, itinérance, loi 89, transport à Montréal, conférence IA, enjeux sociaux, conférence d'Alain Deneault, soins à domicile...

#### Défis

Relève, comité de l'action sociopolitique régional et aucun comité sectoriel, sujets nombreux dans l'actualité politique, mobilisation à l'action...

#### Informations

Madame Micheline Germain a fait plusieurs entrevues dans les médias au sujet du budget fédéral : logement, programme Maisons Canada, aînés ignorés dans ce budget, revenu garanti inchangé, 75 ans et plus, pension inchangée, pas de changement pour la santé.

Au sujet du national, il est mention du changement de ministre des Aînés, madame Sonia Bélanger étant revenue à ce poste et de l'AREQ en attente de suivi aux demandes faites à la ministre de l'Habitation.

Samuel Labrecque prépare un mémoire sur la Constitution québécoise : élections municipales à Québec, Montréal et Longueuil visant le dossier des personnes aînées.

#### La Course des régions, une initiative de l'AREQ

Présentation par madame Labrie des huit scénarios retenus représentant une image positive des aînés, cela afin de contrer l'âgisme.

Préparation de la tournée des projections locales dans chacune des régions en février et mars prochains. Les membres de l'AREQ pourront voter pour leur préférée!

Bourse de l'AREQ de 5000 \$ remise au Coup de cœur au Congrès de juin 2026. Plus de détails dans le *Quoi de neuf* de l'hiver 2026 aux pages 18, 19 et 20.

#### Ateliers 360 aînés—La réalité virtuelle pour lutter contre la maltraitance chez les aînés de la Fondation Jasmin Roy Sophie Desmarais

Présentation de trois scènes en virtuel, casque de visionnement et écouteurs sur la tête! Après chaque visionnement mettant en scène un aîné en situation de maltraitance, une discussion permet d'identifier les comportements de l'intimidation verbale, physique et sociale. Très intéressant, scènes très réalistes de situations que peut vivre un aîné à l'hôpital, dans la famille ou au travail. Notre présentateur Hubert indique qu'au niveau cognitif, le visionnement en virtuel, selon les études, est plus significatif (on retient davantage) que le visionnement sur un écran!. (La Fondation Jasmin Roy Sophie Desmarais est devenue la Fondation Isabelle et Luc Poirier le 1<sup>er</sup> décembre 2025, NDLR.)

#### Jeu de société, *Par ici la retraite!*

Le jeu est terminé! La version finale aux couleurs attrayantes et vivantes sera aussi présentée au Congrès de juin en présence de Normand D'Amour! Il sera disponible à partir de ce moment. J'ai hâte de jouer!

Nicole Claing, responsable régionale  
au comité d'action sociopolitique

## Conférences - Assurances et retraite



Nous avons le plaisir de vous annoncer que M<sup>me</sup> Johanne Freire, conseillère à la sécurité sociale de l'AREQ, viendra entretenir les membres de la Montérégie au sujet des assurances et de la retraite.

**Date :** Mardi 3 février 2026

**Endroit :** Restaurant L'Ancêtre  
5370, chemin de Chambly  
Saint-Hubert QC J3Y 3N9

**Horaire :** 9 h : Accueil  
10 h : Conférence sur les assurances  
12 h : Dîner  
13 h : Conférence sur la retraite  
15 h : Clôture

**Coût :** 20 \$ : Membre  
25 \$ : Personne conjointe  
40 \$ : Non-membre

**Réservation :** Paiement par chèque : Libellé à l'ordre de AREQ-Longueuil  
Destinataire : Lucie Larose, 266, chemin d'Iron Hill, Bromont QC J2L 3E3

**Choix de repas :** - Poulet sauce mandarine  
- Filet de doré amandine  
- Émincé de bœuf sauce poivrée

**Indication d'informations :** Nom, adresse postale, numéro de membre et choix du repas

**Date limite :** 21 janvier 2026



## Aide médicale à mourir (DAAMM)

### Lancement du guide patient pour aider à compléter le formulaire

L'Association québécoise pour le droit de mourir dans la dignité (AQDMD), dont l'AREQ est membre, a développé un **nouveau guide** pour accompagner les patients dans la complétion de leur formulaire de demande anticipée d'aide médicale à mourir (DAAMM).

Fruit d'une démarche collaborative réunissant médecins, personnes œuvrant en travail social, experts de terrain et organismes partenaires engagés pour l'autonomie décisionnelle des personnes, ce guide est structuré en trois volets :

- un rappel du cadre légal entourant les demandes anticipées d'aide médicale à mourir;
- une aide à la réflexion préalable destinée aux patients;
- des conseils pratiques pour une complétion adéquate et rigoureuse du formulaire.

L'objectif de cet outil est double : faciliter la démarche pour les patients et leurs équipes cliniques, mais aussi optimiser la qualité des formulaires complétés afin de maximiser les chances d'obtention de l'AMM, en veillant à ce que la volonté de la personne soit exprimée de manière complète, éclairée et conforme au cadre légal.

Pour consulter le guide »: [https://aqdmd.org/wp-content/uploads/2025/12/202510\\_AQDMD\\_GuidePatients.pdf](https://aqdmd.org/wp-content/uploads/2025/12/202510_AQDMD_GuidePatients.pdf).

Source : Infolettre de l'AREQ du 9 décembre 2025

## Environnement

### Les changements climatiques : une arnaque?

Le mardi 23 septembre dernier, le président des États-Unis, Donald Trump, a déclaré devant l'Assemblée générale de l'ONU que « les changements climatiques étaient la plus grande arnaque, la plus totale ». Heureusement que 100 représentants de pays sont venus contredire Donald Trump à l'ONU; parmi ceux-ci, 40 chefs d'état dont le président de la Chine, Xi Jinping.

Cela fait plusieurs années que l'ONU organise des conférences annuelles sur le climat appelées COP (Conférence des Parties). En 2015 à la conférence de Paris, plus de 190 pays ont fixé la cible de +1,5°C pour l'augmentation de la température de l'atmosphère terrestre par rapport à l'ère pré-industrielle.

Cette année, la conférence s'est tenue à Belém au Brésil. Les énergies renouvelables se déploient au niveau mondial plus vite que les énergies fossiles malgré le changement des politiques climatiques aux États-Unis, a indiqué le mercredi 12 novembre 2025 l'Agence internationale de l'énergie (AIE) dans le cadre de cette conférence sur le climat. Cette agence voit aussi la demande de pétrole se stabiliser vers 2030. En l'absence de Donald Trump à la COP30 au Brésil, c'est son principal opposant démocrate, le gouverneur de Californie Gavin Newsom qui a attiré la lumière avec une défense sans ambiguïté de l'action climatique. L'accord de la COP30 prévoit d'instituer un « dialogue » sur le commerce mondial, une première dans les négociations climatiques; en effet, les Européens prévoient instituer une taxe carbone à leurs frontières.

Malheureusement, la feuille de route pour sortir des énergies fossiles proposée par une coalition de plus de 80 pays n'a pas fait consensus; le Canada ne faisait pas partie de cette coalition. En fait, ces conférences annuelles représentent un thermostat planétaire et chaque pays se confond à une plinthe chauffante avec ses émissions de gaz à effet de serre. On voit bien que la plupart des pays du monde mettent l'épaule à la roue pour lutter contre les changements climatiques alors que nous avons de la misère à suivre.

En effet, le gouvernement Carney a mis fin à la taxe carbone et prévoit permettre la construction d'oléoduc et de gazoduc. À l'inverse, l'ancienne ministre fédérale de l'Environnement Catherine McKenna, présente à la COP30, dénonce les multiples stratégies et le lobbying intensif de l'industrie des énergies fossiles pour qu'elles évitent de réduire leurs émissions de gaz à effet de serre. En entrevue au *Devoir*<sup>1</sup>, elle affirme d'ailleurs que les projets de capture et de stockage de carbone des pétrolières servent d'abord à retarder l'action climatique. Son constat est d'ailleurs sans équivoque : « Le lobby des énergies fossiles fait tout ce qui est en son pouvoir pour retarder ou bloquer toute mesure qui s'attaquerait aux émissions de gaz à effet de serre de l'industrie la plus polluante au pays. Ils parlent uniquement de leurs propres intérêts et ne se préoccupent pas des intérêts des Canadiens. »

Paul Martin

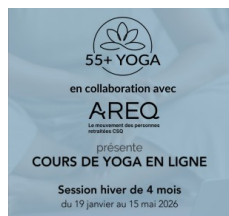
<sup>1</sup> Alexandre Shields. Catherine McKenna dénonce le lobbying intensif de l'industrie des énergies fossiles. *Le Devoir*, 17 novembre 2025.



## Yoga

### Des cours adaptés à vos besoins

Rejoignez la toute nouvelle équipe de 55+ YOGA et pratiquez depuis le confort de votre domicile. Que vous préféreriez une séance sur chaise ou une pratique plus traditionnelle sur tapis, vous trouverez un cours parfaitement adapté à vos besoins, quelle que soit votre condition physique.



**Session d'hiver de 4 mois : 9 janvier au 15 mai 2026**  
**Date limite d'inscription : Dimanche 18 janvier 2026**

### Maintenez une belle qualité de vie

Profitez d'une programmation variée qui aborde un large éventail de thématiques pour développer et maintenir six facultés essentielles, contribuant à préserver votre qualité de vie et à vous sentir mieux au quotidien.

En collaboration avec 55+ YOGA, l'AREQ (CSQ) vous offre une réduction exceptionnelle de 30 % à 35 % sur l'inscription à la session hiver 2026.

Source : Infolettre de l'AREQ du 1<sup>er</sup> décembre 2025



### Campagne d'adhésion à l'AREQ

#### Une occasion unique pour vos proches

Vous connaissez des personnes de votre entourage qui envient votre régime d'assurance collective, ses avantages exclusifs et ses tarifs imbattables? C'est le moment idéal pour leur parler de la nouvelle campagne d'adhésion à l'AREQ et à la possibilité d'adhérer au régime d'assurance maladie Santé ou Santé Plus ASSUREQ.

Du 1<sup>er</sup> janvier au 31 mai 2026, toutes les personnes retraitées ayant déjà été membres d'un syndicat affilié à la Centrale des syndicats du Québec (CSQ) peuvent adhérer à l'AREQ et accéder au régime d'assurance maladie ASSUREQ, en Santé Plus, un avantage normalement réservé aux personnes nouvellement retraitées.

Cela inclut, entre autres, les personnes ayant travaillé en enseignement, en soutien scolaire, en petite enfance, en santé ou en milieu communautaire dans un établissement syndiqué par la CSQ.

#### Une occasion unique à durée limitée

Dans le cadre de la campagne d'adhésion spéciale qui se tient du 1<sup>er</sup> janvier au 31 mai 2026, l'AREQ offre une occasion exceptionnelle aux personnes qui n'avaient pas pu adhérer à l'AREQ au moment de leur retraite, de le faire maintenant pour ainsi profiter pleinement de tous les avantages réservés aux membres dont le régime ASSUREQ qui est offert en deux formules : Santé et Santé Plus.

Source : Infolettre de l'AREQ du 12 décembre 2025

#### Pourquoi tant de membres choisissent ASSUREQ

- Pour ses tarifs imbattables qui n'augmentent pas en fonction de l'âge;
- Pour son assurance voyage couvrant un séjour allant jusqu'à six mois consécutifs;
- Pour sa couverture votre vie durant;
- Pour son adhésion facile sans preuve de bonne santé;
- Pour la continuité de l'assurance pour la personne conjointe survivante, après le décès du membre;
- Pour bien plus encore...

#### Petit extra gourmand pour vous!

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

Et c'est sans limite : plus vous référez, plus vous savourez!

#### Vous référez, on s'occupe du reste

Si quelqu'un de votre entourage souhaite en savoir plus, il suffit de le diriger vers l'AREQ au 1 800 663-2408 ou à [info@areq.lacsq.org](mailto:info@areq.lacsq.org). Cette personne devra simplement mentionner vos coordonnées et votre numéro de membre au moment de l'adhésion pour que vous puissiez bénéficier de la carte-cadeau.

**Vous êtes nos meilleurs ambassadeurs.  
Propagez la bonne nouvelle!**

#### Saviez-vous que ?

- La conjointe ou le conjoint survivant, au sens de la loi, du membre régulier de l'AREQ, peut devenir membre associé de l'AREQ;
- Le membre associé a droit aux mêmes services que le membre régulier;
- La conjointe ou le conjoint retraité du membre régulier de l'AREQ peut devenir membres associé de l'AREQ;
- Pour l'assurance collective, il faut adhérer à l'AREQ dans les 90 jours suivant la date du décès.

#### Saviez-vous que ?

- Le taux d'indexation qui s'appliquera au montant de la rente du Régime de rentes du Québec (RRQ) à compter du 1<sup>er</sup> janvier 2026 est de 2 %;
- Le TAIR 2026 (taux d'augmentation de l'indice des rentes) a été déterminé en fonction de l'indice des prix à la consommation (IPC) de Statistique Canada pour chaque mois compris entre novembre 2024 et octobre 2025.
- Trois formules sont utilisées pour calculer l'indexation de la rente des personnes retraitées du secteur public, selon les années durant lesquelles elles ont cotisé au régime (voir p. 6).



## Consultations

Les consultations couvrent toutes les questions juridiques d'ordre personnel<sup>[1]</sup> :

- **Droit familial** (séparation, divorce, garde d'enfants, etc.);
- **Droit civil** (garantie légale, contrat de vente auto et habitation, contrat bancaire, faillite, bail en résidence...;
- **Immigration**

Les consultations incluent la recherche de jurisprudence, l'analyse des documents, la formulation d'avis juridiques verbaux, ainsi que les explications des impacts juridiques d'un recours.

## Représentation - Bail et fraude ou vol d'identité

Depuis le 1<sup>er</sup> juillet 2025, un volet de représentation s'ajoute aux services juridiques pour les membres de l'AREQ. Ils ont désormais accès au service de représentation dans le cadre d'un litige en lien avec un bail de logement résidentiel. Ce bail peut, par exemple, être contracté pour un logement ou encore pour une résidence privée pour aînés (RPA).

Les membres de l'AREQ ont également accès au service de représentation par lequel Novum agira en leur nom comme avocat et représentant légal afin de récupérer les sommes d'argent perdues à la suite d'une fraude ou d'un vol d'identité.

Les services suivants sont inclus<sup>[2]</sup> :

- Rédaction de mise en demeure;
- Négociation avec la ou les partie(s) adverse(s) ou avec leurs avocats;
- Rédaction et dépôt de procédures au Tribunal administratif du logement ou à la Division des petites créances de la Cour du Québec, le cas échéant;
- Préparation et représentation du membre à l'audience (cahiers d'autorités, session de préparation avec un avocat du Cabinet).

## Coordonnées

**Ligne téléphonique sans frais accessible partout au Canada pour les membres de l'AREQ : 1 844 745-4714**

Pour une prise en charge simple et rapide de votre demande, nous vous invitons à la soumettre via l'application mobile Accès Novum, disponible sur toutes les plateformes.

Si vous n'êtes pas en mesure d'utiliser l'application mobile, nous vous invitons à laisser un message vocal en mentionnant :

- Votre nom complet;
- Votre numéro de membre;
- Mentionnez que vous êtes un membre de l'AREQ;
- Votre numéro de téléphone.

Et la date à laquelle vous devez vous présenter devant un tribunal, le cas échéant.

**Site Internet : [novumlegal.ca](http://novumlegal.ca)**

<sup>1</sup> Le droit criminel est exclu.

<sup>2</sup> Les frais de dépôts de procédures, de huissiers, d'expertise, de requêtes ou des frais auxquels le membre pourrait être condamné par le Tribunal, sont à la charge du membre.

## Régime d'assurance maladie

**ASSUREQ**

### Passage du programme Santé à Santé Plus

Du 1<sup>er</sup> janvier 2026 au 31 mai 2026, vous pourrez passer du programme Santé à Santé Plus. Ceci est une exception pour cette période.

### Bonification des garanties aux assurances santé

Afin de s'ajuster aux coûts réels, le tableau 1 indique les bonifications pour les garanties. Pour les appareils auditifs et le transport et hébergement en vue de la consultation d'un spécialiste, les garanties s'appliquent pour les deux régimes : **Santé** et **Santé Plus**.

**Tableau 1 : Nouvelles garanties**

Garanties	2025	2026
Appareils auditifs	Max 750 \$/48 mois	Max 1500 \$/48 mois
Transport et hébergement pour consultation d'un spécialiste	Max 1000 \$/année	Max 2500 \$/année
Examen de la vue (seulement pour <b>Santé Plus</b> )	Non couvert	Remboursement à 80 % aux 24 mois

### Ajustements des primes mensuelles pour les assurances Santé

Les remboursements du médicament Wegovy pour la perte de poids ainsi que le volume des réclamations contraignent à un ajustement des primes mensuelles que l'on retrouve dans les tableaux 2 et 3.

**Tableau 2 : Santé**

Statut de protection	2025	2026
Individuel	29,68 \$	29,07 \$
Monoparental	36,24 \$	35,94 \$
Familial	58,81 \$	59,58 \$

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

**Tableau 3 : Santé Plus**

Statut de protection	2025	2026
Individuel	57,18 \$	58,33 \$
Monoparental	68,78 \$	70,56 \$
Familial	108,77 \$	112,74 \$

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



## Régime d'assurance vie

### Ajustements des primes mensuelles pour l'assurance vie

Il y a eu une augmentation marquée du nombre de décès, mais la bonne santé financière du plan d'assurance vie permet d'absorber la hausse et même de baisser les coûts mensuels comme le montre le tableau 4.

**Tableau 4 : Assurance vie**

Choix	Statut de protection	2025	2026
Choix 1	Individuel	20,58 \$	14,46\$
	Familial	33,51 \$	28,41\$
Choix 2	Individuel	47,16 \$	43,38\$
	Familial	60,08 \$	57,33\$
Choix 3	Individuel	73,74 \$	72,30\$
	Familial	86,67 \$	86,25\$

Rappelons-nous que les choix pour l'assurance vie déterminent les montants assurés pour la protection payable au bénéficiaire comme le montre le tableau 5.

**Tableau 5 : Montant payable au bénéficiaire lors du décès de l'adhérent(e)**

Âge au moment du décès de l'adhérent(e)	Choix 1	Choix 2	Choix 3
Moins de 60 ans	20 000 \$	40 000 \$	60 000 \$
De 60 à 64 ans	15 000 \$	30 000 \$	45 000 \$
65 ans ou plus	10 000 \$	20 000 \$	30 000 \$

Voilà en ce qui concerne les informations sur les assurances.

*Paul Martin, 450 742-8621,  
responsable au comité sectoriel des assurances*

### Les modes vont et reviennent!

Les jeux de société sont des moments de plaisir qui renforcent les liens familiaux et amicaux. Jeunes ou vieux, les jeux nous relient aux autres. Ils augmentent la capacité de s'arrêter et de se calmer en plus de développer :

- par des échanges verbaux, le langage et le vocabulaire;
- par la manipulation des pions, dés ou cartes, la motricité fine;
- par l'attente de son tour, le respect des règles, la maîtrise de soi et la sociabilité.

De plus, les jeux apportent des avantages sur le plan cognitif : mémoire, observation et logique se développent en prévoyant des stratégies. Et que dire du fait d'apprendre à gagner ou à perdre? Quelle leçon de vie!

Alors, étant donné que les modes vont et reviennent (et nous avons notre rôle à jouer en ce domaine), si on délaissait un peu la technologie pour s'adonner à des jeux de société si propices aux échanges, aux rires et même aux confidences. Qu'en dites-vous?

*Danielle Duchesneau*



Ah! Ces jeux de société! Ces jeux allant de simples à complexes, adaptés à l'ère électronique, jouent un rôle non négligeable dans la vie de chacun.

Dès mon enfance, le dimanche, cette activité privilégiée réunissait la famille apportant détente, fous rires et... petites frustrations. Puis au temps des études, les jeux de société prirent du recul pour revenir en force avec l'arrivée des enfants. Certes, ces jeux sont un bon moyen de se détendre, d'apprendre à socialiser, à connaître l'autre, à se connaître, à s'affirmer, à patienter, à performer...



Maintenant, la période du temps des Fêtes ramène le jeu de société à l'honneur, surtout celui qui se prolonge sur plusieurs heures, donc dans le salon, une table lui est réservée où il nous attend patiemment durant les repas et les promenades.

Si le jeu de société se révèle intéressant et formateur, il ne m'attire pas tellement, sauf pour partager ces moments avec ceux qui m'entourent.

*Hélène Bergeron*



Jouons ensemble! Je me souviens avec joie des moments inoubliables passés à jouer à des jeux de société avec mes petits-enfants.

Avec mon petit-fils qui privilégiait Jour de Paye et Carrières, c'était du sérieux. Jour de paye apprend à gérer un budget mensuel dans le but d'économiser et de devenir le plus riche des participants et Carrières ouvre la voie vers une progression planifiée d'opportunités d'avancement et de choix pour l'avenir. Nous aimions nous confronter à des situations parfois cocasses mais toujours ambitieuses, surtout venant du jeune garçon de 6 à 10 ans qu'il était à cette période.



Avec ma petite-fille, la tactique était différente. Pleine d'énergie, elle aimait les jeux de cartes (la bataille, surtout) et les jeux de mimes dont Mi Mé Mo qui avait sa faveur. Les indices lui donnaient des ailes et elle manifestait un enthousiasme qui me charmait. Elle disait à sa maman qu'elle avait probablement épuisé sa grand-mère. Il m'en fallait plus pour me désespérer.

Que de sourires et de rires! Mais il fallait aussi qu'ils apprennent à perdre, pas toujours à gagner, car dans la vie, c'est un peu ce qui se passe parfois.

*Francine Mercier-Abel*



Jouer au toc est comme jouer aux échecs mais à plusieurs joueurs. Il y a une gamme de règles à suivre. Il faut telles cartes pour pouvoir mettre une de nos quatre billes en jeu. Par la suite, chaque joueur décide de sa stratégie. Certains optent pour s'avancer le plus rapidement possible. D'autres préfèrent ralentir les adversaires. Ils peuvent manger les billes adverses ou alors empêcher un opposant de jouer son tour.

Quel beau jeu pour découvrir les personnes qui jouent avec nous! En plus de voir des cerveaux décider des stratégies à observer, il y a les traits de caractère qui ressortent souvent. C'est bien ce que j'aime, car tout cela se déroule dans la joie et le respect de l'autre. Et bien sûr, il y a la gloire d'avoir remporté la partie. Pour garder vos neurones actifs, il n'y a pas de meilleur jeu de société. Bonne partie!



Jean Claude Tellier



Bien que je sois plutôt lecture que jeux de société, je ne dis jamais non à une partie de Scrabble et un bon café.

À l'occasion, on y joue aussi avec nos petits-enfants et on en profite pour travailler leur français. À leur demande, on y joue parfois même dans la langue de Shakespeare et j'en profite pour améliorer mon anglais.



Ces derniers nous ont aussi fait découvrir plusieurs jeux de société qui nous permettent de passer du bon temps avec eux. Il y a, entre autres, Uno, Triominos et Skip-Bo.

Sollicité par mon petit-fils, je me suis remis aux échecs, il aime bien me rendre la vie difficile avec ses mouvements appris sur Internet.



Tous ces jeux contribuent à travailler ma mémoire au même titre que la lecture. Et à l'âge de la retraite, il est très important de la stimuler.

Malgré leurs efforts louables pour me convertir à leurs jeux vidéo, je n'ai cédé qu'à Tetrix que j'aime bien et je me contente plutôt de les observer et de voir l'évolution de ces jeux qui peuvent être très éducatifs et constructifs. Bien sûr, il est très important de départager les bons jeux des mauvais.

Je dois dire que la pratique des jeux de société est pour moi une façon de socialiser et d'échanger avec les participants, contrairement à la pratique de sports où l'esprit de compétition et la victoire étaient vraiment plus présents dans mon cas.

André Caplette



Mots croisés, Sudoku, Scrabble où je joue quotidiennement sur ma tablette sont plutôt des jeux en solitaire...

Pourtant, j'aime beaucoup les jeux de société. Je n'ai pas souvent la chance d'en jouer, mais lorsque mes petits-enfants viennent chez moi, j'en profite. Jeux de dominos, Skip-Bo, Parcheesi et cartes sont autant d'occasions de découvrir et de mettre à l'épreuve leur caractère et le mien!

Des stratégies, des impatiences, des rires et quelquefois des pleurs sont autant de bonheur à renouveler pour mon plus grand plaisir.

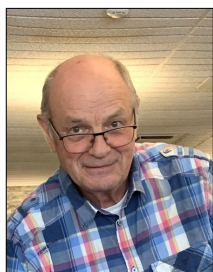
« Il paraît qu'il ne faut pas avoir peur du bonheur, c'est seulement un bon moment à passer. », Romain Gary. Je vous souhaite tout plein de bonheur.



Johanne Seers



## Tranche de vie



Tout jeune, les jeux de société n'étaient pour moi que de simples divertissements. J'étais loin de me douter qu'ils contribuaient à me façonner en tant qu'être humain. En fait, le jeu jouait un rôle essentiel dans mon apprentissage en développant différentes aptitudes tout en mettant en évidence de nouvelles facettes de ma personnalité.

Du haut de mes quatre ans, le jeu n'était qu'un jeu. « À quoi qu'on joue...? » étaient les quatre mots les plus importants dans mon vocabulaire à cette étape de ma vie. « J'en ai-tu... » épuisés des grands-parents, des *mononcles* et des *matantes*!...

À cette époque, ma mère m'a initié aux jeux de cartes en jouant à la Bataille. Rien de bien glorifiant, mais ce sera la première pierre sur laquelle sera bâtie ma personnalité. Puis mon grand-père ne voulant pas être en reste m'a fait grimper de quelques échelons en me montrant à jouer au Paquet voleur, au 8, puis à la Dame de cœur. Mémoire, observation et stratégie furent les premiers éléments de mon développement cognitif.

Puis avançant en âge, ma mère m'a fait passer aux vrais jeux de société, ceux qui façonnent la personnalité. En plus des éléments déjà activés, la motricité fine fera son entrée. Au cours des années suivantes, je suis passé de Serpents et échelles au Parcheesi jusqu'au fameux Monopoly. C'est durant cette période que j'ai délaissé les adultes pour jouer entre amis.

Fait marquant aussi dans ma vie, le dimanche en après-midi, mon père voulait que ce temps soit consacré à la famille. J'avais environ dix ans quand il m'a appris à jouer au Pichenotte. Mon père était un vrai champion!...

Dans le quartier, durant deux ans, le Pichenotte fut le jeu par excellence. Nous étions 12 amis et nous avions deux jeux. Certains jours, on sortait les jeux dehors et on organisait des tournois. On tirait des équipes de deux et il en coûtait un sou pour y participer. On s'amusait à qui mieux mieux une bonne partie de l'après-midi. On s'arrêtait quand on entendait la cloche de M. Joubert qui parcourait les rues avec son cheval et sa voiture de patates frites. L'équipe gagnante, avec son gain (10 ou 12 sous), achetait deux casseaux de patates frites que nous partageons, car nous étions des amis.

Nous vivions à des années-lumière de l'invasion du cellulaire et des cossins électroniques envahissants. À bien y penser, j'ai eu du vrai temps de qualité. Le téléphone était accroché au mur et chaque chose avait sa place. Dieu merci!...

Richard Jutras

P.S. : À 15 ans, j'ai battu mon père pour la première fois dans un tournoi « 2 de 3 » au jeu de Pichenotte.



## Quiz de Richard Jutras

**La Dernière Craie**  
ARÉQ CSQ  
Région Montérégie  
Secteur Bas-Richelieu (09A)  
Volume 33, Numéro 2  
Janvier 2026

**Associe le jeu avec le numéro**

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	
UNO	Scrabble	TOC	Parcheesi	Crib	Skip-Bo	Monopoly	Rummy	Backgammon	Pichenotte	Clue	Mille Bornes	Serpents et échelles

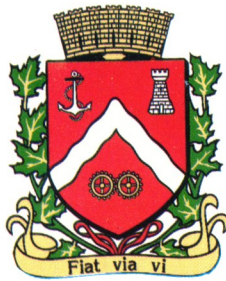
**J E U X**  
**S O C I É T É**

- 1
- 2
- 3
- 4
- 5
- 6
- 7
- 8
- 9
- 10
- 11
- 12

## De Saurel à Sorel-Tracy

Il y a 383 ans sur les bords de la rivière Richelieu qui se jette dans le fleuve Saint-Laurent, des pieux d'arbres s'enfonçaient dans le sol vierge pour construire le premier fort Richelieu. Ce fut notre acte de naissance, le 13 août 1642<sup>1</sup>. Sorel-Tracy, par ce fait, est la quatrième plus vieille ville au Canada. Elle a une belle histoire. Il faut dans un premier temps, connaître et s'abreuver de certains événements historiques qui ont façonné, forgé et sculpté notre identité et notre caractère sorelois.

La devise de notre ville *Fiat via vi* tirée du poète latin Virgile signifie que « la route se trace par la force » ou « on n'avance qu'au prix d'un effort ». Cette devise illustre très bien tous les efforts faits et consentis par les colons, les habitants et les dirigeants qui élaborèrent, bâtirent et édifièrent à travers le temps les forts, le village, le bourg, la cité et la ville de Sorel-Tracy.



Aujourd'hui, je me contenterai de vous rappeler le tout début de notre ville, fortifiée jadis.

Pour réussir dans la colonisation de la Nouvelle-France, il fallait à tout prix empêcher les Iroquois de faire la guerre aux occupants français. Charles Huault de Montmagny, gouverneur de la Nouvelle-France fraîchement nommé, s'activa fortement à la sécurité de la colonie contre les incursions des Iroquois. Pour lui, le moyen le plus efficace était de leur barrer la route de la rivière des Iroquois<sup>2</sup>. Une partie des troupes récemment arrivées de France fut employée dans ce but. De Montmagny arriva de Québec le 13 août 1642 à l'entrée de la rivière des Iroquois avec trois barques portant les colons-ouvriers et les soldats. Le fort en bois fut appelé Richelieu en l'honneur du célèbre cardinal de Richelieu, le ministre sous le roi Louis XIII. En 1647, suite aux attaques incessantes des Iroquois, le fort fut déserté.

En 1665, Daniel Rémy de Courcelles, Jean Talon, lieutenant-général de la Nouvelle-France, le marquis Alexandre de Prouville de Tracy et le régiment de Carignan-Salières arrivèrent à Québec. M. de Tracy voulait mettre le pays sur un pied de défense. Il décida de construire trois forts sur la rivière des Iroquois, le fort Richelieu (Sorel), le fort Saint-Louis (Chambly) et le fort Sainte-Thérèse.

Le capitaine Pierre de Saurel du régiment de Carignan-Salières fut chargé de la construction du second fort, en pierre cette fois-ci. Encouragé par M. de Tracy, il accepta la garde du fort et demanda au roi une vaste

concession de terre. Pierre de Saurel, par la grâce du roi Louis XIV<sup>3</sup>, devint le premier seigneur de Saurel<sup>4</sup>.

Le 29 octobre 1672, le roi lui accorda enfin un domaine de seigneurie de deux lieues et demie de front situé de chaque côté du fleuve, incluant les îles Saint-Ignace, Madame, Ronde, aux Ours et de Grâce.

Voilà pour les premiers pas de ce qui deviendra la ville actuelle de Sorel-Tracy. Nous devons avoir un souci de mémoire envers celles et ceux qui ont tracé le difficile, mais excitant chemin à suivre. Nous nous devons de connaître leur histoire, notre histoire. Avec le temps, nous avons construit avec force, ténacité, labeur et entrain une personnalité vivace, ineffaçable toute soreloise, unique au Québec. Ceux et celles qui nous ont précédés ont mis une table fleurie, colorée et goûteuse à l'ombre discrète des grands et solides arbres du Carré Royal, le cœur battant de notre ville depuis plus de deux siècles. J'aime cette ville qui m'a vu naître et grandir. Elle m'a aussi inspiré, réconforté, animé d'espoir et nourri d'amitiés durables.

Je suis un citoyen fier et préoccupé de sa ville, mais je demeure aux aguets. Je suis un peu inquiet de la lenteur de la revitalisation de notre centre-ville. N'est-il pas le cœur de la ville?

Notre ville doit redevenir prospère, attrayante et invitante, comme elle le fut jadis. Elle occupe un site privilégié, comme l'avait pressenti les premiers occupants en 1642. Il est temps de se redécouvrir et d'exploiter à nouveau notre caractère novateur et industriels. Nos forces réputées nous le demandent comme l'indique notre nouveau blason « Bâtisseurs de fierté ». Cette expression souligne toute la fierté des résidents de Sorel-Tracy à l'égard de leur histoire et de leur patrimoine. Elle fait aussi référence aux bâtisseurs des nombreux chantiers maritimes qui ont marqué l'histoire de la ville.



Jean Rajotte

1. Date d'anniversaire
2. Aujourd'hui, rivière Richelieu
3. Louis XIV, Roi Soleil
4. Pierre de Saurel épousa dame Catherine Le Gardeur en 1668 à Québec.

## PROGRAMME DE L'UTA SOREL-TRACY – Hiver 2026

### Cours

LUNDI 13 h 30 à 16 h 00

CENTRE CULTUREL DE SOREL-TRACY

#### Quand la science heurte les vérités religieuses - l'affaire Galilée et l'affaire Laurendeau

Luc Foisy et Marcel Sylvestre ..... 2 au 23 février

#### Tour du monde en musique

Johanne Hébert ..... 2 au 23 mars

Centre culturel de Sorel-Tracy  
3015, place des Loisirs, Sorel-Tracy



#### INSCRIPTION

Formulaire d'inscription à remplir en ligne  
dès le **7 janvier 2026, 9 h** sur le site web  
[www.usherbrooke.ca/uta/prog](http://www.usherbrooke.ca/uta/prog)

#### RENSEIGNEMENTS

- Johanne Brouillard ..... 450 494-3126
- Michel Létourneau ..... 450 743-0135
- Yvon Langevin ..... 450 743-1598

Les frais de scolarité sont de 70 \$ pour chaque cours et 120 \$ pour les conférences.  
Des frais de 8 \$ s'ajoutent pour l'AGÉAUTAM (Association générale des étudiants de l'antenne universitaire du troisième âge en Montérégie) et 2 \$ pour le Fonds Roger-Bernier (facultatif).

### Conférences

MERCREDI 13 h 30 à 16 h 00

CENTRE CULTUREL DE SOREL-TRACY

#### Les beaux instants culturels de l'UTA

##### - Pleine lumière sur les Filles du Roy

Martine Laverdure ..... 4 février

##### - Fonds d'investissement ou Fonds négociés en bourse (FNB), quelles différences?

Jean-Marc Thuotte ..... 11 février

##### - La transition énergétique au Québec

Yvan Cliche ..... 18 février

##### - La justice criminelle et pénale - démystifier le système judiciaire criminel

Marie-Anne Tremblay ..... 25 février

##### - Victor-Lévy Beaulieu

René Robitaille ..... 4 mars

##### - Balade insolite dans l'histoire des papes au Moyen Âge

Marc Carrier ..... 18 mars

##### - Athènes, berceau de la démocratie

Patrick Péloquin ..... 25 mars

##### - Des femmes au Panthéon

Lorraine Pagé ..... 1<sup>er</sup> avril

Programmation détaillée à [usherbrooke.ca/uta/prog](http://usherbrooke.ca/uta/prog)

Yoga sur chaise ..... Jeudi de 10 h à 11 h  
Sylvie Dumas ..... 5 février au 9 avril 2026  
Droits de scolarité : 110 \$



#### Avez-vous trouvé les réponses?

#### Réponses du quiz

① Backgammon	⑤ Parcheesi	⑨ Skip-Bo
② UNO	⑥ Toc	⑩ Yum
③ Rummy	⑦ Mille Bornes	⑪ Crib
④ Serpents et échelles	⑧ Clue	⑫ Scrabble



## À la douce mémoire de...

### Soeur Régina Leclerc décédée le 8 juillet 2025 à l'âge de 84 ans

Sr Régina Leclerc, de la Congrégation des Sœurs de Saint-Joseph-de-Saint-Hyacinthe, est décédée après 62 ans de vie religieuse bien accomplie dont une remarquable carrière de trente-cinq années à transmettre les rudiments du savoir à des jeunes du primaire et du secondaire.



Elle fut enseignante spécialement à Sorel durant 14 ans à la polyvalente Fernand-Lefebvre et à Saint-Robert pour 14 autres années où ses compétences furent appréciées.

Ses plus beaux souvenirs ont été en éducation, la franche collaboration de l'équipe des professeurs et le soutien de la direction.

Ses principaux loisirs furent le travail à l'aiguille, le tricot, le hockey et le cinéma maison.

Qu'elle repose dans la Paix de Dieu à tout jamais.

*Sr Maryse Gauvin et Sr Monique Rajotte*

### Michelle Salvail décédée le 16 août 2025 à l'âge de 78 ans

Le départ de Michelle a laissé un grand vide. Michelle incarnait la douceur, la générosité et l'altruisme.



Elle adorait son métier d'éducatrice chez les jeunes et ils le lui rendaient très bien.

Élégante et fière, elle recherchait l'ordre, la beauté et l'harmonie, ce qu'elle concrétisait tant à l'intérieur qu'à l'extérieur de sa demeure du Joli-Bourg de Sainte-Anne-de-Sorel.

Très bonne cuisinière, Michelle aimait recevoir les familles Salvail et Tellier et ses nombreux amis.

Elle aimait la nature, les voyages et jouer aux cartes, elle suivait assidûment les Canadiens de Montréal. Un de ses grands talents, c'était la peinture où toute sa délicatesse s'étalait.

Nous garderons d'elle le souvenir d'une très belle âme.

*Pierre Chabot*

### Laurette Pérodeau décédée le 19 août 2025 à l'âge de 80 ans

Demeurant à Saint-Ours sur la ferme familiale, des circonstances particulières ont amené Laurette à vivre l'année de ses 15 ans en Colombie-Britannique à Trail où elle fréquenta un *High School*, ce qui allait la préparer à sa future carrière d'enseignante en anglais à l'ESFL.



Jean Millette et elle étaient les heureux parents de deux fils, leur grande fierté. Ce bonheur fut comblé par l'arrivée de quatre petits-enfants.

Laurette était une force tranquille, une femme qui ne faisait pas de bruit, mais rayonnait par son amour et son engagement, entre autres à la distribution de la popotte roulante pendant neuf ans. Dévouée, attentive et généreuse, elle venait en aide à l'un et à l'autre.

Nous partagions plusieurs passions dont l'horticulture, la lecture, les sports dont le hockey à la télé et la sortie printanière à la cabane à sucre familiale.

Laurette était une vraie battante, elle n'a jamais cessé de se battre jusqu'à ses derniers moments parmi nous.

*Madeleine Pérodeau*

### Raymonde Comeau-Antaya décédée le 22 août 2025 à l'âge de 85 ans

Raymonde était une perle à découvrir sur notre planète terre. Femme avec un cœur d'or, elle décuplait d'efforts pour rendre les gens heureux autour d'elle. Avec patience, elle prenait beaucoup de temps pour faire plaisir aux membres de sa famille. À l'école, elle aimait l'ordre et le travail bien fait sachant être à la fois exigeante et compréhensive.



Sa vie a été parsemée de moments agréables, mais aussi d'épreuves qu'elle surmontait grâce à sa grande foi en Dieu qui lui donnait du courage et de la force pour accepter ces moments plus difficiles. Elle comptait sur l'amour de ses enfants et petits-enfants qui étaient tout pour elle, ce qui l'aidait à vivre de son mieux chaque journée.

Dans sa dernière étape de vie à la Résidence du Carré Royal, elle savait accepter et être reconnaissante des services qui lui étaient rendus.

Maintenant son pèlerinage est terminé, Raymonde demeure en Paix dans sa nouvelle demeure éternelle et veille sur nous tous.

*Claire Pronovost et Martin Comeau*

# À la douce mémoire de...

### **Francine Boucher décédée** **le 31 août 2025 à l'âge de 70 ans**

À notre grande surprise et tristesse, notre consœur Francine nous a quittés pour une autre dimension.

Originaire de l'île St-Ignace, Francine ne pouvait habiter loin de son cher St-Laurent, c'est ainsi qu'elle devint riveraine, pouvant ainsi le contempler à volonté.

Elle laisse un grand vide dans notre groupe. Nous garderons en nos cœurs l'image d'une fille rayonnante, enjouée, pleine d'entrain et qui aimait partager ses coups de cœur (cinéma, spectacles, théâtre, voyages).

Elle aimait recevoir et savait orchestrer des rencontres culinaires où la gente masculine était mise à l'épreuve. Elle savait débusquer joie et beauté là où elles se trouvaient.

Francine, cette femme raffinée, toute en discrétion colorée, nous l'avons bien aimée. Elle nous manque.

*Collectif d'amis-es*



### **Lucie Parenteau-Léveilléée décédée** **le 13 septembre 2025 à l'âge de 91 ans**

Lucie Parenteau-Léveilléée a été enseignante à l'école de Yamaska. Dès l'âge de 16 ans, Lucie fait ses premiers pas comme « maîtresse d'école » dans une école de rang à Yamaska, début d'une belle carrière.

Pédagogue avisée, psychologue efficace, elle personnalise son enseignement pour que chaque enfant puisse assimiler le savoir. Elle aura contribué à l'éducation de centaines de jeunes devenus aujourd'hui adultes qui servent et embellissent la société.

Après 33 ans d'enseignement, Lucie prend une retraite bien méritée. Elle fait fructifier ses talents pour le bonheur de tous au sein de sa communauté et de son église : embellir les cérémonies religieuses, participer aux activités civiques, caritatives et culturelles, mettre sur pied la bibliothèque, diriger la chorale, etc.

Elle découvre le monde par de nombreux voyages avec ses sœurs. Cruciverbiste passionnée, elle trouve dans ce passe-temps plénitude et paix.

Elle laisse le souvenir d'une enseignante exceptionnelle, d'une femme inoubliable.

*Avec la tendresse de sa sœur, Madeleine Parenteau*



### **Denise Cordeau décédée** **le 21 septembre 2025 à l'âge de 87 ans**

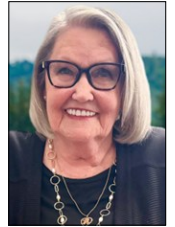
Durant trente-quatre années consacrées à l'enseignement, Denise a marqué la vie de générations d'élèves par son dévouement et sa passion.

Même après avoir quitté la salle de classe, elle a continué à partager son amour des enfants avec ses petits-enfants leur offrant tendresse et sagesse.

Elle prenait soin de son foyer avec la même attention, embellissant son jardin de fleurs qui reflétaient sa douceur et son amour de la beauté.

Sa vie fut riche de savoir, d'amour et de générosité. Elle laisse derrière elle des souvenirs précieux et une empreinte indélébile dans le cœur de ceux qui l'ont connue.

*Marie-France Cordeau*



### **Pierre Villiard décédé** **le 30 octobre 2025 à l'âge de 76 ans**

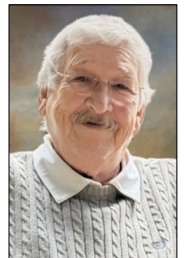
Pierre répondait toujours présent pour les fêtes et les voyages en famille, les déjeuners avec les enseignants retraités, sans oublier les petits cafés en après-midi chez lui ou chez moi.

Une sortie que Pierre aimait beaucoup et que je lui ai fait faire une dernière fois à la fin d'octobre... le CASINO.

Deux activités estivales qu'il aimait beaucoup : le golf, sport dans lequel il avait d'excellentes performances, et les promenades en bateau.

Pierre va manquer à sa « douce » et à sa belle petite famille. Moi, je garderai un beau souvenir de notre amitié.

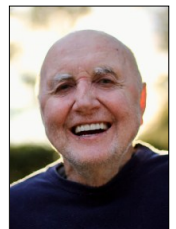
*Roméo Bouchard*



### **Louis-Paul Blondin décédé** **le 4 décembre 2025 à l'âge de 90 ans**

Né à Nicolet, Louis Blondin était curieux de découvrir le monde, entre autres en parcourant les Alpes en ski. Il s'est ensuite engagé dans une longue carrière en enseignement de l'anglais. Son amour du plein air et de la simplicité ont été transmis à ses enfants et petits-enfants.

*SorelTracy Magazine*



## À la douce mémoire de...

### Yolande Tétreault décédée le 2 novembre 2025 à l'âge de 83 ans

Nouvellement arrivée dans la région, Yolande commença comme suppléante dans les écoles de Tracy avant de partager sa tâche avec une autre enseignante. Elle s'y fait rapidement de belles connaissances et des amies chères.

À la retraite, une grande complicité l'unissait à son mari : la danse devint leur passion commune. Elle aimait aussi le patin à roulettes, la marche, un peu de camping..., c'était une véritable bonne vivante.

Yolande chérissait profondément sa famille et ses petits-enfants dont elle était si fière. Toujours souriante et positive, elle trouvait les mots justes pour encourager. Coquette, elle ne sortait jamais sans être élégante. Malgré les épreuves, elle a affronté sa condition de santé avec une admirable résilience.

Femme forte et lumineuse, elle restera à jamais dans notre cœur.



Colette Courchesne

### Carole Martineau décédée le 22 novembre 2025 à l'âge de 84 ans

Carole était une personne très aimante, intelligente, travaillante et facile à côtoyer. Je l'ai connue dès son jeune âge comme compagne de classe et de travail. Elle savait prendre sa place et défendre sa pensée.

À sa retraite, elle s'occupait beaucoup des personnes à mobilité réduite, car elle était elle-même en difficulté pour se déplacer.

Maintenant qu'elle a accompli sa mission sur terre, elle nous regarde d'en-haut.



Lucette Hamel-Valois

### Odyle Rousseau-Sylvestre décédée le 7 novembre 2025 à l'âge de 81 ans

À son arrivée à Sorel, Odyle a d'abord été suppléante dans les écoles de la ville. Sans enfants, elle a pourtant choyé chaque élève qui lui était confié, veillant à leur bonheur en classe.

À la retraite, elle nous conviait souvent pour un p'tit café chez Tim Hortons, heureuse de prendre de nos nouvelles et de discuter de l'actualité. Toujours prête à aider ceux qu'elle aimait, elle n'oubliait jamais les anniversaires de ses amies et de sa famille.

Membre des Dames de cœur, elle était fidèle à nos dîners au restaurant. Elle aimait la vie, les hivers en Floride, quelques parties de golf et son patio fleuri où elle trouvait la paix.

Sa bonté et sa gentillesse demeureront à jamais gravées dans nos cœurs.

Que mon amie repose en paix dans « l'au-delà ».

Colette Courchesne



### Paul Ménard décédé le 4 décembre 2025 à l'âge de 82 ans

Paul a œuvré comme professionnel au Cégep de Sorel-Tracy. Plus spécifiquement, il était responsable de l'organisation des stages à l'intérieur des programmes en alternance travail-études. Son calme et son air enjoué savaient rassurer autant les étudiants que les employeurs. N'oublions pas que les stages constituent un jalon important dans la réussite de l'étudiant. En ce sens, Paul a certainement contribué positivement à la réussite scolaire au Cégep Sorel-Tracy.

Pour certains d'entre vous, Paul était une simple connaissance, un collègue... Pour d'autres un ami, un parent, un frère, un mari aimant. Nous garderons de précieux souvenirs de Paul.

Paul Martin et Serge Pélouin (cégep)



## Sincères condoléances

**Andrée Boisvert-Verreault**, à l'occasion du décès de son époux, monsieur Réjean Verreault, le 4 août 2025, à l'âge de 81 ans. Il était le beau-frère de Dyane Boisvert.

**Louis Plamondon**, à l'occasion du décès de sa conjointe, madame Manon Saint-Germain, le 16 septembre 2025, à l'âge de 67 ans.

**Micheline Cardin**, à l'occasion du décès de son époux, monsieur Jean-Guy Delainey, le 8 novembre 2025, à l'âge de 81 ans. Il était le frère de Laurent Delainey.

**Alain Plamondon**, à l'occasion du décès de sa compagne, madame Nicole Joly, le 17 octobre 2025, à l'âge de 77 ans.

**Chantale Boisvert**, à l'occasion du décès de sa mère, madame Marcelle Hamel-Boisvert, le 11 novembre 2025, à l'âge de 97 ans.

**Jean Millette**, à l'occasion du décès de son épouse, madame Laurette Pérodeau, le 19 août 2025, à l'âge de 80 ans. Elle était la sœur de Madeleine et Guy Pérodeau et la belle-sœur de Christiane Arpin.

**Danielle Ringuette**, à l'occasion du décès de sa mère, madame Carmen Pélouin-Ringuette, décédée le 14 décembre 2025, à l'âge de 89 ans.

**Thérèse Capistran-Marchessault**, à l'occasion du décès de son époux, monsieur Marc Marchessault, décédé le 11 décembre 2025, à l'âge de 81 ans.



Le  
conseil sectoriel  
vous  
souhaite  
une

Bonne  
et  
Heureuse  
Année  
2026

Albert Félhelfa



Président

Saul Martin



1<sup>er</sup>  
vice-président

Serge Péloquin



Trésorier

Colette Gauthier



Secrétaire

Madeleine Carrière



1<sup>re</sup>  
conseillère

Francine Mercier-Allet



2<sup>e</sup> conseillère