



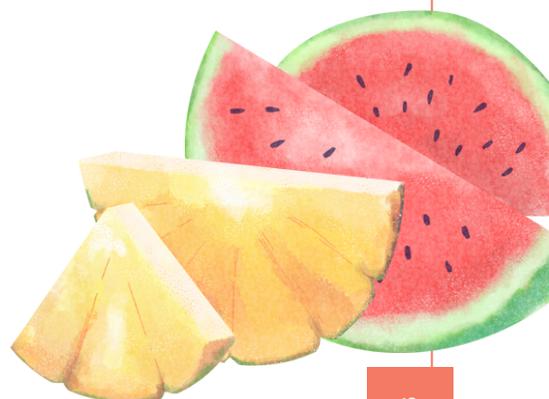
JUN 2025 VOLUME 43 NUMÉRO 2

Abitibi-Témiscamingue (08)
Secteur C - Témiscamingue

AREQ

Le mouvement des personnes
retraitées CSQ

3	Le mot de la présidente Activités à venir	9	Responsables des comités Dossier Retraite
4	Le mot du président régional Rencontre préparatoire - Congrès 2025-2026	10	Nécrologie
5	Réclamation pour frais de transport via l'Espace Client - BENEVA	11	Tableau synthèse - Membre régulier/Membre associé
6	Aide à mourir et Inaptitude 2e conseil pour se protéger de la pollution au quotidien	12	Comité de la condition des femmes Nouveau comité sectoriel 2025-2026
7	50e Anniversaire - AREQ CSQ - 08C		
8	La grand-parentalité		



AREQ nationale	418 525-0611 1 800 663-2408	areq.lacsq.org info@areq.lacsq.org
Président régional Denis Sénéchal	-	senechal.denis@areq.lacsq.org
Beneva	1 888-6962 418 651-6962	www.beneva.ca/fr
RAMQ	1 800 561-9749	ramq.gouv.qc.ca
Retraite Québec	418-643-5185 1 800 463-5185	retraitequebec.gouv.qc.ca

Présents, engagés et précieux

Bonjour à vous chères, chers membres,

C'est toujours un plaisir de vous saluer afin de partager ma satisfaction de travailler avec vous... merci à mon conseil sectoriel et aux membres de nos différents comités qui travaillent fort à servir tous les membres. Merci pour votre magnifique travail ! Ils sont actifs à différents moments de l'année afin de bien vous informer, vous procurer des rencontres intéressantes, variées et toujours dans un climat serein et jovial.

Tout cela se fait en collaboration avec le CN, le CR et vous tous qui répondez aux invitations. Ceux-ci sont à votre service afin de bien répondre à vos besoins et vous procurer une belle qualité de vie. C'est rassurant d'être bien entouré et desservi par tout ce personnel engagé et bienveillant.

Notre année fut très agréable grâce à votre collaboration, votre engagement et votre présence lors de nos activités car le nombre de participations a quand même légèrement augmenté... bravo !

Le mot « PRÉSENCE » est très significatif pour nous car, sans vous, rien ne pourrait se faire et nous ne pourrions exister.

Enfin, pour mieux maintenir notre fonctionnement sectoriel, nous avons une problématique, comme partout ailleurs, le point essentiel : « LA RELÈVE ».

Ce point crucial sera notre cheval de bataille afin de pouvoir garder notre secteur actif et vivant. C'est pourquoi, nous chercherons ensemble à recevoir vos suggestions, vos idées de formations, des sujets d'informations et des nouvelles idées d'activités selon le potentiel de nos membres. Ainsi nous pourrons informer nos plus jeunes retraités.ées à leur laisser savoir à quel point nous avons besoin d'eux pour continuer à faire vivre l'AREQ dans nos régions.

Sachez que c'est toujours un plaisir de vous rencontrer car j'apprécie votre bonne humeur, votre jovialité et votre grand respect lors de nos rencontres.

Au plaisir de poursuivre notre travail afin que nos gens se sentent importants et en sécurité. Bon été, prenez soin de vous ! On vous attend, en grand nombre à notre prochaine rentrée !

Cécile Martin
Présidente



Les activités à venir

Septembre : Cueillette de pommes



Octobre : Accueil des nouveaux membres

Octobre : Fête des 80 et 90 ans / Journée des aînés

Décembre : Social de Noël



Des racines solides, une relève à cultiver

Alors que nous achevons la deuxième année de ce triennat, nous constatons que le renouvellement des conseils sectoriels et des responsables de comité représente un défi croissant. Plusieurs facteurs expliquent cette réalité :

- Les mandats des conseils sectoriels, d'une durée de trois ans renouvelables une fois, créent une rotation qui repose souvent sur un jeu de chaises musicales plutôt qu'un réel apport de nouvelle relève.
- Les jeunes retraités participent rarement aux activités et aux assemblées générales, limitant ainsi leur engagement dans la gouvernance de l'association.

Il est nécessaire de revoir nos méthodes d'information auprès des futurs membres et de repenser nos stratégies pour éveiller leur intérêt et les encourager à s'impliquer.

Il est essentiel d'identifier leurs motivations et de bâtir des initiatives qui leur parlent véritablement. Pour renforcer l'implication des jeunes retraités, nous envisageons, avec le conseil régional, la mise en place d'un comité de travail dédié à la relève. De plus, nous solliciterons l'appui des ressources de l'AREQ-CSQ national afin d'optimiser nos efforts et assurer une transition harmonieuse.

L'engagement bénévole demeure le moteur de notre association. Grâce à votre dévouement et à votre générosité, nous poursuivons notre mission et offrons des activités enrichissantes à l'ensemble de nos membres.

Votre contribution est précieuse et ne passe jamais inaperçue. À travers votre temps, votre énergie et votre passion, vous faites de l'AREQ un espace d'échange, de soutien et de partage. Rien de tout cela ne serait possible sans vous.

Merci de croire en notre mission, merci de vous investir avec autant d'enthousiasme, et merci d'être les artisans de notre succès. Vous êtes une source d'inspiration pour nous tous.

Avec toute notre reconnaissance et notre sincère admiration,

Denis Sénéchal
Président région 08
Abitibi-Témiscamingue



Tournée du Conseil exécutif
AREQ CSQ 2026 - 15 et 16 octobre 2025
Manoir St-Sauveur à St-Sauveur, QC



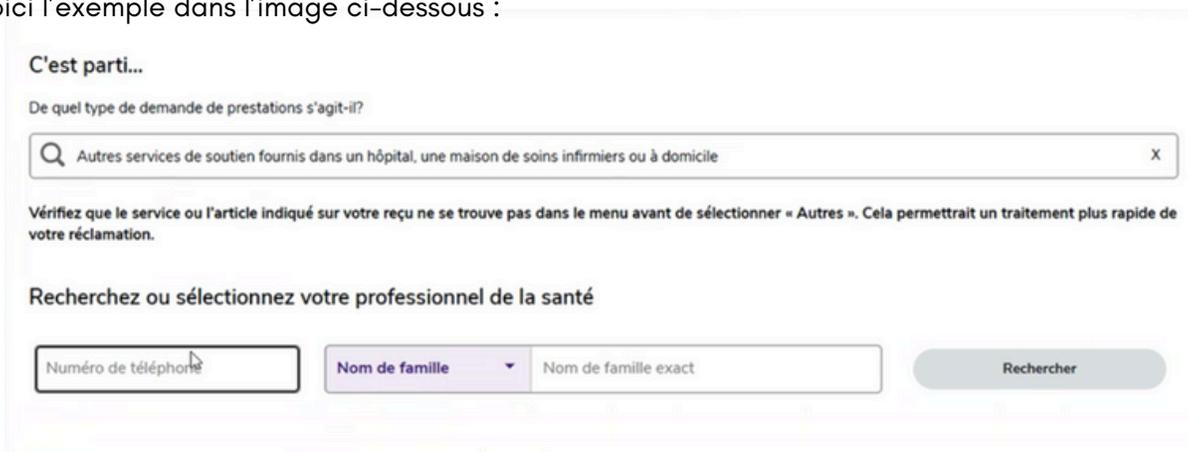
RÉCLAMATION POUR FRAIS DE TRANSPORT VIA L'ESPACE CLIENT

Si votre état de santé nécessite un séjour en centre d'hébergement (CHSLD), votre assurance couvre les frais à 100 % pour une durée maximale de 180 jours à vie. Il est fortement recommandé d'informer vos proches de cette couverture.

Tout d'abord, il est effectivement possible de faire la réclamation en ligne pour la garantie Transport et Hébergement pour consultation d'un spécialiste au Québec.

À partir du tableau de bord de l'Espace client de la personne assurée, il faut aller dans l'onglet « **Faire une réclamation** ». Ensuite, dans le champ : « **de quel type de prestations s'agit-il ?** » il faut indiquer : « **autres services de soutien fournis dans un hôpital** ».

Voici l'exemple dans l'image ci-dessous :



Ensuite à cette section il faut choisir : « **Nom de l'entreprise** » et indiquer l'endroit où la personne qui fait la réclamation doit se rendre pour la consultation. Suivre les dernières étapes pour finaliser la réclamation par la suite.

Recherchez ou sélectionnez votre professionnel de la santé ←



Notez bien qu'il faut absolument faire la demande de réclamation en joignant les photos (ordonnance médicale comprise). Petit rappel cordial pour fin d'informations, les remboursements pour les frais de transport et hébergement requièrent une distance minimale de 200 km pour se rendre au lieu de consultation.

beneva

Je vous souhaite une belle saison estivale.
Pauline Dupont, responsable régionale
819-627-6482

AIDE À MOURIR ET INAPTITUDE

Pour avoir droit à l'aide médicale à mourir (AMM), il faut absolument être atteint d'une maladie incurable et en fin de vie, qu'il n'y a plus d'espoir de retour à la santé et que l'on a TOUTES nos facultés mentales pour la demander.

Si vous ne voulez pas d'acharnement thérapeutique dans le cas où vous perdriez vos capacités cognitives, il vous faut signer un mandat d'inaptitude, dès que possible quand vous êtes apte, et informer vos proches de vos demandes et mentionner le nom de votre mandataire (personne qui répondra à votre place).

Bernadin Létourneau ,
responsable sectoriel action socio-politique



2^E CONSEIL POUR SE PROTÉGER DE LA POLLUTION AU QUOTIDIEN



On passe beaucoup de temps dans nos maisons. L'air est souvent bien plus pollué qu'à l'extérieur. On pollue entre autres en faisant du ménage, en mettant du parfum, en utilisant des insecticides, des travaux de peinture, en fumant, etc.

En ouvrant nos fenêtres dix minutes par jour en toute saison, on se protège. Le mieux est d'ouvrir ses fenêtres le matin et le soir. Cela permet de renouveler l'air et de réduire la concentration des polluants. On éteint le chauffage. Les objets n'ont pas le temps de refroidir et l'air renouvelé se réchauffe plus facilement que l'air vicié. Pas de coût supplémentaire d'électricité, juste un coup de pouce pour rester en santé.

Carole Falardeau, responsable sectoriel
en environnement



50^E ANNIVERSAIRE

5 juin 2025

Salle Desjardins - Témiscaming



LA GRAND-PARENTALITÉ

OBJECTIF DE L'ÉTUDE

L'objectif général de l'étude par questionnaire est de documenter la réalité de la grand-parentalité chez les hommes avant et pendant la propagation de la COVID-19 au Québec.

Le trois objectifs spécifiques suivants ont été retenus :

- Dresser un portrait des relations existantes entre les hommes et leurs petits-enfants ainsi qu'avec les parents de ces derniers;
- Identifier leurs attentes et leurs besoins par rapport à l'exercice du rôle grand-parental;
- Décrire le lien entre des traits de socialisation masculine et l'exercice de la grand-parentalité telle que vécue par les hommes interrogés.

Les membres de notre secteur qui désirent prendre connaissance de cette étude peuvent me contacter et je leur remettrai la copie que je possède. Elle circulera à tour de rôle aux personnes intéressées.

Réjean Gaudet, responsable sectoriel
condition des hommes
819-627-7057



<p>Assurances Pauline Dupont 819-627-6482</p>	<p>Condition des femmes Estelle Caya</p>
<p>Condition des hommes Réjean Gaudet</p>	<p>Retraite Bernadin Létourneau</p>
<p>Entraide</p>	<p>Fondation Laure Gaudreault Irène Caza</p>
<p>Environnement Carole Falardeau</p>	<p>Sociopolitique Bernadin Létourneau</p>
<p>Responsable du bulletin Cécile, Hélène et Pauline</p>	<p>Comité social Pierrette Denis, Hélène Sarrazin, Huguette Pagé, Éva Daoust et Gisèle Cormier</p>

DOSSIER RETRAITE

La grande préoccupation en cette année 2024-25 : Le dossier indexation de notre montant de pension mensuelle. Cela a eu de légères répercussions sur nos revenus. En effet la pression de l'AREQ, l'appui des comités régionaux et des membres des régions ont permis un ajustement partiel de notre retraite pour ceux (celles) du RREGOP, du RRE et même du RRF. On a donc reçu un montant supplémentaire à l'été 2024.

On vous a demandé, dans un texte dans notre journal, de trouver des alternatives pour contrer la perte du pouvoir d'achat des personnes retraitées. On veut vos idées.



Bernadin Létourneau, responsable sectoriel dossier retraite

NÉCROLOGIE



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

Nous sympathisons avec :

- Laura Rivest pour le décès de sa sœur Liliane.
- Pierrette Lévesque pour le décès de son conjoint Yvan Beulé.
- Marjolaine Caron pour le décès de son père Gérard Caron.
- Rachel, Lise et Ghislain Bergeron pour le décès de leur sœur Aline.
- Lucille Farley pour le décès de sa sœur Marcelle.
- Jean-Yves Fortin pour le décès de sa belle-sœur Marcelle Farley.
- Rollande Rocheleau pour le décès de son conjoint Eddy Beauregard.
- Lucie Rocheleau pour le décès de son beau-frère Eddy Beauregard.
- Léo Perreault pour le décès de sa belle-sœur Suzelle Marleau.
- Jacqueline Larrivière pour le décès de son frère Paul.
- Raymond Bastien pour le décès de son frère Gilbert.
- Dorothée Goulet-Norman pour le décès de son frère Marcel.
- Victoria et Hélène Lemire pour le décès de leur sœur Jeannine Lemire-Royer.
- Cécile Martin pour le décès de son beau-frère Jean Arel.
- Anita Breton pour le décès de sa sœur Ange-Aimée.
- Michèle Bellemare pour le décès de sa sœur Françoise.
-

Nous avons perdu 4 de nos membres :

- **Marguerite Trépanier-Lavallée**
- **Aline Bergeron**
- **Germaine Ouellette**
- **Suzelle Marleau**



En toute sympathie pour la perte de ces êtres chères.

Hélène Riendeau et Pauline Dupont

Tableau-synthèse – Membre régulier et membre associé

	Membre régulier	Membre associé
Admissibilité	Toute personne retraitée qui a travaillé dans le champ de compétence de la Centrale des syndicats du Québec (CSQ). On y retrouve, notamment, le personnel retraité de l'éducation, de la santé et des services sociaux, des services de garde qui a été membre de l'un des syndicats affiliés à la CSQ.	<ul style="list-style-type: none"> La conjointe ou le conjoint survivant du membre régulier de l'Association; La conjointe retraitée ou le conjoint retraité du membre régulier de l'Association. <p>Une personne qui peut avoir le statut de membre régulier en vertu du présent article ne peut être admise à titre de membre associé.</p>
Droits et services	<ul style="list-style-type: none"> Présence aux assemblées générales sectorielles et régionales, avec droit de parole et avec droit de vote; Est calculé dans le quorum; Accès aux activités du secteur à titre de membre; Peut se présenter à un poste électif; Peut être une personne déléguée officielle de l'AREQ; A accès à tous les services offerts par l'AREQ. 	<ul style="list-style-type: none"> Présences aux assemblées générales sectorielles et régionales, avec droit de parole, mais sans droit de vote; N'est pas calculé dans le quorum; Accès aux activités du secteur à titre de membre; Ne peut pas se présenter à un poste électif; Ne peut pas être une personne déléguée officielle de l'AREQ; Peut cependant, faire partie d'un comité ou d'un sous-comité.
Cotisations	<ul style="list-style-type: none"> 0,34 % de sa rente versée par Retraite Québec et/ou de sa rente d'invalidité; Sans revenu de retraite : 12 \$ annuellement. 	<ul style="list-style-type: none"> 0,34 % de sa rente versée par Retraite Québec et/ou de sa rente d'invalidité; Sans revenu de retraite : 12 \$ annuellement. <p>*Une personne membre associée retirant une rente d'un régime privé (ex. : régime de retraite d'Hydro-Québec ou REER) paie la cotisation minimum.</p>
Allocation aux régions et secteurs	Le montant d'allocation remis aux régions et aux secteurs est le même pour le membre régulier que pour le membre associé.	
Assurances	<p>Admissible au régime d'assurance collective ASSUREQ.</p> <ul style="list-style-type: none"> Assurance maladie : Santé et Santé Plus Assurance vie : choix 1, 2 et 3 <p>Important Plusieurs critères sont à prendre en considération, il est donc préférable de nous référer les membres pour des explications : 1 800 663-2408.</p>	<p>Non admissible au régime d'assurance collective ASSUREQ.</p> <p>Exception Une personne membre associée peut être assurée comme conjointe ou conjoint en protection familiale par les régimes d'assurance (maladie et vie) d'une ou d'un membre régulier selon les dispositions du contrat.</p>

COMITÉ DE LA CONDITION DES FEMMES 2024-2025

Bonjour à vous toutes!

J'espère que vous êtes en bonne forme après ce long hiver et que vous êtes prêtes pour l'été.

Nous n'avons pas eu de rencontre avec la responsable régionale et comme nous n'avons pas eue d'activités cette année, je n'ai donc pas de nouvelles à vous communiquer.

J'ai transmis par courriel les informations pour la Journée de la Femme à Ville-Marie.

Je vous suggère de lire le livre de Mme Janette Bertrand ; elle nous raconte sa vie depuis cent ans. Je vous souhaite un bel été.



Estelle Caya, responsable sectoriel
Condition des femmes

NOUVEAU CONSEIL SECTORIEL 2025-2026

Présidente : Cécile Martin

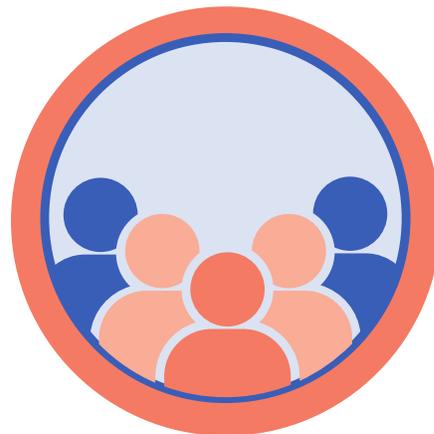
1ère vice-présidente : Pauline Dupont

2e vice-présidente : Estelle Caza

Secrétaire : Hélène Riendeau

Trésorier : Bernardin Létourneau

1ère conseillère : Nicole Routhier



PROCHAINE ÉDITION
21 NOVEMBRE 2025