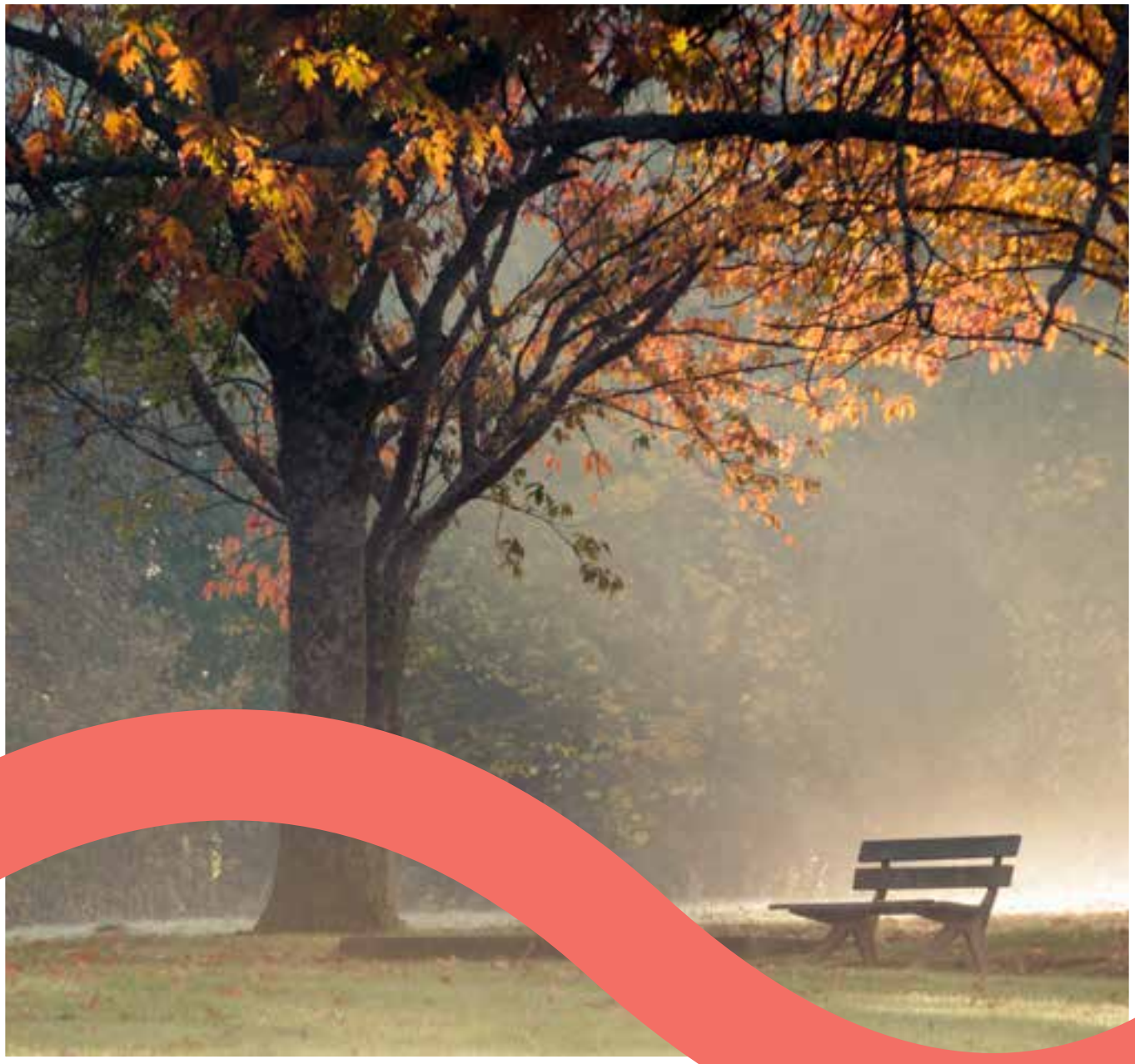
AREQ
Le mouvement des personnes retraitées CSQ

La voix de Jeanne-Mance

BULLETIN SEPTEMBRE 2026

RÉGION 06F - JEANNE-MANCE



JEANNEMANCE.AREQ.LACSQ.ORG

Le mot de bienvenu du président

Chères et chers membres, au nom de votre conseil sectoriel, je vous souhaite un bon retour d'été et un grand enthousiasme pour participer aux activités que le secteur Jeanne-Mance, les comités de notre région et l'AREQ-Montréal vous préparent. Nous vous offrons plusieurs activités dont vous pouvez prendre connaissance en lisant ce bulletin de la Voix de Jeanne-Mance; bulletin de la rentrée de l'année 2026-2027.

C'est avec une certaine anxiété que je vous salue à titre de président pour la première fois. Dans ce numéro, vous trouverez un texte d'Alice Gagnon qui nous rappelle l'importance du travail qu'elle a fait durant ses dix ans de présidence. Je constate le défi que j'ai à relever, l'ampleur de la tâche qui est maintenant la mienne.

C'est avec votre appui, votre engagement, et ceux de l'équipe du conseil sectoriel, que j'entends faire face à ce défi. Nous comptons sur vos suggestions pour orienter notre travail. Tout au long de l'année, nous serons, le conseil sectoriel et moi, à votre écoute en lisant vos textes (voir l'article «Une AREQ à votre image, selon votre opinion») et en vous écoutant lors des discussions que nous pourrons avoir à chacune de nos activités.

La table des matières vous permettra de saisir l'intérêt de ce bulletin que, nous le souhaitons, vous lirez entièrement.

Bonne année 2026-2027

Hugues
Hugues St-Pierre, *président*

Un retour à mes amours

Pour moi, accepter de me présenter comme secrétaire, c'est un retour à mes anciennes amours. Avec quelques années de plus et la mémoire qui demande un suivi rigoureux, ça prend du courage et probablement un peu de naïveté, pour se lancer en affaire. Ce qui m'a le plus encouragé à faire le saut, c'est tout d'abord la proposition que Sonia Trépanier m'a faite de partager incognito, la tâche avec moi. À deux c'est mieux. J'ai déjà pu le constater. De plus, chaque membre du CS est une personne de cœur, dévouée à l'AREQ. Nous travaillons fort pour vous offrir le plus possible des informations pertinentes et des activités intéressantes. Je vous cite juste l'exemple de l'organisation des déjeuners, des brunchs, des dîners, des conférences, etc., croyez-moi, ça ne se fait pas tout seul. Et personne n'a 20 ans dans l'équipe!

Aujourd'hui, ici et maintenant ma santé va très bien. La bibite n'est pas disparue, mais elle dort et c'est parfait comme ça.

Sachez que si une personne s'était manifestée pour le poste, je lui aurais joyeusement cédé la place.

Une amoureuse de l'AREQ si utile pour nous.

À votre service avec ma meilleure implication.
Hélène

Sommaire

Page 2	Le mot de bienvenu du président
Page 3	Un retour à mes amours
Page 4	Mot de la 1ère conseillère du secteur
Page 5	Les premiers pas d'un membre du conseil Sectoriel
Page 6	Plus d'une décennie au service des membres du secteur Jeanne-Mance
Page 7	Opération indexation régimes retraite
Page 8	Juin: Deux congrès importants
Page 9	20 ans de festivités
Page 10	Un AREQ à votre image, selon votre opinion, vos souhaits
	Merci à la Fondation Laure-Gaudreault
Page 11	En photos: Congrès AREQ juin 2026
Page 12	L'artiste en moi...
Page 13	Pourquoi un comité national des arts
Page 14	In Memoriam
Page 15	Calendrier des activité 2026-2027
Page 16	Votre conseil sectoriel
	Bienvenue aux nouveaux membres

Mot de la 1ère conseillère du secteur

Bon retour aux activités de cette nouvelle année 2026-2027 !

Sorties, repas, rencontres, ateliers, conférences… vous seront proposées par l'AREQ région de Montréal (voir Les Échos de l'Île) et plus particulièrement ici, par notre secteur Jeanne-Mance, espérant pour chacun, chacune de vous du bonheur à retrouver les collègues retraités et toujours engagés à vivre pleinement.

C'est le seul journal papier que vous recevrez cette année de la part du secteur Jeanne-Mance. Des bulletins mensuels vous arriveront cependant par courriel. À surveiller! Sortez votre agenda personnel et notez bien les rendez-vous à ne pas manquer !

Chaque année, le comité régional de la condition des femmes (CRCF) organise une rencontre en début décembre pour souligner la Journée de commémoration et d'action contre la violence faite aux femmes vendredi 4 décembre, en après-midi. Et au début de mars, le CRCF voit à la réalisation d'un événement pour souligner la Journée internationale des droits des femmes vendredi 5 mars (voir Les Échos de l'Île). De plus, les femmes sont invitées à un dîner collectif, à leurs frais, autour du 8 mars : activité très fréquentée et bien appréciée ! Surveillez bien la date à venir.

Pour le comité régional de la condition des femmes, une place de représentante du secteur est ouverte à celle parmi vous qui voudrait bien vivre cette expérience de partage et d'échanges avec l'AREQ régionale concernant le dossier des femmes. Deux rencontres au moins se tiennent habituellement à St-Pius X, une à l'automne et une autre au printemps. Celles qui sont intéressées à postuler, svp me contacter :
sontrep@gmail.com ou **514 388-4665**.

Le comité environnement est aussi à la recherche d'une autre perle rare pour représenter le secteur Jeanne-Mance. Avec les changements climatiques que nous subissons présentement, ce dossier est d'une grande importance pour nous informer adéquatement, nous rassurer et nous inviter à passer à l'action. Chaque petit geste compte… y compris une participation active au comité environnement. Intéressés ?
SVP, me contacter :
sontrep@gmail.com ou **514 388-4665**.

Le comité des hommes a besoin d'hommes engagés pour réaliser les objectifs de la Journée internationale des hommes (du 19 novembre) qui portent sur: les enjeux de santé masculine, les difficultés des hommes à exprimer leurs besoins et à utiliser les ressources d'aide disponibles, les modèles masculins positifs à encourager, le respect et l'égalité des genres à promouvoir.
Intéressés?
SVP, contacter **Jean-Pierre Ménard**
menardj@videotron.ca ou **450 582-7170**

D'autres comités peuvent aussi vous intéresser?: Socio-politique, finances …?

Sachez que votre participation pourrait être bien appréciée. Faites-nous signe! C'est une excellente manière de combattre la solitude qui nous guette en vieillissant. Ensemble, on va bien vieillir !

Bonne rentrée à vous toutes et tous et au plaisir de vous retrouver!

Sonia Trépanier

Les premiers pas d'une membre du conseil Sectoriel

Après une longue vie de labeur, j'ai pris ma retraite il y a cinq ans. À cette époque je n'aspirais qu'au farniente. Puis, tout doucement, je suis sortie de ma torpeur. Tout ça a commencé, non pas sur les Plaines d'Abraham comme chantait Charlebois, mais par un appel de Lorraine Lafontaine, m'invitant à un déjeuner des nouveaux membres. Je ne suis pas pingre, mais la gratuité du repas m'a attiré chez Mikes à la Place Versailles. Ne connaissant personne, j'étais un peu intimidée. J'ai fait connaissance avec les personnes autour de moi, tous de nouveaux membres. J'avoue que j'ai failli en rester là avec l'AREQ.

J'ai finalement décidé de donner une chance à notre association de retraités en allant à un dîner. Tout à fait par hasard, je me suis retrouvée assise à côté d'une ancienne condisciple d'université que je n'avais pas vue depuis 40 ans. Nous avons renoué et nous nous revoyons quelquefois par année.

Par la suite j'ai participé à des repas et à des conférences à notre association. J'ai ensuite assisté à l'assemblée générale annuelle et je me suis impliquée dans deux comités. Cette année j'ai été élue au conseil Sectoriel en tant que 2ième conseillère, lors de l'assemblée générale annuelle. Tout ça m'a permis de rencontrer des personnes merveilleuses, généreuses et disponibles.

Mon implication au sein de l'AREQ a sonné une sorte d'alarme en moi. Je peux encore vivre une vie riche et active même si je ne suis plus sur le marché du travail. Depuis, je suis devenue membre de L'association du Centre Pierre-Charbonneau où je pratique des activités physiques et où je lie de nouveaux liens. Depuis le mois de mars, j'ai emménagé dans une coopérative d'habitation et je suis devenue secrétaire du CA. Je vais bientôt fêter mon 70ème anniversaire de naissance et, pour célébrer, je vais faire un saut en parachute en tandem.

Ce texte n'est pas une ode à moi-même, mais plutôt une ode à la vie. Je me sens vivante, grâce à ma famille, mes ami(e)s, mon bénévolat, mes activités, mes voyages, etc.

Mon but ici est d'encourager les nouveaux retraité(e)s à s'impliquer. Personnellement, j'étais très hésitante au début, mais je ne regrette rien comme chantait Edith Piaf. Pour combattre ou prévenir le déclin cognitif lié à l'âge, il faut adopter un mode de vie sain qui stimule le cerveau et protège la santé cardiovasculaire. S'impliquer, ça veut aussi dire combattre la solitude trop souvent présente chez les aînées et aînés.

Josée Chagnon
2ième conseillère au conseil Sectoriel

Plus d'une décennie au service des membres du secteur Jeanne-Mance

En quittant la présidence du secteur en avril dernier, j'ai constaté que les membres du secteur Jeanne-Mance avaient occupé la plupart de mes activités et occupé mon temps à temps plein depuis plus de dix ans. Je n'avais jamais réalisé.

Ce constat m'amène à me rendre compte de l'ampleur des obligations d'un tel bénévolat. Lorsque nous nous engageons une, deux journées par semaine après d'un organisme, nous sommes libres d'occuper nos loisirs autrement les autres jours.

S'engager à l'AREQ, dans un secteur, implique de se préoccuper de tous les dossiers concernant les personnes aînées afin de partager les enjeux selon la formule appropriée auprès des membres du secteur. Il n'y a pas de répit, de secrétariat, de support technique permanents. Il faut tout faire soi-même.

Nous sommes un très grand secteur. Cela nécessite des bénévoles, responsables des dossiers, engagés, disponibles. Il faut savoir créer des événements qui suscitent la participation du plus grand nombre possible. Il faut encourager, surveiller, participer.Il faut pouvoir compter sur une communication efficace qui réponde aux besoins, qui laisse la place aux opinions des membres, tel que proposé par la nouvelle rubrique «La parole aux membres».

Nous sommes un secteur qui assure une des plus importantes participations aux activités régionales et j'en ai toujours été très fière. Il faut continuer à multiplier les occasions de rencontres, d'échanges.

Garder le contact avec les plus vulnérables d'entre nous est une préoccupation importante. Le vieillissement, l'isolement, les difficultés d'accès ou de manipulation des outils électroniques et informatiques ne sont pas à négliger. Le contact individuel reste le meilleur moyen pour maintenir le lien avec certains d'entre nous.

J'ai adoré être votre présidente. Toujours fière de vous représenter. Le conseil sectoriel actuel poursuit les mêmes objectifs qui m'ont animée pendant toutes ces années.

Je serai toujours une membre reconnaissante du secteur Jeanne-Mance, même si ma participation sera plus ciblée.

Alice Gagnon,
retraitée de la vie active.



Opération pour l'indexation de nos retraites

Il est plus que jamais le temps de parler de l'indexation en 2026.

Parce que depuis 1982, nos rentes de retraite ne sont que partiellement indexées.

Parce que cela affecte notre pouvoir d'achat et contribue à notre appauvrissement.

Parce que nous avons perdu près de trois fois plus de pouvoir d'achat entre 2002 et 2021 : le RREGOP a perdu 17,5% de pouvoir d'achat alors que la moyenne canadienne des retraités des secteurs publics des autres provinces en a perdu 5,9%. Parce que l'évaluation actuarielle du RREGOP mise à jour en 2023 démontre qu'il y a un surplus de 13 milliards
.
L'AREQ a décidé d'entreprendre une démarche de sensibilisation auprès de candidats des différents partis politiques à l'occasion de la prochaine campagne électorale pour que le prochain gouvernement se responsabilise et corrige la situation.

Ainsi des brigades de volontaires entretiendront ces futurs élus sur les enjeux suivants :

• leur engagement pour corriger la situation par l'adoption d'une Loi garantissant l'indexation automatique de nos rentes en utilisant une partie des surplus accumulés au RREGOP;

• quels seraient les mécanismes utilisés pour assurer une réelle indexation?

• comment assurer l'équité entre la carrière et la retraite? Le RRQ, la PSV, les salaires des députés et des fonctionnaires ont 100 % d'indexation. Est-ce équitable?

• épicerie, logement, médicaments ont subi des augmentations supérieures à l'inflation; indexerez-vous nos rentes au coût de la vie pour que nous vivions dignement?

• vous engagez-vous à créer une table permanente des retraités avec un vrai droit de regard sur nos rentes de retraite?

Soyez de ces brigades en vous inscrivant à **389paradis@gmail.com**

Vous pouvez consulter les documents complémentaires sur le site web du secteur.

Alice Gagnon

Juin: Deux congrès importants

Depuis notre dernière assemblée générale du 7 avril, les congrès tenus à Lévis du lundi 8 juin au jeudi 11 juin ont été les événements marquants de notre vie associative.

Le lundi a entièrement été consacré au congrès spécial sur les statuts. Nous y avons vécu un débat inspirant entre des délégués informés et intéressés; un débat témoignant d'une saine démocratie. Le principal point de discussion a porté sur la hausse des cotisations; les uns se portant à la défense des membres moins favorisés pour demander le statu quo, d'autres plaidant le réalisme budgétaire et rappelant qu'aucune augmentation de la cotisation minimale n'a eu lieu depuis 1961. Finalement, le congrès a retenu de faire passer la cotisation minimale de 1$ à 4$ par mois; sans modifier la formule du calcul de la cotisation. Cette augmentation, touchant moins de 10% des membres, sera appliquée progressivement pour atteindre le seuil de 4$ par mois en 2029. Le statu quo a été maintenu au sujet de l'inexistence d'un maximum à la cotisation.

En plus, le congrès sur les statuts a pris les décisions suivantes :
• Nous utiliserons le vote électronique pour les élections du conseil exécutif de l'Association lors des congrès.
• Statu quo sur le nombre de mandats consécutifs à un poste électif et sur la durée (3 ans) de ces mandats.
• Les postes électifs sont réservés aux membres réguliers; les membres associés en demeurent exclus. La question est référée au conseil national.
• Enfin; le congrès a mis-à-jour les statuts en éliminant les dispositions adoptées durant la Covid permettant de décaler le congrès d'un an et que le congrès puisse être tenu à distance, par zoom.

Le congrès ordinaire, de mardi à jeudi, a été très différent, beaucoup plus léger. L'horaire, légèrement débordé, ne prévoyait que 11 heures 20 minutes pour ces deux jours et demi de réunion. Je demeure particulièrement étonné que seulement 2 heures 20 minutes ont été prévues pour discussion et décision sur les orientations des trois prochaines années; pourtant, l'essentiel dans les travaux d'un congrès ne doit-il pas être consacré à la préparation du triennat à venir?

L'assemblée générale d'avril nous avait mandatés pour que le congrès mette en place un plan d'action pour l'amélioration, l'indexation, de nos régimes de retraite. Bon nombre d'autres délégations avaient un mandat semblable de sorte qu'une orientation en ce sens a été adoptée. En ce sens, un plan d'action vous est proposé plus loin dans ce bulletin.

L'assemblée générale nous avait aussi mandatés pour la création d'un comité national des arts avec une proposition en trois points : la création d'un comité des arts national, le mandat et la composition dudit comité. Malgré l'alinéa f de l'article 4.02 des statuts qui se lit : « [Le congrès] Peut former des comités nationaux conformément au chapitre 25.00. ». Notre proposition fut jugée irrecevable. Après de multiples conciliabules, nous avons accepté de ne faire que des propositions d'amendement aux orientations. Grâce au travail d'Alice Gagnon, il fut adopté d'ajouter l'orientation suivante :
« Mieux-être et santé globale : Promouvoir le soutien aux membres artistes et favoriser l'accès aux arts dans toutes les régions; reconnaître que le contact avec l'art, sous toutes ses formes, contribue au vieillissement actif et à la santé physique et mentale; encourager la participation à des activités artistiques et physiques permettant de réduire l'isolement et d'améliorer la qualité de vie des personnes aînées. »

Le conseil national, formé de toutes les présidences de secteur et de région ainsi que du conseil exécutif de l'Association, devra donc voir à concrétiser cette orientation. Sa prochaine réunion aura lieu à la mi-novembre prochain; j'espère que la délégation de Montréal, fidèle au mandat que lui a donné l'assemblée générale du 30 avril, obtiendra la création de ce comité national des arts que nous souhaitions depuis longtemps.

Voilà à quoi a ressemblé ces congrès qui nous ont réunis durant trois jours et demi à Lévis. Espérons que les fruits seront à la hauteur de nos efforts autant pour un comité des arts régional que pour l'amélioration de nos régimes de retraite.

Hugues St-Pierre
Président

20 ans de festivités!

Le comité régional des arts de Montréal fête ses 20 ans de créativité!

Le comité des arts de l'AREQ-Montréal organise des expositions de ses membres depuis vingt ans; il est temps de célébrer.

La fête bat son plein du **27 novembre au 6 décembre au LOCART, 5675 boul. Gouin Ouest.**

Il faut s'inscrire pour participer aux activités, les places étant limitées.

Info auprès des responsables:

Solange Catafard
(438-389-9664)

Hugues St-Pierre
(514-586-7780)

CALENDRIER

- Vernissage sur invitation personnelle le 26 novembre à 17 heures
- Exposition continue du 27 novembre au 6 décembre Horaire : L à V de 11 à 18 heures et S et D de 11 à 16 h
- 27 novembre, 13 hres. Conférence sur l'omniprésence de la photographie par Hugues St-Pierre, artiste photographe
- 30 novembre, 13 hres : Atelier de peinture libre avec Michèle Lepage et Solange Catafard. *
- 1er décembre, 13 h hres. Atelier papiers-textiles cousus à la main avec France Séguin et France Houle. Catafard. *
- 2 décembre, 13 hres. Le goût d'écrire. Atelier d'écriture. Vous créerez votre propre texte avec Denise Lavoie
- 2 décembre, 19 hres. Soirée littéraire et poésie. Participation de Nicole Girard. Venez lire votre texte littéraire ou poétique.
- 3 décembre, 14 hres. Atelier gravure à l'encre avec Nathalie Garceau. *
- 5 décembre, 13 hres. Atelier de façonnage d'argile avec Hélène Martel. *

** Vous partirez avec votre création.*

Une AREQ à votre image

selon votre opinion, vos souhaits

Nous voulons que notre secteur Jeanne-Mance soit une organisation à la démocratie exemplaire et réponde à vos souhaits autant qu'il nous est possible.

Nous vous donnons donc l'opportunité de faire valoir votre opinion. Nous vous réservons deux pages de notre bulletin sectoriel «La voix de Jeanne-Mance» pour l'Opinion du lecteur. Envoyez votre texte à **389paradis@gmail.com**. Bien sûr, vos textes doivent être respectueux et sans libelle diffamatoire.

Nous voulons aussi vous offrir les activités qui répondent à vos souhaits. Comme l'indique le calendrier des activités apparaissant au présent bulletin, nous continuerons à vous inviter à des rencontres autour d'un repas, mais nous rêvons de plus. Toujours à la même adresse courriel, nous souhaitons donc que vous nous écriviez pour exprimer vos attentes.

Quelles activités souhaitez-vous? Des conférences, des cours de 2 heures ou une série de cours? Sur quels sujets? Des ateliers, des activités de loisirs? Des activités qui font bouger? Partagez-nous vos idées; dans la mesure du possible, dans la mesure où il y a un nombre satisfaisant d'intéressées et intéressés, nous tenterons de les satisfaire.

Nous voulons vous lire.
Votre conseil sectoriel

Merci

FONDATION LAURE-GAUDREAULT



Monique Laplante remet la contribution de la Fondation à Messieurs Raymond Viger et Roger Léger du Journal de la rue.

Dans le contexte social d'aujourd'hui, la Fondation Laure-Gaudreault s'implique en offrant une contribution à des organismes communautaires, de notre secteur, qui accompagnent des enfants et des parents dont la vie présente quotidiennement des situations de fragilités personnelles et sociales; des personnes prises dans un cycle de pauvreté.

Le Journal de la Rue accueille des jeunes délinquants, sans préjugés, peu importe leurs problèmes. Par exemple, Le Journal de la Rue peut supporter un jeune qui se penche sur ses aspirations, ses talents et ses sentiments. Cette sorte d'intervention mélange l'animation culturelle, l'intervention psychosociale et l'économie sociale.

La Maison l'Océane a reçu un petit montant d'argent de la Fondation; ce montant pourra être augmenté à l'avenir lorsque cet organisme nous sera mieux connu. Mme Marie-Ève Simard, coordonnatrice, remercie la Fondation au nom de toutes les femmes et les enfants qui bénéficient de leur ressource.

Au niveau national, la Fondation Laure-Gaudreault demande de la recherche au sujet des personnes aînées en situation d'itinérance. Un montant 2000$ a été attribué à Mme Valérie Guérin de l'UQAM pour sa recherche portant sur ce sujet.

La Maison enfant soleil accueille des enfants, surtout de niveau primaire, qui lui sont référés par les écoles du quartier. Elle a aussi reçu un appui de la Fondation Laure-Gaudreault.

Un gros merci à toutes les personnes qui choisissent de faire des dons à la FLG. C'est grâce à tous ces dons que la Fondation aide des organismes qui s'occupent des jeunes, des familles et des aînés. Et cela, grâce à vous!

Monique Laplante,
secteur Jeanne-Mance

Congrès AREQ

9 et 10 juin 2026

Quelques photos souvenirs













L'artiste en moi

– Il y a un artiste en moi depuis toujours

Originaire de Québec, j'ai fait carrière pendant plus de trente ans dans les domaines de la beauté et de l'entrepreneuriat en coiffure. En tant que responsable de la formation du personnel de l'entreprise, j'ai entrepris un baccalauréat en enseignement de la formation professionnelle et technique à l'UQAM. Ce parcours m'a naturellement mené vers l'enseignement au DEP en coiffure à Montréal, pour ensuite terminer ma carrière en éducation comme conseiller pédagogique.

Mon intérêt pour la beauté sous toutes ses formes s'est manifesté très tôt. Dès la petite enfance, l'art me fascinait. Enfant de la réforme Parent, j'ai eu la chance de fréquenter la maternelle, comme on disait à l'époque, un lieu où l'on nous apprenait à parler et déjà un peu à écrire, mais surtout à chanter, raconter, danser et dessiner avec ces crayons de bois dont j'aimais tant l'odeur. Et que dire de la peinture aux doigts : quel pur plaisir ! Dès que j'avais un moment de libre, je me retirais avec mes cahiers à colorier pour dessiner et bricoler. L'art était, pour ainsi dire, le refuge de l'enfant timide et réservé que j'étais.

Bien qu'il n'y ait pas eu d'artiste à proprement parler dans ma famille, j'ai toujours été influencé par l'importance que ma mère accordait, et accorde toujours, à l'harmonie des couleurs dans ses vêtements comme dans sa décoration, ainsi qu'à son souci du détail en toutes choses. Je me souviens aussi de l'habileté de mes grand-mères pour la couture, le tricot et le crochet. J'admirais la persévérance et le savoir-faire de mon père pour rénover une maison entière, un métier qu'il avait appris sur le tas. Et que dire de la minutie de mon grand-père horloger, capable d'assembler les plus minuscules pièces pour redonner vie à une montre !

Je crois avoir hérité d'eux la dextérité manuelle, la minutie, le goût du beau, le désir de créer et, surtout, la persévérance. Tout au long de ma vie active, j'ai suivi des cours d'art à la pièce, parfois intégrés à mon baccalauréat : dessin, peinture à l'huile, peinture acrylique, design d'intérieur, sculpture et dessin de modèle vivant.

Je rêvais depuis longtemps de disposer de temps, de beaucoup de temps, pour me consacrer pleinement à la peinture. Au moment de ma retraite, il y a cinq ans, j'ai pu aménager un petit espace de création à la maison, ainsi qu'à la campagne, afin de laisser libre cours à mon imagination.

J'adore la peinture abstraite, non figurative : celle qui suggère et propose sans jamais rien imposer. Ressentir une émotion, quelle qu'elle soit, par la seule contemplation d'un assemblage de couleurs en harmonie ou en contraste, par la vivacité d'un coup de pinceau, son empâtement ou ses textures... Voilà le langage pur d'une œuvre abstraite. Richter, Rothko, Pollock, de Kooning, Riopelle et Borduas comptent parmi mes artistes préférés.

Depuis que je suis à la retraite, j'essaie — en toute humilité — de créer une peinture abstraite et multimédia qui puisse plaire, surprendre ou, du moins, susciter une émotion. De plus, j'ai récemment eu le privilège de joindre le comité des arts du secteur Jeanne-Mance. S'y impliquer humblement me permet d'offrir un peu de mon temps à mes collègues du comité, qui m'ont chaleureusement accueilli et initié aux diverses activités artistiques de l'AREQ ; je les en remercie vivement. Cela m'a permis, entre autres, de participer aux expositions destinées aux membres lors des assemblées générales régionales et de secteur. Pendant l'une de ces expositions, j'ai eu l'honneur de recevoir une mention pour l'une de mes œuvres intitulées Végétal. Ce fut pour moi un magnifique témoignage d'appréciation qui m'encourage à poursuivre dans cette voie.



En conclusion de ce modeste portrait artistique, j'espère ressentir encore longtemps le désir et le plaisir de créer, tout en continuant de contribuer, à ma manière, au partage de l'art et de l'amour des arts.

Alain Robitaille

Pourquoi un comité national des arts?

Depuis trois ans, comme responsable du comité régional des arts et maintenant comme président sectoriel, j'ai le mandat de tout faire pour que l'AREQ crée un comité national des arts. Pourquoi? Pour répondre à cette question, voici la conclusion du texte argumentaire du comité des arts. Le texte fait, au total, 15 pages. Vous pouvez l'obtenir en en faisant la demande à **389paradis@gmail.com**

« Les arts, sous plusieurs formes, sont omniprésents dans notre société. Ils permettent à plusieurs de nos membres de se réaliser, de s'épanouir. Tous nos membres se réjouissent en assistant à des spectacles ou en visitant des musées, en s'émouvant devant les créations d'artistes. Les arts embellissent nos vies.

Les arts forment une part importante de notre culture, de l'âme de notre peuple. Elles débattent des idées ; elles illustrent, immortalisent nos modes de vie, nos désirs et nos réalisations.

Les arts contribuent à nos réflexions sociologiques et orientent nos politiques. Indépendance, environnement, féminisme, racisme, droits humains, paix sont, entre autres préoccupations, illustrés, chantés, célébrés par les artistes.

Les arts créent fierté et bonheur. Ils préviennent et retardent la maladie, améliorent le bien-être, soignent et soulagent certaines maladies et certains maux.

Les arts créent richesse et emplois. Malgré cela ; les artistes sont souvent pauvres, négligés de nos gouvernements.

Lors des formations de préparation à la retraite, la CSQ se montre soucieuse de la santé physique et psychologique des membres retraités. Dans l'expression de sa mission, l'AREQ indique se vouer aux droits culturels, sociaux, économiques et environnementaux de ses membres ; elle veut la dignité de ses membres ; elle œuvre au bien-être de ses membres.

Le texte argumentaire du comité des arts démontre l'importante contribution que les arts peuvent apporter à la réalisation de la mission que s'est donnée l'AREQ ainsi qu'à la santé de ses membres. Conséquemment, il appert que l'AREQ doit se doter dès maintenant d'un comité national des arts qui pourra la conseiller sur les actions et les moyens à mettre en œuvre pour favoriser, par les arts, son succès et le mieux-être de ses membres. »



SYLVIE TRUDEAU



ROSARIA SPARAGNA



SYLVIE TRUDEAU



HUGUES ST-PIERRE



ROSARIA SPARAGNA



In Memoriam

Dix-sept de nos collègues et amis nous ont quittés depuis le mois d'avril.

Nos plus sincères condoléances aux familles et amis endeuiilés.

Vous trouverez sur notre site web sous l'onglet in memoriam la liste par année civile.

https://jeannemance.areq.lacsq.org/in-memoriam/

Décès d'un ou d'une membre de l'AREQ

Lors du décès d'un ou d'une membre de votre secteur, il est important d'aviser l'AREQ nationale. L'avis de décès peut être transmis par un membre de la famille ou par la personne présidente de secteur.

Renseignements à fournir :
- Le nom de la personne qui transmet l'avis.
- Son lien avec la personne décédée.
- Le numéro de membre ou les coordonnées de la personne décédée.
- Le numéro d'assurance sociale (NAS). Si le NAS n'est pas connu, transmettre l'avis de décès paru dans le journal ou émis par la maison funéraire.
- La date du décès.

Si l'AREQ nationale est dans le doute quant à l'identité de la personne décédée, nous attendrons de recevoir une confirmation écrite de la part de Beneva ou de Retraite Québec pour modifier le statut « Actif » pour « Décès » dans la Gestion des membres.

Comment transmettre ces renseignements à l'AREQ (CSQ) :
- **Par courriel : adhesion.cotisation@areq.lacsq.org**
- **Par téléphone : 418 525-0611 ou 1 800 663-2408**

Autres organismes devant être informés du décès par la famille :

Beneva
2525, boulevard Laurier
C.P. 10500, Succ. Sainte-Foy
Québec (QC) G1V 4H6
Québec 418 651-6962 / sans frais 1 888 833-6962 /
Anglophones 1 800 400-0023 www.beneva.ca

Retraite Québec
475, rue Saint-Amable, Québec (Québec) G1R 5X3
www.retraitequebec.gouv.qc.ca

Régimes de retraite secteur public (RREGOP)
Québec 418 643-4881 / Sans frais 1 800 463-5533 /
ATS 1 855 317-4076

Régime des rentes du Québec (RRQ)
Québec 418 643-5185 / Montréal 514 873-2433 / Sans frais 1 800 463-5185

Calendrier des activités 2026-2027

Consulter le site web pour plus d'informations : **https://jeannemance.areq.lacsq.org/**

Les déjeuners ont lieu les troisièmes mardis de chaque mois (sauf juin) à partir de 8 h 30, au restaurant Mikes situé à l'intérieur de la Place Versailles.

Les brunchs se tiennent à partir 10 h, toujours au restaurant Mikes, les jeudis 24 septembre, 5 novembre, 28 janvier, 11 mars et le 13 mai.



Pour les dates suivantes, des informations vous parviendront ultérieurement.

Jeudi 8 octobre, midi :
Dîner pour tous célébrant les membres ayant 75 ans en 2026, au restaurant l'Académie.

Mercredi 14 octobre :
Assemblée générale de la Fondation Laure-Gaudreault.

Vendredi 4 décembre :
Journée nationale de commémoration et d'action contre la violence à l'égard des femmes.

Jeudi 10 décembre :
Dîner de Noël. Restaurant Homa, 6830 rue Hochelaga.

Mercredi 10 février :
Journée «Occupons-nous de nos affaires».

Mardi 23 février :
Dîner de l'amitié à l'ITHQ, 3535 rue St-Denis.

Vendredi 5 mars :
Journée internationale des droits des femmes.

Jeudi 15 avril :
Dîner du printemps à l'ITHQ, 3535 rue St-Denis.

Jeudi 22 avril :
Jour de la Terre.

Vendredi 30 avril :
Assemblée générale sectorielle Jeanne-Mance 06-F.

Jeudi 20 mai :
Assemblée générale régionale.

Mardi 15 juin :
Dîner de l'été et reconnaissance des bénévoles.



Adresse de retour:
AREQ
9162A André-Grasset,
Montréal,
H2M 2B3

Votre conseil sectoriel 2026-2027



BERNARD FOUCHER ©2026

Hugues St-Pierre	Président	514-586-7780	389paradis@gmail.com
Lucien Deschamps	1er vice-président	514-353-0548	deschampsl2002@yahoo.ca
André Lalonde	2e vice-président	514-742-8949	andre41lalonde@outlook.com
Hélène Gingras	Secrétaire	514-352-8011	helgin@sympatico.ca
Jean-Pierre Ménard	Trésorier	450-582-7170	menardj@videotron.ca
Sonia Trépanier	1ère conseillère	514-388-4665	sontrep@gmail.com
Josée Chagnon	2e conseillère	514-264-4074	mfc_josee@hotmail.com

Bienvenue aux nouveaux membres réguliers et associés!

Nous avons le plaisir d'accueillir de nouvelles personnes retraitées!

Soyez les bienvenues au secteur Jeanne-Mance.

Michel Coache
Monique Delorme-Lynch
David Godbout
Robert Jetté
Hélène Pilozzi
Jean-Christian Sylvestre
Pierre Wieland
Lucille Beaudry
Lucille Montbriand