

Secteur Rimouski-Neigette (01-F)

*Autrement dit...*



Photo: Henry Forrest

# Mot de la présidente

C'est avec beaucoup d'enthousiasme que nous vous présentons notre nouvelle version du bulletin *Autrement dit...* Celle-ci fait suite au projet de l'AREQ nationale d'améliorer la qualité visuelle des bulletins des secteurs. Son contenu continue toutefois de faire valoir notre couleur locale. Nous avons abordé, dès le début de l'automne, la deuxième année du triennat 2023-2026 de notre association. Nous tenons le cap en poursuivant l'offre

d'un repas thématique à chaque mois.

Notre plus grand défi est d'offrir des activités qui rejoignent les besoins ou les intérêts de toutes les générations. En effet, notre association compte parmi ses membres des personnes âgées entre 55 et 100 ans. Tout un défi pour nous! Vous retrouverez donc, dans ce numéro, les activités que nous avons réalisées au cours de l'automne de même que les activités prévues à partir de janvier.

(suite page 2)

## Sommaire

• Mot de la présidente	1-2	• Dossier environnement	6
• Conseil sectoriel	2	• Hommage aux 75 ans	7
• Mise à jour de votre profil AREQ	2	• Déjeuner des hommes	8
• Mot du président régional	3	• Dîner de Noël	9
• Assemblée générale régionale	3	• Nouvelle catégorie de membres	9
• Activités : Yoga, automassage, quilles et cartes de voeux	3	• Activité à venir : Conférence "Au volant de ma santé"	10
• Déjeuner pour la Fondation Laure-Gaudreault	4	• À mettre à l'agenda	10
• Déjeuner d'accueil des nouveaux membres	5	• Indexation du RREGOP en 2025	11
	6	• Convocation à l'Assemblée générale sectorielle	12



**AREQ**

Le mouvement des personnes retraitées CSQ



# Mot de la présidente

(suite)

Françoise Parent

Nous faisons face aussi à une problématique récurrente: la gestion de la liste des membres. Je vous rappelle que la liste des membres est une banque de données gérée par le personnel de l'AREQ nationale. Vous devez, à titre de membre, vous assurer de mettre à jour vos différentes coordonnées (adresse postale, courriel, numéro de téléphone) auprès d'elle.

À l'avenir, de notre côté, nous n'utiliserons que cette banque de données afin de renforcer la protection de vos renseignements personnels. Ainsi, les messages de notre secteur seront adressés à tous les membres qui ont une adresse courriel active à cet endroit.

Toutes les adresses qui étaient inscrites à la Messagerie ont été automatiquement transférées à la liste nationale. Soyez attentifs à la section "Mise à jour de votre profil" qui vous donne toutes les informations pour gérer vos données personnelles et faire les choix qui vous conviennent quant à l'information que vous désirez recevoir, tant de l'AREQ nationale que du Secteur 01-F Rimouski-Neigette.

En ce début d'année, je profite de l'occasion pour vous souhaiter une merveilleuse année 2025.

## Conseil sectoriel



Voici les membres du Conseil sectoriel lors de la rencontre régionale du 18 septembre 2024 tenue à Matane. Sur la photo, de gauche à droite: Françoise Parent, Diane Gaudreau, Martine Dion, Michel Genest, Georges LeBel et France Harrisson.

## Mise à jour de votre profil AREQ

Prenez quelques instants pour vérifier les informations liées à vos adresses et vos préférences de communication. Rendez-vous sur le site Web national:

[http : areq.lacsq.org](http://areq.lacsq.org)



En cliquant sur l'onglet **Mon profil** dans la barre d'outils ou en communiquant par téléphone au 1-800-663-2408.

# Mot du président régional

Raoul Déraspe, président régional 01



**IMPORTANT**  
Avis de  
convocation

Bonjour à vous, membres  
de la région 01!

Après avoir participé au congrès de la CSQ au sein de la délégation de l'AREQ du 26 au 29 juin à Québec, nous sommes de retour pour entreprendre une nouvelle année 2024-2025.

Quant aux activités de la région, elles sont bien amorcées. Dès la mi-septembre, une rencontre régionale a permis de réunir tous les membres des conseils sectoriels de la région 01 et de rencontrer Samuel Labrecque, conférencier aux dossiers sociaux sur le soutien à l'autonomie des personnes âgées, un défi de société qu'il faut relever. Ce fut une conférence très appréciée des participants.

Des activités régionales seront organisées pour vos responsables de comités régionaux et sectoriels, vers la mi-mars 2025. Je vous en attends à y participer en grand nombre.

Lors de ces rencontres, deux conférenciers, Johanne Freire et Samuel Labrecque, nous entretiendront sur des sujets d'actualité. Tous nos secteurs sont en route pour une nouvelle année. Bravo à vous tous de votre intérêt, votre participation et votre implication au sein des différents comités.

Du 15 au 18 juin 2025, une rencontre se déroulera aux Îles-de-la-Madeleine. Notre AGR aura lieu au même endroit, le 16 juin. Je vous en attends à y participer en grand nombre.

Des ententes sont négociées avec l'agence de Voyages des Îles et l'hôtel Accent pour favoriser nos déplacements et notre hébergement aux Îles. Des informations additionnelles peuvent être obtenues en communiquant avec votre présidence sectorielle pour inscription et en apprendre davantage sur son déroulement et la façon d'y participer.

Déjà à votre AGS 2025, une délégation provisoire sera nommée pour participer au congrès AREQ 2026. Précédant le congrès régulier, un congrès extraordinaire se tiendra pour finaliser nos statuts et règlements.

Je vous souhaite de Joyeuses Fêtes. Profitez de ce temps privilégié pour festoyer avec les vôtres. Que la prochaine année vous apporte santé, joie et bonheur!

## Assemblée générale régionale

### INVITATION ASSEMBLÉE GÉNÉRALE RÉGIONALE (AGR) 2025-ILES-DE-LA-MADELEINE

Date : 16 juin 2025, à 14 h 45

Accueil à compter de 14 h 00

Lieu: **La Légion Royale Canadienne**  
15, Chemin Principal, Cap-aux-Meules

Souper sur place: Homard ou côtes levées

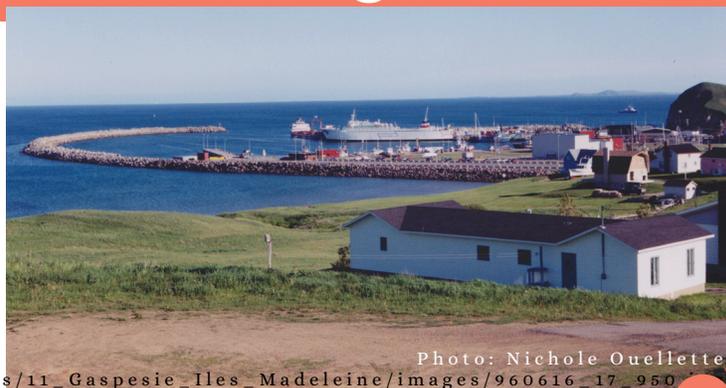


Photo: Nichole Ouellette

[https://www.ouellette001.com/Quebec\\_en\\_photos/11\\_Gaspesie\\_Iles\\_Madeleine/images/960616\\_17\\_950](https://www.ouellette001.com/Quebec_en_photos/11_Gaspesie_Iles_Madeleine/images/960616_17_950)

## Yoga et automassage

Cet automne, une quinzaine de membres ont participé à une session de **yoga adapté** (avec chaise). L'activité s'est tenue sur dix semaines, à raison d'une heure par semaine. Le coût était très abordable grâce à une aide de l'AREQ nationale dans le cadre d'un «Projet toujours en action». Les personnes participantes prévoient continuer à l'hiver.



Un après-midi d'octobre, un autre groupe a suivi une activité gratuite d'auto-massage. Les deux activités ont été animées par Hélène Bleau, professeure de yoga et massothérapeute.

Nous continuerons de proposer des activités physiques et intellectuelles variées, accessibles à un large auditoire.

Georges LeBel,  
membre du Conseil sectoriel 01-F

## Quilles: besoin de substituts

Le responsable de la ligue de quilles, Henry Forrest, souhaite intégrer de nouveaux membres à titre de substituts. La ligue se réunit tous les mardis, à 13 h, au Salon de quilles Vézina.

Pour plus d'informations :

[henry.forrest13@gmail.com](mailto:henry.forrest13@gmail.com)



## Cartes de voeux



Cette année, les **Papillons de l'AREQ** fabriquent des cartes anniversaires pour nos membres de 90 ans et plus. Ce nouveau comité est formé de Margot Michaud et Cécile Fortin.

# Déjeuner pour la Fondation Laure-Gaudreault



Photo: Société d'histoire de Charlevoix

À l'occasion du premier déjeuner thématique «Une rentrée avec Laure-Gaudreault», nous, Rachel St-Pierre et Jean-Roch Côté, avons rendu hommage à Laure Gaudreault pour l'ensemble de son œuvre, mettant en valeur la Fondation et les effets bénéfiques.

## Ses créations

- L'Association catholique des institutrices rurales fondée en 1936, devenue la CSQ aujourd'hui.
- L'AREQ, créée en 1961.

## Sa descendance professionnelle

Nous, de l'éducation, de la santé et des autres services publics du Québec, manifestons notre reconnaissance envers une femme d'exception. Créée en 1990 par la CSQ, la Fondation Laure-Gaudreault, met en lumière son œuvre magistrale qui fut déterminante pour nos conditions de travail et notre situation actuelle de personnes retraitées. La Fondation nous rappelle ses réalisations et nous place encore au cœur de l'action.

## Crédibilité, empathie et solidarité

La Fondation Laure-Gaudreault c'est :

- Un organisme indépendant soutenu par l'AREQ
- Une mission visant le soutien à des personnes âgées, la recherche médicale, le soutien d'œuvres jeunesse
- Des membres en action dans chacune des dix régions AREQ au Québec
- Deux millions et demi de dollars distribués depuis 1990.

Depuis septembre 2024, la contribution de notre secteur à la Fondation Laure-Gaudreault a été de 1460 \$ :

- Dans notre boîte de dons au déjeuner du 12 septembre 2024 : 172,00 \$
- Lors des tirages moitié-moitié:

## Nous, d'hier à aujourd'hui

Au travail, nous avons contribué à notre manière au progrès de la société québécoise. À la retraite, nous pouvons poursuivre notre engagement personnel envers cette même société par notre soutien financier à la Fondation Laure-Gaudreault qui appuie divers organismes reconnus dans notre secteur.

Que disait Laure Gaudreault? « On entre dans une association pour en augmenter la valeur, le nombre, le prestige et la force. Ne disons pas, j'entrerai si... disons j'entrerai pour... »

## Comment faire ma part?

D'abord, devenir membre de la Fondation. Pour ce faire, demander un dépliant. Ensuite, à votre mesure, contribuer à son financement pour soutenir diverses organisations communautaires. Enfin, vous pouvez faire un don en ligne sur le site internet de la Fondation:

**[fondationlg.org](http://fondationlg.org)**

Source: Laure Gaudreault, personnage historique (Gouvernement du Québec)



Jean-Roch Côté et Rachel St-Pierre

17 octobre 2024 (238,00 \$) : 119,00 \$

14 novembre (154,00 \$) : 77,00 \$

12 décembre (236,00 \$) : 118,00 \$

- Et une somme correspondant à \$1 pour chacun des 974 membres du secteur 01-F : 974,00 \$



# Déjeuner d'accueil des nouveaux membres

France Harrison, responsable du comité d'accueil

C'est avec enthousiasme que 82 membres de l'AREQ Rimouski-Neigette ont participé au déjeuner d'accueil des nouveaux retraité.e.s.

Françoise Parent, présidente, a présenté un diaporama nous informant de la mission et du fonctionnement de notre association.

Vingt nouveaux membres ont été conviés et treize se sont présentés: Marie-Annick Arsenault, Martine Bouchard, Sylvie Gagnon, Michel Hébert, Valérie Langelier, Karine Las-

sonde, Thérèse Loubert, Gary Lynch, Martine Masse, Nathalie Thibeault, Sylvie Verreault et Linda Lepage.

Diane Bérubé, au nom du comité d'accueil, a fait la lecture d'un bref historique de leur carrière. En cadeau, ils ont reçu un bon d'achat de 20 \$ et un coupon pour un prochain déjeuner. Une photo souvenir leur a été envoyée.

Au plaisir de les revoir à nos prochaines activités!



Diane Bérubé



## Dossier environnement

Le 27 septembre 2024 se déroulait, à Rimouski, une manifestation "Pour la suite du monde". Plusieurs personnes et associations se sont jointes pour dénoncer les trop lentes avancées du gouvernement en matière d'environnement. Quelques-uns de nos membres y ont participé, dont Christiane Gagnon, responsable régionale de l'AREQ dossier environnement et membre du comité national de l'environnement, Françoise Parent, présidente de l'AREQ Rimouski-Neigette et France Harrison, responsable du Comité sectoriel de l'environnement.



Nancy Gauthier, membre du comité noyau de Rimouski en transition, en compagnie de Christiane Gagnon, Françoise Parent et France Harrison.

Journal «Le Laurentien»

# Hommage aux 75 ans

Margot Michaud, responsable du Comité



Dans le cadre de nos activités annuelles, cette année, 52 membres de notre association ont reçu une invitation personnalisée. Le 25 septembre dernier, au restaurant Entre Deux, les membres du Conseil sectoriel et ceux du comité de l'amitié ont rendu hommage aux membres qui ont célébré leur 75e anniversaire au cours de l'année 2024. Ce fut une pause de qualité, un moment de reconnaissance du temps qui passe.

Tout fut mis en œuvre pour souligner de façon tangible l'importance de leur contribution à l'évolution de notre société, en santé et en éducation.

Depuis plus de 10 ans, nous soulignons de façon protocolaire, les 75 ans de nos membres: repas, fleurs, photos, texte recherché relatant des faits marquants de l'année 1949, composé et lu par Rachel St-Pierre.

Avec le soutien technique, nous avons présenté quelques chansons nous rappelant cette belle époque. Le tout pour ravir nos 19 invité.e.s et leurs accompagnateur.trice.s. Le comité poursuit ainsi l'excellent travail de Gabrielle Saint-Amand.

Françoise Parent, notre présidente, nous a présenté un bref historique de la mission de l'association et des comités actifs.

Nous tenons à remercier le chef Guillaume Fournier-Doran et son équipe pour leur collaboration et l'excellent repas.



## Ont célébré leurs 75 ans en 2024:

Mélita Beaulieu, Gertrude Bélanger, Jacqueline Bélanger, Robert Bélanger, Rolande Berger, Louise Bernier, René Bonenfant, Jocelyne Brisson, Louiselle Brochu, Marielle Caron-Thibodeau, Richard Catellier, Marie-Paule Charron, Nicole Charron, Angèle Choquet, Lucie Côté, Jean Courtois, Francine D'Astous, Geneviève Desbiens, Rigobert Desrosiers, Marie-Marthe Dionne, René-Jean Dionne, Germain Dubé, Suzanne Dumais, Céline Gagné, Chantale Gagné, Diane Gaudreau, Gisèle Gauvin, Francine Gendron, Eldège Landry, Jean Lavigne, Maurice Lavoie, Mariette Lebel, Murielle Leclair, Huguette Lévesque, Gérard-Raymond Lord, Daniel Mayrand, Françoise Michaud, Solange Morissette, Jocelyne Nadeau, François Neilson, Réjeanne Parent, Marielle Pelletier, Jocelyne Pouliot, Pierre Raymond, Louise Rioux, Martine Rose-Belzile, Diane Ross, Claudette Rousseau, Suzelle St-Onge, Michel St-Pierre (décédé en 2024), Pâquerette Tardif et Diane Thibault.



Le comité de l'amitié: Rachel St-Pierre, Gabrielle St-Amand, Margot Michaud, Gisèle Caron, Diane Bérubé, Annie Dupont, Henry Forrest, Jacinthe Lévesque (absente).

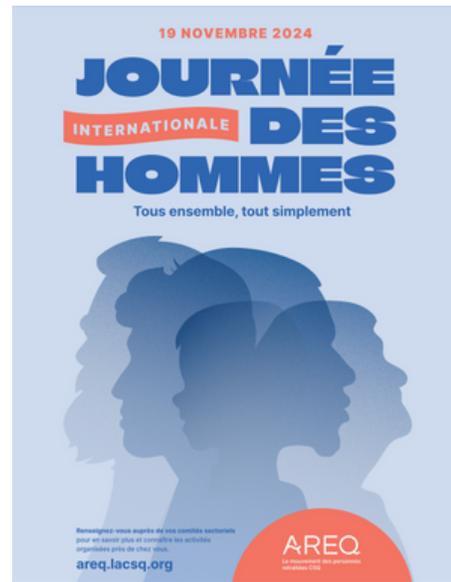


# Déjeuner des hommes

Denis J. ROY, responsable du comité des hommes

À leur dernière rencontre, tenue le 28 novembre 2024, les membres du comité

sectoriel des hommes ont évalué leur animation soulignant la « Journée internationale des hommes 2024 ». D'entrée de jeu, ils considèrent que ce fut acceptable comme rendez-vous. Ils ont voulu, à nouveau, accueillir chaleureusement chacune et chacun des membres lors de leur arrivée à ce déjeuner. Tout au long de la rencontre, les membres du comité ont soutenu les échanges autour du thème « Tous ensemble, tout simplement ». À l'égard de ce thème, ils ont noté une certaine retenue de la part des membres présents. Il faut reconnaître d'emblée que la plupart des personnes qui se déplacent pour ces déjeuners mensuels le font, d'abord et avant tout, pour rencontrer des connaissances et des ami.e.s afin de jaser un peu et de bien manger. Quand il y a des interventions pour partager des informations, on aime que ce soit court et que l'on procède rapidement en fin de rencontre. Le recueil des réflexions, mené à chacune des tables, a permis de constater que les interventions étaient restreintes. Ce qui porte à penser que le thème de l'année en cours était peu accrocheur et qu'on ne savait pas trop quoi en penser.



Les membres du comité ont quand même retenu que la préoccupation de solidarité demeurerait présente et que c'est ce que l'ensemble des membres présents semblaient vouloir maintenir.

Comme les membres se doutent bien que le prochain thème sera différent pour l'année prochaine, ils se proposent d'amarrer leurs questionnements au « Plan d'action national » qui est en cours. Ils chercheront à cibler quelques actions possibles à proposer aux membres intéressés. Par ailleurs, ils seront attentifs aux recommandations qui pourraient émaner de la rencontre du comité régional des hommes qui sera tenue les 19 et 20 mars 2025 à Matane, leur souci étant de se préoccuper des besoins des hommes d'ici.

Les membres du comité des hommes de notre secteur vous e donc, à nouveau, à vous laisser interpellé par les questionnements autour des conditions de l'identité masculine. Pour ce faire, demeurez proches de toutes celles et de tous ceux qui vous entourent afin de manifester la solidarité nécessaire qui permet notre « vivre ensemble ». Pour vous en convaincre, soyez à l'écoute des propositions d'activités émanant de votre Conseil sectoriel de même que du Comité national des hommes de l'AREQ,



Les membres du comité des hommes: Michel Genest, Jean-Roch Côté, Rigobert Desrosiers, Denis J. Roy et Réjean Pigeon.

Le jeudi 12 décembre, nous avons tenu notre dernière rencontre pour l'année 2024. Soixante-six personnes se sont réunies pour célébrer ce moment festif de l'année. Nous avons vécu ce moment d'échanges en toute simplicité, surtout dans le plaisir de se retrouver.



Nos amis de la "Porte ouverte sur les mots", Georgette Renaud et Daniel Projean, nous ont gracieusement offert l'une de leur récente parution, Le coffret retrouvé. L'heureuse gagnante est Céline St-Laurent.



Le tirage moitié-moitié pour la Fondation Laure-Gaudreault a permis de recueillir 236 \$. La gagnante du tirage, Yvette Guimond, a remporté une cagnotte de 118 \$.

Le Conseil sectoriel a remis deux cartes-cadeaux de 40 \$ chacune pour des spectacles chez Spect'Art Rimouski, ainsi que des billets d'entrée au Cinéma Lido pour une valeur de 30 \$.

## Nouvelle catégorie de membres

Nous désirons porter à votre attention la possibilité pour les conjoint.e.s des membres réguliers de l'AREQ de devenir membre associé de notre Association. Il nous semble bienvenu, pour ces personnes, de bénéficier d'un tel avantage. La cotisation annuelle est de 12 \$. Pour plus d'information, il s'agit de communiquer avec le personnel de l'AREQ nationale au 1-800-663-2408.

Lors du dernier congrès national de l'AREQ (CSQ), il y a eu un ajout à l'article 1.04 des Statuts et Règlements pour la catégorie :

### "Membres associés

a) La conjointe ou le conjoint survivant, au sens de la loi, du membre régulier de l'Association;

b) La conjointe ou le conjoint retraité du membre régulier de l'Association;

c) Toute autre personne retraitée jugée admissible par le Congrès sur recommandation du conseil d'administration.

Le membre associé peut assister aux réunions sectorielles et régionales, avec droit de parole, sans droit de vote. Le membre associé ne peut se présenter à un poste électif, ni être délégué officiel de l'Association; il peut cependant faire partie d'un comité et d'un sous-comité. Le membre associé a droit aux mêmes services que le membre régulier.

Une personne qui peut avoir le statut de membre régulier, en vertu du présent article, ne peut être admise à titre de membre associé."

Source: Statuts et règlements, AREQ, octobre 2023



# Activités à venir

Lison Jean, responsable du dossier socio-politique

## Conférence « Au volant de ma santé » par la Société d'Assurance Automobile du Québec (SAAQ)

Tous les membres de notre secteur et leurs conjoint.e.s sont é.e.s à cette conférence qui se tiendra le mercredi 29 janvier, à 13 h 30 au Centre communautaire Saint-Pie-X, 280, boul. Arthur-Buies Est.

### L'entrée est gratuite.

Il n'est pas nécessaire de s'inscrire.

Cette présentation vise à sensibiliser les conducteurs à propos du lien entre la santé et la conduite automobile, à informer sur les différents aspects en lien avec la conduite sécuritaire et les examens de santé exigés par la SAAQ. L'objectif est aussi de répondre à vos questions.

### Prière de vous apporter des souliers.

Bienvenue à toutes et à tous.



CONFÉRENCE

## Au volant de ma santé

→ La sécurité routière n'a pas d'âge

“La conduite automobile est une activité complexe qui exige quantité d'habiletés. Après plusieurs années de conduite, il est facile d'oublier que bon nombre de nos fonctions sont sollicitées lorsque nous conduisons.

### Objectifs de la conférence

- Informer les participants et participantes sur les différents aspects de la conduite sécuritaire d'un véhicule et sur les évaluations de l'état de santé exigées par la SAAQ
- Revoir certaines techniques de conduite et certaines lois
- Répondre aux préoccupations des personnes âgées ou des personnes aidantes

### Sujets traités

- Rôle de la SAAQ dans l'évaluation de la capacité à conduire des personnes âgées
- Mise à jour des connaissances sur la conduite automobile (règles de la route, manœuvres, carrefour giratoire, etc.)
- Nouveautés du Code de la sécurité routière
- Partage de la route avec les usagers et usagères vulnérables (à pied, à vélo, à trottinette, etc.)”

## À mettre à l'agenda

Jeudi 16 janvier: **Déjeuner de la nouvelle année**

Mercredis du 15 janvier au 5 février: **Formation sur l'utilisation des appareils électroniques**

Mercredi 29 janvier: **Conférence SAAQ**

Jeudi 13 février: **Déjeuner de la Saint-Valentin**

Lundis du 24 février au 21 avril 2025: **Yoga adapté**

Mercredi 26 février: **Conférence sur les fraudes**

Jeudi 13 mars: **Déjeuner des Femmes**

Mercredi 19 mars: **Conférence ASSUREQ**

Jeudi 10 avril: **Déjeuner de l'environnement**

Jeudi 15 mai: **Assemblée générale sectorielle**

Lundi 16 juin: **Assemblée générale régionale**

# Indexation du RREGOP en 2025

Johanne Freire, Conseillère - AREQ (CSQ)



Retraite Québec vient d'annoncer le taux d'indexation qui s'appliquera au montant de la rente du Régime de rentes du Québec (RRQ) à compter du 1er janvier 2025 : ce taux est de 2,6 %. Il a été établi en se basant sur l'indice des prix à la consommation (IPC) de Statistique Canada pour chaque mois compris entre novembre 2023 et octobre 2024. On l'appelle aussi le taux d'augmentation de l'indice des rentes (TAIR).

## Indexation de la rente du RREGOP en janvier 2025

C'est ce taux de 2,6 % qui est utilisé pour le calcul du taux d'indexation des rentes des régi-

mes de retraite des secteurs publics administrés par Retraite Québec, comme le RREGOP, le RRE, le RRF et le RRCE. Ce taux s'applique également à la rente de la personne conjointe survivante.

Rappelons que trois formules sont utilisées pour calculer l'indexation de la rente des personnes retraitées du secteur public, en fonction des années durant lesquelles elles ont cotisé au régime. Il est possible que plus d'une formule soit utilisée pour calculer l'indexation de la rente d'une personne, si celle-ci a versé des cotisations correspondant à plus d'une période.

<b>Années cotisées avant le 1er juillet 1982 :</b> Portion de la rente indexée à 100 % du TAIR 2,6 % (soit le TAIR)	<b>Années cotisées entre le 1er juillet 1982 et le 31 décembre 1999 :</b> Portion de la rente indexée selon le TAIR - 3 % 0 % (soit le TAIR - 3 %)	<b>Années cotisées depuis le 1er janvier 2000:</b> Portion de la rente indexée selon la plus avantageuse des 2 formules : 50 % du TAIR ou TAIR - 3 % 1,3 % (soit 50 % du TAIR, la plus avantageuse des 2 formules)
---	---	--

Veuillez noter que des modifications ont été apportées aux formules d'indexation du Régime de retraite du personnel d'encadrement (RRPE) à la suite de l'adoption de la loi 126. Ce tableau illustre les formules d'indexation de tous les régimes de retraite du secteur public, à l'exception du RRPE.

Johanne Freire, Conseillère - AREQ (CSQ)  
(freire.johanne@areq.lacsq.org)

Pour les questions, communiquez avec notre équipe par téléphone (1-800-663-2408) ou par courriel: [info@areq.lacsq.org](mailto:info@areq.lacsq.org)

## Bonne nouvelle!

Vous connaissez quelqu'un qui n'a pas adhéré aux assurances de l'AREQ au moment de sa retraite et qui le regrette? Voilà sa chance! Il lui est désormais possible de rejoindre des milliers de membres qui bénéficient d'une assurance complète, incluant une assurance voyage très avantageuse.

Il suffit d'avoir été un jour membre d'un syndicat affilié à la CSQ, et ce, même si ce ne fut que pour une courte période et que cela remonte à longtemps.

Pour plus de détails, invitez votre entourage à communiquer avec l'AREQ au 1 800 663-2408 ou à [info@areq.lacsq.org](mailto:info@areq.lacsq.org).





# Convocation à l'Assemblée générale sectorielle

Tous les membres de l'AREQ, du secteur 01-F Rimouski-Neigette, sont convoqués à l'Assemblée générale du secteur qui se tiendra le jeudi 15 mai 2025, au Centre communautaire Pie X (280, boul. Arthur-Buies Est, Rimouski) à compter de 9 h 30.

Les principaux points à l'ordre du jour sont :

- Rapport de la présidence
- Rapport de la trésorerie
- Rapport des comités
- Réalisation du plan d'action
- Élections aux postes suivants :
  1. Personne première vice-présidence
  2. Personne première conseillère
  3. Trésorerie
- Nomination des délégué.e.s au congrès de 2026

À noter :

Cette assemblée sera suivie d'un dîner offert par votre Association.

Pour assister à la rencontre, **vous devez vous inscrire au secrétariat** avant le 8 mai. Les coordonnées sont les suivantes :

**secretariat.areq.01f@gmail.com**

**ou le 418-896-8061**

P.S. Au moins 30 personnes (3 % des membres) doivent assister à la rencontre pour avoir le quorum et ainsi que l'assemblée soit valide.

N'oubliez pas votre numéro de membre. Il vous sera demandé à votre arrivée.

Bienvenue à vous toutes et tous!

Votre Conseil sectoriel

Le **formulaire de mise en candidature** est disponible sur demande au **secrétariat** du secteur.

**AREQ**  
Le mouvement des personnes retraitées CSQ

**Bulletin de présentation de candidature**  
Annexe I

Election  
 Nationale  Régionale  Sectorielle

Personne candidate  
 Prénom \_\_\_\_\_ Nom \_\_\_\_\_ N° de membre \_\_\_\_\_  
 Adresse \_\_\_\_\_  
 Région \_\_\_\_\_ Secteur \_\_\_\_\_

Poste  
 Présidence  Première vice-présidence  Deuxième vice-présidence  Trésorerie  
 Secrétariat  Première personne conseillère  Deuxième personne conseillère

Candidature proposée par  
 Prénom \_\_\_\_\_ Nom \_\_\_\_\_ N° de membre \_\_\_\_\_  
 Signature \_\_\_\_\_

1) Candidature appuyée par  
 Prénom \_\_\_\_\_ Nom \_\_\_\_\_ N° de membre \_\_\_\_\_  
 Signature \_\_\_\_\_

2) Candidature appuyée par  
 Prénom \_\_\_\_\_ Nom \_\_\_\_\_ N° de membre \_\_\_\_\_  
 Signature \_\_\_\_\_

J'accepte de poser ma candidature et, advenant mon élection, d'exercer cette fonction.  
 Signature \_\_\_\_\_ Date \_\_\_\_\_

Site Web sectoriel : <http://rimouski-neigette.areq.lacsq.org>

Adresse postale: AREQ 01-F, local R-110

250, boul. Arthur-Buies Ouest, Rimouski, G5L 5C5

**Françoise Parent**, présidente du secteur Rimouski-Neigette

- [presidence.areq.01f@gmail.com](mailto:presidence.areq.01f@gmail.com)

**Autres adresses de courriel du secteur 01-F**

**Inscription réservation repas :**

- [secretariat.areq.01f@gmail.com](mailto:secretariat.areq.01f@gmail.com)

**Martine Dion** – secrétaire :

- [secretariat.areq.01f@gmail.com](mailto:secretariat.areq.01f@gmail.com)

**Bulletin sectoriel :**

- [bulletin.areq.01f@gmail.com](mailto:bulletin.areq.01f@gmail.com)

**Michel Genest** – trésorier;

- [tresorerie.areq.01f@gmail.com](mailto:tresorerie.areq.01f@gmail.com)

**Page Facebook du secteur:**

- <https://www.facebook.com/groups/438502958491976>

Ce site privé est réservé aux membres de l'AREQ du secteur 01-F

**Pour toute autre information**, vous pouvez joindre

l'AREQ Nationale

- Par téléphone : 418 525-0611 ou 1 800 663-2408



Page Facebook  
Secteur



Page WEB  
Secteur

Équipe du bulletin *Autrement dit...*: Diane Chevrier, Marie-Marthe Dionne, Francine Gaudreau et Ghislaine Malenfant (correction), Françoise Parent (présidence), Henry Forrest (photos), Michel Genest (mise en page)