

# LES BELLES HISTOIRES



2025-2026 NO 1

AU COEUR  
DES LAURENTIDES  
10 E

ÉTÉ- 2025

# AREQ

Le mouvement des personnes  
retraitées CSQ

3	Mot de votre présidente sectorielle
4	Le saviez-vous ? La crème solaire...
5	Un changement de nom du secteur / Conseil sectoriel 2025-2026
6	Offre: Cours d'aquarelle / Interactions difficiles / Lettre ouverte du National et de la CSQ / AGR
7	Assemblée générale sectorielle du 24 avril 2025
8	Devenir membre associé / Service juridique NOVUM
9	Calendrier en bref Printemps et Automne 2025
10	Les comités / Bienvenue aux nouveaux membres / Autour de la table
11	Demande spéciale / Modification à votre dossier / In Memoriam
12	Informations utiles

## APPEL À TOUS

### Trésorier-trésorière RECHERCHÉ(E)

### Formation et reconnaissance assurés !

## MANIFESTE

Nous sommes l'AREQ, la plus ancienne et la plus importante association québécoise de personnes retraitées issues des services publics. Nous défendons les intérêts et les droits culturels, sociaux, économiques et environnementaux des personnes âgées.

Nous sommes un mouvement. Nous contribuons à la réalisation d'une société égalitaire, démocratique, solidaire et pacifiste. Nous souscrivons au principe d'égalité de droit et de fait entre les genres.

Nous sommes 60 000 membres issus des secteurs de l'éducation, de la santé et des services sociaux, de la petite enfance, des communications et du loisir, du milieu communautaire et du monde municipal.

Nous sommes des personnes retraitées CSQ, qui exercent avec fierté une citoyenneté active pour l'engagement social et la dignité des personnes âgées.

## Un mot de votre présidente sectorielle



### Une année terminée, une autre commence...

Comment vous dire la joie qui m'habite, quelques jours après notre assemblée générale sectorielle. Le conseil, bien équilibré : hommes-femmes, jeunes et moins jeunes, il ne manque que la diversité visible pour combler le tout, je blague à peine.

D'ailleurs, parlant de diversité de secteur d'activité, une personne provenant du secteur de la santé pourrait-elle se joindre au conseil afin d'y apporter une contribution éclairante sur ce milieu ? Cherchons ! 2 postes sont disponibles: **Trésorerie** et 1er ConseillerE.

Cette dernière année a été pour moi un véritable apprentissage comme présidente. Ce fut un réel plaisir de contribuer à la réalisation de plusieurs activités, qui n'auraient pas eu autant d'impact sans l'apport et la prise en charge de nos nouvelles membres du conseil, Danielle Rochefort et Carole Marcoux. Deux perles rares qui ne ménagent pas les efforts pour contribuer très activement au développement du secteur. Comment ne pas reconnaître aussi le dévouement de Michel De Courcy qui est revenu au conseil à titre de trésorier afin de compléter l'année 2024-2025. Michel voudrait bien céder sa place mais faut-il avant lui trouver un-e remplaçant-e.

**Avis à ces personnes de talent qui aimeraient bien se joindre au conseil afin de prendre le flambeau des finances.** Une formation sera offerte et toute la reconnaissance qui vient avec. La gentillesse de Michel pour nous aider à effectuer cette fonction, malgré son désir de quitter, est tout à son honneur, mais reconnaissons-le, il a fait plus que sa part et nous devons le laisser partir. J'espère ardemment que nous ne serons pas obligés de recourir au privé ?

Au passage, j'adresse un grand Merci à **Arlette Bouchard** qui nous a quitté en décembre 2024 mais qui a grandement contribué à établir de bonnes bases financières avec l'outil offert par le National ainsi qu'à **Francine Michaud** qui a terminé son mandat en tant que 1re conseillère. Elle demeurera responsable du comité Arts visuels.

Dans un autre ordre d'idée, lors de l'assemblée générale, un vote a eu lieu pour choisir notre nouveau nom : **Au coeur des Laurentides**. C'est un très joli nom, n'est-ce pas ? C'est simple et il nous situe mieux sur le territoire régional 10. Merci aux membres présents à notre dernier AGS d'avoir participé à cette opération.

D'ailleurs l'idée a fait des petits, car le secteur plus au Nord, qui se nommait Hautes-Rivières, se nommera dorénavant Hautes-Laurentides. Cela devrait réduire les erreurs lors d'inscriptions des nouvelles et nouveaux retraité-es. Les secteurs de la région des Laurentides sera donc mieux identifiés.

C'est avec beaucoup de joie que notre secteur accueille maintenant **1 000 membres** ! Eh oui ! C'est dire que nous avons maintenant accès à une possibilité de 3 Projets Toujours En Action (PTEA). Ces projets présentés au national, si acceptés par le comité évaluateur, nous allouent un montant de 800 \$ chacun. Nous pouvons donc nous permettre d'engager des frais plus importants, sachant que nous serons compensés, et vous offrir des conférences ou activités des plus intéressantes. D'ailleurs une conférencière Écoféministe est proposée en premier lieu. Deux autres projets sont en cours de préparation.

Nous vous invitons à feuilleter ce bulletin pour connaître les prochaines dates à retenir au gré de vos intérêts.

Dans un avenir plus proche, n'oublions pas le **5 juin, où nous fêterons la journée autochtone** à Sainte-Adèle et le **11 juin l'Hymne à l'été**. Ces deux dernières activités compléteront l'année de façon festive et en bonne compagnie.

Espérant que vous appréciez ce qui vous est offert et que vous serez nombreuses et nombreux à y participer. Bon été à tous !

**Céline Lachapelle**  
Présidente secteur 10E  
Au Coeur des Laurentides

Ce bulletin, édité, rédigé et monté par Céline Lachapelle, est vérifié par les membres du conseil sectoriel. C'est un outil précieux pour celles et ceux intéressés par les activités offertes par le secteur. Publié en mai 2025, il présente un aperçu actualisé des enjeux collaboratifs. Avec 350 exemplaires imprimés et postés par Efficaposte à Laval, il est aussi distribué à l'ensemble des membres nous ayant fourni une adresse courriel, soit environ 675 envois. Il témoigne de l'engagement du conseil sectoriel à fournir une information de qualité, essentielle pour tenir ses membres informés.

L'outil employé est CANVA dont l'accès est offert aux secteurs par l'AREQ Nationale, pour la rédaction des bulletins sectoriels.



Photo : Romeo Gacad, Agence France-Presse

## Le saviez-vous ?

**La crème solaire :  
un danger  
pour les écosystèmes  
d'eau douce [1]  
par Carole Marcoux**

### À savoir

- À chaque baignade, environ le quart de la crème solaire appliquée sur la peau reste dans l'eau.
- Ce sont près de 14 000 tonnes de crème solaire qui se retrouvent dans les océans du monde entier chaque année.
- Une fois à la maison, la menace n'est pas éliminée : les composantes nuisibles à l'environnement vont se mêler à l'eau de la douche
- Les ingrédients à éviter : l'avobenzone, l'octinoxate, l'oxybenzone, et l'octocrylene. L'oxybenzone est l'un des filtres ultraviolets les plus controversés. Il est un perturbateur endocrinien reconnu, et peut rendre stériles les organismes vivants sous-marins tout comme l'homme.
- Certains pays ou états ont interdit de vendre et d'importer des crèmes solaires contenant de l'oxybenzone et l'octinoxate,

### À faire

- Porter des vêtements qui couvrent bien le corps, un chapeau et des lunettes de soleil afin de minimiser l'utilisation de crème solaire.
- Appliquer la crème solaire une demi-heure avant de se baigner.
- Au besoin, utiliser des crèmes solaires minérales moins dommageables.

[1] Sources : <https://ici.radio-canada.ca/nouvelle/1730778/etude-creme-solaire-ecosysteme-crustaces-eau-douce>

<https://www.quebec.ca/sante/conseils-et-prevention/sante-et-environnement/prevenir-les-problemes-de-sante-lies-aux-eaux-de-baignade>

<https://www.noovomoi.ca/style-et-maison/zero-dechet/article.9-cremes-solaires-sans-risque-coraux.1.9884245.html>

Capsules du CRE Laurentides sur la protection des lacs :

<https://crelaurentides.org/documentation/>

# Un changement de nom du secteur E s'imposait

## AU COEUR DES LAURENTIDES

a été voté en grande majorité.

En 2e état "Monts, lacs et vallées des Laurentides"

3e "La Laurentie".

Notre décision a été reçue par notre présidente régionale, Madame Pierrette Boudreau. Le nécessaire est entamé auprès du national afin que notre nom soit officiellement changé, ce qui, en principe ne devrait être qu'une formalité.

Merci aux membres qui ont pris la peine de se déplacer à cette assemblée afin de faire en sorte que ce projet se réalise.

## Au coeur des laurentides 10 E compte maintenant 1 000 membres !

Les secteurs de la région des Laurentides sont donc maintenant : Seigneurie des Mille-Iles, Rivière-du-Nord, Au coeur des Laurentides et Hautes-Laurentides.

Présidence : Céline Lachapelle

450 821-8232

Areql0e@gmail.com

Répondante secteur E de la région 10 : Environnement

1re Vice-présidence : Monelle Beaulne (Élue)

450 335-0654

Mbeaulne@videotron.ca

Répondante : Gestion des membres et substituts  
assurances

2e Vice-présidence : Carole Marcoux (Élue)

514 978-9171

carolemrcx@gmail.com

Responsable : Environnement  
et jeunes retraités

Trésorerie : Michel De Courcy **APPEL À TOUS \***

819 425-5643

michel.decourcy@hotmail.com

Répondant : Assurances et

Fondation Laure-Gaudreault

Secrétariat : Guy Vaudrin (Élu)

438 928-0066

Guyvaudrin@gmail.com

Répondant : Webmestre

1erE ConseillerE **APPEL À TOUS \***

pourquoi pas quelqu'unE  
provenant du secteur de la santé

2e Conseillère : Danielle Rochefort

450 822-7185

Rochefordt925@gmail.com

Répondante : Femmes

\* Si vous souhaitez obtenir plus d'informations concernant ces 2 postes à combler, n'hésitez pas à contactez Céline Lachapelle, par téléphone pour courriel.

# Nous sommes ravis d'offrir dès cet automne une série de COURS D'AQUARELLE par Marie-Francoise Condamin, aquarelliste



La nature a toujours fait partie du travail de Marie-Françoise Condamin. D'origine française où elle fait ses études en arts appliqués, elle s'établit dans les Laurentides afin d'être plus proche de la nature.

Que ce soit en estampe, sculpture, peinture ou aquarelle, cette source infinie d'inspiration lui permet de s'exprimer dans un style réaliste. Avec l'aquarelle, qu'elle pratique depuis sa retraite de l'enseignement des arts plastiques au primaire, elle tente de recréer l'ambiance qu'elle ressent face aux paysages de sa province ou lors de voyages à l'étranger. Le contraste ombre/lumière est un autre aspect de la nature qui l'intéresse particulièrement.

Privilégiant les petits formats, elle ne dédaigne pas à l'occasion des dimensions plus grandes pour plus de liberté gestuelle

**Du 19 septembre au 17 octobre 2025.**

**L'activité se tiendra sur 5 semaines consécutives à Sainte-Adèle.**

L'endroit précis ainsi que la journée de la semaine seront à confirmer selon le nombre d'inscriptions que nous recevrons.

**Le coût réel est de 65 \$ par personne pour les 5 ateliers.**

**L'AREQ 10E offre à ses membres un rabais de 15 \$**

**pour l'ensemble des 5 ateliers**

**soit un coût total de 50 \$**

**matériel inclus.**

**La durée des ateliers sera de 2h30 chacun.**

**Pour vous inscrire veuillez contacter Danielle Rochefort au 450 822-7185**

**ou par courriel à: rocheford925@gmail.com**

L'atelier interactif offert par le Réseau Éclaireurs du CISSS **qui a eu lieu le 14 mai** au St-Hub Sainte-Adèle a été fort apprécié par les 10 personnes présentes. Ce fut un moment de discussion très intéressant concernant les expériences de chacun-e sur les **interactions difficiles** auxquelles nous avons à faire face dans le quotidien. Des outils pratiques nous ont été proposés par les 2 intervenantes. Riche moment de partage. Merci à **Jacques Blanchard** d'avoir organisé cet atelier pour nous.

**D'autres ateliers du genre seront proposés l'an prochain.**

L'AREQ signe cette fin mai 2025, en collaboration avec la CSQ, une lettre ouverte rappelant au gouvernement la nécessité d'investir dans les services de soutien à domicile.

**Investir dans le soutien à domicile, c'est investir dans notre avenir collectif**

Lors de l'Assemblée générale régionale qui s'est tenue au Best Western de Saint-Jérôme, le 21 mai, **14 membres de notre secteur étions présents.**

Un délicieux repas chaud a été servi à nos tables.

4 artistes de notre secteur ont pu exposer leurs oeuvres: **Georges Brazeau, Céline Fillion, Richard Frenette, et Yolande Levert.** Félicitations !

# Assemblée générale sectorielle le 24 avril 2025



De gauche à droite: Danielle Rochefort, Carole Marcoux, Guy Vaudrin, Monelle Beaulne et Michel De Courcy



Yolande Levert,  
substitut au comité des  
Arts visuels

L'assemblée générale s'est bien déroulée.  
9 artistes ont pu exposer leurs oeuvres et les membres ont apprécié leur présence.  
Un repas chaud a été offert et une activité à laquelle plusieurs ont participé,  
a été gentiment organisée par Guy Thibault.  
Merci à tous pour votre participation !



Le conseil est à la recherche d'une personne pour assumer la **trésorerie**. Un poste 1e ConseillerE est aussi vacant. Quelqu'un-e provenant du secteur de la santé aimerait se joindre à nous ? Il nous ferait plaisir de vous accueillir !



Photos: Céline Lachapelle

35 personnes présentes à l'assemblée.  
et 9 exposants en arts visuels

Nous sommes à la recherche de personnes qui accepteraient de prendre des photos lors des activités. Nous demandons un effort collectif de les acheminer par courriel à [areq10e@gmail.com](mailto:areq10e@gmail.com) afin de les publier dans les prochains bulletins. Merci !

# Devenir membre associé, une bonne idée !

Depuis janvier 2025, les non-membres qui accompagnent les membres aux activités organisées par le secteur doivent payer le coût réel de l'activité. Depuis quelque temps, nous avons réduit le coût pour favoriser la participation des membres qui ne viendraient pas seuls. Toutefois, les conjoints peuvent se joindre en tant que MEMBRES ASSOCIÉS, et dans ce cas, le coût de participation est le même que pour le membre régulier. Voici les conditions :

L'AREQ peut accueillir toute personne retraitée issue d'un syndicat affilié à la CSQ ou toute autre personne que le Congrès de l'AREQ jugera admissible, sur les recommandations du conseil d'administration. (CONJOINT - CONJOINTE D'UN-E MEMBRE RÉGULIER-E)

La cotisation annuelle est fixée à 0,34 % du revenu de pension provenant d'un régime de retraite du secteur public (RREGOP) versée par Retraite Québec ou de la rente d'invalidité. Autrement, le montant d'adhésion est au coût minimum, soit 12 \$ annuellement. Avec l'autorisation du membre, cette cotisation est prélevée directement du revenu de pension. Annulable en tout temps.

**La cotisation de la personne ne recevant pas de pension du secteur public ni de rente d'invalidité s'établit à 12 \$ par année** auquel s'ajoute un droit d'entrée de 1 \$ la première année.

## Les membres associés sont :

1. La conjointe ou le conjoint survivant, au sens de la loi, du membre régulier de l'AREQ;
2. La conjointe ou le conjoint retraité du membre régulier de l'AREQ;
3. Toute autre personne retraitée jugée admissible par le Congrès sur recommandation du conseil d'administration.

## POUR VOUS INSCRIRE, SVP COMMUNIQUER AVEC

Madame STÉPHANIE TRUDEL en donnant votre numéro de membre par téléphone au 1 800 663-2408 ou par courriel à : [trudel.stefanie@areq.lacsq.org](mailto:trudel.stefanie@areq.lacsq.org)  
Madame Trudel vous fera parvenir le formulaire d'adhésion que vous pourrez compléter en ligne ou en papier et poster à l'adresse suivante :

AREQ (CSQ)  
320, rue Saint-Joseph Est, bureau 100  
Québec (Québec) G1K 9E7

Téléphone: 418 525-0611 ou  
1 800 663-2408

Télécopieur : 418 525-0769

Courriel : [info@areq.lacsq.org](mailto:info@areq.lacsq.org)

## Services juridiques NOVUM

L'AREQ est fière de s'allier à Novum afin d'offrir un service de consultations juridiques gratuites et illimitées à ses membres. L'entente de deux ans découle d'un projet-pilote apprécié par les membres de l'Association.

Les consultations couvrent toutes les questions juridiques d'ordre personnel\* :

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

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 plates-formes.

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.



# CALENDRIER DES ACTIVITÉS EN BREF

Date de l'activité	Description	Coût et endroit	Réservation	Date limite pour s'inscrire
4 juin 2025	Autour de la table Déjeuner	Restaurant AM Saint-Sauveur 131 chemin du Lac Millette Repas à vos frais Tirages de 2 x 20 \$	par téléphone: Janine Guénette 450 229-2391	2 juin 2025
5 juin 2025	Journée autochtone Organisé par le comité environnement	Salle du musée de la Fondation Zénon-Alary 1425 rue Claude Grégoire, Sainte-Adèle, 20 \$ membres 50 \$ non-membres	Par courriel : carolemrxc@gmail.com	25 mai 2025
11 juin 2025	Hymne à l'été 2025	Restaurant La TOUR DU LAC 173 Chemin de la Tour du Lac Sainte-Agathe-des-Monts 30 \$ membres 65 \$ non-membres	Gérard Grégoire 450 229-4874 gerard.gregoire@c gocable.ca	1 juin 2025
3 septembre 2025	Autour de la table Déjeuner	Restaurant AM Saint-Sauveur 131 chemin du Lac Millette Repas à vos frais Tirages de 2 x 20 \$	par téléphone: Janine Guénette 450 229-2391	1 sept. 2025
17 septembre 2025	Accueil des nouveaux membres et retrouvailles (Non-Rentrée 2025)	Manoir Stonehaven 40 ch. du Lac des sables, Sainte-Agathe, 25 \$ membres, 90 \$ non-membres (Gratuit pour les nouveaux membres)	Monelle Beaulne 450 848-5876 monelle.b@videotron.ca (Choix de menu à faire)	3 septembre 2025
29 septembre 2025	Droits en RPA et Lobe Conférence régionale du comité d'action sociopolitique	Best Western Saint-Jérôme 15 \$ membres (Coût réel 37\$ chargé par le régional)	Jacques Blanchard 819-421-2990	18 sept. 2025
19 septembre au 17 octobre 2025	Ateliers d'aquarelle offerts par Marie-Françoise Condamin	50 \$ pour 5 ateliers, endroit et jour à déterminer	Danielle Rochefort 450 822-7185 rocheford925@gmail.com	du 1 au 10 septembre 2025
1e octobre 2025	Autour de la table Déjeuner	Restaurant AM Saint-Sauveur 131 chemin du Lac Millette Repas à vos frais Tirages de 2 x 20 \$	par téléphone: Janine Guénette 450 229-2391	29 sept. 2025
1e octobre 2025	Marche des aînés organisé par le national plus de détails à venir	Vers Montréal, transport bus et boites à lunch	Céline Lachapelle 450 821-8232 areq10e@gmail.com	20 sept.2025
4 décembre 2025	Dîner de Noël avec musique et danse	Auberge du Mont-Gabriel 1699 ch. du Mont-Gabriel, Sainte-Adèle 25 \$ membres 90 \$ non-membres	Céline Lachapelle 450 821-8232 areq10e@gmail.com	15 novembre 2025

# Responsables et substituts des Comités sectoriels 2025-2026

Assurances (info) *	Michel de Courcy	Monelle Beaulne
<u>Action sociopolitique</u> *	Jacques Blanchard	Céline Lachapelle
Arts visuels	Francine Michaud	Yolande Levert
Bulletin sectoriel -Communications	Céline Lachapelle	Conseil sectoriel
Webmestre (Communications)	Guy Vaudrin	Céline Lachapelle
Info décès (Communications)	Monelle Beaulne (courriel)	Andrée Potvin (poste)
<u>Condition des femmes</u> *	Danielle Rochefort	
<u>Condition des hommes</u> *	Guy Vaudrin	
<u>Environnement</u> *	Carole Marcoux	
Fondation Laure-Gaudreault	Michel De Courcy	
Retraite (info indexation)		
Gestion et accueil des membres	Monelle Beaulne	
Jeunes retraités (nouveau comité)	Carole Marcoux	Isabelle Raymond

Plusieurs postes sont vacants. Si ces sujets vous intéressent, joignez-vous à nous ! Vous pouvez aussi vous joindre aux comités ci-haut, sans en avoir la responsabilité, mais y participer pour organiser certains événements ponctuels.

Pour plus d'information sur ces comités, ou pour soumettre votre candidature, écrivez à : areq10E@gmail.com  
Ou par téléphone auprès de Céline Lachapelle au 450 821-8232

## Bienvenue aux nouveaux membres !

<b>Carrier Déane</b>	<b>Daigneault, Jocelyn</b>
<b>Gagnon, France</b>	<b>Gendreau, Brigitte</b>
<b>Lachance, Johanne</b>	<b>Lacoste, Odette</b>
<b>Lessard, Christine</b>	<b>Pinsonneault, Marie-Claude</b>
<b>Rochette, Christine</b>	<b>Therrien, Benoit</b>
<b>Turcotte, Chantal</b>	<b>Willard, Nicole</b>



131 Chemin du Lac-Millette,  
Saint-Sauveur, J0R 1R6  
"Autour de la table"

Le dernier petit déjeuner du 10E  
aura lieu mercredi 4 juin  
Thème LES VACANCES !  
Reprendra le 3 septembre.  
Bienvenue à tous ! Tirages 2 x 20 \$  
Réservez votre place auprès de  
Janine Guénette, au 450 229-2391

### **Demande spéciale : Professeur de français pour un immigrant**

Nous avons reçu une demande pour un professeur de français pour un immigrant philippin qui habite à Saint-Sauveur dans les Laurentides. Il travaille au Manoir Saint-Sauveur en cuisine et il ne parle que l'anglais. Il aimerait rester au Québec d'où l'importance pour lui d'apprendre le français. Il n'a pas de voiture donc il ne peut se déplacer qu'avec l'autobus régional. Comme il travaille en restauration il a un horaire atypique donc les cours du gouvernement ne lui conviennent pas à cause des horaires trop rigides. Il est très travaillant et désire vraiment apprendre le français. Madame Viviane Hébert se tourne vers nous pour savoir s'il pourrait être jumelé à un professeur bénévole de la région. Cela l'aiderait considérablement compte tenu de son problème de mobilité et de son horaire atypique. Personne intéressée, veuillez contacter Madame Hébert, directement au 514 224-2729

## **POUR TOUTE MODIFICATION À VOTRE DOSSIER 1-800-663-2408**

Les informations concernant votre dossier sont gérées au bureau national de l'AREQ.

Ce dossier contient les informations suivantes : **Votre numéro de membre, nom et prénom, adresse, ville et code postal, numéro de téléphone, courriel, état civil, date de naissance et la date de prise de votre retraite.**

Un nombre très limité de personnes du conseil sectoriel y a accès et s'engage à tenir ces informations confidentielles.

Pour faire un changement, un simple coup de téléphone et c'est réglé : ayez en main votre numéro de membre **ou** votre numéro d'assurance sociale.

### **INFORMATION DÉCÈS**

Madame Andrée Potvin envoie une carte de la Fondation Laure-Gaudreault à la famille d'un membre décédé.

Pour annoncer le décès d'un membre de notre secteur ou d'un parent de votre famille, vous pouvez communiquer

**819-326-1889 ou par courriel [andree.potvin.qc@gmail.com](mailto:andree.potvin.qc@gmail.com)**

**Nous recevons parfois la nouvelle d'un décès par le National quelques mois plus tard, c'est pourquoi nous préférons être informés avant afin de ne pas raviver le deuil des proches. Nous tentons de publier le plus rapidement possible.**



## *In Memoriam*

*Huguette Fournier*

Février 2025

*Marie-Chantal Monette*

Février 2025

*Francine Tison*

Janvier 2025

*Karen Walsh*

Novembre 2024

*La grande communauté de l'AREQ  
offre ses plus sincères condoléances aux familles éprouvées*

Adresse de retour:

AREQ 10E  
1147 rue Principale  
Prévost Qué J0R 1T0

**Destinataire:**

<b>AREQ (nationale)</b>	<b>info@areq.lacsq.org areq.lacsq.org</b>	<b>418 525-0611 800 663-2408</b>
<b>AREQ 10 E (secteur)</b>	<b>areq10E@gmail.com laurentides.areq.lacsq.org/</b>	<b>450 821-8232</b>
<b>BENEVA (SSQ)</b>	<b>www.beneva.ca/fr</b>	<b>888-6962 418 651-6962</b>
<b>RÉGIE DE L'ASSURANCE MALADIE DU QUÉBEC</b>	<b>ramq.gouv.qc.ca</b>	<b>800 561-9749</b>
<b>RETAITE QUÉBEC</b>	<b>retraitequebec.gouv.qc.ca</b>	<b>418-643-5185 800 463-5185</b>
<b>ASSISTANCE VOYAGE</b>	<b>canassistance.com/ssq</b>	<b>800 465-2928</b>
<b>ASSISTANCE JURIDIQUE</b>	<b>novumlegal.ca</b>	<b>844 745-4714</b>
<b>ABUS-AÎNÉS</b>	<b>aideabusaines.ca</b>	<b>888 489-2287</b>
<b>INFO AIDANT: RESSOURCES POUR LES PROCHES AIDANTS</b>	<b>ia.org/Regions/Laurentides</b>	<b>855 852-7784</b>
<b>PRÉVOYANCE ENVERS LES AINÉS</b>	<b>prevoyanceaineslaurentides.org</b>	<b>844 551-6032</b>
<b>VIOLENCE CONJUGALE</b>	<b>Sosviolenceconjugale.ca</b>	<b>800 363-9010</b>
<b>AQDMD (Association québécoise pour le droit de mourir dans la dignité)</b>	<b>aqdmd.org</b>	<b>514 341-4017</b>
<b>DIRECTIVES MÉDICALES ANTICIPÉES</b>	<b>ramq.gouv.qc.ca</b>	<b>877 644-4545</b>

**RECEVOIR LE BULLETIN PAR COURRIEL**

Plusieurs de nos membres reçoivent déjà leur bulletin sectoriel en format électronique. Si vous souhaitez ajouter votre nom à cette liste, vous pouvez en faire la demande par courriel à Monelle Beaulne à l'adresse suivante : [monelle.b@videotron.ca](mailto:monelle.b@videotron.ca)