



La Petite Feuille



Bulletin de l'AREQ (CSQ) secteur Longueuil - Volume 44 numéro 1

janvier 2026



SOMMAIRE

Clin d'œil du président	3 et 4	Calendrier des activités	15
Mot de la présidente régionale	5	Activités à venir	16 à 22
NOVUM	6 et 7	Chronique littéraire	23 à 25
Activités passées	8 à 13	Informations à conserver	26
Assurances	14		



Les Retrouvailles



CLIN D'OEIL DU PRÉSIDENT



Ça me fait tout drôle d'en être déjà arrivé à écrire mon dernier texte en tant que président de secteur.

Je tiens à vous dire un très gros MERCI. Merci de nous faire confiance, merci de votre implication et de votre participation à nos différentes activités/conférences et assemblées générales.

Cette année, nous sommes retournés au Parc Michel-Chartrand pour notre activité RETROUVAILLES et vous avez répondu avec beaucoup d'enthousiasme sous un soleil radieux. Nous étions plus de 210 personnes présentes sous les chapiteaux. Vos commentaires ont été très positifs, et ce, malgré quelques problématiques mineures en lien avec les toilettes. Je vous en remercie. Il était clair que vous étiez contents de vous revoir. Nous pouvons vous annoncer que l'an prochain le tout se passera au même endroit au début septembre 2026.

Nos déjeuners mensuels ont changé d'endroit, suite à une suggestion d'une personne membre de notre secteur. Nous sommes, pour le moment, un peu plus nombreux qu'à l'époque du Eggsquis, et toujours heureux de nous revoir. Je tiens à souligner que le personnel qui y travaille tente de répondre avec le sourire à nos demandes.

Notre site internet est pleinement fonctionnel et je vous invite à aller le consulter (areq-longueuil.org). Vous y trouverez toutes les informations nécessaires en lien avec nos conférences, activités, actions et revendications. Une équipe y travaille avec acharnement. Je vous invite à consulter aussi le site internet de l'AREQ nationale (areq.lacsq.org) et à vous inscrire à l'infolettre de l'AREQ. Vous y trouverez beaucoup d'information et vous serez informés des derniers développements en lien avec nos priorités. De plus, si vous avez des questions n'hésitez pas à communiquer avec moi au 450-670-3006. Laissez un message, car sinon on ne pourra pas répondre à vos interrogations.

Les membres des différents comités se sont réunis le 20 octobre dernier pour planifier et coordonner les activités et les conférences de l'hiver et du printemps prochains. Comme vous pourrez le constater dans les pages qui suivent, celles-ci ne manqueront pas. Nous croyons qu'elles répondront à vos attentes. On vous y attend en grand nombre.

Nous sommes privilégiés d'avoir toutes ces personnes qui travaillent fort pour planifier et organiser toutes ces activités et conférences. De plus, de nouvelles personnes se sont jointes à différents comités. Je vous en remercie. Notre secteur est privilégié de vous avoir toutes et tous (anciens et nouveaux). C'est grâce à vous si notre secteur a un nombre impressionnant de ces activités/conférences. Si vous avez des suggestions à nous faire pour des sujets d'activités ou de conférences, n'hésitez pas à nous le faire savoir.



Le conseil sectoriel a également invité les nouvelles personnes membres de notre secteur à un dîner le 5 novembre. L'objectif de cette rencontre est de permettre au conseil de présenter les activités/conférences offertes, de parler des différents comités, de présenter l'AREQ et de leur permettre de se présenter.

Cette année, 2026 sera une année de congrès. Celui-ci se tiendra à Lévis du 8 au 11 juin 2026. Vous avez déjà élu votre délégation à la dernière assemblée et ces membres ont déjà eu 3 journées de rencontres en novembre.

Je remercie toutes les personnes membres du conseil sectoriel actuel et également des 5 dernières années pour leur engagement, la qualité de leur travail, leur présence, leur écoute et leur remise en question. Grâce à vous, notre travail est plus que dynamique et travailler avec vous est et a été un réel plaisir. Tout le travail accompli n'aurait pas été possible sans vous et votre dévouement. Je suis très fier de notre secteur.

Je remercie également toutes les personnes téléphonistes qui, grâce à leur travail impeccable, nous permettent de rejoindre tous nos membres.

Je m'en voudrais de ne pas souligner le travail, l'implication et la disponibilité d'un de nos membres, M. André Therrien. André fait un travail remarquable et impeccable et cela sans compter ses heures. Il est le maître d'œuvre du **OYEZ! OYEZ!**, de **La Petite Feuille** et des **messages courriels** que l'on reçoit. Grâce à son savoir-faire et sa disponibilité, il a énormément simplifié ma tâche. Toutes les personnes membres de notre secteur ont profité de sa disponibilité et son expertise. **MERCI !**

Je vous souhaite, en mon nom et au nom des membres du conseil, une très bonne année remplie de santé et peut-être même une ou deux belles folies.

Au plaisir de se revoir prochainement,



Roger Lapierre

PROJET ARRIM'ÂGE

La Maison Tournesols nous présente une offre de collaboration alléchante.

Ce projet consiste à arrimer une personne aînée et une personne étudiante en francisation au Centre de services scolaires Marie-Victorin.

La personne aînée socialise à son domicile avec un nouvel arrivant qui apprend le français et reçoit en retour de l'aide pour de menus travaux, et ce, une fois par semaine.

N'est-ce pas une belle occasion de se rendre utile, de briser l'isolement et d'avoir des contacts intergénérationnels?

Vous êtes une personne aînée de Brossard, Saint-Lambert, Longueuil (Greenfield Park, Saint-Hubert), vous êtes intéressée par ce projet, téléphonez à Caroline au 450 445-9290, poste 106 ou écrivez à mmobile@maisontournesols.org.



Gisèle Rocheleau

MOT DE LA PRÉSIDENTE RÉGIONALE

L'année AREQ 2025-2026 a été lancée à l'automne et tout se déroule rapidement. Plusieurs activités sectorielles ont déjà eu lieu et l'action se poursuit. L'activité régionale du 21 octobre a été très courue : excellente participation et deux présentations marquantes : l'Intelligence artificielle par Samuel Labrecque (AREQ) et les politiques de Trump par Frédéric Gagnon (Chaire Raoul Dandurand). Les membres étaient contents d'en apprendre plus sur ces sujets.

La préparation du Congrès est toujours en cours. Les rencontres intersectorielles des délégués ont débuté. Pour la région, déjà 3 rencontres ont eu lieu en novembre dernier.

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

Outre le Congrès, 2025-2026 sera une année chargée: des présidences changeront au terme de leur mandat; cela amènera une nouvelle équipe Montérégie en juin 2026.

Merci à toutes et tous pour leur implication et leur excellent travail.

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



Merci pour votre présence !

CERTAINS CROIENT QUE LA VIE COMMENCE À 40 ANS, D'AUTRES À 50 ANS, MAIS POUR MOI LA VIE COMMENCE TOUS LES MATINS QUAND JE ME LÈVE !

AUJOURD'HUI SERA UNE TRÈS BELLE JOURNÉE!

Renée Dallaire

CAMPAGNE D'ADHÉSION À L'AREQ ET À ASSUREQ

À qui s'adresse cette campagne?

Personnes retraitées ayant déjà été membres d'un syndicat affilié à la CSQ, mais n'ayant pas adhéré à l'AREQ ou à ASSUREQ.

Du 1^{er} janvier au 31 mai 2026 :

Profitez d'une possibilité unique d'adhérer à l'AREQ et au régime Santé ou Santé Plus d'ASSUREQ.

Offre exceptionnelle d'une durée limitée :

Pour plus de détails, communiquez avec l'AREQ
1 800 663-2408.

5 bonnes raisons d'adhérer à ASSUREQ :

1. Adhésion sans preuve de bonne santé
2. Prime fixe qui n'augmente pas avec l'âge
3. Assurance voyage couvrant jusqu'à 6 mois consécutifs
4. Assurance valide votre vie durant
5. Maintien de l'assurance pour la personne conjointe survivante

Propagez la bonne nouvelle!



NOVUM : SERVICES JURIDIQUES

L'AREQ est fière de s'allier à NOVUM afin d'offrir un service de consultations juridiques gratuit et illimité à ses membres ainsi qu'un service de représentations pour des litiges en lien avec un bail de logement et concernant le vol d'identité ou la fraude.

CONSULTATIONS

Les consultations couvrent toutes les questions juridiques d'ordre personnel ⁽¹⁾ :



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.

REPRÉSENTATION – BAIL ET FRAUDE OU VOL D'IDENTITÉ

À compter du 1^{er} juillet 2025, un volet de représentation s'est ajouté aux services juridiques pour les membres de l'AREQ. Ils ont désormais accès au service de représentation dans le cadre d'un litige en lien avec un bail de logement résidentiel. Ce bail peut, par exemple, être contracté pour un logement ou encore pour une résidence privée pour aînés (RPA).

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

Les services suivants sont inclus ⁽²⁾ :

Rédaction de mise en demeure ;

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

COORDONNÉES



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

- Votre nom complet;
- Votre numéro de téléphone;
- Mentionnez que vous êtes un membre de l'AREQ;
- Votre numéro de membre;
- La date à laquelle vous devez vous présenter devant un tribunal, le cas échéant.



Site Internet : novumlegal.ca

[1] Le droit criminel est exclu.

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

IL EST IMPORTANT DE S'INFORMER

Vous avez choisi de faire partie d'une association de retraité.es.

Celle-ci, en retour, tient à ce que vous soyez informé.es sur les différents sujets qui peuvent vous concerner, surtout comme personnes aînées.

À l'AREQ nationale, vous pouvez bénéficier gratuitement de l'INFOLETTRE qui vous renseigne sur les grands développements nationaux. On vous informe aussi de l'implication de l'AREQ dans notre société. Cette publication vous est envoyée par courriel toutes les deux semaines. Abonnez-vous en faisant la demande à info@areq.lacsq.org.

À l'AREQ Longueuil, nous avons différents moyens de vous tenir au courant. Entre autres, par notre site internet qui vous propose un agenda de nos activités. Le site vous renseigne sur les nouvelles récentes et il vous permet de relire les OYEZ ! OYEZ ! et La Petite Feuille. De plus, vous avez accès aux photos prises lors de nos activités. Visitez-le à l'adresse areq-longueuil.org.

**À LA PAGE 26 DE CETTE PETITE FEUILLE,
VOUS AVEZ UNE MULTITUDE D'INFORMATIONS**

JOURNÉE RÉGIONALE DU 21 OCTOBRE

La journée régionale fut un franc succès avec la présence d'approximativement 160 personnes au restaurant L'ancêtre sur le chemin de Chambly. Les sujets de conférences (l'intelligence artificielle et Trump et le Québec) ont su susciter l'intérêt pour des membres de tous les secteurs de la Montérégie.

Intelligence artificielle

Nous avons commencé la journée avec une conférence présentée par M. Samuel Labrecque, politologue et conseiller en communication à l'AREQ. Il est impliqué dans des dossiers touchant plusieurs aspects de la vie des aîné.e.s.

M. Labrecque a expliqué, non seulement ce qu'est l'intelligence artificielle, mais aussi les implications que cela peut avoir dans le quotidien des aîné.e.s. Cela peut être aussi simple que l'utilisation de l'IA dans une maison intelligente, dans laquelle on peut contrôler les électroménagers, ou même d'y installer des lumières qui s'allument et qui s'éteignent quand une personne rentre dans une pièce ou la quitte.

L'IA ne s'arrête pas là. Elle peut être utile pour faire des diagnostics médicaux à un stade précoce ou en créant un algorithme personnalisé pour remarquer des différences dans l'état d'une personne fragilisée pour que le personnel soignant puisse venir à son aide rapidement.



Le tout peut améliorer la qualité de vie de notre population vieillissante en facilitant leurs soins, en assurant leur sécurité, en soutenant leur santé cognitive par des jeux et en réduisant l'isolement social.

M. Labrecque a pu rassurer certaines personnes comme quoi l'IA ne pourra jamais remplacer l'humain, même si elle peut imiter les connaissances de l'humain, car elle n'a aucun ressenti émotionnel et est dépourvue de conscience humaine.

Trump et le Québec

M. Frederick Gagnon, professeur au département de science politique de l'UQAM et titulaire de la Chaire Raoul-Dandurand, a su démystifier qui est le président Donald Trump et nous a rappelé qu'il restait 1188 jours de son mandat en date de la journée de notre conférence.

Sa conférence fut séparée en deux parties : **le Plan Trump et pourquoi la résistance contre lui n'est pas plus forte.**

M. Gagnon a partagé avec l'auditoire que, dans ses cent premiers jours de son deuxième mandat, la popularité du Président Trump a chuté sur les 3 grandes préoccupations des républicains qui avaient voté pour lui : l'économie, l'immigration et la politique étrangère. Le « vendeur d'huile de serpent » était maintenant démasqué.

Dans le Plan Trump, M. Gagnon a abordé les thématiques de son persona, de ses stratégies de négociations et de sa vision de l'économie.

Brièvement, le président des États-Unis croit que le persona exagéré présenté dans son livre *Art of the Deal* est vrai. Avec cette perception de sa propre personne et une tendance à porter attention à la dernière chose qu'il a entendue, les décisions d'aujourd'hui pourraient changer demain. De plus, il ne croit pas aux balises mises en place sur le rôle du président, incluant celles mises en place par la Cour suprême. Il agit donc avec des menaces, en poussant très loin, avec l'espoir que son adversaire pliera rapidement et que Trump gagnerait plus de la relation.

Il cherche à changer l'économie des États-Unis d'une économie de consommateurs à une de production.

Il y a quelques raisons que la résistance contre Trump n'est pas plus forte. Nous pouvons commencer avec

sa stratégie de communication : « *Flooding the zone* » qui consiste à saturer d'information sur tout et rien qui saoule la population. Il est un expert de la médiation et un roi de la diversion en sachant parler à sa base républicaine. Il sait faire une campagne délibérée pour écraser toute opposition.

Notre proximité et notre petite population nous placent dans une position de forte dépendance envers le marché américain et Trump ne se gêne pas pour essayer de nous intimider.

Nicole Caissie

DÎNER DES NOUVELLES PERSONNES MEMBRES DE NOTRE SECTEUR

Tout près de 40 personnes se sont présentées à ce dîner qui a eu lieu le mercredi 5 novembre à L'ancêtre.

Plus de 40 % des nouvelles personnes membres de notre secteur ont répondu positivement à notre invitation.

Je tiens à remercier celles et ceux qui ont eu la délicatesse de répondre, positivement ou négativement, à l'invitation faite.

Il y a eu d'abord une brève présentation de l'AREQ Longueuil, des membres du conseil sectoriel et des différents comités. Il a également été question de la nouvelle réalité de ces personnes retraitées.

Après s'être présentées, les personnes ont échangé tout en dégustant un bon repas. Celles-ci nous ont fait part de leur appréciation et de leur intérêt à participer à différentes activités.

Il y aura certainement reprise de cette activité l'an prochain.

Roger Lapierre, président



Bilan du 16^e GRAND NETTOYAGE DES RIVAGES DE LONGUEUIL (2025-09-27)



Avec 86 participants enthousiastes, dont l'équipe de l'AREQ, Claudette Brûlé, Marie-Paule Carrier, Raymonde Dallaire, Gaétan Fortin, Chantal Hébert et Jacqueline Milot, notre collecte a connu une augmentation importante cette année, avec un total de matières résiduelles récoltées de 955 kg qui se décompose en 681,5 kg de déchets, 57 kg de matières recyclables et 216,5 kg de métaux.

Cette augmentation est toujours due à la présence des divers campements de personnes sans domicile fixe. Plusieurs projets de construction de logements abordables et sociaux sont en cours et la grande majorité sera prête en 2026.

Marie-Paule Carrier

MONTREAL COMUNAUTAIRE AVEC L'AUTRE MONTREAL

Lors de notre visite avec l'organisme *L'autre Montréal*, notre guide Christian, nous a fait part des politiques de solidarité, dont **Les solidarités en action dans la ville, où s'exerce l'action communautaire autonome avec 4500 organismes, 425 000 bénévoles et 5000 employés**. Il nous rappelle à quel point l'implication sociale de personnes convaincues change le monde; entre autres : Léa Roback, Madeleine Parent et le docteur Julien en pédiatrie sociale, qui s'est inspiré des Inuits.

Montréal fourmille d'organismes où les personnes se sentent solidaires et s'engagent à créer un monde plus juste, inclusif et participatif. Christian nous a rappelé les divers organismes où s'exerce l'économie circulaire au niveau des cuisines et épiceries collectives : l'Agriculture urbaine, Le Chic Resto Pop, La Petite Bourgogne, La Maison des Aînés, le FRAPRU, Juripop (clinique juridique communautaire), Le Centre des Femmes, Dans la Rue, Sac à Dos, La Roulotte du Père Emmet Johns, Carrefour solidaire, Maison Émilie Gamelin.

Maya, du comité social Centre-Sud (CSCS), nous a expliqué les nombreuses actions accomplies, axées sur l'éducation populaire (PEP), dont la mission est de dé-

panner, d'éduquer et de lutter. Des centaines de personnes profitent de leurs services journallement.

Jonathan Alarie de **La Table de quartier Hochelaga-Maisonneuve (LTQHM)** (www.ltqhm.org) nous a semblé très impliqué au regroupement d'organismes communautaires, d'institutions, de citoyen.ne.s et de corporations privées.

LTQHM vise l'amélioration des conditions et de la qualité de vie de la population par l'action communautaire concertée, comme approche privilégiée du développement social local. C'est un organisme engagé à animer et à coordonner la concertation et les actions de suivi tout en favorisant la participation de tous les acteurs (multiréseaux) autour de l'ensemble des éléments qui influent sur la qualité et les conditions de vie (l'intersectorialité).

Merci au comité des femmes !

Marie-Paule Carrier

EXCURSION AU PARC MARIE-VICTORIN

Une journée magnifique, soleil, plaisir, amitiés, découvertes et nature plein les yeux et le cœur!

Le mercredi 24 septembre, une cinquantaine de personnes retraitées de la CSQ, secteur Longueuil, se

Puis ce sont une série de jardins thématiques, chacun ayant son ambiance propre. Sans oublier la serre des plantes carnivores, fascinante, les mosaïcultures géantes représentant des animaux et les sculptures métalliques illustrant des insectes suscitent également l'admiration du groupe, alliant art et botanique. Le tout accompagné d'explications et observations de notre guide.

Au dîner, chacun reçoit une boîte à lunch contenant un repas savoureux et copieux. Cette pause nous permet de reprendre des forces tout en poursuivant les échanges dans une ambiance détendue et chaleureuse.

Un moment fort de la journée: une conférence animée par un personnage haut en couleur, incarnant le Frère Marie-Victorin. Avec humour et passion, il nous raconte sa vie d'enseignant, d'autodidacte, de fondateur du Jardin botanique de Montréal, et son œuvre majeure: *La Flore laurentienne*. Il évoque également son abondante correspondance, notamment avec Marcelle Gauvreau, son amie et confidente. Ce témoignage en a touché plusieurs. Notre journée s'est terminée par la visite du musée et celle des chutes.

Tout au long de la journée, l'ambiance a été empreinte de curiosité, de bonne humeur et chacun a pu apprécier la beauté du lieu et la richesse des installations. Cette excursion fut une belle réussite, alliant détente, émerveillement, et culture. Le Parc Marie-Victorin a su éveiller notre sens de l'observation et nous rappeler combien la nature peut être une source d'art, de science et d'inspiration.

**UNE BELLE JOURNÉE INOUBLIABLE!
MERCI LA VIE !**

Dolorès Houle

sont réunis au Parc de la Cité de Saint-Hubert pour une journée d'excursion au Parc Marie-Victorin, situé à Kingsey Falls. Les personnes ont profité du trajet pour échanger, discuter et partager leurs souvenirs, donnant déjà le ton à une journée placée sous le signe de la camaraderie.

Tous voulaient profiter des couleurs automnales et de la nature, tout en en apprenant davantage sur ce beau parc fondé en 1985 pour souligner le centenaire de naissance de ce célèbre botaniste québécois, le Frère Marie-Victorin. Ce parc a une mission à la fois éducative, écologique, artistique et touristique. Pour nous, détente, contemplation et complicité en ce quarantième anniversaire.

Dès notre arrivée, nous sommes plongés dans un univers végétal riche et diversifié. Une promenade paisible et agréable le long du sentier principal nous offre dès le départ une vue impressionnante sur la magnifique mosaïculture, « le Géant ». Serait-ce un certain frère des Écoles Chrétiennes et son chardon de Mingan?



CONFÉRENCE D'ALAIN DENEAULT

La conférence présentée par Alain Deneault, professeur de philosophie, « La crise écologique et l'économie de la nature : une question pour tous les âges » a eu lieu le 28 octobre dernier. Elle a été organisée par le comité sociopolitique et a réuni plus de 70 personnes.

Dès le départ, Alain Deneault mentionne que la crise climatique actuelle est une situation inouïe, c'est-à-dire sans précédent, devant laquelle des comparaisons avec des événements antérieurs sont impossibles. On parle de catastrophes graves et répétées : les feux, les inondations, les ouragans, etc., qui amènent une perte de la biodiversité avec des effets sur la chaîne alimentaire, l'agriculture, les espèces animales de même que sur la santé publique.

Face à ces situations inédites, l'angoisse nous guette. Le conférencier traite de l'angoisse de deux façons. D'un côté, la mauvaise angoisse se traduit par un sentiment de découragement chez plusieurs personnes et la recherche de boucs émissaires, tels les écologistes porteurs de mauvaises nouvelles. Le déni des changements climatiques avec ses multiples effets devient, pour certaines personnes, une façon de masquer leur désespoir. De l'autre côté, la bonne angoisse essaie de comprendre les réalités autour de nous et d'agir en conséquence. Il perçoit cette bonne angoisse comme un signe de santé mentale. Selon l'Institut national de santé publique du Québec (INSPQ), « La santé mentale peut se définir comme une disposition qui permet à chacun de ressentir, de penser et d'agir de manière à jouir de la vie, à faire face aux difficultés du quotidien et à contribuer à la vie de sa communauté. »¹ On peut faire l'hypothèse que beaucoup de personnes ont une santé mentale positive.

Que faire? Alain Deneault propose donc d'agir en tant que personnes lucides et joyeuses. Il introduit la notion de biorégion qui fait référence autant à l'environnement physique qui nous entoure qu'aux personnes qui peuplent un territoire. Il met l'accent sur l'interdépendance entre les gens, le sol, la flore et la faune sur un territoire qui fonctionne avec une économie régionale. De multiples aspects sont alors à analyser : comment la science peut servir à développer l'agriculture autrement; comment la « sagesse », soit la science des anciens, peut profiter de cette sagesse au lieu d'être dénigrée; comment les décisions politiques peuvent envisager les besoins et les forces pour les combler, etc. Apprendre à réhabiter le territoire, c'est également s'opposer à ce qui est destructeur. Réhabiter le territoire nécessite et favorise aussi les regroupements de personnes, peu importe leur âge.

Durant la période des échanges, M. Deneault souligne, à plusieurs occasions, l'importance d'agir, de regarder ce qu'il convient de faire, d'être dans le mouvement. Il cite le mouvement féministe qui agit avec courage parce que la condition des femmes était décourageante et l'est encore.

En conclusion, je remercie le comité sociopolitique de nous avoir donné l'occasion d'entendre Alain Deneault. Je vous invite à prendre connaissance de ses nombreux écrits. Le livre *Faire Que! L'engagement politique à l'ère de l'inouï*² développe la notion de biorégion abordée durant la présentation.

Céline Desrosiers

1. Institut national de santé publique du Québec, définition de la santé mentale. <https://www.inspq.qc.ca/sante-mentale/definition>

2. Alain Deneault, *Faire que! L'engagement politique à l'ère de l'inouï*, Montréal, Lux éditeur, 2024, 206 p.



SOUPER DE NOËL

Une centaine de membres de l'AREQ Longueuil se sont retrouvés, le 2 décembre 2025, pour le souper de Noël, au restaurant L'Élan du Parcours du Cerf.

Les groupes se forment. Les échanges sont animés et joyeux. On passe d'un groupe à un autre. On partage avec plaisir des moments avec les personnes qu'on n'a pas vues depuis quelque temps.

Clément, notre photographe, prend plusieurs clichés.

Après un délicieux repas, notre président, Roger, donne quelques informations et procède au tirage de prix.

Puis, place à la musique et à la danse. Le groupe « Autrement » est responsable de l'animation et de la musique. Les danseurs sont nombreux et enthousiastes. La fête débute et se poursuivra ...



Nicole Viau

DÎNER DE NOËL

Le dîner de Noël s'est déroulé au restaurant L'ancêtre de Saint-Hubert le 10 décembre. En dépit de la neige, les gens étaient tous présents.

En entrant dans la salle de réception, on ressentait déjà une ambiance chaleureuse et accueillante. C'était un cadre idéal pour des discussions joyeuses. Comme d'habitude, nos organisateurs ont fait preuve d'un excellent travail afin de créer une ambiance festive et conviviale.

Un immense merci au personnel du restaurant qui nous a servi le repas. Leur professionnalisme, leur attention aux détails et leur compétence ont contribué à ce dîner copieux qui comptait plus de 150 convives.

Durant le repas, le tirage de prix de présence a fait le plaisir de nombreux participants.

Nous souhaitons également rendre hommage à notre président, Roger Lapierre, qui terminera bientôt son mandat. Son leadership, son engagement et sa vision ont marqué positivement l'AREQ du secteur Longueuil et ont laissé une empreinte durable. Ensemble, nous lui adressons tous nos meilleurs vœux pour la suite.

Robert Tessier

RETROUVAILLES – RÉCUPÉRATION

Monsieur Clermont Bonnenfant nous remercie pour notre belle participation, lors des Retrouvailles, à recueillir, entre autres, les goupilles de canettes. Il a fait don de 546 fauteuils roulants. On a besoin grosso modo de 26 sacs (à ordures) pour financer l'achat d'un seul fauteuil roulant. Les lunettes sont envoyées dans des pays qui en ont besoin. Accumulons encore davantage nos objets à recycler pour les prochaines Retrouvailles en 2026.

Marie-Paule Carrier

RENOUVELLEMENT DU RÉGIME D'ASSURANCE COLLECTIVE ASSUREQ EN 2026

Faits saillants :

1. Réclamations en assurance maladie revenues à la normale
2. L'arrivée du médicament Wegovy sur le marché laisse sa marque
3. À surveiller : l'arrivée sous peu de nouveaux médicaments pour la perte du poids
4. Forte augmentation du nombre de décès

Régime d'assurance maladie

Un léger ajustement des primes est nécessaire et 3 modifications sont apportées au régime (bonification) :

Garanties	En 2025	Dès le 1er janvier 2026
Appareils auditifs (Santé et Santé Plus)	Max 750 \$ / 48 mois	Max 1 500 \$ / 48 mois
Transport et hébergement pour consultation de spécialiste au Québec (Santé et Santé Plus)	Max 1 000 \$ / an	Max 2 500 \$ / an
Examen de la vue (Santé Plus)	Non couvert	Remboursement à 80 % aux 24 mois (inclus dans le remboursement max. de 1 000\$ / an du regroupement des professionnels de la santé)

Régime d'assurance maladie

1. Application d'un congé de primes mensuel de 8,31 \$ par adhérent (était 6 \$) venant absorber le coût des bonifications du régime
2. Ajustement des primes variant entre – 0,61 \$ et + 3,97 \$
3. On se rend compte que l'ajustement de l'an dernier était nécessaire

Régime Santé Primes mensuelles		
Statuts de protection	Primes 2025	Primes 2026
Individuel	29,68 \$	29,07 \$
Monoparental	36,24 \$	35,94 \$
Familial	58,81 \$	59,58 \$

Note : La taxe de 9 % doit être ajoutée à ces taux

Régime Santé Plus Primes mensuelles		
Statuts de protection	Primes 2025	Primes 2026
Individuel	57,18 \$	58,33\$
Monoparental	68,78 \$	70,56 \$
Familial	108,77 \$	112,74 \$

Note : La taxe de 9 % doit être ajoutée à ces taux

N.B. N'oubliez pas la conférence de Mme Johanne Freire au sujet des assurances et de la retraite le 3 février 2026.

Contactez Mme Lucie Larose lucielarose06@gmail.com

CALENDRIER DES ACTIVITÉS DE JANVIER À JUIN 2026

ACTIVITÉ	DATE	HEURE	LIEU	COÛT (pour les membres)	PAGE
Déjeuner de février	02-févr	acc. 8 h	A	à vos frais	16
Déjeuner de mars	09-mars	acc. 8 h	A	à vos frais	16
Conférence sur Gaza	18-mars	acc. 9 h 30	B	\$25	16
Déjeuner d'avril	06-avr	acc. 8 h	A	à vos frais	16
Journée inter. des droits des femmes	08-avr.	acc. 9 h	B	\$25	17
Assemblée générale sectorielle	20-avr.	acc. 8 h 30	B	dîner gratuit avec insc.	18-19
Conférence EAU SECOURS!	29-avr.	acc. 9 h 30	B	\$25	20
Déjeuner de mai	04-mai	acc. 8 h	A	à vos frais	16
Assemblée générale régionale	07-mai	acc. 9 h	C	\$15	21-22
Déjeuner de juin	01-juin	acc. 8 h	A	à vos frais	16
Dîner de remerciement	03-juin	à venir	D	gratuit	21
Marche contre la maltraitance	15-juin	à venir	E	gratuit	21
A --> Ô d'œufs filles: 1395, chemin de Chambly, Longueuil					
B --> Restaurant L'ancêtre: 5370, chemin de Chambly, Saint-Hubert					
C --> Hôtel Moco: 40, Avenue du Centenaire, Salaberry-de-Valleyfield					
D --> Restaurant Quai 99: 99, chemin de la Rive, Longueuil					
E --> Parc de la Cité: 6201, boul. Davis, Saint-Hubert					

REMERCIEMENTS AUX PERSONNES COLLABORATRICES DE LA PETITE FEUILLE

Je tiens à remercier très sincèrement ces membres qui travaillent à produire, deux fois par année, notre Petite Feuille. Je veux ici les nommer : André Therrien, Carole Dufour, Annette Boisvert, Clément Rajotte et Michel Boisvert.

Je remercie également toutes les personnes qui ont travaillé avec intégrité à écrire des textes d'une grande richesse.

Et un gros merci à tous les bénévoles qui ont été photographes et qui nous permettent de goûter différentes activités qui ont eu lieu.

C'est grâce à vous toutes et tous que notre secteur a autant de vivacité.

MERCI !

Roger Lapierre

DÉJEUNER AREQ LONGUEUIL

Notre secteur maintiendra les déjeuners du mois pour 2026.
Ceux-ci auront lieu au même endroit.

Ô d'œufs filles

1395 chemin de Chambly, Longueuil, J4J 5C6 (Place Jacques-Cartier)

Ils se tiendront le premier lundi du mois, sauf en mars.
Voici les dates : 5 janvier, 2 février, 9 mars, 6 avril, 4 mai, 1^{er} juin

GAZA... AVANT LE 7 OCTOBRE... ENJEUX ACTUELS

Conférence
de M. Antonius Rachad
18 mars 2026 10 h 00



Restaurant L'ancêtre
5370 chemin de Chambly
St-Hubert, J3Y 3N9

Les grands médias ont parlé du 7 octobre comme si tout avait commencé avec l'attaque du Hamas. Cette présentation vise à revoir un peu ce qui a précédé cette attaque. En effet, la conquête de la Palestine par le mouvement sioniste a commencé il y a un peu plus de cent ans. Nous y aborderons, de façon aussi objective que possible, le vécu difficile des Juifs européens et les persécutions qu'ils ont subies, qui les ont amenés à chercher refuge dans un nouveau pays qu'ils établiraient en Palestine. Nous verrons quelles étaient les stratégies mises en place pour réaliser cet objectif, et enfin nous examinerons les conséquences de ces choix pour la population autochtone du pays, soit les Palestiniens. Notre présentation sera fondée sur notre ouvrage récemment publié : *La Conquête de la Palestine. De Balfour à Gaza, une guerre de cent ans* (Écosociété, 2024).

M. Antonius Rachad a été professeur titulaire de sociologie à l'UQAM.

Réservez votre place au plus tard le 7 mars 2026 auprès de Robert Savaria en lui faisant parvenir votre chèque au nom de AREQ Longueuil au 240 Thomas-Pépin, Boucherville, J4B 1P1 ou bien par courriel robertsavaria54@yahoo.ca ou encore par téléphone au 450 655-9490. Vous pouvez également faire un virement Interac à areq09e@yahoo.com avec votre nom, le nom de l'activité et le choix de menu.

Coût : membre 25 \$ - personne conjointe 30 \$ - non-membre 50 \$

Vos choix de menu sont :
1- Suprême de volaille sauce champignons
2- Émincé de bœuf
3- Doré amandine

Christian Bérubé, Roger Lapierre, Normand Lussier, Robert Savaria
Comité sociopolitique

JOURNÉE INTERNATIONALE DES DROITS DES FEMMES

Montréal, Ville de femmes

Cette année, le comité des femmes vous invite à une expérience interactive dans le cadre de la **Journée internationale des droits des femmes**.

En 2024, la STM (Société des Transports de Montréal) s'est associée à l'Université de Montréal ainsi qu'à Chantal Ringuet pour créer une carte alternative du métro de Montréal. On y associait les noms de 68 personnalités féminines à chacune des 68 stations de métro.

Céline Desrosiers, membre de l'AREQ Longueuil, a créé une conférence interactive à partir de cette carte « féminine » du métro de Montréal.

On vous mettra à contribution lors de cette conférence dans une ambiance de détente et de partage.

Quand : 8 avril 2026 Où : Restaurant L'ancêtre Accueil : 9 h.

Coût : membre : 25 \$ - conjoint-e : 30 \$ - non-membre : 50 \$

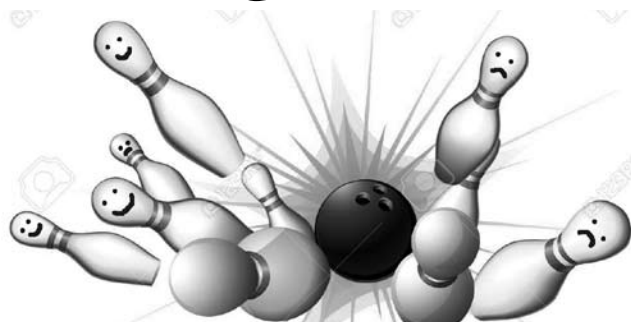
Choix de menu : - Poulet sauce aux champignons
- Émincé de bœuf
- Doré amandine

La vente de billets se fera aux déjeuners de février et de mars ou bien par téléphone.

Nicole Viau : 450 448-4637 ou Céline Lachapelle : 450 468-7035

Nicole Dumont et Louise Tessier
Comité des femmes

LES QUILLES



Si vous avez le goût d'essayer, une fois, deux fois...
voici deux moments où vous pouvez vous laisser tenter :

Les lundis, de 15 h 30 à environ 17 h

8 \$ pour trois parties

3 \$ pour les souliers, au besoin

Au rez-de-chaussée

Responsable : **Annette Boisvert, 450 646-1259**

Club 300 Au Max, 1626, boul. Taschereau, Longueuil

Venez vous détendre, vous amuser, faire *du social* et un peu d'exercice en même temps.

Vous n'avez pas à vous engager, vous vous présentez quand vous le pouvez.

Vous venez en solo, avec votre conjoint.e ou des ami.es. On fait les équipes au hasard sur place.

Les vendredis, de 12 h 30 à environ 15 h

10 \$ pour trois parties

3 \$ pour les souliers, au besoin

À l'étage

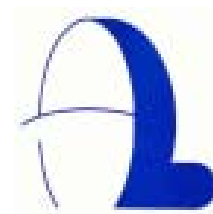
Responsable : **Roger Valiquette, 514 730-7544**

CONVOCACTION À L'ASSEMBLÉE GÉNÉRALE SECTORIELLE

En tant que président du secteur Longueuil, je convoque les membres du secteur à leur assemblée générale annuelle. Celle-ci se tiendra le **lundi 20 avril 2026 au Restaurant L'ancêtre, 5370 chemin de Chambly, Saint-Hubert, QC J3Y 3N9.**

L'accueil se fera à compter de 8 h 30. L'assemblée débutera à **9 h 00** par un mot de bienvenue et la nomination à la présidence d'assemblée. Suivra la présentation des différents dossiers :

- Rapports : présidence, finances, différents comités
- Élections : présidence, 2^e vice-présidence, secrétariat, 2^e personne conseillère
- Mot de la présidente régionale
- Hommage aux membres décédés
- Hommage aux membres ayant atteint leurs 80 ans
- Nomination des membres de la délégation au Congrès 2026



Un coupon vous sera remis à l'inscription pour le dîner.

Un communiqué vous sera adressé par le réseau de la chaîne téléphonique et celui des courriels dans les semaines précédant l'assemblée. Vous devrez alors confirmer votre présence auprès de votre téléphoniste ou de **Jean-Guy Asselin** par courriel à asselinjg@hotmail.com ou par téléphone au **514 512-3162**.

Nous espérons vous retrouver en grand nombre.

Roger Lapierre, président

ÉLECTIONS AU CONSEIL SECTORIEL DE L'AREQ LONGUEUIL 2026

Avec la parution de *La Petite Feuille*, s'ouvre une période électorale pour élire nos représentant.e.s au conseil sectoriel.

Voici les modalités d'organisation réglemant le processus électoral :

Le conseil sectoriel est composé de 7 postes

- Présidence
- 1^{re} vice-présidence
- 2^e vice-présidence
- Secrétariat
- Trésorerie
- 1^{re} personne conseillère
- 2^e personne conseillère



Tout membre régulier du secteur est éligible aux différents postes et il peut également siéger au conseil sectoriel pour une période maximale de deux mandats consécutifs à un même poste.

Les mandats aux différents postes sont d'une durée de 3 ans.

Postes en élections en 2026

Selon l'article 23.02 a) des statuts et règlements de l'AREQ (CSQ)

- Présidence
- 2^e vice-présidence
- Secrétariat
- 2^e pers. conseillère



Statuts et règlements

Période de mise en candidature

Elle débute avec la parution de *La Petite Feuille* sous la rubrique **CONVOCATION À L'ASSEMBLÉE GÉNÉRALE SECTORIELLE** et se termine à l'ouverture officielle de l'assemblée.

Les personnes intéressées à solliciter un poste doivent compléter le **bulletin de présentation de candidature** disponible auprès du président d'élections.

La remise du bulletin se fait par la poste à l'adresse suivante :

Président d'élections de l'AREQ secteur Longueuil
201-1204 rue du Sentier
Longueuil, QC J4N 1S4



Tout bulletin de présentation de candidature doit être reçu par le président d'élections au plus tard à l'ouverture officielle de l'assemblée générale sectorielle.

Il est possible de remettre le bulletin de main à main au président d'élections selon des modalités entendues avec lui ou en le transmettant par courriel à l'adresse électronique indiquée ci-dessous.

Modalités d'élections

Seuls les membres réguliers et en règle inscrits dans le **secteur Longueuil** ont le droit de vote.

L'élection se tiendra par scrutin secret pendant l'assemblée générale du secteur.

La proclamation de l'élection de la candidate ou du candidat au poste proposé se fera par le président d'élections le jour même de ladite assemblée.

Espérant la plus grande participation des membres tout au long de ce déroulement électoral,

André Desjardins

Président d'élections secteur AREQ Longueuil

450 647-2012

adresse de courriel areqlongueuil@outlook.com





EAU SECOURS!!!!!!

Le comité environnement vous invite à une conférence-dîner le mercredi 29 avril 2026. Nous aurons le plaisir d'accueillir Mme Rebecca Pétrin, la directrice générale d'*Eau Secours*, une organisation à but non lucratif, qui œuvre depuis 1997. *Eau Secours* est un OBNL important et nécessaire qui a pour mission de protéger notre précieuse ressource d'eau au Québec et de s'assurer qu'elle demeure d'une bonne qualité potable. Mme Pétrin nous parlera du cycle d'eau et des changements climatiques, une réalité déjà à nos portes et de la nationalisation de l'eau, un danger qui nous menace. Cette conférence-dîner se tiendra au restaurant L'ancêtre, 5370 ch. de Chambly à Saint-Hubert. L'accueil est à 9 h 30.



Choix de menu : assiette de crevettes à l'ail, poitrine de poulet mandarine ou saumon sauce florentine.

Cout : 25 \$ membre, 30 \$ conjoint/e, ou 50 \$ non-membre.

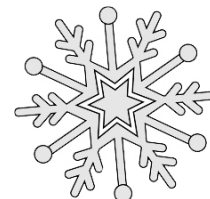


Trois façons d'acheter vos billets :

- En envoyant un chèque au nom de AREQ Longueuil à Pierre Gingras – 2422 rue Boisvin, Longueuil, J4M 2T5 en précisant votre nom, votre numéro de téléphone, votre courriel ainsi que votre choix de menu.
- En faisant un virement Interac à areq09e@yahoo.com avec votre nom, le nom de l'activité et le choix de menu.
- En se procurant un billet lors des déjeuners de février, mars ou avril 2026.

Pour toute information, composez le 514 351-7468.

Nous espérons vous voir en grand nombre.



Votre comité Environnement



FORMULAIRE D'INSCRIPTION OU DE DONIS À LA FONDATION LAURE-GAUDREAU

Nom et prénom _____ Secteur _____

Adresse : _____ Code postal _____ Tél. _____

Devenir membre à vie de la Fondation (10 \$) _____ et/ou Faire un don de _____ \$

Achat de _____ cartes de condoléances (10 \$ l'unité) Montant total _____ \$

Un reçu d'impôt est émis pour toute soumission de 15 \$ ou plus

MERCI !

Envoyer le tout à : Fondation Laure-Gaudreault,

320 rue Saint-Joseph Est, Québec, QC G1K 9E7 (1 800-663-2408)

ASSEMBLÉE GÉNÉRALE RÉGIONALE DE L'AREQ MONTÉRÉGIE

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

DATE : Le jeudi 7 mai 2026
Accueil 9 h

LIEU Hôtel Moco
40, Avenue du Centenaire
Salaberry-de-Valleyfield



Cette assemblée regroupe les neuf secteurs de la région et nous en profitons pour constater ce qui se fait au niveau régional.

Le projet d'ordre du jour vous sera transmis ultérieurement. Un des sujets importants lors de cette rencontre, sera l'élection des membres du Conseil exécutif régional (voir la page suivante).



UN DÎNER POUR VOUS REMERCIER

Le conseil sectoriel aura, encore une fois, le plaisir de recevoir les membres qui acceptent d'offrir aux membres du secteur leurs talents, temps et bonne humeur pour organiser ou aider à l'organisation des activités qui répondent à vos attentes.

Ce dîner se tiendra le mercredi 3 juin 2026 au Quai 99.

Une invitation parviendra à toutes ces personnes.

Le conseil sectoriel

UNE DATE À RETENIR : 15 JUIN 2026

Nous sommes tous conscients que la maltraitance touche encore plusieurs personnes âgées et il est facile de baisser les bras devant l'ampleur de la tâche et de nous en remettre uniquement aux instances. Cependant, nous pouvons dénoncer cet état de fait et, ainsi, faire pression sur nos décideurs.

La Table de Concertation Alliance Aîné.e.s a donc voulu porter la cause des plus vulnérables en organisant une marche en lien avec *la journée mondiale de sensibilisation à la maltraitance des personnes âgées* le 15 juin 2026. Lors de la marche du 12 juin dernier, beaucoup de membres de l'AREQ Longueuil étaient présents. Il serait important de démontrer encore notre solidarité.

Inscrivons donc cette date à notre agenda et rendons-nous au Parc de la Cité le **15 juin** prochain. Nous vous fournirons plus d'informations dans nos publications du OYEZ! OYEZ!

Unissons-nous

le **15 juin 2026** et marchons pour les personnes âgées !

Le conseil sectoriel



Chapitre 18.00 — Élections au Conseil exécutif régional

18.01 Éligibilité

Tout membre régulier et en règle inscrit sur la liste des membres d'un secteur de la région est éligible au poste de Présidence de la région, sous réserve de la limite de deux (2) mandats consécutifs complets à ce même poste.

Toute personne présidente d'un secteur de la région est éligible aux autres postes du Conseil exécutif régional.

Tout membre régulier et en règle qui a occupé un poste électif pour la durée maximale prévue aux statuts et règlements ne peut présenter sa candidature à ce même poste avant qu'il ne se soit écoulé une période d'attente de trois (3) ans.

Lors de l'Assemblée régionale de la Montérégie, le jeudi 7 mai 2026, à l'Hôtel MOCO, 40 Avenue Du Centenaire, Salaberry-de-Valleyfield, QC. Il y aura des élections aux différents postes du Conseil exécutif régional :

Postes en élections :

- | | | |
|---|---|---|
| <ul style="list-style-type: none"> - Présidence de la région (ouvert à tous les membres en règle de la région) - 1^{re} Vice-présidence de la région - 2^e Vice-présidence de la région - Secrétariat de la région - Trésorerie de la région | } | <p>(Seuls les présidents de secteur sont éligibles à ces postes.)</p> |
|---|---|---|

(Les mandats aux différents postes sont d'une durée de 3 ans.)

PROCÉDURES :

Les personnes intéressées à postuler à l'un de ces postes (selon leur éligibilité) doivent remplir le « **Bulletin de présentation** ».

(Disponible : Soit à l'Annexe 1 des « Statuts et règlements, octobre 2024 »
ou en le demandant au président d'élections : **leclerc_j@yahoo.com**)

- La personne doit remplir les trois premières parties : soient
« **Élection** » - « **Personne candidate** » - « **Poste** »
- Cette personne **doit être proposée** par un membre en règle de la région.
- Elle doit également **obtenir l'appui** de deux autres membres en règle de la région.

*** La personne candidate doit faire parvenir ce document, par courriel, au président d'élections, au plus tard le 6 mai 2026, 23 h 59 ***

Jacques Leclerc, président d'élections
AREQ Montérégie (09), 2026
Courriel : **leclerc_j@yahoo.com**

CHRONIQUE LITTÉRAIRE

L'aventure littéraire se poursuit avec nos fidèles chroniqueuses, lectrices et lecteurs.

On vous offre une autre fois une jolie palette de textes pour vous réchauffer l'esprit et le coeur en ces temps moroses.

Bonnes lectures!

Andrée Beaumier

BEAU DOMMAGE *Jean-François Brassard*



Ce n'est pas un roman qui a retenu mon attention, mais un livre relatant toute l'histoire d'un groupe mythique des années 70 : Beau Dommage.

L'auteur, Jean-François Brassard, nous présente une recherche exhaustive et bien structurée de toute la carrière du groupe. On y trouve plusieurs photos, des documents d'archives et des témoignages d'artistes.

C'est un beau livre de 327 pages à laisser sur une table, bien en vue, et à consulter selon vos envies, surtout si, comme moi, vous avez suivi leur carrière, charmés par leurs harmonies.

Des heures de plaisir!

Céline Lachapelle

VEILLER SUR ELLE *Jean-Baptiste Andrea*

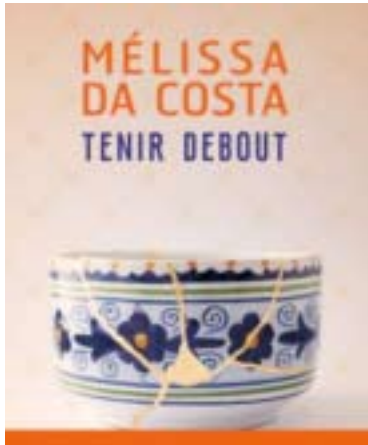


Un vieux sculpteur est en train de mourir dans un monastère où « elle » se trouve.

L'auteur nous fait revivre sa vie de jeune de 12 ans, abandonné dans un atelier d'artisans tenu par un homme brutal, à Pietra d'Alba en Italie. À travers les deux Grandes Guerres, son parcours d'une petite ville à Florence, à Rome; ses amitiés, son amour platonique, ses travaux dans le marbre et ses hésitations face au fascisme. Tant de bouleversements nous sont racontés par la voix même du vieil homme.

Le texte est tendre, parfois dur, rien de moins que le Goncourt 2023. Mais qui est « elle »? À vous de le découvrir...

Andrée Beaumier



TENIR DEBOUT *Mélissa Da Costa*

Parlons d'abord de la forme de ce roman. Ce qui m'a fascinée dès le début, c'est la fluidité de l'écriture. On entend quelquefois ce qualificatif, mais là, c'est flagrant : ça coule comme une source au début du printemps. Une autre caractéristique est que le récit est écrit à deux voix. Éléonore et François, les deux personnages principaux, deviennent tour à tour les narrateurs.

À la suite d'un accident de moto, François se retrouve paraplégique. Éléonore, sa nouvelle blonde de 18 ans sa cadette, décide de le prendre en charge. L'auteur nous plonge au cœur de l'intimité de ce couple en miettes qui affronte la réalité de l'amour et du désespoir. À travers l'alternance des points de vue des deux voix narratives, l'auteur nous dresse un portrait torturé de ce couple luttant pour survivre.

Un roman captivant à lire au cœur de l'hiver.

Louise Tessier



ÇA FINIT QUAND, TOUJOURS? *Agnès Gruda*

D'origine polonaise, Agnès Gruda a été journaliste à La Presse. Son roman, l'histoire de quatre familles juives polonaises, débute au seuil des années 50 lorsque celles-ci doivent quitter leur pays à cause des menaces russes auxquelles font face les Juifs.

Ces familles liées par le sang, l'amitié ou l'amour se dispersent presque toutes, soit en Israël, soit aux États-Unis, soit au Québec, plus précisément à Trois-Rivières. Une seule demeure à Varsovie. On les suit alors que leurs destinées se croisent pendant cinq générations.

Dans ce récit bien ficelé où les femmes ont une voix forte, on traite de déracinement, de recommencement, de choix inattendus.

Elle-même exilée de Pologne dans sa jeunesse et forte de son expérience journalistique sur un éventail de sujets, Agnès Gruda a su captiver et retenir mon intérêt jusqu'à la fin.

Louise Carter



Emmanuel Carrère
V13
Chronique judiciaire



TATA Valérie Perrin

Valérie Perrin signe son grand retour avec ce roman d'amour construit comme un polar. C'est l'une des autrices françaises les plus lues dans le monde.

L'intrigue se promène du passé au présent. Avec tous les personnages mis en action, il faut prendre des notes pour s'y retrouver.

C'est l'histoire d'une femme qui apprend le décès de sa tante, qui a déjà été enterrée, trois ans auparavant. Que s'est-il passé, qui est la personne déclarée morte à sa place?

Différents thèmes sont mis en vedette dans cet ouvrage : l'amitié sincère, l'amour fraternel, l'exploitation de personnes fragiles, la pédophilie, la violence conjugale, mais ce qui prédomine ce sont les liens de la famille et vous serez tenus(es) en alerte jusqu'à la fin.



Suzanne Carmichael

V13 CHRONIQUE JUDICIAIRE Emmanuel Carrère

J'étais moi-même en France au moment des attentats du 13 novembre 2015 au Bataclan, sur les terrasses de deux cafés et au Stade de France. La semaine précédente, j'avais accompagné une amie aux portes du Bataclan. Elle souhaitait aller voir un spectacle. Moi pas. Je suis plutôt allée souper avec une amie sur une terrasse. Lire cette chronique judiciaire d'Emmanuel Carrère a remué plusieurs émotions en moi.

Le procès hors norme, nom de code **V13**, des attentats du 13 novembre 2015 qui ont fait 130 morts et 350 blessés, s'est tenu entre septembre 2021 et juin 2022. Dix mois. Plus de 300 témoins ont été entendus, dont des rescapés de cette nuit effroyable. 14 accusés, 1800 parties civiles, 350 avocats, un dossier énorme! Emmanuel Carrère, (journaliste, écrivain et cinéaste) a assisté à l'intégralité du procès et a tenu une exceptionnelle chronique hebdomadaire, publiée dans 4 grands journaux européens, *L'Obs* en France, *El País* en Espagne, *La Repubblica* en Italie, *Le Temps* en Suisse.

Une écriture touchante, toujours juste et éclairante, bienveillante aussi. Emmanuel Carrère parlera « d'une expérience éprouvante, souvent bouleversante, fascinante même quand elle est ennuyeuse. Une traversée. » Un condensé d'humanité. Il en a fait un livre comme un acte de mémoire, pour les victimes, les survivants et leurs proches.

« Je pense qu'entre le moment où nous entrerons dans cette salle d'audience et celui où nous en sortirons, quelque chose en nous tous aura bougé. »

Nicole Dumont

INFORMATIONS À CONSERVER

AREQ SECTEUR LONGUEUIL

TÉLÉPHONES

Téléphone 450 670-3006
Courriel : areqlongueuil@outlook.com
Site internet areq-longueuil.org

CONSEIL SECTORIEL

Roger Lapierre, président 450 670-3006
André Sirois, 1^{er} vice-prés. 450 653-2957
Nicole Caissie, 2^e vice-prés. 514 358-8570
Jean-Guy Asselin, secrétaire 514 512-3162
Lucie Larose, trésorière 450 466-4995
Anna Panzieri, 1^{ère} cons. 514 351-7468
Clément Rajotte, 2^e cons. 450 445-1261

RESPONSABLES DES COMITÉS

Sociopolitique:

Roger Lapierre 450 670-3006

Femmes: Louise Tessier 450 468-0034

Hommes: Daniel Bérubé 514 718-1593

Retraite: Lucie Larose 450 466-4995

Environnement: Bruno Boilard 514 833-3051

Assurances:

Micheline Landry-Coossa 450 653-4651

AREQ NATIONALE

Adresse postale :320, Saint-Joseph Est,
Bureau 100, Québec, Qc G1K 9E7

Téléphone :1 800 663-2408

Courriel :info@areq.lacsq.org

Site :www.areq.lacsq.org

Assistance pour vol d'identité1 877 870-4973
Assurance médicaments 514 864-3411
Centre d'assistance et
d'accompagnement aux plaintes..... 450 928-3223
Commission des droits de la personne..... 514 873-5146
Protecteur du citoyen 514 873-3205
Protection du consommateur 514 253-6556
RAMQ 514 864-3411
RESAUT La Personnelle.....1 800 363-6344
Retraite-Québec-CARRA1 800 463-5533
RRQ 514 873-2433
SAAQ1 800 361-7620
Sécurité de la vieillesse.....1 800 277-9915
SSQ1 888 833-6962
Services du gouvernement du Québec..... 514 644-4545
APAMM-RS450 766-0524
NOVUM- Services juridiques..... 1 844 745-4714

CHANGEMENT D'ADRESSE, CHANGEMENT DE NUMÉRO DE TÉLÉPHONE, DÉCÈS

S.V.P., veuillez avvertir Retraite-Québec-CARRA,
l'AREQ nationale et l'AREQ sectorielle (voir les
coordonnées sur cette page).

CHANGEMENT D'ADRESSE ÉLECTRONIQUE

Si vous effectuez un changement d'adresse
pour vos courriels, n'oubliez pas de communi-
quer cette modification à l'AREQ en écrivant à
areqlongueuil@outlook.com. Vous pourrez ainsi
continuer à recevoir les informations de votre asso-
ciation.

AVERTISSEMENT

Lorsque vous participez à une activité où il y a un repas, c'est votre responsabilité d'avertir si vous avez
des allergies, des intolérances alimentaires ou si vous êtes végétarienne ou végétarien.



Excursion au Parc Marie-Victorin



Rencontre régionale



Dîner de Noël





Conférence sur la retraite



Journée des aîné.e.s



Souper des Fêtes

