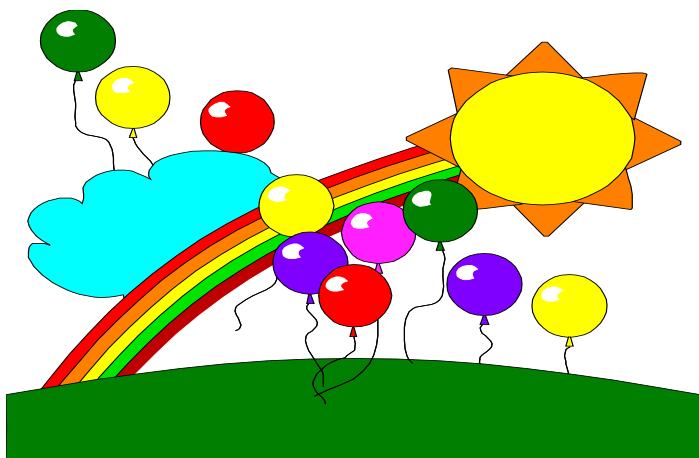


L'Arc---en---Ciel



Décembre 2025 VOLUME 29 NUMÉRO 1
SECTEUR (C) BAIE-DES-CHALEURS
RÉGION 01

AREQ Le mouvement
des retraité(e)s
CSQ

AREQ Baie des Chaleurs, 40^e anniversaire
1985-----2025

Sommaire

- 3 Message de la présidente du secteur
- 4 Message du président régional
- 6 Membres du conseil sectoriel
- 7 Responsables des comités sectoriels
- 8 AGR 2025
- 10 Conférence sur l'hébergement des personnes âgées
- 11 Conférence sur les assurances
- 12 Une lauréate parmi nous
- 13 RÉGIM
- 15 Calendrier des activités
- 16 Hommages à nos disparus
- 17 NOVUM, services juridiques
- 19 Comité pour nouveaux membres
- 21 ASSUREQ et impôt
- 23 40 années pour notre secteur
- 24 Le saviez-vous?

Le présent bulletin vous propose plusieurs sujets d'information parfois tirés des Infolettres et/ou du magazine Quoi de Neuf. L'AREQ met à notre disposition plusieurs programmes et services gratuits négociés avec des partenaires de façon à offrir des solutions à divers besoins des personnes âgées. D'autres services disponibles nous sont peu connus. D'où la raison de les présenter dans notre bulletin.

Nous ne sommes jamais trop informés de source sûre. N'hésitez pas à consulter les différents sites internet de l'AREQ Baie des Chaleurs et de l'AREQ nationale.

Réal Cavanagh, responsable du bulletin

Mot de la présidente sectorielle



Bonjour à vous tous.

La nouvelle année 2025-2026 est bien débutée. Nous entamons la dernière année du triennat qui se terminera avec la tenue du congrès à Lévis au début juin 2026.

Notre conseil sectoriel ainsi que nos délégués au congrès de la région 01 jumelés à la région 03 ont assisté à une rencontre comprenant différents ateliers de discussions animée par le Conseil exécutif national de l'AREQ à Rivière-du-Loup les 23 et 24 septembre dernier.

Les déjeuners dans chaque sous-secteur, soit Matapédia, Carleton, Bonaventure et Paspébiac ont eu lieu. C'est toujours plaisant de vous y rencontrer. Le 9 octobre, notre ``projet toujours en action`` (PTEA) avec le dîner de la moisson s'est tenu au centre de congrès de la Gaspésie, à Carleton. Deux conférences étaient offertes : la première avec Samuel Labrecque, socio-politique et la deuxième avec Johanne Freire sur les assurances. Je tiens à vous remercier pour votre grande participation à toutes ces activités.

Les 11,12 et 13 novembre dernier, j'ai assisté au Conseil national qui se tenait au Mont Sainte-Anne, dans la neige! Outre les affaires courantes, il y a eu - présentation et adoption des prévisions budgétaires, - modifications à la politique relative au Fond de visibilité, - révision des règles administratives du Congrès, - informations sur le renouvellement du régime ASSUREQ, - présentation d'une bande dessinée sur la sexualisation précoce des ados, - conférence sur la grand-parentalité au Québec aujourd'hui et une sur la conjuncture économique (guerre commerciale et instabilité économique). On nous a aussi informés - sur l'état des travaux aux statuts et règlements, - sur la fondation Laure-Gaudreault, - sur la firme NOVUM, - sur le dossier de la retraite et le cheminement vers les AGS/AGR avant le Congrès de juin 2026. Nous avons eu notre première réunion du conseil régional le 12 novembre en après-midi. Nous y avons discuté de divers sujets touchant notre région.

Il y aura des postes en élection à l'assemblée générale (AGS) du conseil sectoriel le 8 avril 2026. Les postes en élection seront : la présidence, la 2^e vice-présidence, au secrétariat et la 2^e conseillère. Vous voulez vous impliquer? Vous connaissez quelqu'un qui pourrait être intéressé(e)? Osez! Vous ne le regretterez pas! Pour plus d'informations, communiquez avec un membre du conseil sectoriel. (Voir page 6)

Vous recevrez bientôt les informations pour le dîner et les divers soupers du temps des Fêtes qui auront lieu dans votre sous-secteur. J'espère vous y rencontrer.

Je vous invite à consulter le site Web de l'AREQ Baie-des-Chaleurs pour différentes informations.

Je profite de ce message pour vous souhaiter un beau temps des Fêtes avec famille et amis et une nouvelle année en santé.

Sylvianne Huard, présidente sectorielle

Nouvelles de la région



Bonjour à tous,

Le temps passe vite. Nous planifions la dernière année de mon deuxième mandat à la présidence régionale.

Notre année 2025-2026 est bien amorcée. Nous avons participé avec les membres des conseils sectoriels et leur délégation à une rencontre à Rivière-du-Loup. En partenariat avec la région 3, Québec-Chaudières Appalaches, nous avons exploré quelques thèmes préparatoires aux orientations de l'AREQ, qui seront présentés au Congrès 2026 à Lévis. Lorsque toutes les régions seront visitées, une mise à jour sera présentée aux participants. Par la suite, un plan d'action suivra pour le prochain triennat 2026-2029.

L'AREQ poursuit son plan de développement et comptait en novembre 2025, 60 482 membres au national et pour la région 01, Bas-Saint-Laurent-Gaspésie-Les-Iles-Côte-Nord, 4 602 membres dont 4 461 membres réguliers et 141 membres associés. L'arrivée de nouveaux membres associés, les visites de l'AREQ, des Fédérations de la CSQ, la campagne élargie d'adhésion au régime Santé Plus et l'adhésion de membre après un jour à la CSQ permettent à notre association d'augmenter considérablement le nombre de nos membres.

Je remercie les membres qui se sont déplacés pour notre AGR 2025, aux Îles-de-la-Madeleine, en juin 2025. Une rencontre très intéressante où nous avons joint l'utile à l'agréable. Je vous invite à participer à Carleton en 2026. Nous vous attendons au Rietel (Hôtel Baie

Bleue) le 1er mai. Des informations vous parviendront après les Fêtes par votre présidence de secteur. À cette occasion, il y aura élection à la présidence régionale ainsi que le conseil exécutif de la région 01. Bienvenue à vous tous.

Mes visites des secteurs sont engagées. Je devrais tous vous rencontrer avant ou durant votre AGS. Ce sera pour moi une dernière visite avant la fin de mon mandat.

En cette période des Fêtes, je vous souhaite une année remplie de belles surprises. Une nouvelle année 2026 de santé et de bonheur.

Raoul Déraspe, président régional 01



Les membres du conseil sectoriel et les responsables de comités de l'AREQ Baie des Chaleurs vous souhaitent Joyeux Noël et une année 2026 à la hauteur de vos aspirations!

Tous et toutes vous souhaitent également Bon Anniversaire à l'occasion des 40 ans de la fondation de l'AREQ Baie-des-Chaleurs.

Conseil sectoriel, AREQ Baie-des-Chaleurs , 01-C

Présidente

Sylviane Huard 364-6343
shuard1@telus.net



1^{ère} Vice-présidente

Doris Deschênes 418-865-3717
doris.deschenes@telus.net



2^e Vice-présidente

Diane Whittom 752-6738
diane.whittom@telus.net



Trésorerie

Rémi Gagnon 391-7169
rgremigagnon@gmail.com



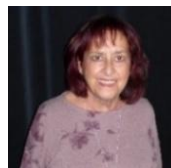
Secrétaire

Marguerite Cummings 865-3014
mcummings1905@gmail.com



1^{ère} Conseillère

Maureen Tennier 534-2074
maureentennier@hotmail.com



2^e Conseillère

Michelle Landry 364-7046
michelle.landry@telus.net



Comités sectoriels

Comité des femmes :	Normande Corbet noco-2008@hotmail.com	752-7258
Comité des hommes :	Rémi Gagnon rgremigagnon@gmail.com	391-7169
Entraide :	Louise Leblanc lalou@telus.net	759-3119
Retraite :	Hubert Bourque hbourque51@telus.net	865-2264
Fondation Laure-Gaudreault :	Michelle Landry michelle.landry@telus.net	364-7046
Sociopolitique :	Chantal Boudreau chantalboudreau.cb@gmail.com	391-7102
Environnement :	Dolorès Fallu-Matton falludolores4@gmail.com	794-2699
Assurances :	Gisèle Huard huard.gi@gmail.com	364-7463

Dîner de la moisson, 9 octobre



Assemblée générale régionale 2025 Îles-de-la-Madeleine



Sont venus de quatre horizons participer à l'Assemblée générale régionale de l'AREQ, région 01 : Bas Saint-Laurent, Côte-Nord, Gaspésie et Îles-de-la-Madeleine, des gens de chacune de ces régions qui, en auto, en bateau, en avion, ou même à pied. Alouette, j'y étais !

Trois jours aux Îles-de-la-Madeleine !
Trois jours pour visiter l'Archipel !
Trois jours de pur bonheur !



Une dizaine de personnes du secteur de la Baie-des-Chaleurs y assistent du 15 au 18 juin dernier.



Que dire des Madelinots qui nous reçoivent avec leur accueil proverbial bien senti et nous concoctent un beau programme ?



L'Assemblée générale régionale se déroule rondement selon les règles établies par l'AREQ. Cent trente-deux personnes y assistent. L'AREQ tient des assemblées générales régionales partout au Québec. Voilà l'occasion d'informer ses membres sur les enjeux et les activités de notre association. La représentativité est la clef de la vie associative.



Outre l'Assemblée générale régionale, le clou et le but de notre visite, nous avons eu droit à un cocktail d'accueil. Bienvenue sous un chapiteau rempli de victuailles !

Suivra un spectacle avec tante Emma qui nous raconte ses îles avec son accent coloré, nous décrivant, à sa manière, la vie insulaire. Belle façon de se préparer aux visites des îles. Une publicité disait : « Vous n'avez pas fait le tour des îles tant que vous n'avez pas rencontré tante Emma ». Cette humoriste devient guide touristique.

S'ensuivent deux avant-midis de visites des îles côté est et côté ouest, en autobus avec des guides bien motivés.

De nombreux arrêts fort appréciés

pour des souvenirs de toutes sortes : cadeaux, bijoux, cartes ou encore dégustation de fromage ou de poissons fumés et même un site d'autrefois.

Et que dire de la nourriture ? Des beignets à la pâte levée au déjeuner et un souper aux homards. Wow et Wow !



Chacun repart avec un souvenir tel un coquillage, un pot de conserve ou d'épices, une pierre précieuse, un fromage et de nombreuses photos, qui lui rappelleront son court passage et l'incitera peut-être à y revenir fraterniser avec les gens aux accents variés.



À vrai dire, je suppose, donc, je crois que certains de ces visiteurs sont des habitués fréquentant ces assemblées générales régionales (et je suis du nombre). À les voir, on dirait une ligue du vieux poêle... devenue mixte.



Mille mercis aux organisateurs.

Vous êtes des pros !

Hubert Bourque, Matapédia

Conférence sur l'hébergement des personnes âgées à Carleton-sur-Mer



Le 9 octobre dernier, Samuel Labrecque, conseiller aux dossiers sociaux à l'AREQ (CSQ), a offert une conférence très appréciée à Carleton-sur-Mer sur le thème « *L'hébergement pour les personnes âgées au Québec : défis, options et perspectives* ».

L'activité a rassemblé près d'une soixantaine de membres intéressés par les enjeux liés au logement, aux résidences privées pour aînés (RPA), aux ressources intermédiaires (RI) et aux centres d'hébergement de soins de longue durée (CHSLD).

Samuel a présenté un portrait complet de la situation actuelle, abordant notamment :

- La pénurie de logements abordables pour les personnes âgées;
- La fermeture de nombreuses petites RPA;
- Les défis du maintien à domicile dans un contexte de pénurie de personnel;
- Les solutions émergentes, telles que les coopératives d'habitation, les OBNL et les Maisons des aînés.

La conférence a également permis de discuter des perspectives d'avenir et des revendications de l'AREQ pour favoriser un meilleur accès à des milieux de vie humains, sécuritaires et adaptés aux besoins des personnes âgées.

Les participantes et participants ont posé plusieurs questions et partagé leurs expériences, démontrant d'un vif intérêt pour ces enjeux qui touchent directement la qualité de vie des retraitées et retraités du Québec.

(Article puisé dans l'Infolettre)

Conférence sur les assurances

Une seconde conférence nous était offerte lors du dîner de la moisson. M^{me} Johanne Freire, conseillère à la sécurité sociale, nous a communiqué d'importantes informations concernant nos assurances ASSUREQ et sur la RAMQ.

Les sujets abordés étaient :

- Régime public de médicaments de la RAMQ
- Renouvellement ASSUREQ janvier 2026
- Votre régime ASSUREQ en un coup d'œil
- Comprendre une facture de médicament en pharmacie
- Que faire lors de votre décès/décès de votre personne conjointe?
- Campagne d'adhésion à l'AREQ et à l'assurance maladie d'ASSUREQ



M^{me} Freire nous a présenté un survol intéressant de nos protections avec un langage clair et a répondu aux nombreuses questions des participants et participantes.

Comme c'est le cas chaque année, notez que le feuillet informatif abrégé de nos assurances ASSUREQ sera inclus dans le prochain magazine Quoi de neuf (hiver).

Ces conférences ont été permises grâce à un "Projet toujours en action" (PTA) réalisé lors du traditionnel "dîner de la moisson" de notre secteur.

Réal Cavanagh



Dîner de la moisson, 9 octobre



Lauréats du Prix "Hommage Aînés 2025"

La lauréate, M^{me} Normande Corbet

Le ``Prix Hommage Aînés`` du gouvernement du Québec vise à souligner l'apport d'une personne aînée œuvrant bénévolement dans sa région pour favoriser le mieux-être des personnes aînées ainsi que leur participation accrue à la société.

Les candidatures régionales pour ce prix sont recueillies par chacune des 18 tables régionales de concertation des aînés (TRCA), puis analysées par un comité de sélection indépendant. La candidature d'une personne par région est ensuite recommandée par chaque TRCA à la ministre responsable des Aînés et ministre déléguée à la Santé pour la remise de ce prix.

Le ministre responsable des Services sociaux, responsable des Aînés et délégué à la Santé, Lionel Carmant, a souligné l'engagement bénévole exceptionnel de 18 personnes aînées provenant de toutes les régions du Québec. Voici l'hommage qui a été adressé à notre collègue bénévole dans notre association et lauréate pour la région Gaspésie-Îles-de-la-Madeleine, M^{me} Normande Corbet.

``Ancienne enseignante au primaire et citoyenne de Paspébiac, madame Corbet a consacré plus de 40 ans de sa vie au service de sa communauté et au mieux-être des personnes aînées. Son engagement bénévole, qui a débuté en 1985 dans des rôles administratifs au sein de la Caisse Desjardins et d'associations sportives, s'est progressivement étendu à une multitude d'organismes et de comités, dont le Centre d'action bénévole, les Comités des femmes de l'AREQ, la Table de bientraitance de la Baie des Chaleurs, le Chantier Aînés de la MRC Bonaventure et le comité d'investissement Municipalité amie des aînés.

Madame Corbet s'est distinguée par sa participation à des projets structurants tels que le programme CAP sur les saines habitudes de vie, des initiatives pour le vieillissement actif et des cours d'initiation à l'informatique pour les personnes aînées. Sa persévérance, son sens de l'organisation et son respect envers autrui font d'elle une bénévole exceptionnelle, capable de mobiliser les ressources humaines et matérielles pour répondre efficacement aux besoins de sa communauté.

Toujours bien informée et proactive, elle contribue à améliorer la qualité de vie des personnes âgées, à favoriser leur inclusion sociale et à renforcer le tissu communautaire. Son action a été largement saluée par les organismes partenaires, qui soulignent son implication constante, son professionnalisme et l'impact durable de ses initiatives sur les personnes âgées de la région.``

Bravo, Normande pour ta passion, ton engagement et ta grande contribution dans notre société. L'AREQ est fière et chanceuse de te compter dans son équipe!

Réal Cavanagh

Le transport collectif avec la RÉGÎM : simple, pratique et pensé pour les aînés

La RÉGÎM (Régie intermunicipale de transport Gaspésie—Îles-de-la-Madeleine offre un service de transport collectif qui couvre toute la Gaspésie et les Îles-de-la-Madeleine, incluant la Baie-des-Chaleurs. Ce service est conçu pour faciliter les déplacements de tous, notamment des aînés, grâce à des trajets réguliers, de groupe et des navettes.



Comment utiliser le service en 5 étapes

- 1. Planifier son trajet :** Consultez les horaires sur www.regim.info ou avec l'application sur votre appareil mobile. Vous pouvez aussi appeler l'équipe du service à la clientèle au 1 877 521-0841 pour obtenir de l'aide.
- 2. Réserver sa place :** Certains trajets exigent une réservation, mais il est recommandé de réserver pour tous les trajets afin de vous assurer de l'heure de votre embarquement.
*Réservez par téléphone ou via l'application mobile.
- 3. Choisir son mode de paiement :** **Billets :** 5 \$ le passage ou Livret de 10 billets à 40 \$.
Abonnement mensuel : Aînés de 65 ans et plus : 60 \$ par mois, déplacements illimités sur les trajets réguliers.

Achat des billets ou des abonnements à bord de l'autobus et dans les points de service en argent comptant. Ou achat en ligne sur votre compte client ou via l'application mobile.

Carte d'accès RÉGÎM : Gratuite, elle regroupe vos billets ou votre abonnement. Maintenant en format numérique sur votre appareil mobile.

4. **Se présenter à l'arrêt** : Arrivez 5 minutes avant l'heure prévue et lorsque vous voyez l'autobus approcher, faites un signe de la main au chauffeur pour signaler votre présence.
5. **Voyager en toute sécurité** : Respectez les règles de courtoisie et de sécurité à bord :
 - Restez assis pendant le trajet --Portez votre ceinture
 - Utilisez des écouteurs --Ne dérangez pas le chauffeur
 - Ramassez vos déchets --Ne fumez pas ni ne vapotez

Avantages du transport collectif pour les aînés

***Accessible** : Le service est pensé pour être facile à utiliser, avec une application mobile intuitive et un soutien téléphonique attentif aux besoins des usagers.

*** Tarif réduit et Gratuité estivale** pour les 65 ans et plus, ce qui permet de voyager sans frais pendant les mois d'été.

***Sécuritaire et confortable** : Les véhicules sont adaptés et sécuritaires, avec des chauffeurs expérimentés et courtois.

***Mobile et durable** : En utilisant le transport collectif, vous contribuez à réduire les émissions de gaz à effet de serre et à préserver l'environnement naturel du territoire.

Autres services utiles

Transport adapté : Sur réservation, pour les personnes avec une limitation physique

Trajets spéciaux : Pour événements ou besoins particuliers.

Autopartage et vélopartage : Disponibles dans certaines municipalités.

Pour toute question, contactez l'équipe du service à la clientèle de la RÉGÎM au 1 877 521-0841 ou visitez **regim.info**.

Voyager avec la RÉGÎM, c'est simple, sécuritaire et abordable !

(Texte fourni par Franceska Desmarais, REGIM)

Calendrier des activités planifiées pour l'année 2025-2026

ACTIVITÉS PLANIFIÉES	MATAPÉDIA	CARLETON	BONAVENTURE	PASPÉBIAC
Déjeuners septembre 2025	12 sept 2025 Chez Claudine	9 sept 2025 Cap à la Mer	11 sept 2025 Café Gaspésien	Dîner 16 sept 2025 À l'Ancre de Paspébiac
Dîner de la moisson PTEA	9 octobre 2025, Centre des Congrès, Carleton			
Soupers de Noël 2025	4 déc. Pastali	Souper 18 déc. Cap à la Mer	Dîner 28 nov, Salle Multifonctionnelle Caplan	Souper 16 déc Pub gaspésien Paspébiac
Déjeuners 2026	À déterminer			
Rencontre des télé- phonistes	Fin mai ou début juin 2026			
AGS		8 avril 2026, Chez Francis, New Richmond		
AGR		Vendredi, 01 mai 2026, Carleton		
Congrès de l'AREQ		Juin 2026, à Lévis		

Déjeuner Paspébiac, 16 septembre



Hommages à nos disparus et à leurs proches

Nous déplorons neuf décès parmi nos membres :

Patricia Johnson	25 mars 2025
Félix Arsenault,	23 mai 2025
Robert McLellan,	8 août 2025
Gisèle Aspirot	6 sept 2025
Lauraine Arsenault	3 sept 2025
Alvine Bourdages	6 sept 2025
Ginette Henry	20 sept 2025
Angélique Pelletier	11 sept 2025
Justine Normandeau	29 sept 2025
Angélique Joseph	22 oct 2025
Claudette Bujold	25 nov. 2025

Des consœurs et confrères ont perdu des parents :

Robert Bourbonnière, sa mère, Lorette Lagacé, 02-05-2025
Dolorès Fallu, sa mère, Marguerite Grégoire, 11-05-2025
Monique Poirier, son frère, Arthur Poirier, 25-07-2025
Auréa et Solange Allard, leurs sœurs, Marielle, 31 mars 2025
et Laurine, 26-07-2025
Mariette Grenier, son conjoint, Jean-Marie Thériault, 05-08-2025
Jacqueline Poirier, son frère, Sylvio Poirier, 23-08-2025
Lisette et Marie-Paule Berthelot, leur frère, Jules, 25-08-2025
Grace Leblanc, sa sœur, Jacqueline, 27-08-2025
Josette et Roselyne Aspirot, leur sœur, Gisèle, 06-09-2025

**Aux membres, parents et amis,
recevez nos sincères condoléances.**

Louise Leblanc



Novum : des services de représentation s'ajoutent aux consultations !



Bonne nouvelle pour les membres de l'AREQ : les services juridiques offerts en partenariat avec Novum sont non seulement reconduits, mais bonifiés pour les deux prochaines années ! Nos membres bénéficieront désormais, en plus de consultations sur une foule de sujets, d'une représentation pour des litiges en lien avec un bail de logement et concernant le vol d'identité ou la fraude.

L'entente de partenariat avec la firme Novum, dont ont bénéficié plusieurs centaines de membres de l'AREQ au cours des cinq dernières années, vient d'être renouvelée jusqu'en juillet 2027. Elle permettra à nos membres, qui sont aux prises avec des tracasseries juridiques, de bénéficier d'un service accessible, professionnel et personnalisé.

Concrètement, l'entente prévoit que tous les membres de l'AREQ bénéficient, au besoin, de consultations gratuites et illimitées sur une foule de sujets. Les consultations couvrent toutes les questions juridiques d'ordre personnel^[1], comme le droit familial (séparation, divorce, garde d'enfants, etc.) et le droit civil (succession, garantie légale, contrat de vente auto et habitation, contrat bancaire, faillite, bail en résidence, etc.). 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.

Devant les tribunaux pour les baux de logement

Depuis juillet 2025, un volet de représentation s'ajoute 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 services suivants sont inclus^[2] :

- *Rédaction de mise en demeure;
- *Négociation avec la/les partie(s) adverse(s) ou 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).

L'AREQ souhaite ainsi soutenir ses membres confrontés à des hausses de loyer excessives en résidences privées pour aînés (RPA) et veiller à la pleine reconnaissance de leurs droits en tant que locataires.

Fraude et vol d'identité

Malheureusement, ces dernières années, nous notons un accroissement des tentatives malveillantes. Pensons simplement aux arnaques téléphoniques, à l'hameçonnage par Internet, aux arnaques amoureuses ou celles des petits-enfants ayant un urgent besoin d'argent et aux fraudes liées aux placements. Les fraudeurs sont malheureusement de plus en plus créatifs, persuasifs et astucieux !

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

Répondre aux besoins de nos membres

Rappelons que la conclusion de cette entente émane des travaux d'un groupe de travail formé en 2019 et réunissant des personnes élues et des membres de l'équipe de l'AREQ. Ce groupe de travail était chargé d'évaluer l'étendue et la qualité des services déjà offerts à nos membres et d'en développer de nouveaux.

Le groupe de travail a appuyé sa réflexion sur des sondages et des groupes de discussion menés auprès de membres de l'AREQ. Ceux-ci avaient alors exprimé le besoin d'avoir accès à des services d'information et de consultation, voire de représentation, sur le plan juridique.

Toutes les informations concernant ce service aux membres de l'AREQ sont disponibles sur areq.lacsq.org/services-aux-membres/novum.

[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.

Pour les rejoindre : Téléphone : 1 844 745-4714

(Informations fournies par AREQ nationale)

Un comité par et pour les nouveaux membres

Dans un récent numéro du magazine *Quoi de neuf*, nous apprenions que l'AREQ a adopté un plan de développement et de recrutement. L'un des objectifs associés à ce plan est de répondre aux besoins des nouveaux membres.

C'est dans ce contexte qu'a été mis sur pied, à l'hiver 2025, le "groupe de travail sur l'intégration des nouveaux membres" (GTINM). Le GTINM, de son « petit nom », est formé de six membres qui ont adhéré à l'AREQ depuis moins de cinq ans."

Ces nouveaux membres sont issus de différentes régions et de différents corps d'emploi. Il s'agit de Claudia Cousin, Jean-Denis Lavigne, Élyse Dion, Danielle Goudreault, Sylvie Levert et Manon Martin. Le 1^{er} vice-président de l'AREQ, Martin St-Pierre, et un conseiller de l'Association les accompagnent.

Déjà trois rencontres

Le GTINM s'est réuni trois fois depuis février. Ces rencontres ont d'abord permis de préciser le mandat du groupe de travail. Ce mandat consistera à :

- développer une offre de services pour les nouvelles personnes re-traitées;
- identifier des obstacles à la participation des nouveaux membres de l'AREQ dans sa structure associative et aux activités organisées;
- proposer des idées et des solutions pour favoriser la participation.

Les membres du GTINM ont aussi commencé à réfléchir à une ou à des activités visant plus spécifiquement les nouveaux membres. Cela pourrait être, par exemple, une journée de formation sur la relève ou même un camp de la relève.

Ateliers sur les nouvelles manières de faire

Les membres du groupe ont aussi apporté leurs contributions à la préparation de la tournée du conseil exécutif, qui aura lieu à l'automne. La tournée visera, entre autres, à identifier de nouvelles manières de faire à l'AREQ.

Concrètement, le GTINM planche sur un atelier de type remue-méninge, pour faire ressortir des idées et des solutions novatrices à mettre en place au cours du prochain triennat, et ce, toujours dans le but de stimuler la participation de nos nouveaux membres et d'agrandir le « membership » de l'AREQ.

Proposez vos idées!

Sachez que toutes les idées sont les bienvenues! Si vous en avez à partager avec nous, nous vous invitons à les transmettre à info@areq.lacsq.org. Tous les messages seront acheminés aux membres du groupe de travail.

(texte tiré de Quoi de Neuf)

Déjeuner Bonaventure 11 sept.



ASSUREQ et l'impôt

Les personnes participant au régime d'assurance collective ASSUREQ peuvent inclure les primes payées en assurance maladie (**relevé de primes**) ainsi que le montant des frais réclamés non remboursés par ASSUREQ (**relevé pour fins d'impôt**) à leurs dépenses en soins médicaux lors de leur déclaration de revenus.

Relevé de primes

1. Les personnes dont les primes d'assurance sont prélevées à partir de leur rente du régime de retraite du secteur public (RREGOP, RRE, RRCE, RRPE, etc.) de Retraite Québec doivent :
 - a) Annexer une copie du document « État des dépôts » émis par Retraite Québec au cours du mois de janvier. Le montant des primes admissibles à une déclaration fiscale apparaît sur ce document;
 - ou
 - b) Annexer le feuillet T-4 émis par Retraite Québec sur lequel est indiqué le montant des primes admissibles à une déclaration fiscale.
2. Pour les personnes qui paient leurs primes par facturation individuelle ou par paiement préautorisé, un reçu d'impôt pour l'année leur sera automatiquement envoyé par SSQ/BENEVA.

Relevé pour fins d'impôt de Beneva

Le moyen de se procurer le relevé pour fins d'impôt (soin de santé) des frais réclamés non remboursés par ASSUREQ est en l'imprimant par l'intermédiaire de *l'Espace client* de Beneva.

Si vous n'êtes pas déjà inscrit à *l'Espace client*, veuillez communiquer avec Beneva au 1 888 833-6962. Un préposé vous accompagnera dans vos démarches d'inscription.

Attention! Le relevé de prestations contient tous les frais qui ont été soumis à Beneva sans égard aux frais admissibles selon les lois de l'impôt. Il est de la responsabilité de chacun de consulter la liste des produits et services admissibles au remboursement de frais médicaux. En produisant un relevé détaillé par l'entremise de *l'Espace client* de Beneva, il est possible

d'enlever des transactions de votre relevé, en décochant les soins à ne pas inclure dans la section « Visualiser le relevé détaillé ». Le bouton « Recalculer » vous permet de mettre à jour les montants demandés et montants remboursés.

Pour connaître la liste des frais et services admissibles au remboursement de frais médicaux au fédéral et au provincial, il est possible de consulter le site de l'Agence de revenu du Canada et de Revenu Québec.

(Informations fournies par AREQ nationale)

Déjeuner, Carleton, 14 septembre



Déjeuner Paspébiac, 16 septembre



AREQ Baie des Chaleurs, déjà 40 ans!

Notre secteur AREQ Baie des Chaleurs fête son 40^e anniversaire de fondation. “C’est en 1985 que 42 membres du territoire de Port-Daniel jusqu’aux Plateaux décidèrent, réunis en assemblée générale, que notre secteur porterait ce nom”. Voilà comment le sixième président de notre secteur, **M. Jean-Yves Chapados** commençait le texte soulignant le 25^e anniversaire en 2010.

Le poste à la présidence a été occupé en ordre par **Thérèse Poirier, Arvida Joseph, Léo Bois, Gemma Arsenault, Roselyn Onraët, Jean-Yves Chapados, Gisèle Huard, Rémi Gagnon et Sylvianne Huard**. La liste des membres qui ont siégé au conseil sectoriel serait trop longue à énumérer. Autant au conseil sectoriel que pour les divers comités, nous avons pu compter sur l’implication de valeureux et nombreux bénévoles tout au long de ces 40 années.

Avec le temps, notre association a rapidement dépassé le rôle de simplement organiser des activités et des rencontres et a tâché d’améliorer de multiples façons le sort des personnes âgées, soit des membres de l’AREQ et, par ricochet, de toute la société. Notre AREQ nationale est devenue une interlocutrice importante quand vient le temps de se prononcer sur des revendications concernant les personnes âgées au Québec.

Dix ans après sa fondation, notre secteur s’est doté d’un bulletin d’information. L’Arc-en-ciel a commencé à paraître en 1995. Là aussi, un nombre impressionnant de bénévoles ont mis la main d’abord à la dactylo puis à l’ordinateur... Pour notre bulletin, c’est donc un 30^e anniversaire.

Tout au long de ces années, tout comme l’AREQ nationale qui a su entretenir d’étroits liens avec la CSQ, notre AREQ Baie des chaleurs et le STEEQ ont conservé une excellente collaboration.

Comme, semble-t-il, le passé est garant de l’avenir, notre association verra à se renouveler et la relève verra à poursuivre cette mission de protéger et améliorer constamment les conditions de vie des personnes âgées.

Longue vie à l’AREQ!

Réal Cavanagh

Adresse de retour :

325 rue Jean Landry, Carleton-su-Mer, Qc, G0C 1J0

Le saviez-vous?

Combien de temps doit-on conserver certains documents?

Voici un rappel qui peut être très utile.

***À vie :**

Certificat de naissance, contrat de mariage, jugement de divorce, testament et règlement, diplômes d'études.

***Tant que vous êtes propriétaire de la maison :**

Titres de propriété, quittance du prêt hypothécaire, rapports d'inspections, factures de réparations et d'entretien (pour les travaux majeurs).

***Tant que la police est en vigueur :**

Assurance vie, assurance automobile, assurance habitation.

***6 ans :**

Rapports d'impôts, comptes provisionnels, déclarations de TPS et de TVQ

***3 ans :**

Comptes de taxes, factures de téléphones.

***1 an :**

Relevés bancaires, REER, CELI, relevés de cartes de crédit.

***6 mois :**

Factures d'électricité.

On ne sait jamais quand ces documents pourraient être demandés et vous être très utiles.

Gisèle Huard