

---

VOLUME 36, NUMÉRO 3 PRINTEMPS 2026  
Bulletin d'information de l'AREQ des Draveurs, (région 07)

---

# Le Contact

**AREQ**  
Des Draveurs **CSQ**

---

Nous joindre : [contact@areq-desdraveurs.ca](mailto:contact@areq-desdraveurs.ca)  
Site web sectoriel : <https://desdraveurs.areq.ca>  
Site web régional : <https://regionoutaouais.areq.ca>



- 03 Mot de la présidente
- 04 Conseil sectoriel des Drapeurs
- 05 Rapport de la présidence régionale 2025-2026
- 07 Rapport annuel de la fondation Laure-Gaudreault
- 08 Le comité des droits des femmes
- 10 Le chœur des filles du Roy en Outaouais
- 12 Voyages 2026-207
- 13 La parole des lecteurs
- 14 Poème « Juin »
  - Le comité environnement
- 15 Connaissez-vous bien l'AREQ des Drapeurs
- 16 Rapport annuel en assurances

AREQ nationale  
1 800 663-2408  
[areq.lacsq.org](http://areq.lacsq.org)  
[info@areq.lacsq.org](mailto:info@areq.lacsq.org)

Beneva  
1 888 235-0606  
[www.beneva.ca/fr](http://www.beneva.ca/fr)

RAMQ  
1 800 561-9749  
[ramq.gouv.qc.ca](http://ramq.gouv.qc.ca)

Retraite Québec  
1 800 463-5185  
[retraitequebec.gouv.qc.ca](http://retraitequebec.gouv.qc.ca)

## ÉQUIPE DU JOURNAL

**DIANE DESROCHES**  
**NICOLE DELISLE**  
**NICOLE DUBUC-LA GRENADE**  
**PIERRETTE BARRETTE**  
**YVON NEVEU**

Le prochain numéro de notre bulletin  
d'information « Le Contact » sera distribué  
vers le début du mois d'octobre 2026.

# 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 des personnes retraitées CSQ, qui exercent avec fierté une citoyenneté active pour l'engagement social et la dignité des personnes âgées. <https://areq.lacsq.org>

## CHERS MEMBRES DE L'AREQ DES DRAVEURS

Bonjour,

Une autre année aréquienne s'achève, et l'été tant attendu arrive enfin. C'est aussi le moment de faire le bilan de l'année. On peut dire que nous avons été bien occupés : notre calendrier a été particulièrement rempli.

En plus de nos activités traditionnelles – l'accueil, Noël, le brunch FLG, la fête de l'Amitié, la cabane à sucre et l'assemblée générale – nous avons poursuivi nos déjeuners mensuels, toujours très appréciés. Nous avons également célébré la fête des 80 ans, un pur bonheur, et introduit une nouveauté qui a connu un beau succès : le yoga sur chaise.



### **Congrès**

Cette année, une grande partie de nos efforts a été consacrée à la préparation du congrès qui se tiendra à Lévis en juin. Cinq délégués des Draveurs y représenteront notre secteur. Tenue tous les trois ans, cette instance suprême de l'Association réunit quelque 500 membres délégués de toutes les régions du Québec et détermine les politiques générales ainsi que les grandes orientations de l'AREQ. Nous y assumons notre rôle avec sérieux et engagement. C'est lors de ce congrès que seront adoptées les orientations ainsi que les statuts et règlements qui guideront le triennat 2026-2029.

### **Objectifs 2026-2027**

- Appliquer les nouvelles orientations de l'AREQ
- Améliorer la communication avec nos membres
- Travailler avec le GTINM (groupe de travail sur l'intégration des nouveaux membres)
- Produire un sondage en ligne afin de mieux connaître vos besoins

### **Nos bénévoles**

Nos bénévoles sont essentiels à notre mission et œuvrent souvent dans l'ombre. Nous soulignerons leur engagement lors de la fête des bénévoles, le 19 juin. Leur générosité et leur constance méritent toute notre reconnaissance.

### **Le conseil sectoriel**

Je suis fière de notre conseil sectoriel, qui travaille avec dévouement pour vous offrir des activités variées, stimulantes et adaptées à vos intérêts. Grâce à leur implication, notre secteur demeure vivant, dynamique et accueillant.

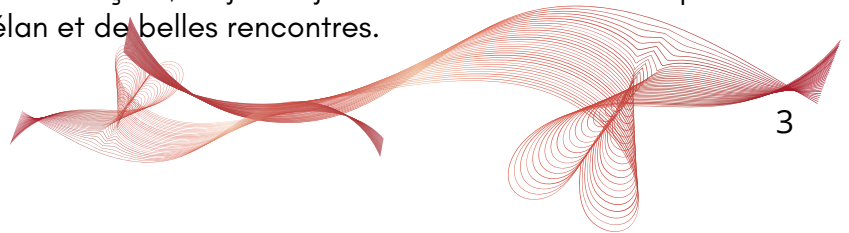
### **Conclusion**

En conclusion, je tiens à vous remercier sincèrement pour votre présence et votre confiance tout au long de l'année. Votre participation fait vivre notre secteur et donne tout son sens à notre engagement.

Je vous souhaite un été agréable et ressourçant, et j'ai déjà hâte de vous retrouver pour une nouvelle année aréquienne pleine d'élan et de belles rencontres.

Diane Desroches

Présidente de l'AREQ des Draveurs.



## CONSEIL SECTORIEL DES DRAVEURS 2025-2026

Fonction	Nom	Téléphone	Adresse courriel
Présidente	Diane Desroches	819 243-1077	<a href="mailto:desrochesdevideotron.ca">desrochesdevideotron.ca</a>
1 <sup>re</sup> vice-présidente	Claire Nault	819 743-0340	<a href="mailto:naultclaire@yahoo.com">naultclaire@yahoo.com</a>
2 <sup>e</sup> vice-présidente	Nicole Delisle	819 561-0154	<a href="mailto:nicoled@videotron.ca">nicoled@videotron.ca</a>
Secrétaire	Marquise Desrochers	819 663-4696	<a href="mailto:mdesrochers346@videotron.ca">mdesrochers346@videotron.ca</a>
Trésorière	Pierrette Barrette	819 643-3326	<a href="mailto:pbarette@videotron.ca">pbarette@videotron.ca</a>
1 <sup>re</sup> conseillère	Monique Tourigny	450 530-4747	<a href="mailto:moniquetourigny@hotmail.com">moniquetourigny@hotmail.com</a>
2 <sup>e</sup> conseillère	Gillaine Richard	819 246-8673	<a href="mailto:richardgillaine@videotron.ca">richardgillaine@videotron.ca</a>



Lise Brunet	819 771-3580	<a href="mailto:lisebrunet@videotron.ca">lisebrunet@videotron.ca</a>
Jacqueline Charrette	819 663-2894	<a href="mailto:mbcharrette@hotmail.com">mbcharrette@hotmail.com</a>
Virement Interac		<a href="mailto:contact@areq-desdrapeurs.ca">contact@areq-desdrapeurs.ca</a>

## RAPPORT DE LA PRÉSIDENCE RÉGIONALE : BILAN DES MANDATS 2021-2026

J'ai le plaisir de vous soumettre un bilan synthétisé de mes deux mandats consécutifs (2021-2023 et 2023-2026). Pour consulter le détail exhaustif de mes activités et de mes réalisations au cours de l'exercice 2025-2026, je vous invite à visiter notre site Web au [regionoutaouais.araq.ca](http://regionoutaouais.araq.ca), sous l'onglet « Rapports annuels du Conseil régional ».



### REPRÉSENTATION ET INSTANCES NATIONALES

Au cours de ces six dernières années, mon engagement s'est manifesté par une présence active au sein des diverses instances décisionnelles de notre Association. J'ai ainsi eu l'honneur de siéger à une dizaine de Conseils d'administration (CA) suivis de Conseils régionaux (CR).

À l'échelle nationale, ma participation a été constante :

- Conseil d'administration (CA) : le CA s'occupe activement de la mise en application des décisions du Congrès. J'ai assisté en moyenne à dix rencontres du CA à Québec à chacune de ces années. Au retour, je faisais un rapport de ces rencontres au Conseil régional afin de diriger les affaires de la région.
- Conseil régional (CR) : à la suite des rencontres du CA, je convoque en rencontre toutes les personnes présidentes des secteurs. Donc, par année, nous tenons en Conseil régional une dizaine de rencontres pour mieux gérer la région face à ses besoins ainsi qu'aux attentes du CA.
- Conseil national (CN) : première autorité après le Congrès; présence biannuelle pour faire entendre au National la voix de notre région et rapporter à notre région la voix du National. Y sont convoquées toutes les personnes présidentes des secteurs avec les membres du CA.
- Comités de coordination : rencontres à Québec avec les responsables des comités régionaux lors de mon premier mandat.
- Tournées du Conseil exécutif (CE) : participation à deux tournées par année, incluant une rencontre d'information et de consultation (RICS) et les travaux préparatoires aux Congrès.
- Centrale des syndicats du Québec (CSQ) : une représentation de notre Association lors du Conseil général (CG).

Ces déplacements, bien que nombreux, ont permis des échanges d'une grande valeur humaine et associative, renforçant le positionnement de notre région.

## ACTION RÉGIONALE ET PROXIMITÉ AVEC LES MEMBRES

Mon objectif prioritaire a toujours été de maintenir un contact étroit et authentique avec nos membres. Ce défi de proximité a été relevé avec succès grâce à une présence sur le terrain :

- Rencontres sectorielles : participation systématique, au moins deux fois l'an, aux activités d'accueil et aux Assemblées générales sectorielles (AGS).
- Vie associative : présence aux Assemblées générales régionales (AGR) et soutien aux activités des différents comités.
- Convivialité : j'ai eu le privilège de partager de nombreux moments de fraternité lors de déjeuners, de célébrations de Noël et d'autres activités au sein des secteurs.

Un moment fort de ces mandats fut l'intervention spéciale auprès du secteur Haute-Gatineau, dont l'AGS visait à assurer la pérennité de la vie sectorielle. Je me réjouis de confirmer que cet objectif a été atteint. À l'inverse, c'est avec un profond regret que je souligne la fermeture prochaine du secteur Du Lièvre, effective au 1er juillet 2026. Toutefois, je salue l'enthousiasme du secteur des Draveurs, qui s'apprête à accueillir chaleureusement ses membres.

## PROJETS INNOVATEURS ET ENGAGEMENTS EXTERNES

Soucieuse de dynamiser notre vie régionale, j'ai entrepris et soutenu plusieurs projets structurants :

- Création de la Fête d'été.
- Mise sur pied dès cette année d'une rencontre innovante dédiée aux nouveaux membres (5 ans et moins d'adhésion).
- Bonification de la journée de diffusion de la Tournée des régions.

Enfin, j'ai assuré la représentation de l'AREQ auprès de partenaires externes clés, tels que la Coordination nationale de la CSQ, la Table de concertation des aînés de l'Outaouais (TCARO), la Table des aînés de Gatineau (TAG), ainsi que lors de l'organisation de débats électoraux.

## CONCLUSION

Ces deux mandats furent une expérience profondément enrichissante. Je quitte mes fonctions avec le sentiment du devoir accompli et une immense gratitude pour la confiance que vous m'avez témoignée.

Nicole Tremblay  
Présidente régionale

## RAPPORT 2025-2026 / AREQ DES DRAVEURS

S'il est une fondation très chère au cœur de l'AREQ c'est bien la fondation Laure Gaudreault. Elle a pour objectif de venir en aide aux personnes âgées dans le besoin. Elle soutient aussi la recherche sur les maladies qui affectent nos aînés.

De plus, elle aide nos jeunes qui ont besoin d'un coup de main pour les études par exemple.

L'année 2025-2026 a été une année bénéfique grâce à vos dons lors de nos rencontres.

Date	Objet	Gagnant	FLG
19 septembre 2025	50/50	119,50 \$	119,50 \$
12 décembre 2025	50/50	143,00 \$	143,00 \$
25 janvier 2026	50/50	132,50 \$	132,50 \$
13 février 2026	50/50	83,00 \$	83,00 \$
9 mars 2026	50/50	161,00 \$	161,00 \$
2026-03-24 (AGS)	50/51	88,00 \$	88,00 \$
2026-05-03 (AGR)	50/52	170,00 \$	170,00 \$
		<b>897,00 \$</b>	<b>897,00 \$</b>
25 janvier 2026	Brunch		<b>1 160,00 \$</b>
		<b>Grand Total</b>	<b>2 057,00 \$</b>

## DONS CETTE ANNÉE : ESPOIR ROSALIE ET LES APPRENTIS

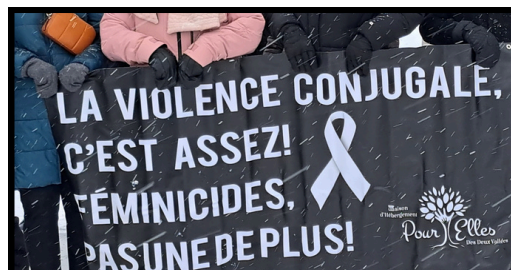
Au nom de la fondation et en mon nom personnel, je vous dis un grand merci pour votre générosité! C'est très apprécié car ce sont des bénéficiaires de notre région que nous aidons. Soyons en fiers!

## LE COMITÉ DES DROITS DES FEMMES

### Samedi 6 décembre 2025 :

Une journée hivernale, la marche et la vigile se sont déroulées sous la neige. Plusieurs de nos membres étaient présents ainsi que de nombreux organismes et partenaires voués à l'accompagnement des femmes et enfants qui subissent un continuum de violences dans un contexte familial.

Tous étaient présents pour la prévention et la sensibilisation des multiples violences que ceux-ci vivent. Des témoignages, des prises de paroles et un hommage ont été rendus pour les victimes de Polytechnique ainsi qu'aux femmes assassinées durant cette année.



### Féminicide :

"Homicide volontaire d'une femme en raison de son sexe." (Robert, 2015) "C'est la manifestation la plus extrême de la violence fondée sur le genre, enracinée dans la discrimination, le patriarcat et la domination. Le meurtre d'une femme au simple motif qu'elle est une femme quel que soit son âge et quel que soit le contexte." Conseil du statut de la femme, [csf.gouv.qc.ca](http://csf.gouv.qc.ca)

### Vendredi 12 décembre 2025 :

Levée de fonds et de denrées non-périssables pour la Maison UNIES-VERS-FEMMES... Un succès comme par les années passées, une belle récolte de denrées et un superbe montant de 667\$ de nos généreux membres présents à notre dîner de Noël. Un énorme MERCI!!!



## Journée internationale des Femmes,

Dame Nature a été généreuse, lundi 9 mars 2026, une merveilleuse journée printanière pour nous célébrer « Au Féminin ».

Quelle belle rencontre régionale!

Nous étions 77 convives et avons eu le plaisir de recevoir le Chœur des Filles du Roy. Ces belles dames, de la région de Québec, nous ont ravis avec une prestation de chansons a cappella. Cela entrecoupé du récit de la vie de leur ancêtre respectives, du début de la colonie entre 1663 et 1673, leurs mariages, le nombre de naissances et le quotidien de l'époque ainsi qu'une démonstration de leurs habits. Plaisir, chansons et rires étaient au rendez-vous, le tout accompagné d'un bon repas et de prix de présence dans chaque secteur...

<https://fillesduroy.com>



**GÉNÉRATIONS DEBOUTTE!**

**8 MARS 2026**

JOURNÉE INTERNATIONALE DES DROITS DES FEMMES

## LE CHOEUR DES FILLES DU ROY EN OUTAOUAIS

Une activité régionale de l'AREQ, en marge de la célébration de la Journée de la Femme, a eu lieu le 9 mars dernier, à Gatineau. Cela a eu lieu à la salle de la paroisse Ste-Trinité, rue DuBerger.

Nous avons eu le privilège et l'honneur d'avoir la belle visite de cinq Filles du Roy, venues directement de Québec. Elles ont été reçues avec beaucoup de plaisir et d'enthousiasme de la part des quelques 70 participants qui s'étaient présentés pour assister à cette prestation tout à fait originale, intéressante et surtout historique.



Ces gentilles dames portaient bien évidemment les costumes d'époque dont elles nous ont démontré chaque vêtement en particulier et leur utilité. Elles nous ont raconté l'histoire de chacune de ces femmes du Roy qu'elles personnifiaient : leur traversée depuis la France, leur arrivée au pays de la colonie, leur mariage et leur descendance, et parfois leur déménagement pour suivre leur mari dans d'autres fonctions. Cela nous a bien démontré leur grand courage, leur force morale et leur apport au peuplement de cette colonie.

Elles nous ont aussi émerveillés par leur chant choral a cappella des chants de ces siècles derniers, relayés d'une génération à l'autre. Les harmonies des voix étaient sublimes à entendre. Le silence et l'écoute des participants témoignaient de leur enchantement à les écouter.

Il est important aussi de souligner la présence de trois Filles du Roy de la région de l'Outaouais qui sont venues soutenir et rencontrer leurs partenaires de cœur et assister au spectacle.



Cette grande organisation était l'œuvre du comité des femmes de l'AREQ Outaouais pour souligner la journée de la femme dont le thème était « Générations deboutte! » Elles ont fait un travail remarquable pour nous concocter une journée tout à fait réussie et directement en accord avec le thème de cette journée. Il est évident que les Filles du Roy sont une partie intégrante de notre histoire et qu'elles se sont tenues « deboutte » pour fonder nos premières familles québécoises et laisser des descendances dont nous sommes peut-être des dignes représentants qui continuent la lignée des premiers arrivants au pays.

Un immense merci à toute l'organisation du comité des femmes pour nous avoir permis de vivre ces beaux moments!

Nicole Delisle

## VOYAGES 2026 ET 2027

Il y a encore de la place pour les deux voyages 2026.

Michèle Brousseau 819 243-6841 brou.pouliot@videotron.ca

Constance Laroche 819 684-8178 constance.laroche@sympatico.ca

Rencontre d'information  
4 juin 2026 - 10 h  
Hôtel Ramada Plaza  
Michèle : 819-243-6841  
Constance : 819-684-8178

# LONDRES, STONEHENGE, WINDSOR ET CROISIÈRE DANS LES ÎLES BRITANNIQUES ET EN IRLANDE

Du 20 mai au 4 juin, 2027  
16 JOURS / 14 NUITS

**Cap sur les îles britanniques : mystères,  
châteaux et escales inoubliables**

### INCLUSIONS

#### PRÉ-CROISIÈRE:

- 2 nuits à l'hôtel Crowne Plaza London King's Cross 4\* avec petit-déjeuner.
- Tous les transferts en autocar privé
- Croisière sur la Tamise - Visite de la tour de Londres - Visite du Château de Westminster - Souper 3 plats dans un pub/restaurant - Visite guidée de Stonehenge

#### CROISIÈRE:

- 12 nuits sur le Norwegian Star
- London (Southampton), Angleterre, Paris (Le Havre), France, Bruxelles, Belgique, Amsterdam, Hollande, Edimbourg, Écosse, Inverness, Écosse, Belfast, Irlande du Nord, Dublin, Irlande, London (Southampton), Angleterre

#### VOLS:

- Les vols aller-retour avec Air Transat ou autre en classe économique (Frais du 1er bagage inclus) de Montréal à Londres (Gatwick)
- Le transfert en autocar aller-retour de Gatineau à l'aéroport Montréal Trudeau

**Groupe accompagné par Alain Winter de Voyages Plein Soleil. Guides locaux francophones lors des visites inclus.**

**8,999\$** Par personne en occupation double  
Cabine intérieure

Voyages Plein Soleil  
108-4100, boul. de l'Auvergne  
Québec (Qc), G2C 1T8  
418.847.1023 | 1.888.686.0049

VOYAGES  
  
**PLEIN SOLEIL**  
EUROPE ASIE AMÉRIQUES OcéANIE AFRIQUE



## LA PAROLE DES LECTEURS

*Lors de la venue des Filles du Roy à notre rencontre de la Journée de la Femme, je tenais à souligner le travail de notre responsable du comité des femmes du secteur des Draveurs, Mme Gisèle Sicard-Ericksen pour le magnifique travail qu'elle a fait en préparation de cette journée. Des membres de sa famille lui ont également apporté leur soutien pour accueillir comme il se doit ses « gentilles dames ». Que d'efforts ont été mis, que ce soit pour le transport à la gare ferroviaire et au lieu de l'événement, l'hébergement chez elle, les repas durant leur séjour, les centres de tables avec les mains regroupées! Ce fut fait avec une grande générosité et chaleur humaine. Félicitations Gisèle, tu nous as rendu un très grand service! Ce fut très apprécié! Merci du fond du cœur!*

*Nicole Delisle*



*Je veux féliciter toute la belle équipe qui s'implique dans ce superbe Bulletin qui nous tient informé sur ce qui se passe dans notre milieu : l'éducation et toutes les activités organisées. Même si je ne participe pas souvent à vos activités, j'ai toujours hâte de le parcourir. C'est un bulletin très intéressant et la mise en page de qualité professionnelle (photos, graphisme, couleur) nécessite beaucoup de travail.*

*Aussi pour souligner la belle équipe que vous formez. Sans oublier celles et ceux qui écrivent de bons textes, je veux mentionner les talents de Nicole Dubuc-La Grenade dans la mise en page du journal Le Contact et aussi pour le développement et la gestion du site internet du secteur Des Draveurs (07) et la section Régionale.*

*Félicitations à toute votre équipe!*

*Robert Desrochers*

*Membre de l'AREQ des Draveurs*

# Juin

Mois des rêves fous  
écrits à l'encre du cœur  
bras odorants des pommiers

grand aquarium  
baigné d'ombre verte  
ma maison en forêt

arc sombre des collines  
lisière du ciel  
en retailles éclatantes

âme frôlée de vertige  
au sud de soi  
trouver un monde  
où glisser sa joie  
sous l'haleine fraîche  
d'une aube hâtive  
naît l'enfant aimée

au jardin  
les roses omniprésentes  
sous le vent  
robe de l'eau froissée  
à l'odeur d'étoiles  
durant la nuit tombées

Georgette Prud'Homme Hendriks

## LE COMITÉ DE L'ENVIRONNEMENT

Le comité de l'environnement vous convie à venir découvrir une parcelle de notre patrimoine.

Où : centrale Des Rapides-Farmer  
2740, rue St-Louis Gatineau  
J8V 3X6

Quand: lundi 22 juin de 13 h à 14h 30

Coût: GRATUIT

Accueil 15 minutes avant le début de la visite s.v.p.

La centrale hydroélectrique des Rapides-Farmer nous ouvre ses portes.

C'est un joyau d'ingénierie construit en 1926 qui met en valeur la qualité de notre patrimoine bâti et l'ingéniosité de notre savoir faire québécois.

N.B.

On demande une pièce d'identité avec photo avant de débiter la visite.

De plus, les personnes portant un stimulateur cardiaque, un défibrillateur implantable ou un implant cochléaire on recommande une visite virtuelle lors de la portion en centrale.

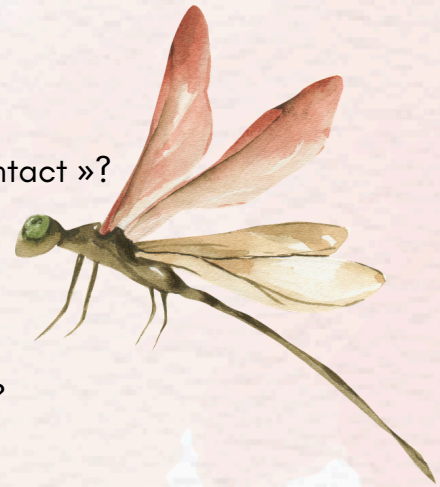
Inscription : Claire Nault 819 743 0340



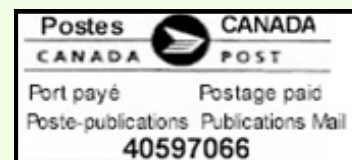
## CONNAISSEZ-VOUS BIEN L'AREQ DES DRAVEURS?

Vous pensez que oui? Alors, essayez de répondre à ce quiz sans chercher les réponses, puis vérifiez-les par la suite sur le site web des Draveurs

- 1- Quelle est la signification de notre sigle AREQ ?
- 2- Quelle est le nom de notre présidente?
- 3- Nommez une des personnes qui concoctent notre journal « Le Contact »?
- 4- Qui est la créatrice et responsable de notre site WEB?
- 5- Nommez une activité qui a eu lieu en février 2026.
- 6- Qui est la trésorière de notre association de l'AREQ des Draveurs?
- 7- Où a eu lieu notre dîner de Noël de l'année 2025?
- 8- Qui est responsable du comité des femmes dans notre secteur?
- 9- À quelle date a eu lieu notre assemblée générale de secteur 2026?
- 10- Nommez une des deux conseillères du comité sectoriel.
- 11- Quel événement a lieu à tous les mois pour nous rassembler et socialiser?
- 12- Où a lieu cet événement?
- 13- Qui est responsable du dossier environnement dans notre secteur?
- 14- Nommez une des deux responsables de la planification et organisation des voyages à l'AREQ des Draveurs.
- 15- Quelle sera la dernière activité proposée en juin 2026 pour les membres?



Si non réclamé, retourner à  
AREQ, secteur des Draveurs  
31, rue des Oblats, Gatineau  
J8T 2X6



## RAPPORT ANNUEL EN ASSURANCES 2025-2026

### **Adhésion ou réintégration à ASSUREQ/BENEVA**

Possibilité pour les personnes qui ont été un jour membres d'un syndicat affilié à la CSQ ou qui étaient couvertes par une autre assurance de changer vers Santé plus jusqu'au 31 mai 2026.

### **Assurance familiale**

Les clauses de l'assurance s'appliquent aux deux conjoints avec les mêmes équivalences.

### **Entrée en CHSLD ou centre de réadaptation**

Il est important d'informer un membre de la famille si vous possédez une assurance avec BENEVA.

Des frais d'hébergement peuvent être réclamés (reçus à l'appui) pour six mois ou 180 jours à vie.

### **Canada Vie (assurance dentaire)**

Pour une attestation de non-assurance dentaire avec BENEVA, communiquez avec Retraite Québec plutôt qu'avec votre ancienne commission scolaire.

\*références au bulletin Le Contact.