



## MINI-MOT

### Mot de la présidente

Bonjour à toutes et à tous.

Au nom du Conseil sectoriel Ahuntsic-Est de l'AREQ, il me fait plaisir de renouer avec vous par un envoi postal. Vu l'incertitude créée par la pandémie et les directives sanitaires, nous avons été dans l'obligation au niveau sectoriel d'annuler toutes les activités du printemps et de l'automne. Du fait que nous n'avions pas d'activités à annoncer nous avons mis sur pause la publication de notre bulletin sectoriel habituellement posté à tous les membres.

Nous avons toutefois envoyé par courriel des nouvelles importantes et des informations concernant les mesures exceptionnelles prises par l'AREQ pour se conformer aux directives gouvernementales afin de protéger la santé et la sécurité de ses membres. Nous avons aussi participé à l'opération *Gardons le contact* qui consistait en une chaîne téléphonique nous permettant de joindre les membres de 75 ans et plus afin de briser l'isolement.

Cependant, un bon nombre de nos membres n'ont pas de service internet et ainsi ne reçoivent aucune information et comme nous ignorons de quoi les prochaines semaines seront faites il nous est apparu important de rejoindre tous les membres du secteur Ahuntsic-Est.

Nous désirons souligner que les élus à différents paliers ont continué à gérer les affaires de l'AREQ tant au niveau national que régional et sectoriel en se réunissant en mode virtuel afin que notre association demeure fonctionnelle.

Malgré les incertitudes nous planifions l'agenda du printemps prochain. Dans quelques semaines l'AREQ proposera aux différentes instances une façon de tenir les assemblées générales et le congrès. En ce moment il est prévu que ces rencontres se tiendront en mode virtuel (ZOOM). Nous expliquerons avec plus de détails dans ce bulletin ce qu'il faut prévoir pour le printemps 2021.

L'annonce de l'arrivée d'un vaccin contre la COVID 19 nous donne l'espoir d'un retour à une vie plus normale. En attendant nous vous invitons à continuer à respecter les consignes de la santé publique et des autorités gouvernementales pour que nous puissions enfin en bonne santé nous retrouver et célébrer ensemble un retour à la normale.

Mes meilleurs vœux pour la nouvelle année en espérant vous revoir bientôt.

Micheline Schinck, présidente  
AREQ- Ahuntsic-Est

### Conseil sectoriel

Micheline Schinck	présidente	514 384-5162	m.schinck@videotron.ca
Claire Duquette	1 <sup>re</sup> vice-présidente		tresor55@yahoo.fr
Robert Leroux	2 <sup>e</sup> vice-président	450 222-5532	ronileroux99@hotmail.ca
Gabriel Lemaître-Auger	trésorier	450 490-3356	gabrielauger@videotron.ca
Denise Marcotte	secrétaire	450 409-0820	marcotted@videotron.ca
Richard Gauthier	1 <sup>er</sup> conseiller		rcgauthier@hotmail.com
Denise Malette	2 <sup>e</sup> conseillère	514 337-0920	demalette@bell.net

### Bienvenue aux nouveaux membres

Au cours des derniers mois quelques personnes nouvellement retraitées sont devenues membres du secteur Ahuntsic-Est.

Nous désirons leur souhaiter la bienvenue dans nos rangs. Lors de la reprise de nos activités ces nouveaux membres seront invités à une rencontre qui soulignera leur appartenance à notre secteur.

### Assemblée générale sectorielle

#### L'AGS de notre secteur se tiendra le 23 avril 2021

Au printemps dernier, l'AREQ avait décidé de prolonger d'un an tous les mandats aux paliers sectoriel, régional et national. Ces mandats ne peuvent être reconduits pour une autre année, il y aura donc élection aux postes suivants lors de notre AGS du 23 avril : présidence, secrétaire, 2<sup>e</sup> vice-présidence et 2<sup>e</sup> conseillère. Plusieurs des élus qui occupaient ces postes ne peuvent solliciter un nouveau mandat ayant complété les 6 ans prévus à la constitution de notre organisation. Nous nous adressons à vous pour vous demander de songer à une participation au Conseil sectoriel ou aux différents comités. Il est important de combler ces postes si nous voulons, lors d'un retour à une vie plus normale, planifier différentes activités (diners, conférences, etc.) et continuer à gérer les affaires de l'AREQ. Il en va de la survie du secteur.

De plus, comme c'est une année de congrès pour l'AREQ, ce sera le moment de confirmer la nomination des membres qui composeront la délégation du secteur et de leur donner des mandats.

Il sera donc important d'être présent à cette assemblée générale sectorielle qui se tiendra, selon toute probabilité, en mode virtuel (ZOOM). Nous comptons sur vous.

Nous aimerions que vous puissiez nous indiquer si nous pouvons compter sur votre présence à notre assemblée générale et si vous désirez discuter de l'éventualité d'une participation à notre instance sectorielle. À cet effet vous pouvez communiquer avec la présidente.

Micheline Schinck.

m.schinck@videotron.ca 514 384-5162

### Dates importantes à placer à votre agenda

**Assemblée générale régionale : 5 mai 2021**

**Congrès de l'AREQ : 1<sup>er</sup> au 4 juin 2021**

Il est prévu que ces rencontres se tiendront en mode virtuel. Si vous désirez y participer, veuillez communiquer avec Micheline Schinck.

### Liens importants

**Ligne d'information gouvernementale sur la COVID-19** : 514 644-4545 ou  
1 877 644-4545 lundi-vend. : 8 h à 18 h sam.-dim. : 8 h 30 à 16 h 30

**Tél-aînés** - écoute et référence (7 jours sur 7) : 514 353-2463 <https://tel-ecoute.org>

### Déménagement, changement d'adresse courriel, décès

Il est important que nous puissions vous joindre.

Vous faites sûrement vos changements de coordonnées à l'AREQ, mais les données ne nous sont pas transmises tout de suite. Donc :

\*Si vous déménagez

\*Si vous changez de numéro de téléphone

\*Si vous constatez une erreur dans vos coordonnées

\*Si vous avez récemment obtenu une adresse courriel

\*Si vous changez d'adresse courriel

\*Si vous apprenez le décès d'un membre du secteur

Veuillez, s'il-vous-plait, communiquer avec :

Micheline Schinck

m.schinck@videotron.ca      514 384-5162

### Régime d'assurance collective ASSUREQ 2021

Lors de l'Assemblée générale d'ASSUREQ du 2 novembre 2020 on a annoncé une bonification du régime d'assurance maladie par l'ajout de trois nouvelles garanties, et ce, sans aucune hausse de la tarification à la prime d'assurance maladie en 2021.

La prime d'assurance vie, tant pour la protection individuelle que familiale n'a subi aucune hausse de la tarification pour 2021. Des modifications ont été apportées aux garanties Assurance voyage avec assistance et Assurance annulation de voyage d'ASSUREQ.

**Pour toutes les informations concernant ce régime, vous pouvez consulter le bulletin Échos de l'Île d'octobre 2020 et la revue Quoi de neuf – Hiver 2021 dans laquelle vous trouverez le dépliant *Votre régime en un coup d'oeil***

## Site Web

N'oubliez pas d'ajouter notre site Web à vos signets préférés, vous y trouverez les plus récentes informations :

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

## Liens intéressants

Le site provincial de l'AREQ vous offre toutes sortes de services : [areq.lacsq.org](http://areq.lacsq.org)

Pour les nouvelles de l'Île et l'accès aux sites des autres régions :  
[regioniledemontreal.areq.ca](http://regioniledemontreal.areq.ca)

Services du gouvernement : [mfa.gouv.qc.ca](http://mfa.gouv.qc.ca) (onglet Aînés)

Quelques numéros de téléphone :

AREQ	1 800 663-2480
CARRA	1 800 368-9883
RAMQ	514 864-3411
RRQ	514 873-2433
Sécurité de la vieillesse	1 800 277-9915
Abus aînés	1 888 489-2287

Autres lieux d'information :

Observatoire de la retraite : [observatoireretraite.ca](http://observatoireretraite.ca)  
Institut universitaire de gériatrie de Montréal : [www.centreavantage.ca](http://www.centreavantage.ca)

## Finances

Le conseil sectoriel a évalué les montants du budget 2019 qui avaient été alloués pour les différentes activités prévues et annulées depuis le début de la pandémie. Nous avons alors décidé de faire notre part et d'aider des organismes qui viennent en aide aux plus démunis dans le cadre de la COVID-19. Pour nous, il nous semblait nécessaire de contribuer à l'effort collectif et à l'entraide en ces temps si difficiles pour plusieurs Montréalais. Nous avons aidé les organismes suivants :

SNAC (Service de nutrition et d'action communautaire)  
Entraide Ahuntsic-Nord  
Moisson Montréal  
Les petits déjeuners  
FLG (Fondation Laure-Gaudreault)