

Mini-mot annuel 2026-2027



Louise Bigras

SEPTEMBRE 2026

Montréal, Ahuntsic-Est (06A)

AREQ

Le mouvement des personnes
retraitées CSQ

Je vous remercie de votre confiance en renouvelant mon mandat à la présidence du secteur. J'espère être à la hauteur pour vous représenter lors des différentes rencontres sectorielles et régionales.

Je remercie Denise Malette pour le Mini-mot, Micheline Schinck au poste de secrétaire et Suzanne Lévesque pour leur contribution pour le Conseil sectoriel.

Lors du Quilles-O-Thon en juin dernier huit membres ont participé et un montant de 5 555 \$ a été remis à la FLG. Les personnes participantes ont pris part à des tirages de cartes-cadeaux.

NOUS EMBARQUONS était le thème pour souligner notre 40e anniversaire de l'AREQ-MONTRÉAL, vingt-et-une personnes ont participé au souper croisière sur le fleuve St-Laurent. Les personnes participantes ont apprécié d'être transportées pour l'aller-retour par une navette.



Le 31 août, nous étions vingt personnes pour le déjeuner de la rentrée au restaurant Allô mon Coco. Nous étions heureux de nous revoir.

Les diners en 2026-2027 ne seront pas toujours des jeudis, cela permettra peut-être à des membres de venir partager un diner avec nous. Le Conseil sectoriel a pris la décision que le cout des diners sera de 30 \$. La somme sera répartie de la façon suivante : 28 \$ pour le repas, 1 \$ en pourboire pour les étudiant.es et 1 \$ à la fondation FLG.

Dans les Échos de l'île de septembre 2026 à la page 21, se trouve un article sur le rôle important d'être responsable d'un comité sectoriel ou régional. J'interpelle les membres pour combler les postes de responsables aux comités suivants : Arts, Condition des femmes, FLG, la Retraite et également des coresponsables. Si vous désirez en savoir plus cela me fera plaisir d'en discuter avec vous.

Les nouveaux membres du secteur sont invités à venir aux diners du secteur. Nous vous offrons le premier repas.

Au plaisir de vous rencontrer lors des diners et aux différentes activités.

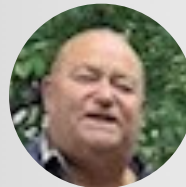
Claire Duquette



1re vice-président



Présidente



2e vice-président



Trésorière



2e conseiller



1er conseiller

MEMBRES DE VOTRE CONSEIL SECTORIEL

Claire Duquette	Présidente	areqahuntsicest@gmail.com
Jean-Paul Lévesque	1re vice-président	
Robert Leroux	2e vice-président	
Nicole Caissy	Trésorière	
	Secrétaire	
Gabriel Lemaître-Auger	1er conseiller	
Michel Chevalier	2e conseiller	

LES RESPONSABLES DE COMITÉ

COMITÉS	RESPONSABLE	CORESPONSABLE
Action sociopolitique	Monic Blanchette	
Arts		
Assurances	Jean-Paul Lévesque	
Cartes (anniversaires, invitations...)	Ginette Morin	
Club du livre	Claire Hardy	
Comité de la condition des femmes		Claire Duquette
Comité de la condition des hommes	Robert Leroux	
Environnement	Francine Durand	
(FLG) Fondation Laure-Gaudreault		
Mini-mot et conception de cartes		
Retraite		Guy Bertrand
Révision linguistique	Céline Marcoux	
Web	Michel Chevalier	

Les nouveaux membres

Roger Bourdages		Roger Gonzalez Solis		Michel Marmen
Robert Charbonneau		Joanne Guay		Monique Martin
Johanne Cossette		Christine Kotsaris		Sylvie Meunier
Yvon Courcelle		Gilles Lacroix		Ninette Piou
André Décary		Lucius Lehoux		José Pouliot
Lise Desbiens		Colette Lévesque		Maira Ramsahoye
Dubuisson Eugénie		Louis L'Homme		Miriam Senneville
Guylaine Ducharme		Louise Long		Louise Sylvestre

Plan d'action sectoriel 2026-2027

AREQ secteur Ahuntsic-Est

Axe 1 — La vie associative et les services à nos membres

Orientations	Actions
Promouvoir l'Association auprès des futurs membres	1. Faire connaître les nouvelles règles d'adhésion à l'AREQ et au régime ASSUREQ - Acheminer l'information aux membres 3. Organiser un accueil spécial pour les membres récemment inscrits au secteur - Inviter les nouveaux membres à un diner pour les accueillir
Renforcer le sentiment d'appartenance envers l'Association	4. Promouvoir le nouveau nom et la nouvelle signature visuelle de l'AREQ - Utiliser sur les documents ou envois aux membres et sur notre bannière 5. Inviter les membres à s'abonner à l'infolettre de l'AREQ - Rappels auprès des membres
Favoriser la participation aux activités	6. Offrir des activités variées répondant aux besoins et aux attentes de tous les membres - Diners mensuels, Projet AREQ en action, invitation à participer aux activités régionales
Valoriser l'engagement au sein des instances et des comités	7. Faire connaître les initiatives mises de l'avant par les membres des comités - Publiciser les activités des différents comités 9. Organiser un repas reconnaissance aux élus et aux responsables des comités sectoriels

Axe 1 — La vie associative et les services à nos membres

Orientations	Actions
Accroître la participation et l'implication des nouveaux membres	11. Encourager et soutenir la réalisation d'activités mises de l'avant par le comité des arts - Organiser une exposition sectorielle pour les artistes du secteur - Diffuser l'information concernant l'exposition régionale et inviter les artistes du secteur à y participer
Informier et former nos membres sur des enjeux qui les concernent	13. Offrir des conférences sur des sujets d'actualité via le comité d'action sociopolitique et lors des journées thématiques (Journée des femmes, Journée de la terre, Journée des hommes) - Diffuser l'information concernant ces activités et inviter les membres à y participer 14. Inciter les membres à visionner les webinaires offerts par l'AREQ - Inviter les membres à s'inscrire à l'Infolettre en vue d'avoir accès aux webinaires
Améliorer notre régime d'assurance collective	15. Informer les membres des protections offertes par ASSUREQ - Acheminer l'information aux membres par nos différents moyens de communication

Axe 2 — La défense des droits de nos membres et la participation au mieux être de la société

Orientations	Actions
Faire connaître la Fondation Laure-Gaudreault (FLG)	2. Poursuivre la collecte de fonds au profit de la Fondation Laure-Gaudreault - Soutenir la collecte régionale - Faire un don à la collecte régionale - Inviter les membres à participer à la collecte régionale 23. Encourager nos membres à participer à l'assemblée annuelle de la FLG. - Inviter les membres à participer à l'assemblée annuelle de la FLG - Donner des cartes-cadeaux pour le tirage
Revendiquer et travailler à l'amélioration de l'indexation des rentes de retraite et de la situation financière de nos membres, afin d'arrêter l'hémorragie de la non-indexation.	25. Publiciser les travaux du comité Retraite, de la Tribune des retraités et de l'Observatoire de la retraite. - Diffuser l'information
S'associer à des organismes et à des causes qui rejoignent nos valeurs et nos préoccupations	27. Soutenir des organismes tels que la FLG, la Rue des femmes, le regroupement des magasins Partage, les Enfants de Bolivie, le Pas de la rue, la Fondation Léo Cormier, l'Aut'journal, Ékolaj, Procure... - Contribution financière au soutien de certains organismes

Axe 2 — La défense des droits de nos membres et la participation au mieux être de la société

Orientations	Actions
Promouvoir les valeurs de la société québécoise, entre autres, la défense vigoureuse de la langue française, la laïcité, la démocratie et la lutte aux différentes formes de discrimination	29 . Relayer les nouvelles concernant les dossiers sociaux et participer aux activités organisées par le comité d'action sociopolitique - Publiciser l'information et susciter la participation des membres
Promouvoir l'égalité de fait entre les femmes et les hommes en travaillant à l'élimination de toutes les discriminations à l'égard des femmes, pour l'atteinte de cette égalité	30. Favoriser la participation aux activités du comité des femmes 31. Inciter les membres à participer à l'activité organisée à l'occasion de la journée internationale des hommes. - Pour ces deux actions : Publiciser l'information et susciter la participation des membres
Participer à la transition écologique reposant notamment sur la protection de l'environnement, la lutte aux changements climatiques, le respect de la biodiversité et l'économie circulaire	32. Participer aux activités du comité de l'environnement 33. Soutenir Soverdi dans ses actions 34. Donner de l'information concernant les effets des changements climatiques sur la santé. - Pour ces trois actions : Publiciser l'information et susciter la participation des membres

Tarifs RAMQ

1er juillet 2026 au 30 juin 2027

Le 1^{er} juillet dernier la RAMQ a mis à jour les tarifs du régime public d'assurance médicaments. Voici les modifications apportées :

Prime annuelle

La prime annuelle, payable à Revenu Québec lors de la déclaration de revenus, passe d'un maximum de 766 \$ à 789 \$ par personne, selon le revenu familial ne **(augmentation de 23 \$)**.

Franchise mensuelle

La franchise mensuelle diminue légèrement, passant de 22 \$ à 21,25 \$ (diminution de 0,75\$).

Coassurance

La coassurance, soit la part du coût du médicament que la personne assurée doit assumer demeure inchangée à 30 % (statu quo).

Contribution maximale

La contribution maximale mensuelle augmente à 105,25 \$ par mois, comparativement à 102,64 \$ l'an dernier, ce qui représente un maximum annuel de 1 263 \$ plutôt que 1 232 \$ **(augmentation de 2,61 \$/mois ou 31 \$/an)**.

Tarifs en vigueur et comparatifs avec les tarifs précédents

Types de tarifs	Tarif du 1er juillet 2025 au 30 juin 2026	Tarif du 1er juillet 2026 au 30 juin 2027
Prime annuelle	0 \$ à 766 \$	0 \$ à 789 \$
Franchise	22 \$	21,25 \$
Coassurance	30 %	30 %
Contribution maximale mensuelle pour les assurés sans SRG	102,64 \$	105,25 \$

Novum – Consultations 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.

NOUVEAU SERVICE - REPRÉSENTATION – BAIL ET FRAUDE OU VOL D'IDENTITÉ

Les membres de l'AREQ 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.- Pour plus d'informations aller sur notre site Web "AREQ secteur Ahuntsic-Est" onglet "Services juridiques Novum"

Liste des membres décédés

2025-2026 (09-01)

Roland Beaudoin	Gilles Gascon	Louise Laruelle- L'abbé
Bernadette Bourbonnais	Normand Gosselin	Claude Pierre
Monique Brunet	Monique Gravel	Hélène Vigneau
Agathe Chicoine	Madeleine Lachapelle- Hurtibise	Germaine Vigneault- Pellerin
Claire Gagnon	Paul Lalonde	

Collecte régionale de la Fondation Laure-Gaudreault

La collecte 2025 pour la région de Montréal a permis d'amasser la somme de 19 511,32 \$. Ainsi, nous avons pu remettre un chèque aux nombreux organismes de notre secteur pour réaliser un projet qui leur tient à cœur. Merci pour votre soutien.

Maintenant, il nous faut continuer à recueillir de nouvelles sommes pour cette année 2026. Cette campagne se poursuivra jusqu'en décembre 2026. Le Quilles-athon nous aura rapporté un bon montant pour cette collecte. Nous comptons sur vos dons individuels car l'argent recueilli permet de soutenir des organismes montréalais implantés dans nos secteurs. Cependant, nous souhaitons vivement que le site internet soit utilisé pour des dons en ligne. La procédure suivante permet de faire un don sur le site de la Fondation : <https://fondationlg.org/>. Il est possible de choisir la région en suivant la procédure présentée ci-dessous :

1. Sur la page d'accueil du site, cliquez sur le bouton vert Faire un don en haut à droite. Vous pouvez choisir de faire un don dans le cadre de la campagne annuelle. Cela vous amène à la page qui correspond à votre choix.

2. Lorsque vous aurez choisi le montant de votre don, c'est à l'aide de la fonction de Répartition du don que vous pourrez déterminer à quelle région vous souhaitez l'attribuer. Par défaut, le don est attribué au palier national (11). Vous n'avez alors qu'à inscrire le montant du don dans la case de la région de Montréal (06), tout en effaçant le montant attribué dans la case du national (11).

3. Passez aux étapes suivantes pour inscrire vos coordonnées de courriel et vos renseignements personnels aux fins de l'émission d'un reçu à des fins fiscales.

4. Lorsque le tout aura été complété, vous recevrez automatiquement ce reçu à l'adresse de courriel indiquée. Cette façon de faire peut paraître compliquée à première vue, mais on s'y fait rapidement. Si vous souhaitez faire votre don par chèque, voici la façon de procéder. Le chèque doit être libellé à l'ordre de la Fondation Laure-Gaudreault et posté à l'adresse suivante : Claudette Therrien 108-3300, boulevard St-Joseph Est, Montréal (Québec) H1X 3G5 Au nom des organismes que nous aidons, je vous remercie de votre générosité.

La liste des organismes à qui l'AREQ d'Ahuntsic-Est pour la fondation Laure Gaudreault a remis un chèque en juin 2026:

- Centre de ressources éducatives et communautaires pour adultes (CRECA)
- Organisme Entraide Ahuntsic Nord
- SNAC- Service de nutrition et d'action communautaire
- Rêveanous
- Bois urbain

ASSEMBLÉE GÉNÉRALE DE LA FONDATION LAURE-GAUDREULT

L'assemblée générale et le dîner bénéfice de la FLG se tiendront le mercredi 14 octobre 2026 à 9 h 30 au Sanctuaire Marie-Reine-des-Cœurs, 3600, Bossuet (angle Sherbrooke est)
Métro Cadillac, ligne verte

Cout du repas : 45 \$, une partie de cette contribution ira à la FLG et donne droit à un reçu de 25 \$ pour fins fiscales.

Informations pratiques

Les organismes	Adresse web	Téléphone
AERQ Ahuntsic-Est	https://ahuntsicest.areq.lacsq.org	514-705-3216
AREQ Région de Montréal	https://areq.lacsq.org/qui-sommes-nous/ile-de-montreal/	
AREQ national	https://areq.lacsq.org	1-800-663-2408
Assurances RésAut (La Personnelle)	https://www.lapersonnelle.com	1-800-463-4806
Beneva	https://www.beneva.ca/fr	1-888-833-6962
Caisse d'économie de l'Éducation	https://www.caisseeducation.ca	514-351-7295
CARRA	https://www.retraitequebec.gouv.qc.ca	1-800-368-9883
Crédit d'impôt pour maintien à dom.	https://www.revenuquebec.ca/fr	514-864-6299
CSQ	https://www.lacsq.org	514-356-8888
État civil	https://www.etatcivil.gouv.qc.ca	514-864-3900
Institut universitaire de gériatrie de Montréal	https://www.iugm.ca/fr	514-842-7226
FADOQ	www.fadoq.ca	
Ligne Aide Abus des Aînés	https://lignemaltraitance.ca/fr	1-888-489-2287 ou 514 252-3400

Informations pratiques (suite)

Les organismes	Adresse web	Téléphone
Novum (Accès à la justice)	https://areq.lacsq.org/services-aux-membres/novum/	438-375-4714
Observatoire de la retraite	https://observatoireretraite.ca	1-888-489-287
Option consommateur	https://option-consommateurs.org	<u>514-598-7288</u>
RAMQ Assurance maladie du Québec	https://www.ramq.gouv.qc.ca/fr	1 800 561-9720 514-864-3411
RREGOP (Régime de retraite des employés.e.s du gouvernement)	https://www.retraitequebec.gouv.qc.ca.aspx	1-800-463-5533
RRQ	https://www.rrq.gouv.qc.ca	514 873-2433
SAAQ	https://saaq.gouv.qc.ca	514-873 -7620
Sécurité de la vieillesse	https://www.canada.ca/fr.html	1-800-277-9915
Services du gouvernement Qc. Personnes âgées	https://www.quebec.ca/famille-et-soutien-aux-personnes/personnes-agees	1-800-644-0075

Suggestions		
Alliance culturelle	www.allianceculturelle.qc.ca	514-382-5716
Bel Âge	https://lebelage.ca	1-800-780-0181
CRECA	accueil@creca.net	
Espace le vrai monde (salle de spectacle du Collège Ahuntsic)	https://ahuntsic.tuxedobillet.com ou à la Coop du Collège	514-389-5921 poste 2793
Maison de la culture d'Ahuntsic	mcahuntsic@gmail.com	514-872-8749
SNAC : dépannage alimentaire	https://lesnac.com/web/	514- 385-6499

RÉSERVATIONS POUR LES DINERS

Vous trouverez les dates des diners mensuels dans le calendrier de l'année à la dernière page de ce document. Ces dates vous seront rappelées chaque mois dans le Mini-mot. Nous espérons vous accueillir en grand nombre.

Il est important de réserver soit en remplissant la feuille qui circule lors des diners, en téléphonant ou en envoyant un courriel au plus tard une semaine à l'avance de la date du dîner. Si vous ne le faites pas, nous ne pourrions vous assurer une place car l'Institut culinaire pourrait devoir restreindre le nombre de places disponibles à la dernière minute. Nous confirmons le nombre de places pour notre groupe environ cinq jours avant la date de notre dîner.

Nous vous demandons aussi de communiquer avec nous si vous avez réservé et que vous ne pourrez être présent. Nous apprécions grandement votre collaboration.

areqahuntsicest@gmail.com
514-705-3216

NOS ACTIVITÉS À VENIR

Déjeuner de la rentrée de l'AREQ secteur Ahuntsic-Est

Restaurant ALLÔ MON COCO 9197 boul. de l'Acadie

Lundi le 31 août à 9h30 à 13h30

Diner de l'AREQ (septembre)

Secteur Ahuntsic-Est

Jeudi le 24 septembre 2026 de 11 h 30 à 14 h

Institut culinaire Pius X, 9955, rue Papineau (le stationnement à l'arrière est gratuit)

Inscription : Avant le 17 septembre 2026

Le coût de 30 \$ s'applique à tous les diners mensuels.

MARCHE DES AINÉS

La 6^e édition de la marche Agissons ensemble aura lieu **le 1er octobre 2026**, le même jour dans sept villes du Québec.

Accueil : dès 9 h 15

Départ : 10 h

Distance : environ 3 km

Le **1^{er} octobre**, on se rassemble, on marche, on brille. Misons sur nos forces, ne restons pas seuls et mettons-nous ensemble.

Le rassemblement de l'AREQ Montréal pour les personnes inscrites à la Marche des aînés du 1er octobre aura lieu au Parc Lafontaine, coin Rachel et de la Roche. Les personnes qui ne désirent pas faire le trajet au complet pourront se joindre à la marche au métro Mont-Royal.

Inscription obligatoire : unetunfontmille.com/marche-agissons-ensemble.

ASSEMBLÉE GÉNÉRALE ANNUELLE DE LA FLG

Date : mercredi 14 octobre à 9 h 30

Lieu : Sanctuaire Marie-Reine-des-Cœurs, 3600, rue Bossuet (angle Sherbrooke Est) Métro station Cadillac, ligne verte

Coût du repas : 45 \$ (Une partie de cette contribution ira à la FLG et vous aurez droit à un reçu de 25 \$ pour fins fiscales). Le secteur assumera (20 \$) sur le coût du repas et du vin sera à votre disposition.

De plus, ne manquez pas la chance de gagner au tirage de nombreux prix de présences.

Page 23 dans Les Échos de l'Île de septembre 2026.

Diner de l'AREQ (octobre)

Secteur Ahuntsic-Est

Jeudi le 15 octobre 2026 de 11h30 à 14h00 - Institut culinaire Pius X, 9955, rue Papineau (le stationnement à l'arrière est gratuit) Inscription : Avant le 8 octobre 2026

Un coût de 30 \$ s'applique.

VOIR PAGE SUIVANTE

NOS ACTIVITÉS À VENIR

PROJET AREQ TOUJOURS EN ACTION

Date : jeudi 15 octobre à 13 h 30 Accueil : 13 h

Cout : 5 \$ pour les membres et 10 \$ pour les non-membres

Lieu : Bibliothèque de Pius X, 9955, rue Papineau (le stationnement à l'arrière est gratuit)

Conférencier : Samuel Labrecque, conseiller à l'AREQ

Inscription : areqahuntsicest@gmail.com ou 514 -705-3216

Page 14 dans Les Échos de l'île de septembre 2026.

La Proche aidance au Québec : Un enjeu de société qui préoccupe l'AREQ. Dans le cadre d'un PTEA (projet toujours en action), le secteur Ahuntsic-Est vous invite à une conférence sur la Proche aidance. Cette conférence propose un regard sur la réalité des personnes proches aidantes au Québec. Un rôle essentiel, mais encore trop souvent invisible. Elle abordera les défis vécus au quotidien, les limites du soutien actuellement offert ainsi que les enjeux entourant la politique « Mieux chez soi ». Un échange pour mieux comprendre pourquoi la proche aidance est devenue un véritable enjeu de société qui interpelle l'AREQ.

VISITE À LA BANQ

Plusieurs ont souhaité en apprendre davantage sur les richesses que possède la Grande Bibliothèque. Nous serons guidés, une fois de plus par Caroline Malo, responsables des aînés qui s'assurera du bon déroulement de cette activité, sous forme d'ateliers pour y Découvrir les Trésors de BANQ.

Nous serons en mesure de déterminer une date spécialement un lundi car la BANQ est ouverte pour les groupes de personnes âgées, de 10 personnes et plus (25 inscriptions est possible) soit au mois d'octobre ou début novembre.

Page 12 dans Les Échos de l'île de septembre 2026.

À NOTER : Pour réserver cette seconde sortie à BANQ, un nombre suffisant de personnes, entre 12 et 20, doivent manifester leur intérêt par courriel, avant le 23 septembre 2026, auprès des responsables du Comité des femmes ou à Nicole Girard, du secteur Du-Haut-de-l'Isle dont les courriels suivent : mariemarthel@yahoo.ca - gagnedoris@hotmail.com - ngirard1043@gmail.com

CONFÉRENCE présentée par le secteur J-Pointe-de-l'Île et offerte à tous les secteurs de l'AREQ- Montréal

Thème: **Les 7 maltraitements et les abus financiers envers les aînés.**

Date : vendredi 23 octobre 2026 de 13 h 30 à 15 h 30

Lieu : Centre Communautaire Roussin salle 160 – 1er étage 12125, rue Notre- Dame coin Saint- Jean- Baptiste, Pointe- aux- Trembles Stationnement gratuit à l'arrière du Centre Roussin Du Métro

Honoré- Beaugrand prendre l'autobus 189. Accueil, collation et café seront offerts à l'arrivée, dès 13 h. Coût : 5 \$ pour les membres et de 10 \$ pour les non- membres. Inscription avant le 16 octobre auprès d'Hélène Turcot : h.turcot@videotron.ca ou 450 841-2245.

Page 13 dans Les Échos de l'île de septembre 2026.

VOIR PAGE SUIVANTE

NOS ACTIVITÉS À VENIR

Diner de l'AREQ (novembre)

Secteur Ahuntsic-Est

Jeudi le 19 novembre 2026 de 11 h 30 à 14 h - Institut culinaire Pius X, 9955, rue Papineau (le stationnement à l'arrière est gratuit) Inscription : Avant le 12 novembre 2026

Le cout de 30 \$ s'applique à tous les diners mensuels.

20e ANNIVERSAIRE DU COMITÉ DES ARTS DE L'AREQ-MONTRÉAL

Visites libres de l'exposition du 26 novembre au 6 décembre 2026

Ouverture du local de 11 h à 17 h

Plusieurs activités offertes par Comité des arts.

Page 16 & 17 dans Les Échos de l'Île de septembre 2026.

Diner de l'AREQ (décembre)

Secteur Ahuntsic-Est

Vendredi le 11 décembre 2026 de 11 h 30 à 14 h - Institut culinaire Pius X, 9955, rue Papineau (le stationnement à l'arrière est gratuit) Inscription : Avant le 4 décembre 2026

Le coût de 30 \$ s'applique à tous les diners mensuels.

OCCUPONS-NOUS DE NOS AFFAIRES

Mercredi 10 février 2027

Les informations vous seront acheminées par courriel.

Diner de l'AREQ (février)

Secteur Ahuntsic-Est

Mercredi le 17 février 2027 de 11 h 30 à 14 h - Institut culinaire Pius X, 9955, rue Papineau (le stationnement à l'arrière est gratuit) Inscription : Avant le 10 février 2027

Le cout de 30 \$ s'applique à tous les diners mensuels.

Diner de l'AREQ (mars)

Secteur Ahuntsic-Est

Jeudi le 18 mars 2027 de 11 h 30 à 14 h

Institut culinaire Pius X, 9955, rue Papineau (le stationnement à l'arrière est gratuit)

Inscription : Avant le 11 mars 2027

Le cout de 30 \$ s'applique à tous les diners mensuels.

VOIR PAGE SUIVANTE

NOS ACTIVITÉS À VENIR

Diner de l'AREQ (avril)

Secteur Ahuntsic-Est

Jeudi le 15 avril 2027 de 11 h 30 à 14 h

Institut culinaire Pius X, 9955, rue Papineau (le stationnement à l'arrière – gratuit)

Inscription : Avant le 8 avril 2027

Le cout de 30 \$ s'applique à tous les diners mensuels.

ASSEMBLÉE GÉNÉRALE ANNUELLE & DINER DE L'AREQ (mai)

Secteur Ahuntsic-Est jeudi le 13 mai 2027 de 9 h 30 à 14 h

Institut culinaire Pius X, 9955, rue Papineau (le stationnement à l'arrière est gratuit)

Lors de l'assemblée générale, il y aura de nombreux prix de présence.

Le cout de 30 \$ s'applique à tous les diners mensuels.

Pour ceux qui désirent se rendre seulement au diner; le jeudi le 13 mai 2027 de 11 h 30 à 14 h

Institut culinaire Pius X, 9955, rue Papineau

Le cout de 30 \$ s'applique à tous les diners mensuels.

Diner de l'AREQ (juin)

Secteur Ahuntsic-Est

Vendredi le 18 juin 2027 de 11 h 30 à 14 h

Institut culinaire Pius X, 9955, rue Papineau (le stationnement à l'arrière est gratuit)

Inscription : Avant le 11 juin 2027

Le cout de 30 \$ s'applique à tous les diners mensuels.

Il est important d'aviser l'AREQ

de tout changement à vos coordonnées : téléphone, courriel et adresse postale.

Pour ce faire, rendez-vous sur votre profil : <https://areq.lacsq.org/mise-a-jour-de-mon-profil>

Vous pouvez également me contacter areqahuntsicest@gmail.com ou 514-705-3216

Ont collaboré à ce numéro: Louise Bigras - Michel Chevalier - Claire Duquette

Révision: Céline Marcoux

BONNE ANNÉE 2026-2027