



Les sentiers du Lac Rouyn, printemps 2026

## Rapides-des-Îles -

Un projet de 125 M\$ et des occasions  
d'affaires régionales bien concrètes  
*en page 8-9*



## À ne pas manquer !

Assemblée générale de l'ARHQ-LGR  
Jeudi le 20 mai, 9h, à Rouyn-Noranda

## Dans ce numéro :

- *Assemblée Générale Annuelle 2026* p. 3
- *Activités passées et à venir* p. 4-5-6
- *Jeux* p. 5
- *Centraide* p. 7
- *Alerte SILVER* p. 10
- *L'APRHQ a 40 ans* p. 12



## Mot de la présidente

- Lyne Charland



J'espère que vous allez bien ! Mai est arrivé... officiellement. C'est là. Enfin... presque ! Dans notre belle région de l'Abitibi-Témiscamingue, il y a encore beaucoup d'endroit où la neige est encore présente. Cependant, cela ne nous empêche pas d'ouvrir les fenêtres, de se réchauffer lors des belles journées ensoleillées et de profiter des soirées plus longues pour aller marcher.

Voici enfin notre édition du mois de printemps qui arrive tardivement, un peu comme le retrait de la neige sur notre terrain. C'est une petite édition qui, nous l'espérons, saura vous divertir.

Notre Assemblée générale annuelle arrive à grands pas et j'espère bien vous y retrouver. Vous retrouverez toute l'information dans ce journal. Nous avons un invité spécial, monsieur Pierre Goulet, qui viendra nous parler de GEOCACHING, une activité de chasse au trésor mondiale à ciel ouvert, utilisant le GPS qui allie aventures et promenades en forêt.

Comme vous le savez, les déjeuners dans les différents secteurs prennent relâche durant la période estivale. Cependant, n'oubliez pas ces deux dates importantes à mettre à votre calendrier :

- **Le jeudi 4 juin, on se donne rendez-vous à La Sarre pour notre activité de golf sur le magnifique terrain du Club de golf Beattie.** Après le parcours de 9 trous, un souper chaud sera disponible au restaurant Chez Bordy. Vous ne jouez pas au golf, pas de problème, vous aurez l'opportunité de vous inscrire pour le souper seulement. Invitation à suivre...
- **Le jeudi 10 septembre, c'est l'Épluchette de blé d'Inde organisée par le secteur Rouyn-Noranda. Tous les membres de l'Abitibi-Témiscamingue et du grand Nord sont invités.** Durant cette activité, nous aurons la chance d'accueillir des représentants de l'association provinciale, des retraités d'Hydro-Québec qui viendront vous rencontrer et profiter de l'occasion pour parler des 40 ans de l'association APRHQ. Ne vous en faites pas, il n'y aura pas de long discours... On vous attend en grand nombre. Invitation à suivre...

Je profite de l'occasion pour remercier l'équipe formidable qui compose le CA de notre association : Roger Beaulieu (vice-président), Christiane Morin (trésorière), Lise Lapointe (secrétaire), Francyne Côté (directrice secteur Val-d'Or), Nicole Bruneau (directrice secteur Témiscamingue) et Denis Boucher (directeur secteur Abitibi-Ouest).

Toute l'équipe du CA se joint à moi pour vous souhaiter à toutes et à tous un très bel été ! Que cette saison soit remplie de douceur, l'occasion de vous retrouver en famille et de profiter de beaux moments de partage.

<b>Conseil d'administration :</b> Présidente - Lyne Charland Vice-président - Roger Beaulieu Secrétaire et registraire - Lise Lapointe Trésorière - Christiane Morin Administrateur - Vacant	<b>Directeur / Directrice :</b> Val-d'Or - Francyne Côté Témiscamingue - Nicole Bruneau Rouyn-Noranda - Vacant Abitibi-Ouest - Denis Boucher	<b>L'équipe du Journal :</b> Lyne Charland Roger Beaulieu Lise Lapointe <b>Mise en page du journal :</b> Lise Lapointe Lyne Charland
---	--	--

*Le masculin est parfois utilisé pour alléger le texte*

# Assemblée générale annuelle 2025-2026

L'Association des retraité-es d'Hydro-Québec - La Grande Rivière a le plaisir de vous convier à son **Assemblée générale annuelle**, un moment privilégié pour faire le point sur l'année écoulée et partager nos projets à venir.

Date : **20 mai 2023**

Lieu : Salle Morency de l'hôtel **Quality Inn** de Rouyn-Noranda

Heure : 9 h 00 – Café, thé, fruits, fromage et viennoiseries seront servis

**Votre présence compte énormément pour nous. Au plaisir de vous y retrouver !**

Comme tout bon retraité, après plus de 25 ans à être cédulés, on préfère « ne pas avoir trop d'obligations ». Toutefois, faire partie de notre équipe n'est pas si compliqué, seulement 4 rencontres par année et tu décides toi-même si tu veux t'impliquer davantage!



## Tu as quelques heures à donner par-ci, par là ?

**Élections au conseil d'administration pour un mandat de deux ans 2026 - 2027**

Président - e	Mandat à terme	2026 - 2027	Lyne Charland se présente
Trésorier - re	Mandat à terme	2026 - 2027	Christiane Morin se présente
Administrateur - trice	Mandat à terme	2026 - 2027	À combler

Vous avez jusqu'au matin de l'assemblée générale pour déposer votre candidature en remplissant le formulaire de mise en candidature disponible sur le site web de l'association : [Formulaire de mise en candidature 2026](#) et le remettre à la secrétaire d'élection, madame Lise Lapointe. Vous pouvez aussi lui faire parvenir le formulaire via courriel à l'adresse : [liselap13@gmail.com](mailto:liselap13@gmail.com)

## Plusieurs façons de s'impliquer :

Tu aimes socialiser avec les gens, tu as un bon sens pratique et tu aimes t'impliquer dans l'organisation d'activités sociales, sportives ou d'information... **Le poste de directeur du secteur Rouyn-Noranda est disponible !**

**Tu veux t'impliquer comme collaborateur ?** Aider à l'organisation d'une activité. Écrire un texte pour le journal !

Contacte un membre du CA et il nous fera plaisir de te supporter et embarquer dans l'équipe avec toi pour la réalisation du projet.



## RETOUR SUR LES ACTIVITÉS PASSÉES

### **Party des fêtes Wattibi**

*(Rouyn-Noranda) – 29 novembre 2025*

L'activité a suscité l'intérêt de 24 membres de Rouyn-Noranda, 2 participants du Témiscamingue et 2 autres de La Sarre. Le party a été bien agréable, bien qu'il ait eu moins d'ampleur que les années précédentes.

### **Déjeuner de Noël (Val d'Or) – 10 décembre 2025**

Le dernier déjeuner de l'année a rassemblé 23 membres pour souligner la période des fêtes. Des cartes-cadeaux ont été tirées parmi les participants et pour une troisième année consécutive, un cadeau surprise fabriqué par Richard Gilbert a été gagné par, tadam... Luc Pépin.



### **Héma-Québec (Rouyn-Noranda) – 4 et 5 mars 2026**

#### **La collecte de sang parrainée par l'ARHQ-LGR**

La collecte a permis de recueillir 441 dons de sang. Rappelons que chaque don peut être transformé en 3 produits sanguins différents et essentiels. Ceux-ci peuvent ainsi aider 1323 patients et patientes. Le grand succès de cette collecte découle entre autres de l'implication de plusieurs bénévoles, dont 9 sont membres de notre Association. Voici leurs noms : Manon Lessard-Bélanger, Diane Toupin, Marie Paul Goupil, Jocelyne Thouin, Gilbert Fortier, Roger Beaulieu, Julie Corriveau, Denise Fortier et Jeannette Théberge.

Un grand MERCI à toutes et tous pour cette précieuse contribution !



Pour voir plus de photos, nous vous invitons à visiter le site web de l'ARHQ-LGR, à la page Archives.

Cliquer sur le lien suivant : <https://arhqgr.org/>

## ACTIVITÉS à VENIR

N'oubliez pas d'inscrire ces activités à votre agenda !

- 6 mai 2026 - AGA APRHQ en visio-conférence
- 20 mai 2026 - AGA
- 4 juin 2026 - Golf à La Sarre
- 10 septembre - Épluchette de blé d'inde
- 12 novembre - Curling à Val d'Or

Déjeuners dans les secteurs :

- Abitibi Ouest : à déterminer
- Rouyn-Noranda : le dernier mercredi du mois
- Val-d'Or : le deuxième mercredi du mois
- Témiscamingue : à déterminer

## RETOUR SUR LES ACTIVITÉS PASSÉES (SUITE)



### Golf intérieure (secteur Rouyn-Noranda) – 1er avril 2026

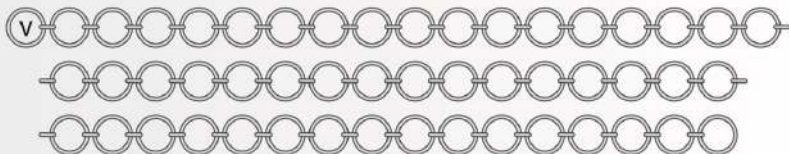
Christiane Morin notre trésorière a eu l'idée un peu folle d'inviter les membres du secteur de Rouyn-Noranda à participer à un petit tournoi amical de golf intérieur à L'Avantage.

L'Avantage possède 4 simulateurs avec une possibilité de 6 joueurs sur chacun. Nous étions donc 24 membres de l'ARHQ-LGR du secteur de Rouyn-Noranda qui se sont amusés à jouer sur les plus beaux parcours de golf au monde.



### MOTS CHÂÎNÉS

Découvrez la chaîne de mots à l'aide des définitions. Pour vous aider, tous les mots sont reliés par un maillon de 3 lettres : les 3 dernières lettres d'un mot forment les 3 premières du mot suivant. Ex.: **départiste**...



- |  |                       |              |  |
|--|-----------------------|--------------|--|
| 1. Couche de glace due à la congélation de l'eau | 3. Ennemis            | 5. Opiniâtré | 7. Avoir son domicile à tel endroit        |
| 2. Qui ennue par sa monotonie                    | 4. Dernières volontés | 6. Inhumés   | 8. Désordre, dérangement du fonctionnement |

### CITATION SECRÈTE

Placez les lettres dans chaque colonne dans la case appropriée de manière à former une phrase complète. Les mots sont séparés par une case noire.

Q	L	L	O	N	L	R	N	S	C	D	N	T	E
D	L	A	A	D	E	U	U	R	A	E	D	D	M
A	E	J	N	P	P	O	E	M	S	E	N	E	
A	U	A	A										

Thème : Mal  
Citation de Beaumarchais



*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...*

## RETOUR SUR LES ACTIVITÉS PASSÉES (SUITE)

### Quilles / 5@7 Pizza

(Rouyn-Noranda) – 22 avril 2026

Nous avons la température parfaite! Des participants parfaits ! Merci à toutes celles et ceux (plus de 50 participants) qui ont fait de cette journée une journée parfaite ! Un gros merci à Lise Lapointe, Christiane Morin et Lyne Charland pour l'organisation de cette activité. Après 3 heures de jeu et de rigolade, la pizza de chez Mike's était vraiment bonne. On se donne rendez-vous l'année prochaine !



# Centraide 2025



**Campagne Centraide**  
du personnel  
actif et retraité  
d'Hydro-Québec

La campagne Centraide du personnel actif et retraité d'Hydro-Québec bat un record avec un montant de \$8,959,818.00 ramassés. Cela représente une augmentation de 6% par rapport à l'année passée.

Nos dons permettent de soutenir 1500 organismes partout au Québec, qui viennent en aide à 1,7 million de personnes vulnérables; familles, jeunes, personnes âgées et bien d'autres.

De ce montant, \$1,516,144.00 provient de nous, les retraités !

Notons que la somme recueillie dans la région Centraide d'Abitibi-Témiscamingue et du Nord du Québec est de \$248,174.00.

À titre comparatif, voici un historique des 10 dernières années des campagnes Centraide d'Hydro-Québec.

## HISTORIQUE DES 10 DERNIÈRES CAMPAGNES CENTRAIDE HYDRO-QUÉBEC

Historique résultats Campagnes Centraide	Total	Progression	Dons employés et retraités	Contribution HQ
<b>2025</b>	<b>8 959 818 \$</b>	<b>6%</b>	<b>4 082 281 \$</b>	<b>4 877 537 \$</b>
2024	8 424 773 \$	4%	3 840 890 \$	4 583 883 \$
2023	8 089 628 \$	1%	3 729 530 \$	4 360 097 \$
2022	8 045 040 \$	5%	3 702 255 \$	4 342 785 \$
2021	7 651 514 \$	3%	3 615 175 \$	4 036 339 \$
2020	7 414 423 \$	6%	3 433 972 \$	3 980 451 \$
2019	7 010 740 \$	12%	2 997 011 \$	4 013 729 \$
2018	6 239 196 \$	6%	2 918 462 \$	3 320 734 \$
2017	5 902 994 \$	3%	2 785 655 \$	3 117 339 \$
2016	5 738 800 \$	13%	2 707 785 \$	3 031 015 \$

Les totaux peuvent ne pas correspondre à la somme des montants en raison des arrondis

Ces fabuleuses sommes amassées font de nous, année après année, l'un des plus grands donateurs à Centraide, au Canada. Nous pouvons en être très fier! Surtout, n'hésitez pas à consulter notre rubrique Centraide sur notre site de l'ARHQ-LGR. Merci !



Roger Beaulieu  
Vice-président de l'ARHQ-LGR et responsable de la campagne Centraide auprès des retraitées et des retraités d'Hydro-Québec, territoire La Grande Rivière

**Solutions des Jeux en page 5 :**  
Mots chaînés : Verglas, Lassant, Antagonistes, Testament, Entêtement, Entérés, Résider, Dérèglement  
Citation secrète de Beaumarçais : Quand on cède à la peur du mal, on ressent déjà le mal de la peur.  
Jeux tirés du magazine Virage.



## Chronique - Les retraités branchés sur l'actualité

Collaboration avec l'équipe Relations avec le milieu

### **Rapides-des-Îles | Un projet de 125 M\$ et des occasions d'affaires régionales bien concrètes**

Dans le cadre des travaux de réhabilitation de l'évacuateur principal de l'Aménagement des Rapides-des-Îles, Hydro-Québec a tenu, le 17 février 2026 à Nédélec, un *Rendez-vous des entrepreneurs* en collaboration avec les chambres de commerce de l'Abitibi-Témiscamingue. Cette activité de maillage économique visait à présenter le projet, à mettre en lumière les occasions d'affaires à venir et à favoriser des échanges directs avec les entreprises de la région.

Cet important projet vise à assurer la pérennité, la sécurité et la performance de l'évacuateur principal. Les travaux comprendront notamment la réfection et la modernisation de structures existantes, le remplacement de composantes mécaniques et la remise à neuf de l'ouvrage afin de répondre aux normes actuelles d'exploitation. Le chantier s'échelonnait sur 4 ans, de 2026 à 2029, selon un séquençage permettant de maintenir l'exploitation sécuritaire de l'aménagement tout au long des travaux.

L'événement a réuni 74 participants, démontrant l'intérêt marqué du milieu entrepreneurial pour ce chantier structurant. L'équipe de projet d'Hydro-Québec et l'entrepreneur général DemathieuBard Construction ont présenté les grandes lignes des travaux, l'échéancier général ainsi que les besoins anticipés en matière de sous-traitance.



Au centre, Mme Mélanie Racette, Conseillère relations avec le milieu (Hydro-Québec) entourée par Mesdames Véronique Girard et Karie Bernèche, Coprésidentes de la Chambre de commerce Témis-Accord.



## Chronique - Les retraités branchés sur l'actualité

Collaboration avec l'équipe Relations avec le milieu

La matinée s'est déroulée selon une formule dynamique combinant présentations, période de questions, réseautage et rencontres d'affaires individuelles. Au total, 40 rendez-vous d'affaires ont été coordonnés, permettant aux entreprises intéressées d'échanger directement avec les représentants du chantier et de mieux se positionner en vue des prochaines étapes.



Par cette initiative, Hydro-Québec réaffirme sa volonté de maximiser les retombées économiques locales et de valoriser l'expertise régionale dans la réalisation de ses grands projets. Le Rendez-vous des entrepreneurs aux Rapides-des-Îles illustre concrètement comment la modernisation des infrastructures peut aller de pair avec une collaboration étroite avec le milieu et contribuer activement au développement économique régional.



### Bienvenue aux nouveaux membres:

Joël Aubin, Pierre Bujold, Alain Dion, Stéphane Hénault,  
Mario Jollette, Françoise Lamontagne, Ghislain Moreau,  
Yves Tellier, Michel Vallières

**Si vous connaissez de nouveaux retraités qui ne sont pas encore membres, invitez-les à rejoindre nos rangs.**



# *Une nouvelle mesure de protection des personnes aînées – Déploiement de l’alerte SILVER à l’échelle du Québec*



C'est le 20 février 2026, que le gouvernement du Québec annonçait la mise en place, partout au Québec, de l'alerte SILVER, un mécanisme d'alerte médiatique.

L'alerte SILVER est une alerte non intrusive qui permet de solliciter rapidement l'aide du public par l'entremise des médias sociaux, des sites Internet des corps policiers et des médias traditionnels. Pour déclencher une alerte SILVER, plusieurs critères doivent être remplis. La personne doit notamment être âgée de 65 ans et plus et présenter un diagnostic de trouble neurocognitif majeur ou des symptômes confirmés par ses proches. Il doit aussi y avoir un risque imminent pour sa vie ou sa sécurité. La diffusion de l'alerte doit être jugée pertinente pour les recherches et des renseignements suffisants doivent être disponibles pour une diffusion publique. Un logo distinctif accompagnera les avis diffusés pour permettre une plus grande visibilité pour ce type de disparition.

## **Faits saillants :**

- **SILVER** signifie **S**ystème d'**I**nformation pour **L**ocaliser les personnes **V**ulnérables, **É**garées et **R**echerchées.
- Le projet pilote a été mené dans les MRC de La Vallée-de-l'Or, de Drummond, de Pierre-De Saurel, des Maskoutains, de Joliette et à Rouyn-Noranda.
- Soulignons que le nombre de personnes vivant avec un trouble neurocognitif majeur augmente rapidement. Au Québec, environ 7 % des personnes de 65 ans et plus sont touchées aujourd'hui, et la Fédération québécoise des Sociétés Alzheimer prévoit une importante hausse d'ici quinze ans, en raison du vieillissement accéléré de la population.
- Dans une optique de prévention, les proches et les organisations sont invités à remplir et à tenir à jour une [fiche signalétique](#) des personnes vivant avec un trouble neurocognitif majeur. Cet outil facilite la transmission rapide de renseignements essentiels aux équipes policières et peut réduire significativement les délais de recherche.

Pour en savoir plus : <https://www.quebec.ca/famille-et-soutien-aux-personnes/personnes-agees/alerte-silver>.



## Ils nous ont quitté

Nous avons le regret de vous informer du décès de collègues retraités-es d'Hydro-Québec ou de leur conjoints-es, membres de notre association régionale.

Nos plus sincères sympathies à nos membres éprouvés par le départ d'une personne chère et leur famille!



**PAQUETTE LEBLANC, Ghislaine**  
1940 – 2025 / Ville-Marie

Est décédée à la Maison de l'Envol, le 28 octobre 2025, Mme Ghislaine Paquette Leblanc, à l'âge de 84 ans. Elle était l'épouse de feu Renald Leblanc.



**RACICOT, Jacques**  
1955 – 2025 / Val d'Or

M. Racicot est décédé à l'hôpital de Val D'Or le 7 décembre 2025 à l'âge de 70 ans  
Il était l'époux de Mme Nicole Bergeron



**DROLET, Réal**  
1945 – 2025 / Ville-Marie

M. Réal Drolet de Ville-Marie est décédé le 16 décembre 2025, à l'âge de 78 ans  
Il était l'époux de Mme Louiselle Sicard



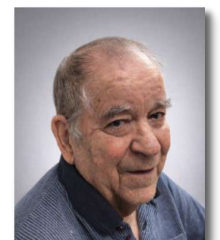
**ST-ONGE, Serge**  
1941 – 2025 / Notre-Dame-du-Nord

M. Serge St-Onge est décédé le 23 décembre 2025 à l'âge de 84 ans  
Il était l'époux de Mme Marielle Plante



**GAUTHIER, Gillienne**  
1936 – 2026 / Rouyn-Noranda

Mme Gauthier est décédée au CHSLD le 3 février 2026, à l'âge de 86 ans  
Elle était l'épouse de feu Julien Drolet



**GUILLEMETTE, Gilles**  
1936 - 2026 / Chibougamou

Le 13 avril 2026, est décédé au centre de santé de Chibougamou, à l'âge de 89 ans, M. Gilles Guillemette.

**« Il y a quelque chose de plus fort que la mort,  
c'est la présence des absents dans la mémoire des vivants. »**

Jean D'Ormesson

**Vous êtes invités à rejoindre**  
les milliers de retraités de  
l'Association Provinciale des  
Retraités d'Hydro-Québec

**APRHQ**  
**40 ans**

**Savez-vous que nous comptons sur 40 ans d'expérience**  
**et qu'Hydro-Québec nous reconnaît seule porte-parole officielle de ses retraités ?**

Ce statut nous autorise à partager toutes les nouveautés et tous les changements  
qui concernent ses retraités.

### **Vous cherchez des réponses à vos questions ?**



Les bénévoles de l'APRHQ offrent un **soutien individuel à toutes les étapes de la retraite**. Ils sont d'une aide avisée dans les moments qui commandent des décisions importantes, notamment en matière d'assurance collective.



En devenant membre de l'APRHQ, vous retrouverez une mine d'informations dans le **journal ACTION**, sur le **site web**, à l'adresse ([aprhq.qc.ca](http://aprhq.qc.ca)) et même, sous votre propre adresse courriel, en formes d'**infolettres** et d'invitations à des **conférences thématiques** bien choisies.

### **Comment adhérer à la communauté des membres de l'APRHQ ?**



Il vous suffit de remplir une demande d'adhésion, logée sur la page publique de son site web ([aprhq.qc.ca](http://aprhq.qc.ca)) sous l'encadré qui annonce : **Pourquoi et comment devenir membre**.

**Le montant de la cotisation annuelle est de 24 \$, qui sera prélevé à même la dernière rente de décembre.**

### **Vous souhaitez aussi retrouver et côtoyer d'anciens collègues de votre territoire ?**

C'est possible, en ajoutant votre choix à même la demande d'adhésion, au bas du formulaire, juste avant le bloc signature.



Devenez membre de l'APRHQ en cliquant sur ce lien : [aprhq.ac.ca/devenez-membre](http://aprhq.ac.ca/devenez-membre) !