



# Le Synergique

Vos nouvelles  
syndicales

www.sedlj.ca

Volume 24 # 3

Le 16 novembre 2025

## ÉDITORIAL

Bonjour à toutes et à tous,

Ces dernières semaines, la grande famille syndicale de la Fédération, ainsi que de la Centrale aura été, une fois de plus, plongée dans une nouvelle lutte avec l'annonce du projet de loi antisyndicale, le PL 3. Mais que fait le gouvernement ? Il tente encore de limiter notre voix. Il détourne encore notre regard de ses propres dérives, dont il n'est même plus nécessaire d'énumérer les noms.

Depuis que je suis en poste, je constate chaque jour l'ampleur, le dévouement et la rigueur dont font preuve les instances syndicales. Les syndicats ont fait avancer les dossiers à bien des niveaux pour assurer un filet social solide à toutes les travailleuses et à tous les travailleurs. Je vois des organisations où la transparence est une priorité, et où il a toujours appartenu aux membres de prendre les décisions. Nous disons oui à la transparence, mais non à l'ingérence!

Pourtant, nous vivons actuellement une grande période de recul inquiétante. Il devient difficile de comprendre les véritables objectifs de nos dirigeants. Sur le terrain, je vois des enseignantes et enseignants passionnés, dévoués, qui ne souhaitent qu'une chose : contribuer au monde de demain en offrant un enseignement de qualité à leur clientèle.

Alors, pourquoi nous retirer les outils qui nous permettent de mieux réaliser nos tâches ? Comment pourrions-nous répondre adéquatement aux exigences d'une évaluation de notre enseignement tous les deux ans, alors que nos classes sont pleines et que nous manquons du soutien nécessaire pour répondre aux besoins de chaque élève ? Comment, dans ces conditions, pourrions-nous satisfaire toutes les attentes du ministère ?

Et pourtant, nous y arriverons. Le combat pour nos conditions de travail, nous devons le poursuivre. Si nous n'avons plus le droit de contester ces multiples lois, comment pourrions-nous défendre les droits que nous avons acquis ? Nos tâches s'alourdissent sans cesse, mais notre solidarité demeure notre plus grande force.

Je vous invite donc à maintenir cette solidarité entre vous, à continuer de cultiver votre bonheur au travail, jour après jour. Préservez vos petits et grands succès vécus avec vos élèves. Dans tous les champs et domaines dont vous faites partie, vous apportez quelque chose de précieux au monde de demain.

Prenez soin de vous, malgré les derniers jours avant la remise des bulletins, les visites de parents et malgré l'arrivée brusque de l'hiver. Une pause sera grandement méritée. Votre syndicat demeure à votre écoute. N'hésitez jamais à nous contacter.

Solidairement vôtre!

*Sandra Gagnon, présidente*

Équipe des rédacteurs :  
Sandra, Claude et Carolyne

Pour nous joindre : 418-695-1609 ou visitez [www.sedlj.ca](http://www.sedlj.ca)

# ACTUALITÉ

---

## L'importance de l'utilisation d'une adresse courriel personnelle en assurance

Lorsqu'on adhère au régime d'assurance collective Alter ego, il est demandé sur le formulaire de fournir une adresse courriel pour recevoir les communications de Beneva. Bien que certaines personnes soient tentées d'utiliser leur adresse courriel professionnelle, il est fortement recommandé d'opter pour une adresse courriel personnelle et nous allons vous en démontrer l'importance.

### Confidentialité et gestion des dossiers d'invalidité

L'adresse courriel professionnelle est généralement gérée par l'employeur. Cela signifie que les courriels reçus peuvent être accessibles par l'équipe de soutien informatique, par la Direction des ressources humaines ou par d'autres selon les politiques internes.

Aussi, lors d'une période d'invalidité, il est possible que certaines personnes ne soient pas en mesure de consulter leurs courriels professionnels.

### Continuité en cas de départ de l'organisation

En cas de démission, de licenciement ou de retraite, l'adresse courriel professionnelle est souvent désactivée immédiatement à la suite de la fin du lien d'emploi. Cela peut entraîner la perte d'accès à des courriels essentiels, comme des relevés de prestations, des factures, des communications importantes, etc. L'utilisation d'une adresse courriel personnelle assure une continuité de la réception de ces divers documents, même après la fin du lien d'emploi.

### Moins de risques techniques

Certaines entreprises utilisent des filtres ou des pare-feux qui bloquent les courriels automatisés et les pièces jointes provenant de l'extérieur. Cela peut empêcher la réception de documents importants, comme les relevés ou les formulaires.

### Adhésion à l'AREQ et à son assurance collective ASSUREQ

Certains membres de la CSQ pourraient être pénalisés lors de la prise de la retraite en utilisant une adresse courriel professionnelle.

Dans un souci environnemental, l'envoi de la documentation essentielle relative à la retraite - comme l'inscription à l'AREQ et au régime d'assurance collective ASSUREQ - se fera dorénavant de façon électronique par Beneva. Or, une fois à la retraite, les membres de la CSQ perdent généralement l'accès à leur adresse courriel professionnelle ou n'ont plus le réflexe de s'y référer, ce qui peut compromettre la réception de ces informations essentielles et entraîner une perte de droits. Une adhésion en dehors des délais prévus prive la personne membre de la possibilité de bénéficier de l'ensemble des garanties de l'assurance collective ASSUREQ, dont l'assurance voyage et les médicaments admissibles et non couverts par la RAMQ. Il est donc crucial de s'assurer de recevoir toute l'information au moment opportun.

### Comment modifier son adresse courriel dans l'Espace client Beneva

- Connectez-vous à votre Espace client;
- Accédez à votre profil et sélectionnez l'option « sécurité et connexion »;
- Cliquer sur « Modifier » dans l'onglet « Courriel ».

Pour les personnes qui ne sont pas encore inscrites à l'Espace client Beneva :

- Créer un compte sur l'Espace client Beneva;
- Suivre les différentes étapes.

Pour toute question, n'hésitez pas à communiquer avec votre syndicat.

# INFORMATIONS IMPORTANTES

## Tarification 2026 du régime d'assurance collective Alter Ego

### Tableau des primes par 14 jours pour l'année 2026

	Individuelle	Mono parental	Familial
Base obligatoire	72.60 \$	108.91 \$	181.51 \$
Facultatif 1	4.54 \$	6.83 \$	11.35 \$
Facultatif 2	8.48 \$	12.72 \$	21.20 \$
Facultatif 3	21.96 \$	32.94 \$	54.91 \$
Facultatif 4	5.04 \$	7.58 \$	12.63 \$
Régime de soins dentaires	16.68 \$	25.36 \$	42.05 \$
Assurance salaire longue durée	1.530 % du salaire		
<b>Assurance vie de la personne adhérente</b>			
10 000 \$ de protection		0.37 \$	
25 000 \$ de protection		1.48 \$	
<b>Assurance vie additionnelle de la personne adhérente</b> (par 1 000 \$ de protection, selon l'âge de la personne adhérente)			
Moins de 30 ans		0.013 \$	
30 à 34 ans		0.014 \$	
35 à 39 ans		0.019 \$	
40 à 44 ans		0.026 \$	
45 à 49 ans		0.041 \$	
50 à 54 ans		0.068 \$	
55 à 59 ans		0.119 \$	
60 à 64 ans		0.166 \$	
65 à 69 ans		0.235 \$	
70 à 74 ans		0.293 \$	
<b>Vie de base de la personne conjointe :</b>			
10 000 \$ de protection		0.56 \$	
20 000 \$ de protection		1.12 \$	
<b>Assurance vie de base des enfants à charge</b>			
5 000 \$ de protection		0.24 \$	
10 000 \$ de protection		0.48 \$	

#### Notes :

- La prime indiquée pour le régime d'assurance maladie de base obligatoire comprend, s'il y a lieu, la part employeur. La prime payée par la personne adhérente correspond donc à la prime indiquée réduite, s'il y a lieu, de la part employeur.
- Pour le régime d'assurance maladie, la prime de chacun des régimes facultatifs choisis par la personne adhérente doit être ajoutée à la prime du régime de base obligatoire afin de déterminer la prime totale payée par la personne adhérente.
- Il n'y a aucun congé de primes applicable.
- Lorsque la tarification est établie en fonction de l'âge, le taux qui s'applique pour toute la durée d'une année civile est déterminé à partir de l'âge atteint par la personne adhérente au 1er janvier de cette année civile.
- La taxe de vente de 9% doit être ajoutée à ces primes.

## LE 29 NOVEMBRE 2025, DÉFENDONS NOS DROITS SYNDICAUX!

En réponse aux attaques des droits syndicaux par le gouvernement Legault, dont l'adoption du projet de loi (PL89) visant à limiter le droit de grève, et face à sa volonté maintes fois exprimée de s'ingérer dans vos affaires syndicales et à la veille de l'entrée en vigueur des lois antisyndicales déposées par le gouvernement (PL03), la CSQ vous invite à participer à un grand rassemblement intersyndical.

**Quand :** samedi 29 novembre 2025 à 13 h 30

**Où :** rassemblement à la place du Canada (Métro Bonaventure / Gare centrale), boulevard René-Lévesque. Nous marcherons dans les rues du centre-ville de Montréal sur une distance de près de 2 km jusqu'au bureau de François Legault, au 770, rue Sherbrooke Ouest.



**Si vous désirez participer à la manifestation et réserver votre place dans l'autobus, communiquer avec votre syndicat.**

Joignez-vous à nous dans une démonstration de solidarité et une détermination collective sans équivoque, parce que les enjeux sociaux qui affectent la qualité de vie de nos membres, leurs droits et les conditions d'exercice de leur travail, ça nous regarde !

## RECHERCHE DE PARTICIPANTS

### ÉTUDE SUR LA VOIX DES ENSEIGNANT.E.S

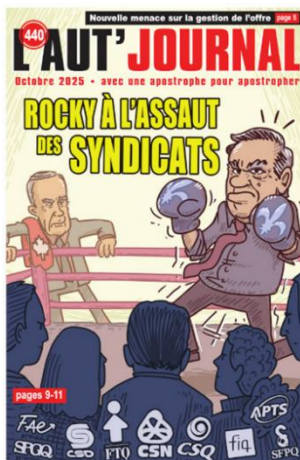
Nous cherchons des enseignant.e.s à temps plein âgé.e.s de moins de 60 ans pour l'étude portant sur les symptômes vocaux et respiratoires en lien avec certains déterminants de la qualité de l'air mesurés dans les écoles, notamment les paramètres de confort (température, humidité relative et concentrations de CO<sub>2</sub>). Ce projet s'effectue dans une perspective d'amélioration continue de la qualité des milieux d'enseignement au Québec. \*

Votre participation consisterait à effectuer 5 courts enregistrements de votre voix au cours d'une semaine, à mesurer le niveau de bruit de fond dans votre classe à l'aide d'une application mobile, et à répondre à 6 courts questionnaires (environ 35-45 minutes au total pour répondre aux questionnaires).

**Pour vous inscrire et pour toutes questions, visitez :**

<https://redcap.link/voixdesenseignants>

\*Pour participer à la recherche, certains critères d'admissibilité s'appliquent.



## L'AUT'JOURNAL en version numérique

La plus récente édition numérique de L'AUT'JOURNAL est disponible.

Pour y avoir accès, [cliquez ici](#).

Vous pouvez également avoir accès aux éditions numériques précédentes de L'AUT'JOURNAL en cliquant sur le lien suivant : <https://lautjournal.info/numeriques>

Bonne lecture!

# RAPPELS

## Sessions de préparation à la retraite

Pour celles et ceux qui pensent prendre leur retraite au cours des **trois prochaines années**, l'AREQ, en collaboration avec la CSQ, organise une session de préparation à la retraite qui est très appréciée des membres. Cette session est prévue :

**Le vendredi 24 avril 2026 de 18 h à 21 h et le samedi 25 avril 2026 de 9 h à 16 h à l'hôtel Delta Saguenay, à Jonquière.**

Le syndicat défrayera les coûts d'inscription et le dîner du samedi pour les membres (85 \$) ainsi que pour la conjointe ou le conjoint (105 \$).

Également, l'AREQ est fière de vous offrir une vidéoconférence de préparation à la retraite intitulée : **Préparer ses finances pour la retraite : il n'est jamais trop tôt**. Celle-ci aura lieu le mercredi 19 novembre 2025. Que l'on soit en début, en milieu ou en fin de carrière, il peut être avantageux de s'intéresser à la préparation de sa retraite.

Également, vous pouvez suivre les sessions en mode virtuel selon les sujets et les dates suivantes :

SUJETS TRAITÉS	Automne 2024	Hiver 2025
<b>Adaptation psychosociale et santé</b> (19 h à 20 h 30)	Non disponible	Mercredi 21 janvier 2026
<b>Questions financières</b> (19 h à 20 h 30)		Mercredi 28 janvier 2026
<b>Questions juridiques</b> (19 h à 20 h 30)		Mercredi 4 février 2026
<b>Assurances</b> (19 h à 20 h 30)		Mercredi 11 février 2026
<b>Régime de retraite</b> (9 h à 11 h 30)		Samedi 14 février 2026

Pour vous inscrire à l'une des deux sessions et/ou à la vidéoconférence et pour que les coûts d'inscription soient assumés par le Syndicat, vous devez communiquer avec Carolyne au 418-695-1609, qui procèdera aux modalités.

## DEMANDE DE CONGÉ VOYAGE

Date limite pour une demande de congé voyage pour les 100 derniers jours de l'année scolaire 2025-2026 :

**1<sup>ER</sup> DÉCEMBRE 2025 À 16 H.**



Obtenez des tarifs de groupe avantageux en assurance auto, habitation et entreprise



En savoir plus



laPersonnelle