



**Association des retraités du  
Canadien National  
Conseil Rive-Sud de Montréal  
Bulletin de l'Association  
Septembre 2023**

**Notre assemblée mensuelle se tiendra le jeudi 14 septembre à 13h30**

**3825, Windsor à Saint-Hubert. Les portes ouvrent à 12 h 30**

**Pas de conférencier. Regard sur les 80-90 ans : présentation de photos et vidéos**

**Dû à des changements techniques, la carte locale sera en vente à partir d'octobre 2023**

**De plus vous pouvez la payer par virement Interac à [ARCN.RS@gmail.com](mailto:ARCN.RS@gmail.com)**

**le mot magique sera carte pour un montant de 15\$ par personne**

**Activités 2023-2024**

**14 septembre - Semaine de la sécurité ferroviaire , invité André Lebreux**

**Assemblées: 14 septembre, 12 octobre, 9 novembre**

**Les quilles le mercredi à 10hrs am au Volta à Boucherville sont  
de retour le 30 août 2023 10hrs am**

**Cribs: 11 et 25 septembre, 9 et 23 octobre, 6 et 20 novembre, 4 décembre**

**Déjeuner Rive Nord 12 septembre, 10 octobre, 14 novembre, 12 décembre**

**Déjeuner Rive Sud 12 septembre, 10 octobre, 14 novembre, 12 décembre  
Restaurant Eggsquis 5926 Cousineau St-Hubert 8h30 am**

**28 septembre croisière sur le Memphrémagog**

**Déjeuner-dîner**

**Couleurs et croisière de 3 heures**

**Reste quelques places faites vite**

**12 octobre mise en candidatures de membres du conseil d'administration**

**9 novembre exposition et guignolée**

**Jeudi 14 décembre dîner de Noel à 11 hrs au Centre Optimistes**

**Réserver vos places à Serge Labadie**

**Prix à venir**

**Invité Frédérick Lalancette chanteur**

**Repas Alexandre maitre traiteur**

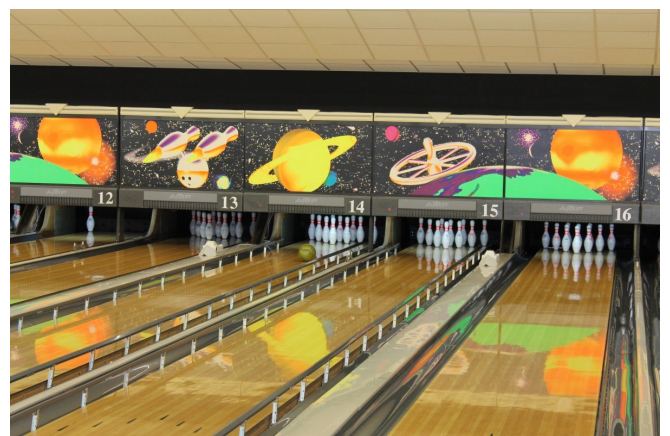
## Activités 2023

### Méli-Mélo

- Le conseil B-14 aura la joie de faire parvenir par l'entremise du CN des cadeaux pour 7 centenaires résidant du Québec et ce pour l'année 2023
- Programme cheminots dans la collectivité 15\$ /heure ou 2250\$ maximum  
Pour plus d'informations consultez la page web du conseil national  
Marche à suivre pour inscrire [https://cnpensioners.org/pdf/Step\\_by\\_step\\_guide\\_to\\_Spark\\_FR.pdf](https://cnpensioners.org/pdf/Step_by_step_guide_to_Spark_FR.pdf)
- Votre conjointe peut aussi contribuer + si vous êtes membres PRD 1 boni par matricule de 100\$ à l'organisme.
- Tous les nouveaux retraités ayant terminé à partir du 1<sup>er</sup> janvier 2020 se voient offrir l'adhésion à L'Association des retraités du CN ( PRD ) pour une période de 2 ans payable par le CN. En adhérant à la carte nationale vous aurez droit à 2 ans de carte locale.
- Le programme s'adresse aussi aux conjointes pour 1\$ supplémentaire pour la carte nationale, votre épouse aura droit à la carte locale gratuite pour deux ans.
- Le conseil provincial autorise un tirage en juin 2024 de 5 prix de 100\$ pour tous les nouveaux membres PRD
- Les décès du mois Juillet 15 au local 121 au pays et Août 6 au local 120 au pays
- Nous sommes a la recherche de joueurs de crib, si vous êtes intéressé à joué 2 fois par mois
- Contacter nous a [ARCN.RS@GMAIL.COM](mailto:ARCN.RS@GMAIL.COM)

**La Ligue de quilles ARCN (Association des retraités du Canadien National) est à la recherche de joueurs (ses) pour la saison 2023-2024. Présentement, nous avons besoin de joueurs substitués. Tout ce qu'il vous faut, votre bonne humeur et le désir de vous amuser. Il faut être retraité du CN pour pouvoir vous inscrire ou être déjà membre ami. Nous jouons le mercredi matin à 10h00 au Salon de quilles Volta, 30 rue des Frères Lumière, Boucherville Tél : 450-641-6668. Le coût est de 20,00 \$**

**Pour informations : Danielle Malo – 450-448-9454 ou [dmalo2580@gmail.com](mailto:dmalo2580@gmail.com)**



## Le saviez vous ?

Toutes les raisons sont bonnes pour encourager votre association

Plusieurs d'entre vous ont déjà participé. Merci . Le conseil offre maintenant la possibilité pour votre conjoint-conjointe de devenir membre national pour 1\$ de plus par mois sur votre rente

Adhérez à la carte National et vous aurez automatiquement  
2 ans de carte locale

De plus vous participer au tirage provincial du 30 juin 2024

**5 prix de 100\$ pour 500\$**

Pour plus d'informations contactez nous au  
[ARCN.RS@gmail.com](mailto:ARCN.RS@gmail.com)

## Encouragez votre Conseil local en assistant aux réunions

Message d'Arthur Murphy- St-Hilaire président provincial

Merci à tous ceux qui sont venus voir la présentation sur la Nostalgie ferroviaire. Vous étiez plus de 125 passionnés à échanger avec les exposants.

Les démonstrations faites par les télégraphistes Jérôme Lanoue et Gildor Godin on été particulièrement appréciées par les visiteurs.

Votre présence a fait de cette journée une réussite. Plusieurs retraités se sont rencontrés et partagés d'innombrables souvenirs.

La Société Historique du comté de Richmond, Jean-Rock Lapointe, Jean-Paul Dubois et Arthur Murphy St-Hilaire exposait aussi des artéfacts ferroviaires.

Arthur Murphy St-Hilaire

## Télus santé

Mercer devient, Morneau et Sheppel qui devient Solution mieux être qui devient Télus santé. Toujours le même service Toujours au même numéro

**1-800-361-0739**

**Visitez notre nouveau site**

**[www.cnpensioners.org/fr](http://www.cnpensioners.org/fr)**

**Visitez notre page facebook : Arcn Conseil Rive-Sud De Montréal**

**Courriel [ARCN.RS@gmail.com](mailto:ARCN.RS@gmail.com)**

# Association des retraités du Canadien National

## CONSEIL RIVE-SUD DE MONTRÉAL Laurentides-Lanaudière

En collaboration avec le conseil Montréal-Laval

Déjeuner des retraités du CN  
Conjoints-conjointes

12 septembre, 10 octobre, 14 novembre, 12 décembre

À partir de 9.30 hrs Am

Quoi N'Œuf

136 25e avenue (voisin du Dollarama)  
St-Eustache, Québec

Informations et réservations

Chantale Lauzon 438-526-4307  
Ou [Clauzon67@icloud.com](mailto:Clauzon67@icloud.com)

Marc Tessier 450-656-7888  
Ou [ARCN.RS@GMAIL.COM](mailto:ARCN.RS@GMAIL.COM)



Prix de présence

Pour nous joindre [ARCN.RS@GMAIL.COM](mailto:ARCN.RS@GMAIL.COM)



## ARCN Conseil Rive-Sud de Montréal

Croisière gourmande déjeuner-dîner 3 services et couleurs d'automne plus prestation musicale et capsule d'information sur la région. Le jeudi 28 septembre 2023 à Magog sur le lac Memphrémagog.

Départ 10h00 et retour 13 00. Le coût pour les membres est de 90\$ et pour les non-membres 110\$ plus 10\$ pour le stationnement. Navette gratuite du stationnement au bateau, aller retour. Vous devez faire vos choix dans le menu ci-joint avant de payer. Le paiement peut être fait par virement Interac au ARCN.RS@gmail.com le mot magique sera : bateau

Premier arrivé premier servi. La date limite est le 14 septembre jour de l'assemblée.

Réservations et informations

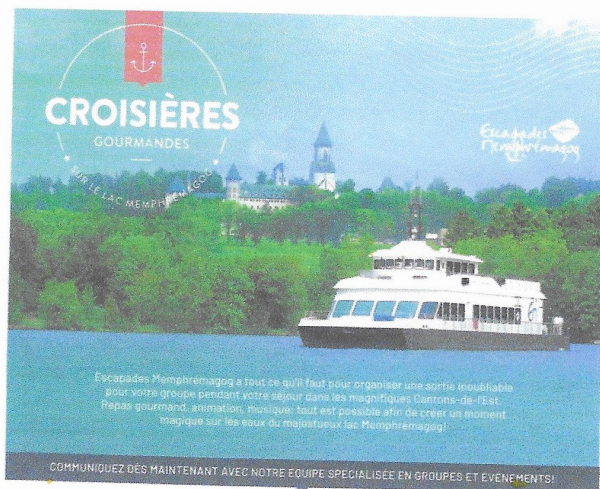
Marc Tessier 450-656-7888

marctess@gmail.com

Stationnement 345 rue du Moulin

Magog QC pour 4 hrs 10\$

Faites nous part de vos allergies



### Choix d'entrée

Bol de smoothie à la camerise, banane, fruits frais, supergrains



Assiette de cretons et fromage Mont Saint-Benoît de l'Abbaye, servis avec raisins et croûtons



Salade de kale, carottes, radis, chou rouge betteraves, concombres, feta, quinoa, graines de tournesol, vinaigrette aux agrumes



### Choix de plat principal

Canard confit du Lac Brome, fromage en grains frais Coaticook, pommes de terre grelots, sauce brune maison, mayonnaise au romarin et à l'ail, oignons verts



Croque-monsieur de viande fumée, pain de seigle marbré, fromage Raclette de Compton au poivre rose, moutarde de Dijon, rémoulade de céleri-rave, pommes de terre grelots rôties



Truite des Bobines fumée à chaud, muffin anglais, champignons locaux et épinards sautés au beurre noisette, œuf mollet, sauce hollandaise



Bol Buddha de patates douces rôties, pois chiches sautés aux épices méditerranéennes, brocolinis, oignons rouges, kale frit, vinaigrette au tahini et à l'érable



### Choix de dessert

Tartelette au chocolat et caramel, confiture de cerise noire



Cake au citron et graines de pavot, coulis de framboise



Mousse aux fruits des champs sur une base de biscuit au beurre



► Servi avec café régulier, thé ou tisane

# **Élections au provincial**

**Président: Arthur Murphy St-Hilaire**

**Vice-président : Serge Labadie**

**Trésorier: Rémi Lahaie**

**Secrétaire: Louis-François Garceau**

**Président sortant : Yves Bourdon**

**Administratrice : Denise Arcand**

**Administrateur: Marc Tessier**

**Agent de liaison pour le provincial : Daniel Boiteau**

## **Bourses d'études**

**Pour faire suite à notre réunion hybride je tiens à remercier tous les membres du comité de sélection et particulièrement ceux qui ont participé en présentiel.**

**Voici les Gagnants:**

**Q-3 Alexander Fahey B-07**

**Q-6 Alexia Forget B-14**

**Q-7 Ryan Cheung B-07**

**Q-10 Clarisse Boutin B-14**

**Q-12 Chloé Jade Delarosbil B-03**

**M-1 Dorothée Gingras B-06**

**M-2 Victor Gingras B-06**

**Pour ceux qui avaient le Q-14 comme un des récipiendaires, ce candidat a été disqualifié faute d'attestation de l'université Laval, s'il s'est enregistré? Pour ces membres du comité le sixième choix a été retenu.**

**En ce qui a trait aux cinq gagnants universitaires on a eu presque l'unanimité.**

**Bonne journée,**

**Yves**

**Association des retraités du Canadien National  
Conseil Rive-Sud de Montréal, Laurentides-Lanaudière**

**Dîner de Noël 2023**

**L'Association des Retraités du Canadien National Conseil Rive-Sud de Montréal,  
Laurentides-Lanaudière vous convie à son dîner de Noël**

**Jeudi 14 décembre 2023**

**Centre Optimistes**

**3825 Windsor Saint-Hubert (Lafèche)**

**Ouverture des portes et cocktail à 11hrs**

**Le dîner sera servi à 12hrs**

**Fin de l'événement : 15hrs**

**Coût : à venir par personne pour les membres  
à venir par personne pour les non-membres**

**Virement Intérac accepté le mot magique sera noel**

**Au [ARCN.RS@GMAIL.COM](mailto:ARCN.RS@GMAIL.COM)**

**Places limitées, premiers arrivés, premier servis**

**Réservation de tables : 8 ou 10 personnes par table. Pour vos réservations :**

**Serge Labadie: [serge\\_labadie@videotron.ca](mailto:serge_labadie@videotron.ca) ou 514-943-4618**

**Bière et vin, café et boissons gazeuses durant le dîner**

**Ce dîner sera animée par Frédéric Lalancette, animateur, musicien et chanteur**

**Au cours de la journée plusieurs prix de présences seront attribués.**

**Date limite pour réservation et paiement le jeudi 10 novembre 2022**

**Faisons de ce dîner un véritable succès.**





**SEMAINE DE  
LA SÉCURITÉ  
FERROVIAIRE**  
18 AU 24 SEPTEMBRE

Contactez pierre.bergeron@cn.ca  
pour plus d'informations



**GARE  
À TA  
SÉCURITÉ!**

ARRÊTER. REGARDER. ÉCOUTER.  
VIVRE.

Pour nous aider  
à passer le message :  
[cn.ca/securiteferroviaire](http://cn.ca/securiteferroviaire)



## CONSEILS DE SÉCURITÉ

### 1 • MAUVAISE PERCEPTION DE LA VITESSE

À cause de leur taille imposante, les trains semblent plus éloignés qu'ils ne le sont et semblent rouler plus lentement que ce que nous croyons. Ne vous laissez pas tromper!

### 2 • LES TRAINS NE PEUVENT PAS S'ARRÊTER RAPIDEMENT

Un train moyen a besoin d'au moins 2 km pour s'immobiliser. Les trains peuvent s'arrêter, mais ils ne peuvent pas s'arrêter vite!

### 3 • INTRUSIONS

Il est illégal de prendre un raccourci par les voies ferrées ou de s'introduire sur la propriété ferroviaire; les contrevenants risquent de se blesser gravement ou de perdre la vie.

### 4 • MASSES EN CAUSE

Le poids moyen d'un train marchandises dépasse les 5500 tonnes, alors que celui d'une voiture est d'environ 1,5 tonne. Un train qui percute une voiture a le même effet qu'une automobile qui écraserait une canette.

### 5 • WAGONS

Les wagons à l'arrêt peuvent se mettre à rouler à tout moment. Si vous vous trouvez sur un wagon ou près d'un wagon au moment où il avance, vous risquez de perdre un membre ou pire, d'être tué.

### 6 • TUNNELS ET PONTS

Tunnels et ponts ferroviaires sont réservés aux trains. Les contrevenants risquent de se blesser gravement ou de perdre la vie.

### 7 • PARTIES EN SURPLOMB

Les trains peuvent transporter des chargements qui sont plus larges que les wagons eux-mêmes. Ils peuvent comporter des chaînes, des sangles et d'autres objets qui dépassent des wagons. Si vous vous trouvez trop près, ces objets pourraient vous blesser.

### 8 • UN TRAIN PEUT PASSER À N'IMPORTE QUELLE HEURE

Les trains ne circulent pas toujours en fonction d'un horaire. Ils peuvent arriver à tout moment, dans l'un ou l'autre sens, sur n'importe quelle voie.

### 9 • NUMÉRO DE LA POLICE DU CN

Ensemble, nous pouvons sauver des vies! Si vous êtes témoin d'une situation dangereuse près des voies, appelez le **1 800 465-9239**.

### 10 • ENGAGEMENT SÉCURITÉ

Agissez dès aujourd'hui et prenez votre engagement sécurité à: [www.cn.ca/securiteferroviaire](http://www.cn.ca/securiteferroviaire)



#SécuritéFerroviaire



# Association des retraités du Canadien National

## Conseil rive-sud de Montréal-Laurentides-Lanaudière Aide mémoire

Conseil d'administration 2023

Président : Marc Tessier Tel : (450) 656-7888 ou [marctess@gmail.com](mailto:marctess@gmail.com)  
Vice-Prés: Michael Buchanan Tel : (450) 653-5853 ou [michael.buchanan@videotron.ca](mailto:michael.buchanan@videotron.ca)  
Trésorier et 2e V-P : Boris Klco Tel : 450-445-9337 ou [borisk@videotron.ca](mailto:borisk@videotron.ca)  
Secrétaire: Danielle Malo Tel : 450-448-9454 ou [dmalo2580@gmail.com](mailto:dmalo2580@gmail.com)  
Directeur : Jean Perrotte Tel : 450-443-9740 ou [fredperro51@hotmail.com](mailto:fredperro51@hotmail.com)  
Directeur : René Délisle Tel : 514-229-2407 ou [delsim@videotron.ca](mailto:delsim@videotron.ca)  
Directeur : Robert Martel Tel : 450-671-5178 ou [rmmartel@hotmail.ca](mailto:rmmartel@hotmail.ca)  
Directeur : Serge Labadie Tel : 514-943-4618 ou [serge\\_labadie@videotron.ca](mailto:serge_labadie@videotron.ca)  
Directeur: Jean Lavigne Tel : 450-716-1745 ou [jean.lavigne7@outlook.com](mailto:jean.lavigne7@outlook.com)

Courriel de l'association : [ARCN.RS@gmail.com](mailto:ARCN.RS@gmail.com)

Association des retraités <https://www.cnpensioners.org/fr/local-council-b14>  
Bourses d'études 15 avril au 15 août <https://www.cnpensioners.org/fr/scholarships>

Questions sur vos avantages sociaux des retraités du CN Télus santé: 1-800-361-0739

Représentant Croix Bleue pour les retraités du CN Paul Goupil  
[Pgoupil@sympatico.ca](mailto:Pgoupil@sympatico.ca) 418-839-2764 cellulaire 418-559-5737

Substitut Charlotte Leblanc

Choice hotels code de promotion 64417

Best Western code de promotion 01344410

<https://www.cnpensioners.org/fr/membership-discounts>

Croix Bleu-Médavie du Québec : 1-888-873-9200 contrat 93115

Via Rail Canada: [www.viarail.ca](http://www.viarail.ca) réservation : 1-888-842-7245

Coop d'habitation les cheminots à Laprairie président Jean-Marc Théoret 450-907-7060  
Courriel : [cncoop@hotmail.com](mailto:cncoop@hotmail.com) ou [coop.cheminots@videotron.ca](mailto:coop.cheminots@videotron.ca)

Association des retraités du CN : <http://www.cnpensioners.org>

Assurance voyage [www.johnson.ca/medoc](http://www.johnson.ca/medoc) ou 1-866-606-3362

Assurance maison et auto Johnson 1-877-413-4391

Réduction sur produits Ford 1-877-294-7554

Boutique CN <http://www.boutiquecn.com>  
Caisse de bienfaisance du CN [www.caissedebienfaisancecn.com](http://www.caissedebienfaisancecn.com)

Peter Moloney: [moloneypeter.cnpa@gmail.com](mailto:moloneypeter.cnpa@gmail.com) membership