

MOT DU PRÉSIDENT

Après déjà un mois d'écoulé en 2026, nous entamons le prochain droit de cette nouvelle année avec l'esprit à la fête. Les 55 et 60 ans d'existence de l'APPA n'ayant pas été soulignés en 2016 et 2021, nous ne pouvions passer à côté des 65 printemps de notre syndicat ! Nous pensions être en mesure de faire le lancement des festivités lors du Party des fêtes 2026, qui était prévu le 16 janvier, mais l'annulation de ce dernier nous a forcés à modifier nos plans.

Qu'à cela ne tienne : tout au long des prochains mois, vous pourrez en apprendre davantage sur l'histoire de votre syndicat par le biais d'une page dédiée dans le journal Ensemble ainsi que par votre participation aux différentes activités qui vous seront proposées et qui se dérouleront au printemps ainsi qu'à l'automne et qui culmineront à l'hiver 2027.

Afin de mettre en œuvre les activités qui jalonnent les 65 ans de l'APPA, un « Comité 65e » a été mis sur pied et ce sont les personnes suivantes qui le composent :

- Mme Marie-Josée Bourdon, secrétaire d'école à l'école Saint-Pierre-Àpôtre ;
- Mme Liuba Ceban, éducatrice classe principale en milieu scolaire à l'école Madeleine-de-Verchères ;
- M. Jean De Grandpré, éducateur en milieu scolaire à l'école La Vérendrye ;
- Mme Estelle Lapierre, technicienne en éducation spécialisée à l'école Hélène-Boullé ;
- Mme Karen Palma, éducatrice en milieu scolaire à l'école Saint-Clément ;

- Mme Marlène Tourville, secrétaire-trésorière de l'APPA ;
- Mme Kim Watson, 1ère vice-présidente de l'accréditation CSEM ;
- Ainsi que moi-même comme responsable politique.

Notre première activité a d'ailleurs eu lieu le 9 février, alors que nous avons accueilli les délégués et agents de liaison qui nous ont rendu de fiers services lors de la dernière ronde de négociations. À cette occasion, les personnes présentes ont eu droit à une brève présentation des 65 ans d'histoire de l'APPA ainsi qu'une autre présentation sur les répercussions des lois 1 et 3 du gouvernement de la CAQ. Nous avons profité de leur présence pour leur remettre une tasse Yéti avec le logo de l'APPA en signe de reconnaissance pour toute l'aide qu'ils nous ont donnée au cours de l'année scolaire 2023-2024.

Les prochaines activités seront annoncées par le biais de nos canaux de communication habituels (envois aux délégués/agents de liaison, journal Ensemble, courriels de masse et Facebook). Votre milieu de travail n'a toujours pas de délégué ou d'agent de liaison ? Il n'est pas trop tard ! Les formulaires se trouvent sur notre site Internet (www.appa.qc.ca).

65 ans, ça se fête en grand !

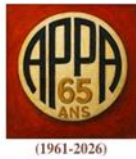
Michel Picard

Président de l'APPA-CSN ■

SPÉCIAL 65^E ANNIVERSAIRE APPA



SPÉCIAL 65^E ANNIVERSAIRE APPA



PLUS FORT ENSEMBLE / STRONGER TOGETHER

Activités et informations entourant le 65e anniversaire
de fondation de l'APPA-CSN

Tout a commencé un 2 mars 1961 à l'école Saint-Émile. C'est là que notre syndicat a vu le jour. Cela fait donc 65 ans que l'APPA défend les droits et conditions de travail de ses membres. Dans ses balbutiements, l'Association du personnel administratif de la CÉCM, telle était sa première appellation, comptait 400 membres. Durant toutes ces années, notre association syndicale a cheminé et compte aujourd'hui plus de 8000 membres. C'est maintenant l'un des plus importants syndicats en Amérique du Nord.

Pour les prochaines parutions du journal Ensemble, vous trouverez donc dans cette section tout ce qui couvre les activités et informations touchant à ce moment charnière de l'histoire de l'APPA. ■



UN PEU D'HISTOIRE...

Ce journal tel que nous le connaissons, a revêtu divers habits, avant de prendre le nom et la forme qu'il a actuellement, le journal "Ensemble". Les premières éditions remontent au tout début de l'APPA. Effectivement, malgré qu'aucune copie n'ait été conservée avant 1980, les procès-verbaux parlent d'une première parution dès avril 1961, à peine quelques semaines après la fondation de notre syndicat. Les premières éditions qui furent archivées datent de 1981. Notre journal a changé plusieurs fois de nom, en voici quelques-uns : "Relies-nous" ; "Bof militant" ; "Trait d'Union". On peut consulter les éditions archivées sur le site de l'APPA via ce lien : <https://appa.qc.ca/cssdm/vie-syndicale/journal/> ■

SPÉCIAL 65^E ANNIVERSAIRE APPA



(1961-2026)

PLUS FORT ENSEMBLE / STRONGER TOGETHER

Activités et informations entourant le 65e anniversaire

de fondation de l'APPA-CSN

ÉVÈNEMENT DE REMERCIEMENT DES DÉLÉGUÉS, SUBSTITUTS ET AGENTS DE LIAISON.

Le 9 février dernier, s'est tenu, à l'hôtel Universel, en après-midi, une rencontre, organisée conjointement par le comité des délégués et le comité du 65e, pour remercier les délégués de leur implication syndicale lors de la dernière grève ainsi que ceux étant impliqués cette année. Un beau cadeau leur a été offert ainsi qu'un souper.

Cette rencontre fut aussi l'occasion de lancer officiellement les festivités entourant le 65e. Nous avons eu la chance d'avoir M. Bertrand Guibord, président du CCMM-CSN qui a fait une présentation sur les lois 1 et 3 ainsi que M. Milan Basic, chercheur spécialisé en histoire du travail et du capitalisme qui est venu parler de l'histoire de l'APPA.

Une belle primeur pour les membres qui ont pu y assister.

Merci de votre implication.

Sans vous, rien n'est possible! ■

Le 2 mars prochain, nous célébrerons la date de fondation de l'APPA. Étant donné que ce sera durant la relâche scolaire, le comité du 65e a pensé à souligner cette journée importante en vous offrant un petit quelque chose à l'avance.

Surveillez vos boîtes courriel pour tous les détails et informations concernant cette surprise. Il se pourrait que certains d'entre vous l'aient déjà reçue. ■



En quelle année a eu lieu le premier colloque du CECM (aujourd'hui CSSDM) et en quelle année a-t-il été transféré à l'APPA ?

- a) 1989, 1992
- b) 1988, 1996
- c) 1985, 1983

Réponse : b)

Depuis quelle année l'APPA a pignon sur rue au 3340, boulevard Assomption ?

- a) 2000
- b) 2011
- c) 2014

Réponse : c) ■



PRENONS SOIN DE NOS FUTURS RETRAITÉS.

Lorsqu'une personne de notre entourage au travail annonce sa retraite, elle est souvent mise de côté, en pensant qu'elle est plus lente, qu'elle est désintéressée ou bien qu'elle est trop dinosaure pour suivre le rythme.

Bien au contraire, ces personnes sont enthousiastes à transmettre leurs connaissances car elles ont travaillé dur pour arriver à suivre les changements organisationnels, elles ont su s'adapter et performer alors que les budgets ne suivaient pas. Elles ont usé

de créativité avec les moyens du bord, sans Internet ni les outils nécessaires pour aller plus rapidement du point A au point B.

Nous devrions leur rendre hommage et reconnaître leur expérience. Nous devrions profiter de leurs connaissances acquises au fil des années et les jumeler avec les nouveaux venus afin que l'établissement puisse rouler au mieux avec les contraintes présentes. Soyons reconnaissants pour nos retraités et futurs retraités !

La retraite n'est pas une fin en soi, elle est le début d'une nouvelle vie ! ■

VOTRE RÉGIME DE LA FEESP (CSN) A ÉTÉ MODIFIÉ À COMPTER DU 1ER JANVIER 2026

Comme vous le savez, des modifications majeures au régime actuel sont effectifs depuis le 1er janvier 2026. Ces changements visent notamment l'assurance de soins dentaires qui ne fait plus partie de notre régime ainsi que l'assurance salaire de longue durée à laquelle l'ensemble des adhérents ont maintenant droit sauf exceptions bien entendu. Vous devriez avoir reçu un courriel de BENEVA à la mi-décembre afin de prendre connaissance des changements apportés au plan.

Par ailleurs, si vous êtes à deux ans de la retraite, vous pouvez renoncer à cette assurance salaire longue durée en remplissant le formulaire de renonciation que vous pouvez retrouver sur [Adagio dans l'onglet ressources humaines/Paie, congé, assurances et retraite /Assurances/Assurances collectives/Personnel de soutien/](#).

Vous aurez les détails de notre assurance collective et trouverez également le formulaire de renonciation en déroulant la page avec les conditions d'admissibilité qui s'y trouvent également.

Si vous ne trouvez pas la réponse à vos questions dans le nouveau dépliant reçu, vous pouvez toujours communiquer avec le service à la clientèle de BENEVA en composant le 1 877 651-8080, du lundi au vendredi, de 8h à 20h. ■

NOUVELLES DE VOS COMITÉS

SOIRÉE D'ACCUEIL DES NOUVEAUX MEMBRES

Chaque année, au début avril, le comité de la vie syndicale de l'APPA organise une soirée d'accueil des nouveaux membres. Si vous avez commencé à travailler au CSSDM entre le 1er mars 2025 et le 28 février 2026, surveillez vos courriels car vous recevrez bientôt une invitation pour participer à cette soirée qui aura lieu le 8 avril à partir de 18h00.

Pourquoi devriez-vous y participer?

En plus de vous permettre de rencontrer vos officiers syndicaux élus au comité exécutif et au conseil syndical, vous aurez également l'occasion de découvrir les différents comités que l'APPA a mis sur pied.

Cette soirée vous permettra de rencontrer d'autres nouveaux membres en plus de démystifier un peu le rôle de votre syndicat et comment obtenir du support lorsque vous en avez besoin.

Nous espérons vous accueillir en grand nombre encore cette année.

Votre comité de la vie syndicale de l'APPA ■

ANNULATION DU PARTY DU NOUVEL AN 2026

UN RENDEZ-VOUS MANQUÉ... MAIS PLEIN D'AUTRES À VENIR !

Le comité exécutif a malheureusement dû prendre la décision d'annuler le party du Nouvel An 2026 de l'APPA, qui était prévu le 16 janvier dernier. Cet événement occupe une place spéciale dans notre vie syndicale. Année après année, il permet à des collègues de partout au sein du CSSDM de se réunir, d'échanger, et de célébrer les liens qui nous unissent au sein de la grande famille de l'APPA.

Cette fois-ci, le nombre d'inscriptions reçues n'était malheureusement pas suffisant pour justifier la tenue de la soirée. En tant qu'un des plus grands syndicats de personnel de soutien au Québec, nous avons la responsabilité, comme tout syndicat, de gérer notre budget de façon rigoureuse afin que chaque dollar serve au mieux les intérêts de nos membres.

Cela dit, ce n'est que partie remise ! La vie syndicale de l'APPA ne se limite pas aux assemblées et aux négociations. Elle se vit aussi à travers des activités sociales, des moments de rencontre et de partage qui tissent des liens forts entre les membres. Une vie syndicale active, c'est ce qui nourrit notre sentiment d'appartenance et renforce notre capacité à défendre ensemble nos droits et nos conditions de travail.

C'est pourquoi nous réfléchissons déjà à l'avenir de ce rassemblement annuel. Peut-être qu'un autre moment de l'année conviendrait mieux ? Ou qu'une thématique particulière rendrait la soirée encore plus attrayante ? Toutes vos idées ou vos suggestions constructives sont les bienvenues ! Passez nous voir au kiosque du comité de la vie syndicale lors du colloque de l'APPA qui se tiendra du 26 au 28 mars 2026, ou écrivez-nous à vie_syndicale@appa.qc.ca

Ensemble, faisons de nos prochains rassemblements des moments encore plus vivants, festifs et porteurs de solidarité ! ■

22^E COLLOQUE BRILLONS ENSEMBLE



Le décompte est commencé. Ce sera un rendez-vous attendu puisque plusieurs conférences et ateliers vous seront offerts. Vous aurez également la chance de visiter les kiosques des différents comités actifs au sein de l'APPA, ainsi que les commanditaires. Soyez à l'affût puisque plusieurs tirages auront lieu pendant le colloque. Pour les membres déjà inscrits, vous pouvez vivre le décompte en consultant le site de l'APPA, 22ième colloque. ■

INTELLIGENCE

ÉMOTIONNELLE : QU'EST-CE QUE ÇA ?



Selon l'Office québécois de la langue française, la définition de l'intelligence émotionnelle est la capacité de percevoir et d'exprimer les émotions, de les comprendre et de les

intégrer à la pensée en les utilisant avec justesse dans le raisonnement, ainsi que de réguler ces émotions chez soi et les autres.

L'intelligence émotionnelle joue un rôle aussi important dans la réussite personnelle que professionnelle de par la compréhension de nos propres émotions et celles des autres, ce qui fait que les interactions sociales sont plus agréables.

Plus le degré d'intelligence émotionnelle est élevé, plus il est facile d'identifier les sources de stress et ainsi trouver les moyens de le diminuer et par le fait même améliorer notre bien-être général et même notre performance au travail ou ailleurs.

Lorsque nous tenons compte de nos émotions, il est plus facile de prendre des décisions intelligentes et pleines de sens pour nous.

Selon Passeport santé, voici quelques petits trucs pour développer votre intelligence émotionnelle :

- faire le point sur ses émotions en se réservant des moments d'introspection quotidiennement, ça permet de se recentrer sereinement ;
- analyser ses comportements et ainsi mieux gérer ses émotions afin de les améliorer s'ils ne sont pas adéquats ;
- penser par soi-même, prendre le temps de réfléchir et de s'approprier sa propre opinion en considérant tous les points de vue permet de s'ouvrir aux différentes façons de penser des autres et ainsi cultiver notre largeur d'esprit ;
- prendre conscience de ses propres forces, reconnaître ses faiblesses, s'accepter et s'assumer tel que nous sommes ;
- ressentir des émotions positives est bon pour la santé psychique et ça permet de développer

des relations plus optimistes et ainsi de faciliter les défis que la vie nous amène ;

- on ne le dira jamais assez, respirer est primordial pour notre survie mais apprendre à mieux respirer améliorera la gestion des émotions ;
- cultiver son état d'esprit sans agenda ni date butoir, c'est à l'infini, ça se travaille toute la vie ;
- tenir un cahier vide-tête pour ses émotions ressenties avec le déclencheur de ces dernières nous aidera à mieux les gérer de façon positive ;
- plus nous sommes conscients de nos émotions, de nos forces et aussi de nos faiblesses, plus nous sommes capables d'être empathiques et ainsi aider les gens sans les juger ;
- vivez le moment présent, vivez l'émotion, soyez une personne heureuse et sereine ! ■

JOURNÉE NATIONALE DE L'ENTRAIDE



C'est sous le thème des dépendances que la journée nationale de l'entraide fut soulignée le 10 février dernier. Cette journée a permis aux personnes entraïdantes de mieux comprendre les dépendances. Elle a également permis aux participants-es de

réseauter et également d'échanger sur leurs réalités et les enjeux de leurs milieux de travail. Pour cette occasion, deux membres du comité APPAIDE ont pu assister à la conférence donnée par Valérie Moffatt sur comment démystifier les conduites addictives. Il faut mentionner que madame Moffatt détient une maîtrise en intervention en toxicomanie.

De plus, quelques organismes sont venus sur place pendant l'heure du diner afin de fournir des ressources sur les différents aspects liés aux dépendances, à la réduction des risques et au soutien à nos proches.

Comme toujours, ce fut une journée enrichissante et une belle reconnaissance pour les personnes entraïdantes dans nos milieux de travail ! ■

8 MARS 2026

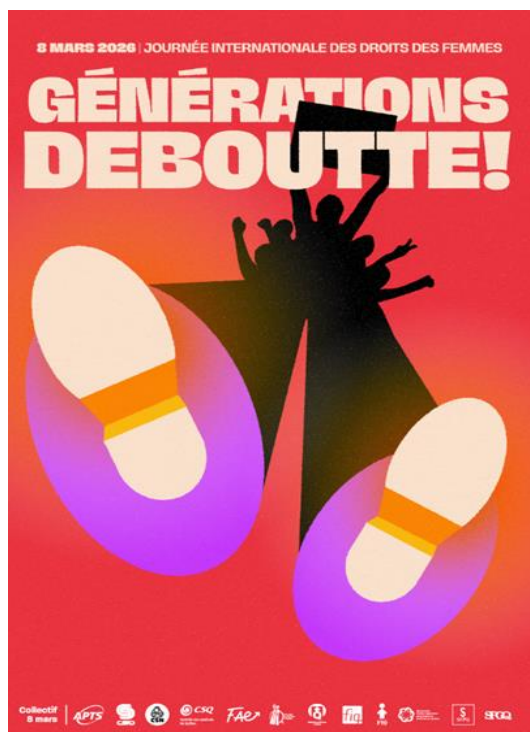
GÉNÉRATIONS DEBOUTTE !

Il y a plus de 50 ans, le journal « Québécoises deboutte ! » faisait vibrer les rues et les consciences. Par ces deux mots, il portait la voix d'un féminisme émergent déterminé à se faire entendre malgré les interdits de l'époque. Plus qu'un slogan, c'est un appel à l'action, un cri de ralliement pour une société plus juste, plus égalitaire et plus libre. Aujourd'hui encore, les forces économiques, politiques et sociales divisent, oppressent, et cherchent à restreindre nos droits, à freiner nos avancées, à semer la peur et la haine.

D'une génération à l'autre, nos appels se répondent, nos luttes s'entrelacent et nos victoires se tissent ensemble vers l'égalité. Le féminisme se renouvelle, s'enracine et se nourrit de la diversité. Pour contrer ces courants réactionnaires, allons puiser dans nos forces féministes vivantes, solidaires et multiples. Reprenons cet élan, ne tolérons aucun recul : Générations deboutte !

Pour connaître les activités organisées ou pour en savoir davantage sur ce sujet, vous êtes invités-es à visiter le site suivant :

<https://www.csn.gc.ca/8mars/?fbclid=IwY2xjawPjFTIleHRuA2FibQlxMABicmlkETFRck1ocTZVY0hucWNsZUFmc3JOYwZhcHBfaWQQMjlyMDM5MTc4ODIwMDg5MgABHt9An0CiwfhOH6209w> ■



DÉCLARATION ET ANALYSE D'UN ÉVÈNEMENT ACCIDENTEL

Des changements ont été apportés concernant la déclaration des situations de violence physique ou psychologique. Le formulaire d'acte de violence T-124 n'est plus en vigueur. Désormais, seul le formulaire T-075 doit être complété.

Le formulaire T-075 s'applique à tous les types d'incidents, qu'il y ait accident ou non : violence verbale et/ou physique provenant d'un élève ou d'un adulte, blessure survenue dans le cadre du travail, ainsi que toute situation pouvant inclure de la violence psychologique.



Il est important de remplir le formulaire T-075 pour chaque événement, même si la situation semble mineure. Certaines blessures ou situations peuvent

entraîner des conséquences ultérieures, notamment des événements répétitifs. À noter que tous les formulaires transmis sont lus et analysés.

Votre responsabilité : signaler à votre supérieur immédiat tout risque pour la santé et la sécurité des travailleurs. En cas d'accident, le formulaire T-075 doit être remis à la direction dans les plus brefs délais.

L'obligation de l'employeur : assurer la santé et la sécurité des travailleurs en prévenant les risques professionnels, qu'ils soient physiques ou psychologiques. L'employeur doit analyser chaque accident ou incident déclaré à l'aide du formulaire T-075 afin d'en comprendre les causes et de formuler des recommandations.

Prenez soin de vous et de vos collègues.

Martin Laurence

V-P santé et sécurité du travail, APPA ■



OYEZ! OYEZ! CONCOURS

Le comité journal de l'APPA est orphelin de logo parmi tous les comités actifs à l'APPA, c'est pourquoi il organise un concours auprès de ses membres afin d'obtenir un logo qui sera à l'image du journal.

Pour participer, vous devez envoyer votre logo avec un descriptif car il sera utilisé sur une bannière lors d'événements tels que le colloque ou la soirée d'accueil des nouveaux membres. Il sera publié avec le nom de la personne gagnante lors d'une prochaine parution.

Vous devez faire parvenir votre logo avant le **9 mars 2026** à l'adresse courriel suivante : rledoux@appa.gc.ca.

La personne gagnante se méritera une carte-cadeau chez DeSerres d'une valeur de 100\$.

Bonne chance à toutes et tous ! ■

PENSÉE POSITIVE

Février, mois du cœur, prenez soin de votre santé en général autant physique que psychique. En prenant soin de soi, on est capable de prendre soin des autres. Souriez afin de propager une épidémie de sourires. 😊 ■

