

DÉCEMBRE, 2025

Vol. 27, No.2

MOT DU PRÉSIDENT

Lors de la dernière assemblée générale consacrée au renouvellement de nos assurances collectives, les membres présents ont eu à se prononcer sur des changements majeurs à notre couverture.

Ainsi, dès le 1er janvier prochain, nous verrons disparaître l'assurance de soins dentaires que nous détenions depuis des décennies. Avec les années, nous avons vu fondre les avantages de cette couverture, tels les nettoyages aux 9 mois plutôt qu'aux 6 mois ainsi qu'un maximum de réclamations plafonné à 1000 \$ par personne assurée. Parallèlement à la détérioration de cette assurance, le gouvernement fédéral développait son propre régime de soins dentaires qui permet maintenant aux Canadiens ayant un revenu familial brut de moins de 90 000 \$ d'obtenir des réductions selon leur revenu.

Il y a cependant un hic majeur : pour y avoir accès, les personnes ne doivent pas avoir la possibilité d'être couvertes par un régime privé d'assurance collective offrant cette couverture, qu'elles y adhèrent ou non. Vous devinerez aisément qu'une grande partie de nos membres, n'ayant pas de gros revenus, font le choix de ne pas prendre cette couverture, ayant plutôt à faire d'autres choix financiers pour subvenir à leurs besoins ainsi qu'à ceux de leurs proches. Ce faisant, ces personnes se retrouvaient sans accès au régime canadien et sans couverture dentaire chez notre assureur. Un complet non-sens.

En retirant cette couverture dentaire de nos assurances collectives, nous permettons ainsi aux membres ayant un revenu familial brut de moins de 90 000 \$ d'adhérer au régime canadien de soins dentaires.

Une autre modification importante à nos assurances collectives est celle de l'adhésion obligatoire pour tous à l'assurance salaire de longue durée. Au 1er janvier 2026, toutes les personnes ayant droit aux assurances collectives selon leur statut d'emploi se verront couvertes par cette protection. Même celles qui utilisent les assurances collectives de leurs conjoints provenant d'un autre régime. Cet ajout protégera les membres qui auront la malchance d'atteindre les deux ans d'assurance salaire prévus à notre convention. Pour avoir souvent accompagné des membres dans cette situation alors qu'ils n'avaient pas adhéré à l'assurance salaire de longue durée et que je devais leur expliquer qu'ils avaient accès, à l'époque, à 15 semaines d'assurance-emploi à hauteur de 55 % de leur revenu initial, puis... plus rien, c'était déchirant. Ce n'est pas tout le monde qui voit sa maison partir en fumée au cours de sa vie, mais quand ça arrive, on est content d'avoir eu la bonne idée de l'assurer afin de ne pas se retrouver à la rue. C'est la même chose pour notre santé, car on ne sait jamais ce qui peut nous attendre au cours des années.

Finalement, il y aura encore une hausse de notre assurance en regard à notre consommation de médicaments. Cette dernière suit la même hausse que celles qui sont remarquées chez les autres groupes d'assurances privées, de même que pour le Régime d'assurance médicaments de la RAMQ. Les Québécois sont les plus grands consommateurs de médicaments au pays depuis plusieurs années et la tendance ne semble pas vouloir s'inverser. Le hic, c'est que, contrairement à la RAMQ, où l'article 60 de la Loi sur l'assurance médicaments prévoit « un prix de vente garanti », nous sommes malheureusement tributaires



des prix fixés localement dans chacune des pharmacies. D'où l'explosion des coûts si les membres ne « magasinent » pas leurs médicaments en comparant les prix d'une pharmacie à l'autre.

Au cours des prochaines semaines, nous rendrons accessibles des documents dans la section Assurances collectives (Beneva) de notre site internet qui vous permettront de mieux comprendre ces changements et vous donneront des trucs pour économiser lors de vos achats de médicaments.

Ce texte étant mon dernier de l'année 2025, je profite de l'occasion pour vous souhaiter de passer un très beau congé des Fêtes auprès de vos proches. Au plaisir de vous retrouver en 2026 !

Michel Picard

Président de l'APPA-CSN ■



Une délégation de membres du conseil syndical de l'APPA a participé au Colloque sur la santé et la sécurité au travail le 21 octobre dernier et à une rencontre du Secteur soutien scolaire les 22 et 23 octobre.

La journée du 21 octobre s'est déroulée sur le thème de la santé et de la sécurité au travail.

La journée a débuté par une conférence, Performance, charisme et énergie : comment recharger nos batteries, par Isabelle Fontaine.

Des ateliers ont été offerts aux participants et en fin de journée, Natacha Laprise, conseillère syndicale spécialisée en santé psychologique au travail à la CSN, est venue nous présenter les résultats d'un sondage sur les risques psychosociaux pour lequel tous les syndicats du Secteur soutien scolaire, dont l'APPA, avaient sollicité la participation de leurs membres. Les résultats de cette enquête ont été publicisés dans de nombreux médias et Claudine Léveillé, vice-présidente pour l'adaptation scolaire à l'APPA et Kim Watson, 1ère vice-présidente pour l'APPA du côté de la CSEM, ont répondu aux demandes d'entrevues de plusieurs médias afin de commenter ces résultats.

Les 22 et 23 octobre, plusieurs sujets étaient à l'ordre du jour du Secteur soutien scolaire.

Le comité des assurances est venu nous présenter le résultat de ses négociations et une proposition de renouvellement du contrat d'assurances collectives

que chacun des syndicats devait présenter à ses membres en assemblée générale pour être soumis au vote avant le 28 novembre. Le renouvellement doit prendre effet à partir du 1er janvier 2026. Plusieurs modifications ont été proposées.

Certains ajustements aux statuts et règlements du Secteur soutien scolaire ont été proposés et soumis à l'approbation de l'assemblée.

Les autres sujets qui ont été discutés lors de cette rencontre sont la Loi 14 (PL89), loi visant à considérer davantage les besoins de la population en cas de grève ou de lock-out, la Loi 23 (PL 100), loi sur la négociation et la détermination des conditions de travail requérant une coordination nationale notamment dans les secteurs public et parapublic.

François Énault, 1er vice-président de la CSN, est venu nous présenter la campagne Faire Front pour le Québec. Nous vous parlerons de cette campagne tout au long de l'année. Un grand rassemblement a eu lieu le 29 novembre à Montréal. Environ 50000 personnes ont défilé au centre-ville de Montréal pour démontrer leur insatisfaction face aux récentes décisions de la CAQ.

Finalement, Gabriel Nadeau-Dubois est venu nous présenter sa campagne Parlons de votre école, de votre quotidien. Personnel scolaire, invitez-moi à dîner. Pour sa dernière année en politique, il s'est donné la mission d'aller à la rencontre des acteurs du milieu de l'éducation et de se battre pour l'école publique. Vous pouvez l'inviter à vous visiter à votre école pour parler de ce qui vous préoccupe. ■



RETOUR DE LA GRANDE MANIFESTATION NATIONALE LE 29 NOVEMBRE 2025

Un premier moment charnière de la campagne Faire front a eu lieu le 29 novembre dernier lors de la grande manifestation au centre-ville de Montréal. Celle-ci regroupait nos alliés syndicaux, communautaires et de la société civile. Nous étions des dizaines de milliers dans les rues pour exprimer notre ras-le-bol face à la situation actuelle et au gouvernement caquiste ! C'était un rendez-vous national, auquel ont participé des personnes des quatre coins du Québec.

Rappelons ici les 3 axes principaux de revendication de cette campagne.

FAIRE FRONT POUR LES TRAVAILLEUSES ET LES TRAVAILLEURS

S'attaquer aux organisations syndicales, c'est aussi s'attaquer aux travailleurs-es tels que les techniciens-es en éducation spécialisée, les éducatrices en service de garde, les secrétaires, les techniciens-es en loisirs, les surveillants-es d'élèves et plus. Nous vivons en effet la pire offensive antisyndicale depuis des décennies. C'est également s'attaquer aux organisations qui font face aux puissants, car les organisations syndicales servent aussi de rempart efficace en s'opposant aux positions politiques contraires au bien commun. L'adoption récente du PL-89 visant à restreindre le droit de grève ou encore la réforme annoncée du régime syndical visant à rendre certaines cotisations facultatives, sont des raisons de nous mobiliser et nous mettre en action pour faire obstacle à ce gouvernement qui sert l'intérêt des patrons et des élites au détriment des travailleurs-es.

FAIRE FRONT POUR L'ÉTAT SOCIAL

Le deuxième axe a pour objectif d'amener les partis politiques à s'engager à financer les services publics québécois à la hauteur des besoins de la population. Il y a longtemps que ceux-ci sont gravement sous-financés. L'état pitoyable de nos établissements

scolaires en est un bon exemple. Il faut aussi lutter contre la fausse solution de la privatisation des services, qui ne fera qu'empirer la situation, comme exemple le transport scolaire versus les berlines.

FAIRE FRONT POUR LA PLANÈTE

Le troisième axe met de l'avant les défis que nous impose la crise climatique, qui sont immenses, au moment où les gouvernements fédéral et provincial imposent des reculs en matière de législation et réglementation visant la protection de l'environnement, comme le sous-financement par l'état des infrastructures telles que le transport collectif, ce qui nuit à l'atteinte des objectifs de réduction des gaz à effet de serre. Les générations futures sont laissées pour compte.

Restons mobilisés car ensemble nous sommes plus forts et pouvons aller plus loin. ■

RETOUR SUR L'ASSEMBLÉE GÉNÉRALE DU 27 NOVEMBRE 2025

Le 27 novembre dernier, en soirée, a eu lieu une assemblée générale pour la présentation des conditions de renouvellement de nos assurances collectives qui sont annuellement négociées. Des modifications majeures au régime actuel ont été soumises au vote. Ces changements visent notamment l'assurance de soins dentaires ainsi que l'assurance salaire de longue durée. Après la présentation, les membres APPA présents ont accepté ce plan de renouvellement. Des 148 personnes qui se sont prononcées sur les conditions de renouvellement, 47% ont voté POUR, 40% CONTRE et 13% se sont ABSTENUES. À l'origine, 320 personnes s'étaient inscrites à cette assemblée virtuelle alors que seulement un peu moins de 200 personnes étaient présentes.

Il faut rappeler également que l'APPA fait partie du Secteur soutien scolaire qui regroupe 39 syndicats appartenant au même groupe pour les assurances collectives. Étant donné que la double majorité des votes a été atteinte, les changements seront effectifs dès le 1er janvier 2026.

À noter que pour pouvoir apporter des changements à notre régime d'assurances collectives, vous pouvez envoyer une demande écrite à l'APPA avant le 15 juin 2026 et celle-ci sera par la suite acheminée au comité de négociation. ■



Que pratiquer la gentillesse au moins 5 fois par jour est un facteur de protection pour la santé mentale ? (Sonja Lyubomirsky-2004).

Qu'il existe une journée internationale de la gentillesse? Eh oui, le 13 novembre est consacré à cette journée depuis les années 80-90 ! (wikipédia)

L'objectif de cette journée est de souligner les bonnes actions dans le monde en se concentrant sur le pouvoir positif et le fil conducteur de la gentillesse pour le bien qui lie tous les êtres humains. (wikipédia)

La gentillesse est un élément fondamental de la condition humaine qui comble les divisions de race, de religion, de politique, de sexe et de lieu. (wikipédia)

Au Canada, c'est dans les années 2000 que la journée internationale de la gentillesse fût introduite. Elle est soulignée notamment par l'Association canadienne pour la santé mentale, filiale de Montréal, depuis 2023. À cet effet, un 5 à 7 de la gentillesse a eu lieu le 13 novembre dernier à la maison du développement durable à Montréal. Les invités ont pu discuter du mieux-être au travail en pratiquant la gentillesse et la bienveillance.

Dans les prochains numéros, nous reviendrons avec des exemples de gestes de gentillesse à pratiquer quotidiennement afin de prendre soin de nous et des autres. ■



COMITÉ APPAIDE

Les vacances sont à nos portes et un changement de rythme s'imposera à nous afin de se ressourcer et revenir avec les batteries rechargées pour affronter, notamment, les mois d'hiver jusqu'à la relâche scolaire.

Afin de retrouver un sentiment de bien-être, il sera important de s'octroyer du temps pour la détente physique et mentale.

C'est pourquoi nous vous proposons quelques activités et conseils pratiques pour y arriver, en faisant ce qui vous plaît, sans contrainte de temps, avec des activités choisies et agréables.

Que ce soient des activités extérieures ou intérieures, il sera important de respecter ses propres limites et également son rythme qui pourra être flexible. Laissez-vous de la place pour l'improvisation.

Dans la mesure du possible, la nature est à privilégier car le contact avec la nature favorise l'apaisement et la relaxation.

Pourquoi ne pas essayer une séance de yoga ou de méditation afin de se connecter avec sa respiration et ainsi créer un espace pour le mental et les émotions?

Se donner le droit de déconnecter en changeant nos occupations par la lecture, la musique ou la peinture, qui stimulent le cerveau autrement et positivement, en procurant un bien-être mental.

Passer du temps avec les personnes que l'on apprécie afin d'avoir des interactions sociales positives et saines pour nous.

Il est important de vivre le moment présent, en savourant chaque instant.

Bonnes vacances ! ■



12 JOURS

Les « **12 jours d'action contre les violences faites aux femmes** » est une campagne québécoise annuelle qui se déroule du 25 novembre au 6 décembre.

Cette campagne débute par la Journée internationale pour l'élimination de la violence à l'égard des femmes et se termine lors de la Journée nationale de commémoration et d'action contre la violence faite aux femmes, qui coïncide avec la commémoration du massacre de 14 jeunes femmes à L'École Polytechnique de Montréal qui a eu lieu le 6 décembre 1989.



Chacun et chacune, nous pouvons être solidaire en cette journée en portant un ruban blanc ou un symbole pour marquer notre engagement. Nous pouvons aussi organiser un moment de silence à 11h dans nos lieux de travail.

À chaque année, pendant ces douze jours, il y a des vigiles, des marches et des rassemblements organisés près de la Polytechnique afin de se souvenir et d'agir. Malgré les actions décriant les violences faites aux femmes, le gouvernement de la CAQ accuse un retard considérable dans la livraison de maisons d'hébergement de 2e étape pour femmes victimes de violence conjugale. À 30 % en deçà des objectifs fixés en 2021, on est loin du compte ! Québec doit reconnaître que chaque femme victime de violence conjugale mérite un refuge sûr et accessible. Ce retard alarmant n'est pas qu'un chiffre, c'est une injustice qui met en danger des vies. Le gouvernement doit agir maintenant et respecter ses promesses pour offrir un avenir sécuritaire à celles qui en ont le plus besoin. Ces 12 jours démontrent l'importance de réclamer des engagements concrets des gouvernements pour éliminer les violences systémiques qui persistent dans notre société.

[#MouvementCSN](#) [#féminisme](#)

Voici les liens vers :

- 1) Le site du Comité des 12 jours d'action contre les violences faites aux femmes.
<https://www.12joursdaction.com/>

- 2) Le site gouvernemental du Conseil du statut de la femme.

<https://csf.gouv.qc.ca/article/publicationsnu/m/12-jours-action-contre-violences-faites-aux-femmes-2024/> ■



COLLOQUE DE L'APPA 2026

Comme nous vous l'avons annoncé dans la dernière parution du journal Ensemble, le colloque **2026** se tiendra les **26 et 27 mars 2026** pour le secteur général et l'adaptation scolaire et le 28 mars pour le secteur de la garde scolaire. C'est à Drummondville qu'aura lieu cette édition, ville où se cachent le Village québécois d'antan, le Musée de la photographie, la Maison des arts, plusieurs parcs et plus encore.

C'est à découvrir !

Le comité poursuit ses travaux, d'ailleurs deux rencontres auront lieu avant la fin de l'année 2025 pour la préparation de ces belles journées. La période d'inscription se tiendra du 9 au 13 février 2026. Il y aura un bloc de chambres à un taux préférentiel. Surveillez la sortie officielle dans la semaine du 19 janvier 2026 ! ■

PARTY DU NOUVEL AN

VENEZ CÉLÉBRER L'ARRIVÉE DE 2026

OÙ : Collège de Maisonneuve, 3800 sur Sherbrooke, Est

QUAND : Vendredi le 16 janvier 2026 à 19 heures

AU MENU : Du plaisir avec les collègues et ex-collègues, des prix de présence, de la danse avec DJ Ériq Deslauriers, photomaton et buffet en soirée

Les billets en prévente seulement pour les membres APPA **15 \$** et non-membres **50 \$**.

AUCUN billet à la porte. Vous pouvez vous inscrire du 8 décembre 2025 au 9 janvier 2026 (capacité de 300 personnes).

Pour informations: <https://appa.qc.ca/cssdm/evenement/nouvel-an-2026> ■



Party du Nouvel An APPA

2026

Vendredi 16 janvier 2026 à 19h
Au Collège de Maisonneuve

DJ Ériq Deslauriers
Photomaton
Buffet froid
Prix de présence



15\$ membres APPA
50\$ non-membres

Quantités limitées.

Billets en vente du 9 déc 2025 au 9 janvier 2026
via le code QR

Aucun billet ne sera vendu à la porte.



Pour plus d'informations:
<https://appa.qc.ca/cssdm/evenement/nouvel-an-2026/>



LE 2 MARS 2026

NOUS FÊTERONS LES 65 ANS DE L'APPA



LA CITATION DU MOMENT

Les premiers jours d'hiver sont synonymes bien souvent de grisaille et de manque de luminosité. Heureusement que Dame Nature nous couvre de son beau manteau blanc afin de nous éclairer et nous inspirer. Dans la même optique, il est bon de nourrir son âme de réconfort et de douceur. Cette citation de Pablo Picasso nous ramène à l'importance de la bienveillance envers soi.

Efface le gris de la vie et allume les couleurs que tu possèdes à l'intérieur... ■

