



## EN VEDETTE

Fermeture du bureau .....	p.2
Nouvelles ententes, nouveaux billets .....	p.4
Voyage culturel à Québec .....	p.5
Voyage culturel à Charlevoix .....	p.5
Rallye .....	p.6
Tournoi de balle donnée .....	p.7

## QUELLE REMONTÉE DES CANADIENS À NEW YORK!

C'est plus d'une cinquantaine de vos collègues et amis qui sont allés encourager les Canadiens de Montréal à New York en mars dernier. Eh oui, même s'ils se sont avoués vaincus en prolongation, nos Canadiens ont, une fois de plus, réussi à combler un déficit de deux buts en troisième période pour forcer la tenue d'une prolongation.

Ce précieux point, amassé contre l'équipe de Patrick Roy le 20 mars dernier, s'est d'ailleurs avéré crucial pour leur garantir l'accès aux séries éliminatoires. Le lendemain matin, les participants du voyage ont pu visiter librement les alentours de Times Square pour enfin quitter la ville de New York vers 14 heures en route vers Montréal.

En conclusion, tous les participants ont pu profiter pleinement de l'électricité de cette partie et de cette visite éclair pour faire le plein d'énergie et profiter de cette ville exceptionnelle en repartant la tête pleine de souvenirs.

Merci à tous et à toutes pour votre participation et à très bientôt!

*Denis Rocheleau*  
Président du CRHQMTL



## UNE BELLE SORTIE À TREMBLANT!

C'est sous un beau ciel bleu et des conditions hivernales idéales que nous avons rassemblé quelque 100 membres du Club de récréation qui ont pu renouer, sur les pistes, avec collègues, famille et amis.

Bref, le plaisir et la bonne humeur ont été une fois de plus au rendez-vous!

On se dit donc à l'année prochaine pour une autre belle saison!

*Alain Bourque*  
Directeur des activités sportives



## DEVENEZ MEMBRE DU CRHQMTL

**Vous voulez devenir membre du CRHQMTL ou le demeurer si vous partez à la retraite ?**

Que vous soyez employé actif ou retraité, vous n'avez qu'à adhérer au Club via notre site Web, au [crhqmtl.com](http://crhqmtl.com), et à remplir le formulaire en ligne selon votre statut (cotisation annuelle de 25 \$).

**FUTUR RETRAITÉ?** Vous pouvez demeurer membre. Il est important de nous aviser de votre changement de statut (cotisation annuelle de 25 \$).

**MEMBRE SPÉCIAL :** Vous pouvez adhérer au CRHQMTL si vous n'êtes pas un employé d'Hydro-Québec. Le prix est de 35 \$ par année.

## COORDONNÉES DU BUREAU DU CLUB

### Besoin de renseignements ?

Vous pouvez venir nous voir ou communiquer avec nous à notre bureau\*.

**Lundi, mardi, jeudi et vendredi :** 9 h à 16 h (fermé de 12 h à 13 h) en télétravail

**Mercredi :** 10 h à 15 h (fermé de 12 h à 13 h) en présentiel au bureau

\* L'horaire peut être modifié à l'occasion pour les besoins du Club.

### Siège social – Rez-de-chaussée

Carole Venner

75, boulevard René-Lévesque Ouest, Montréal (Québec) H2Z 1A4

**Réseau public :** 514 289-2211, poste 5959

**Réseau Hydro :** 289-5959

**Courriel externe :** [crhqmtl@hydroquebec.com](mailto:crhqmtl@hydroquebec.com)

**Courrier interne :** Club de récréation d'Hydro-Québec de la région de Montréal

[crhqmtl.com](http://crhqmtl.com)



Suivez-nous sur Facebook

La page Club de récréation d'Hydro-Québec - Mtl

## ÉQUIPE DE PRODUCTION DU JOURNAL

### Éditeur

David-Alexandre Paquette

### Rédactrice

Safia Sahli

### Révision linguistique

Vanessa  
Maisonnette-Rocheleau

### Graphisme

Boo Design

### Administration

Carole Venner

### Distribution

Denis Rocheleau

### Impression

Boo Design

### Publicité

[crhqmtl@hydroquebec.com](mailto:crhqmtl@hydroquebec.com)  
514 289-2211, poste 5959

### Site Web

[crhqmtl.com](http://crhqmtl.com)

### Commentaires

[crhqmtl@hydroquebec.com](mailto:crhqmtl@hydroquebec.com)



MIXTE  
Papier issu de  
sources responsables  
FSC® C103114

## FERMETURE DU BUREAU

Chers membres,

Nous souhaitons vous informer que le bureau du Club sera temporairement fermé, **du 25 juillet au 8 août 2025 inclusivement**, en raison de notre participation à l'Omnium Banque Nationale. Nous vous remercions sincèrement de votre compréhension et de votre soutien, et nous répondrons à toutes vos questions avec grand plaisir à notre retour!

## BILLETS EN VENTE AU BUREAU DU CLUB

Pour commander ou réserver, n'hésitez pas à communiquer avec nous. **Les taxes sont incluses dans nos prix.**

### CENTRES DE DÉTENTE

**Bota Bota spa-sur-l'eau** ..... 75,00\$

#### Spa Le Finlandais :

Accès aux bains 4 heures ..... 58,00\$

Massage et accès aux bains ..... 151,00\$

#### Strøm Spa Nordique :

Accès aux bains ..... 75,00\$

Massage suédois, 60 min ..... 133\$



Plusieurs autres ententes sont valides sur présentation de votre carte de membre chez différents partenaires, que ce soit pour une activité sportive, culturelle, de détente, et bien d'autres. Consultez les détails sur le site Web du Club, dans la section « Promotions », sous l'onglet « Activités ».

## ABONNEMENT À L'INFOLETTRE

Abonnez-vous au service d'infolettre du CRHQMTL et recevez, par courriel, les nouvelles de dernière heure. Rendez-vous sur notre site Web pour vous inscrire.

## IMPORTANT

Le prélèvement de votre cotisation annuelle au CRHQMTL se fait à la période 12 (mi-juin) pour les employés actifs. Pour les retraités, vous devez faire parvenir votre paiement, soit par chèque ou virement bancaire. Prenez note également que toute démission au CRHQMTL doit être mentionnée AU PLUS TARD le 1<sup>er</sup> avril de l'année en cours, sans quoi votre cotisation se prélèvera automatiquement pour l'année suivante.

## TRUITES, NATURE ET CAMARADERIE MALGRÉ LA PLUIE!

Les vendredi et samedi 23 et 24 mai derniers, nous avons accueilli un total de 71 pêcheurs et pêcheuses, dont 22 enfants, dans le cadre de notre activité de pêche à la truite à la Pourvoirie du Lac Croche de St-Côme.

Malgré l'absence de soleil et la pluie qui s'est invitée un bon moment, les gens ont fait contre mauvaise fortune bon cœur et ont tout de même pu profiter de leur journée. Car mentionnons tout de même un aspect très positif à cette mauvaise température : l'absence de moustiques!

La question qui a été posée le plus souvent au cours de ces deux journées : Est-ce que les poissons sont dans la chaloupe ou dans le lac? Hi! Hi! ☺

Enfin, un prix de participation par chaloupe a été remis aux participants.

On se reprend donc l'an prochain les 29 et 30 mai, mais cette fois-ci sous le soleil!

*Pierre Noisieux*

Accompagnateur des journées de pêche



## UNE JOURNÉE DE GOLF SUR LA RIVE-SUD!

C'est le 12 juin dernier qu'a eu lieu notre journée de golf au Club de golf La Vallée des Forts de Saint-Jean-sur-Richelieu. Notre arrivée sur place s'est faite sous le signe d'un spectacle d'aviation de l'armée, en répétition dans le cadre du Grand Prix. C'était franchement impressionnant de voir toutes les prouesses qu'il est possible d'effectuer avec un avion!

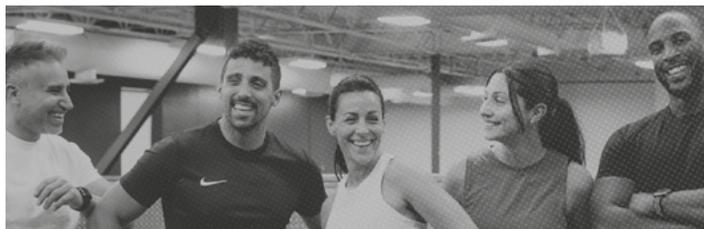
Après ce spectacle, les golfeurs étaient fébriles de commencer leur partie de golf, surtout que dame Nature était de notre côté! Après leur partie, les participants ont pu discuter de leurs performances en profitant de la terrasse, puis ceux qui le désiraient se sont installés pour le souper. Nous avons d'ailleurs eu droit à un accueil très chaleureux de la part du personnel du Club de golf, autant sur le terrain que dans la salle à manger.

Restez donc à l'affût de notre choix de terrain pour l'an prochain; ce sera assurément un rendez-vous à ne pas manquer!

*Carole Venner*

Conseillère administrative





## GYM FIT FORME

Nous avons conclu un tout nouveau partenariat avec **Gym Fit Forme!** Grâce à cette entente, vous aurez désormais accès à un tarif préférentiel sur leurs divers abonnements :

- **Forfait Premium** : Économisez plus de **75 \$**
- **Forfait Fit Plus** : Profitez d'un rabais de **50 \$**
- **Forfait de Base** : Bénéficiez d'une réduction de **25 \$**
- **Frais d'adhésion** : Économisez **19,99 \$** (avant taxes) sur les frais initiaux lors de votre inscription

Ce sera l'occasion idéale de vous remettre en forme dans un environnement stimulant et énergique avec des installations modernes et des cours variés et adaptés à tous les niveaux.

Pour profiter de cette offre exclusive, il vous suffit de contacter directement le Gym Fit Forme de votre choix en mentionnant que vous êtes membre de notre Club!



## CINEPLEX

Profitez d'une pause cinéma à prix réduit!

Le Club de récréation d'Hydro-Québec est heureux d'offrir à ses membres des bons commerciaux de cinéma « Cineplex Scène+<sup>MC</sup> » à prix préférentiel!

**Prix membres : 14 \$**

**N.B.** : Si le bon commercial « Une entrée pour adulte » est échangé en ligne, il est soumis au paiement de frais de réservation en ligne. Ces frais de réservation permettent de réserver un siège à l'avance en ligne et de partager des billets numériques. Ils s'appliquent aux quatre premiers billets d'une transaction et sont de 1,50 \$ (taxes en sus). Ces frais sont réduits à 1 \$ (taxes en sus) pour les membres du programme Scène+<sup>MC</sup> et entièrement supprimés pour les membres du programme CinéClub<sup>MC</sup>. Aucuns frais ne seront appliqués pour les bons commerciaux échangés directement dans nos cinémas.



**Cineplex n'est pas affiliée à cette offre.** <sup>MD/MC</sup> **Cineplex Divertissement LP ou utilisation sous licence.**

Pour effectuer l'achat de vos billets, communiquez avec nous par courriel au [crhqmtl@hydroquebec.com](mailto:crhqmtl@hydroquebec.com).

## CF MONTRÉAL

**Rejoignez-nous pour une saison inoubliable avec le CF Montréal!** Cette année encore, nous aurons des billets disponibles pour tous les matchs à domicile de la **saison 2025** du CF Montréal au **stade Saputo**. Venez soutenir votre équipe préférée et vivre des moments inoubliables avec nous!

**Catégories de billets disponibles :**

- **Catégorie Vert** – Section 125, rangées EE et FF **53,50 \$ par billet**, taxes incluses
- **Catégorie Bleu ciel** – Section 125, rangée R **42 \$ par billet**, taxes incluses



Veuillez noter que les billets sont vendus en paires. Ne ratez pas cette opportunité de faire partie de l'action et de partager votre passion pour le CF Montréal avec d'autres partisans dévoués!



## LES GRANDS EXPLORATEURS

**Explorez le monde autrement — à prix réduit!** Notre entente avec Les Grands Explorateurs est enfin renouvelée! Vous pourrez donc de nouveau profiter de rabais exclusifs sur une sélection de documentaires de voyage fascinants. Restez à l'affût de la programmation et laissez-vous inspirer par des découvertes culturelles d'ici et d'ailleurs.

Pour les réservations, **veuillez consulter notre site Web** : <https://www.crhqmtl.com/promotions>

DEVENEZ ABONNÉ ★★★★★ TARIFS PRÉFÉRENTIELS sur les abonnements en salle ou en ligne <small>Tarifs avant taxes applicables</small>	Votre tarif réduit en salle	<b>127,50 \$</b> <del>136,50 \$</del> <small>rég.</small>
	Votre tarif réduit en ligne	Classique <b>120,00 \$</b> <del>127,50 \$</del> <small>rég.</small> Prestige <b>169,50 \$</b> <del>183,00 \$</del> <small>rég.</small>
	Code promotionnel	LGE-HYDROMTL122



## IDOLEM

**Prenez une pause. Respirez. Transpirez!** Chez **Idolem**, chaque séance de yoga est un voyage vers l'équilibre, la force et la paix intérieure.

Grâce à notre nouvelle entente, vous pourrez bénéficier d'un **rabais exclusif de 20 %** sur tous les forfaits de yoga. N'hésitez pas à aller découvrir l'énergie unique d'un studio zen, accueillant et sans jugement. Peu importe votre niveau, votre corps saura vous remercier!

Pour bénéficier de cette offre exclusive, communiquez directement avec Idolem en mentionnant que vous êtes membre de notre Club.



## ALOUETTES DE MONTRÉAL

Venez soutenir les champions en titre dans une ambiance conviviale au stade Percival-Molson. Montréal compte sur votre présence pour faire vibrer les tribunes! **Profitez d'un rabais exclusif de 30 %** sur vos billets.

Pour les réserver, rendez-vous dans la section « Billetterie » de notre site Web!



## LA RONDE

**Profitez de La Ronde à petit prix!** Obtenez votre billet d'un jour à seulement **42 \$**, valable en tout temps, peu importe la date de votre visite. Une occasion parfaite de vivre l'adrénaline des manèges, les spectacles en plein air et l'ambiance festive du parc à prix avantageux! Faites le plein de sensations sans compromis!

Pour effectuer l'achat de vos billets, communiquez avec nous par courriel au [crhqmtl@hydroquebec.com](mailto:crhqmtl@hydroquebec.com).



## LE QUÉBEC EN LUMIÈRE... ET EN MUSIQUE!

Dans la continuité de la réorientation de nos voyages à l'intérieur du pays, et toujours en réponse au contexte actuel entre les États-Unis et le Canada, le CRHQMTL poursuit sa mission de vous faire découvrir les richesses de notre territoire.

Après Toronto, nous vous inviterons donc à plonger au cœur de notre patrimoine avec deux escapades uniques au Québec!

### UN NOËL FÉRIQUE À QUÉBEC

Les **4 et 5 décembre prochains**, plongez dans la magie des Fêtes à Québec en visitant le célèbre **Marché de Noël allemand**. Entre chalets décorés, douceurs hivernales et ambiance chaleureuse, le **Vieux-Québec** vous transportera dans un décor digne des plus beaux contes de Noël.



Ce séjour comprendra le transport aller-retour en autocar de luxe, une nuit à l'**hôtel Hilton de Québec**, un petit-déjeuner ainsi qu'un dîner mémorable, le **5 décembre**, au restaurant **Le Parlementaire**. Des visites guidées du **Château Frontenac**, du **Parlement** et du **Morrin Centre**, ainsi que du temps libre pour explorer le Marché seront également au programme.



Un coupon rabais valide dans la célèbre boutique de Noël, les pourboires pour les repas et les services d'un accompagnateur **Gendrontours** compléteront cette escapade enchantée!

**Veuillez noter qu'une adresse de résidence au Québec est requise pour bénéficier du rabais Explore Québec.**

	OCCUPATION DOUBLE	OCCUPATION TRIPLE	OCCUPATION QUADRUPLE
<b>Prix hâtif membres</b> (jusqu'au 3 octobre)	295 \$	275 \$	255 \$
<b>Prix membres</b> (après le 3 octobre)	360 \$	340 \$	320 \$
<b>Prix non-membres</b>	395 \$	375 \$	355 \$

\* Les prix sont par personne et les taxes sont incluses.  
\*\* Prix en occupation simple offerts sur demande.

**Date de début des inscriptions : 8 septembre 2025**  
 **Date limite pour les inscriptions : 31 octobre 2025**

### CHARLEVOIX EN FÊTE : SOUPER-SPECTACLE ET NUITÉE DE RÊVE

Les **18 et 19 octobre prochains**, vivez une escapade haute en couleur au cœur de **Charlevoix**! Plongez dans l'ambiance électrisante de la **Maison du Bootlegger**, un lieu mythique empreint d'histoire et de mystère, pour un **souper-spectacle** inoubliable au rythme du rock & roll avec le **Bootlegger House Band**.

Après la fête, offrez-vous une nuit de détente au prestigieux **Fairmont Le Manoir Richelieu**, où charme, confort et raffinement vous attendront. Un petit-déjeuner copieux, une visite guidée de la **Maison du Bootlegger** et un moment libre au **Casino de Charlevoix** avec carte-cadeau et crédit à miser compléteront cette aventure unique.

Le transport aller-retour en autocar de luxe, les repas, les pourboires et les services d'un accompagnateur Gendrontours seront inclus. Ce sera donc l'occasion parfaite de vivre Charlevoix autrement entre histoire, divertissement et élégance!



	OCCUPATION DOUBLE	OCCUPATION TRIPLE	OCCUPATION QUADRUPLE
<b>Prix hâtif membres</b> (jusqu'au 16 juillet)	395 \$	375 \$	355 \$
<b>Prix membres</b> (après le 16 juillet)	460 \$	440 \$	420 \$
<b>Prix non-membres</b>	495 \$	475 \$	455 \$

\* Les prix sont par personne et les taxes sont incluses.  
\*\* Prix en occupation simple offerts sur demande.

**Date limite pour les inscriptions : 5 septembre 2025**



## RALLYE PÉDESTRE - ÉDITION 2025

Le rallye pédestre du CRHQMTL aura lieu le samedi 25 octobre 2025.

À la demande générale, l'édition de cette année aura lieu sur la Rive-Sud de Montréal. Toutefois, le tout n'étant pas complètement finalisé et notre choix final de circuit n'étant pas défini, nous vous reviendrons plus tard avec tous les détails. Restez à l'affût!

*Dominique St-Amour*

Directrice des événements spéciaux



**Rallye Bottine**  
L'organisateur de votre rallye pédestre

**15% DE RABAIS EN LIGNE**

Code promo : **HYDRO15**

**25% DE RABAIS SUR PLACE**

Profitez de l'expérience thermale  
du lundi au jeudi pour vous et un invité\*

**strøm**  
SPA NORDIQUE

\*Certaines conditions s'appliquent.



## TOURNOI DE BALLE DONNÉE

Le Club de récréation est fier de vous annoncer la tenue de la 10<sup>e</sup> édition de son tournoi annuel de balle donnée!

Joignez-vous à nous les 20 et 21 septembre prochains au parc Jarry pour un week-end sportif et convivial. Nous sommes à la recherche d'équipes mixtes passionnées, composées d'au moins 11 joueurs, pour participer à cet événement incontournable.

Chaque équipe disputera au moins trois parties, le tout dans une ambiance festive et compétitive. Pour vous inscrire, n'oubliez pas de :

- Former une équipe avec des membres du CRHQMTL, des conjoints de membres ou des employés d'Hydro-Québec.
- Désigner un capitaine d'équipe dynamique.
- Inclure au minimum trois joueuses dans votre formation.
- Vous rendre disponibles tout le week-end pour profiter pleinement de l'événement.

De plus, nous recherchons des marqueurs bénévoles pour nous aider à comptabiliser les points et contribuer à la réussite de cette belle célébration sportive. Si vous êtes intéressés ou connaissez quelqu'un qui pourrait l'être, contactez-nous dès maintenant au bureau du Club!

**Tarif : 350 \$/équipe**



**Date limite pour les inscriptions :**

**29 août 2025**

Pour vous inscrire, rendez-vous sur notre site Web, dans la section « Événements », et remplissez le formulaire d'inscription qui s'y trouve!



**Desjardins**  
Caisse Hydro

**Notre force : bien vous connaître**

Découvrez des services financiers adaptés à votre réalité professionnelle

514 289-3500 1 800 340-1322  
desjardins.com/caisse-hydro



**Assurance groupe  
habitation et auto**

À tous les membres du Club de récréation d'Hydro-Québec de la région de Montréal

# Économisez jusqu'à 40 %\* sur vos assurances auto et habitation.



Obtenez une soumission  
dès aujourd'hui!  
[groupecoop.ca](http://groupecoop.ca)  
1-800-387-1963



**co-operators**



Les assurances habitation et auto sont souscrites par La Compagnie d'assurance générale Co-operators. \*Toutes les économies pour polices combinées sont fondées sur les rabais et les taux déposés. Les économies varient selon le profil d'assurance individuel et ne sont pas garanties. Les économies varient selon les provinces. L'offre de polices combinées annoncée comprend un rabais de bienvenue pour la nouvelle clientèle en assurance habitation, un rabais pour absence de sinistre dans les cinq dernières années, une tarification pour dossier sans infraction (en Ontario) et un rabais pour dossier sans infraction (en Nouvelle-Écosse, en Alberta, au Nouveau-Brunswick et au Québec) pour la clientèle en assurance auto. Le rabais de bienvenue est réservé exclusivement aux propriétaires occupants et occupants (excluant les condos, les maisons mobiles et les résidences saisonnières et d'orfères en location). La tarification ou le rabais pour dossier sans infraction est offert pour les véhicules de tourisme et requiert que le conducteur ou le conducteur n'ait aucune condamnation pour infraction mineure, majeure ou criminelle/grave ni aucune suspension pour points d'inaptitude dans les trois dernières années. Certaines conditions, limitations et exclusions peuvent s'appliquer. Communiquez avec une représentante autorisée ou un représentant autorisé Co-operators pour en savoir plus sur ces économies et les critères d'admissibilité. La Compagnie d'assurance générale Co-operators s'engage à protéger la vie privée de sa clientèle, ainsi que la confidentialité, l'exactitude et la sécurité des renseignements personnels recueillis, utilisés, conservés et divulgués dans le cadre de ses affaires. Veuillez consulter notre politique de confidentialité pour en savoir plus. © La Compagnie d'assurance générale Co-operators, 2024. G6064F (01/24)