



EN VEDETTE

- La fête familiale de l'hiver ! p. 3
- Le formulaire pour la fête de Noël p. 3
- 7^e édition du tournoi de balle donnée p. 4
- Commandez vos billets de ski p. 5

LE PÈRE NOËL ARRIVE BIENTÔT

C'est avec beaucoup d'enthousiasme que le père Noël se prépare à venir faire la rencontre de vos enfants lors du dépouillement d'arbre de Noël organisé par le Club, où émerveillement et surprises seront au rendez-vous.

Il nous a envoyé une lettre provenant directement du pôle Nord mentionnant que les lutins travaillent déjà très fort à la fabrique de jouets pour préparer tous les cadeaux qui seront distribués à vos enfants, tandis que mère Noël est partie faire les courses afin de se procurer les ingrédients nécessaires pour concocter une délicieuse collation qui vous sera offerte en après-midi. D'autres lutins préparent le matériel nécessaire au bricolage et aiguisent leurs crayons de maquillage. Certains d'entre eux sont comédiens et répètent leur numéro pendant que d'autres lutins installent les décorations et s'assurent que les structures gonflables sont bien gonflées. La fée des Étoiles sera également des nôtres. Elle remettra les cadeaux à ceux qui ne désirent pas rencontrer le père Noël, et elle pourra se faire prendre en photo avec vos tout-petits.

L'événement aura lieu **le dimanche 8 décembre**, au collège Notre-Dame situé au 3791, chemin Queen-Mary, à Montréal (en face de l'oratoire Saint-Joseph). Les portes ouvriront dès 13 h pour un après-midi rempli de magie ! Nous vous invitons à remplir le formulaire d'inscription et à nous le retourner au bureau du Club avant **le 18 novembre 2019** avec votre paiement. Les taxes sont incluses dans le prix.

Prenez note que cette fête est destinée aux **enfants âgés de 10 ans et moins** et que le père Noël apportera des cadeaux uniquement aux enfants inscrits. Il sera donc impossible de s'inscrire sur place le jour même.

La fête de Noël est une activité exclusive aux membres du Club de récréation d'Hydro-Québec. Si vous désirez devenir membre et participer à la fête de Noël, vous devez remplir le formulaire d'adhésion (accessible en ligne) et y joindre un paiement de 25 \$.

Au plaisir de vous y voir !

NOUVEAU PRIX



Un ajustement de tarif a été effectué au Strøm spa nordique.

Le billet pour l'accès aux bains que vous vous procurez au bureau du Club vous coûtera désormais 44 \$, taxes incluses. Ce billet est valide à l'Îles-Sœurs, à Mont-Saint-Hilaire, à Sherbrooke et à Québec. Le tarif du massage suédois de 60 minutes reste le même, soit 86 \$ taxes incluses. Les conditions restent également les mêmes, c'est-à-dire que ces billets sont valides en tout temps, sans date d'expiration, et que le pourcentage de réduction reste très intéressant par rapport au tarif courant.

Merci de votre compréhension.

ROCKETS

Le Club a des billets pour toutes les parties de la saison 2019-2020 présentées à la Place Bell, à Laval.
Tarif : 25 \$, taxes incluses (courant : 36 \$), section 102, rangée W, sièges 1 et 2



Dépêchez-vous de réserver vos billets, puisque nous en avons en quantité limitée.



LES CANADIENS À OTTAWA!

Le 22 février 2020, le Club de récréation vous invite dans la belle ville d'Ottawa pour venir voir une partie des plus enflammées entre les Canadiens de Montréal et les Sénateurs d'Ottawa !

VOTRE VOYAGE COMPRENDRA :

- Le transport aller-retour en autocar de luxe
- 1 billet dans la section 307 pour assister à la partie
- La protection offerte par le Fonds d'indemnisation des clients des agents de voyages

* Le dîner et le souper, les dépenses personnelles, les activités optionnelles, le pourboire et les assurances médicales sont exclus.

Tarif hâtif* membres	105 \$
Tarif membres	120 \$
Tarif non-membres	135 \$

* **Le tarif hâtif est valide jusqu'au 29 novembre** seulement, alors faites vite !
Tous ces tarifs incluent les taxes. Les tarifs membres s'appliquent aux membres et à leur famille immédiate (conjoint et enfants de moins de 18 ans). Le pourboire offert au chauffeur sera à votre discrétion.



Date limite d'inscription : 20 décembre 2019

Deux points de départ offerts :

- Montréal
- Longueuil

Pour vous inscrire, contactez-nous au bureau du Club !

MIEUX CONSOMMER : LE RABAI S PREND FIN SOUS PEU !

D'ici au **31 décembre 2019**, achetez vos pommes de douche et aérateurs WaterSense® sur le site d'Hydro-Québec et **obtenez un rabais de 15 % sur le prix courant** (code promotionnel : HQ15).

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, 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 tarif est de 35 \$ par année.

CARTE SUPPLÉMENTAIRE : En tant que membre, vous pouvez vous procurer une carte supplémentaire au coût de 5 \$ par année pour votre conjoint ainsi que pour vos enfants âgés de moins de 18 ans.

COORDONNÉES DU BUREAU DU CLUB

Besoin de renseignements ?

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

Lundi, mardi et mercredi : 8 h à 16 h (fermé de 11 h 30 à 12 h 30)

Jeudi : 8 h à 16 h (ouvert le midi)

Vendredi : 8 h à 15 h (ouvert le midi)

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

Siège social – Rez-de-chaussée

Carole Venner - Sara Brien-Robidoux

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

Réseau public : 514 289-2211, poste 5959

Réseau Hydro : 289-5959

Télécopieur : 514 289-2209

Courriel externe : crhqmtl@hydro.qc.ca

Courriel interne : Club de récréation d'Hydro-Québec

de la région de Montréal

crhqmtl.com



Suivez-nous sur Facebook

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

ÉQUIPE DE PRODUCTION DU JOURNAL

Éditeur

Mathieu Dulude

Rédactrice

Sara Brien-Robidoux

Révision linguistique

Vanessa Maisonneuve-Rocheleau

Graphisme

Marion Stojic

Administration

Carole Venner

Distribution

Mario Rivest

Impression

Boo Design

Publicité

crhqmtl@hydro.qc.ca

514 289-2211, poste 5959

Site Web

crhqmtl.com

Commentaires

crhqmtl@hydro.qc.ca



MIXTE
Papier issu de
sources responsables
FSC® C103114



1 PAIRE DE BILLETS DE SKI
POUR TREMBLANT

2 LAISSEZ-PASSER AU STROM
SPA NORDIQUE

DATE LIMITE POUR PARTICIPER : 18 NOVEMBRE 2019

Les inscriptions se font en ligne seulement, sur notre site Web, en cliquant sur le formulaire se trouvant en page d'accueil.

Vous devez être membre du Club de récréation d'Hydro-Québec de la région de Montréal inc. pour participer.

En plus de notre site Web, aimez notre page Facebook :

Club de récréation d'Hydro-Québec - Mtl

LES GAGNANTS DU MOIS PRÉCÉDENT SONT :

Guillaume Rousseau

1 paire de billets pour les Canadiens de Montréal

Carl Dagneault

2 laissez-passer pour le Strom spa nordique

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.

LE ROCKET DE MONTRÉAL

Prix unique **25,00 \$**

CINÉMA

Guzzo **8,00 \$**

Cineplex Odeon **9,75 \$**

CENTRES DE DÉTENTE

Spa Eastman Montréal **96,00 \$***

Spa Le Finlandais **38,00 \$**

Strøm spa nordique :

Accès aux bains **44,00 \$**

Massage suédois, 60 min **86,00 \$**



* Inclut l'accès libre à l'espace de thérapie et, au choix, un massage de 60 minutes ou un soin facial de 75 minutes.

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

Pour répondre à une requête d'Hydro-Québec, le prélèvement de votre cotisation annuelle au CRHQMTL se fera désormais à la période 12 (mi-juin) (anciennement période 8, mi-avril) pour les employés actifs et à la période 11 (15 mai) (anciennement période 7, 15 avril) pour les retraités membres du CRHQMTL.

Prenez note également que toute démission au CRHQMTL doit être mentionnée AU PLUS TARD le 1^{er} avril de l'année en cours, sans quoi votre cotisation se prélèvera automatiquement pour l'année suivante.

FORMULAIRE D'INSCRIPTION FÊTE DE NOËL 2019

Prenez note que seules les inscriptions reçues et payées d'ici
le 18 novembre 2019 seront admissibles au kiosque de cadeaux.

Nom : _____ Prénom : _____

Adresse du domicile : _____

Ville : _____

Courriel : _____

N° de membre : _____

Tél. (domicile) : _____ Tél. (bureau) : _____

ENFANTS

Prénom	Âge
1 : _____	_____
2 : _____	_____
3 : _____	_____
4 : _____	_____
5 : _____	_____

PERSONNES INSCRITES	Nombre	Tarif	Sous-total
Enfants	_____ x	15 \$	= _____ \$
Adultes	_____ x	5 \$	= _____ \$
			Total : _____ \$

De quelle façon désirez-vous récupérer vos billets ?

(Veuillez cocher votre réponse.)

- Par courrier personnel (À la maison : joindre une enveloppe format lettre affranchie.)
- Par courrier interne
Code postal et étage de votre bureau :
- Au bureau du Club



Au plaisir de vous voir au Collège Notre-Dame le 8 décembre prochain !

* LA FÊTE FAMILIALE HIVERNALE EST DE RETOUR... À SAINT-JEAN-DE-MATHA !



Étant donné le franc succès de la dernière édition, le Club a décidé de ramener cette année son **activité familiale hivernale** tant aimée! Attachez votre tuque et enfiler vos bottes d'hiver, car c'est toute une journée aux **glissades de Saint-Jean-de-Matha** qui vous attend le **samedi 22 février 2020** !

Située dans Lanaudière, cette montagne vous propose plus d'une trentaine de pistes que vous pourrez dévaler sur tubes ou en rafting. De plus, vous pourrez aussi profiter des sentiers de ski de fond, du parcours de patin et des promenades en traîneaux (location d'équipement disponible à la boutique; tous frais de location et frais supplémentaires pour les activités sont à votre discrétion).

Qui plus est, vous n'aurez pas à penser à vous préparer un lunch, car nous aurons droit à un dîner de type BBQ EXCLUSIF POUR NOTRE GROUPE ! Burgers, hot-dogs, patates frites, soupes et autres seront au menu !

LES MEMBRES QUI S'INSCRIRONT AU PLUS TARD LE 20 DÉCEMBRE auront la chance de participer au tirage de 2 billets pour adultes et de 2 billets pour enfants pour assister à une représentation du Cirque du Soleil ce printemps ! ET CE N'EST PAS TOUT ! Tout les participants auront la chance de gagner des prix de présence !

FORMULAIRE D'INSCRIPTION POUR LA FÊTE DE FAMILLE (GLISSADE SAINT-JEAN-DE-MATHA)

Le samedi 22 février à Saint-Jean-de-Matha

Date limite d'inscription : 31 janvier 2020

Nom : _____ Prénom : _____
Tél. (domicile) : _____ Tél. (bureau) : _____
Courriel : _____
N° de membre : _____

Tarifs	Membres	Non-membres	Sous-total
13 ans et +	_____ x 32 \$	_____ x 44 \$	
4 à 12 ans	_____ x 26 \$	_____ x 36,50 \$	
0 à 3 ans	_____ x 6 \$	_____ x 12,50 \$	
Total			



7^e ÉDITION DU TOURNOI DE BALLE DONNÉE

C'est la fin de semaine du 14 et 15 septembre que s'est déroulée la 7^e édition du tournoi de balle donnée. Cette année, le tournoi s'est tenu au parc Georges-Vernot, car le parc Jarry était envahi par le baseball mineur de Montréal, qui y tenait ses championnats provinciaux !

La journée du samedi a débuté avec un retard de 30 minutes en raison de la pluie, mais ce fut la seule interruption de la fin de semaine. En tout, onze équipes étaient inscrites pour cette édition.

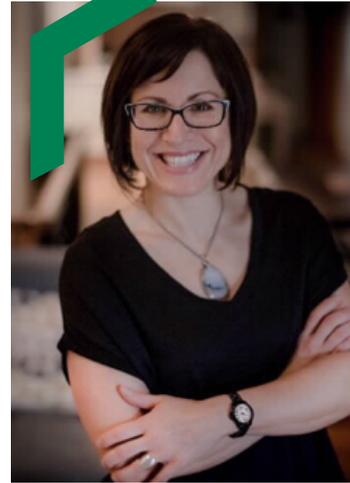
La compétition, très amicale, s'est déroulée rondement avec des joutes serrées au pointage. De beaux jeux en défensive et en offensive ont pu être appréciés tout au long du week-end. C'est dimanche après-midi qu'ont eu lieu deux demi-finales fort excitantes. Et que dire de la finale, qui s'est conclue par une victoire de 8 à 6 du Bloody Mix face au Récréatif !

Félicitations à tous les participants ainsi qu'aux champions, et nous vous donnons rendez-vous l'an prochain pour la 8^e édition !

Denis Rocheleau
Président du CRHQMTL

GUYLAINE CARLE, M.P.S.

MIDI-CONFÉRENCE



19 novembre, 11 h 30 à 13 h
Lunch servi de 11 h 30 à 12 h

Les habitudes de gestion favorisant la santé et la réussite des équipes en période de turbulences

Lieu : Espace Caisse Hydro (rez-de-chaussée du siège social Hydro)

Réservé aux membres et non-membres Hydro-Qc.

Pour information ou inscription : yolaine.audet@desjardins.com



15%
de rabais

MIEUX CONSOMMER

Économisez l'eau. Économisez gros.

Économisez plus de 40 000 litres d'eau et 100\$* par année sur votre facture d'électricité grâce à la trousse de produits économiseurs d'eau homologués WaterSense®.

Les produits sont garantis 10 ans et la livraison est gratuite.

Achetez une trousse avant le 31 décembre 2019 et profitez d'une réduction de 15 %.

Code promo : HQ 15

Visitez la page : www.hydroquebec.com/economiser-eau

Ou appelez au **514 677-0099** ou sans frais **1 855-882-0099**

* Pour une famille de 4 personnes.



COMMANDEZ VOS BILLETS DE SKI POUR TREMBLANT, LE MASSIF, MONT-SAINTE-ANNE, STONEHAM ET LE RELAIS

Date limite de commande : 22 novembre

Tous les tarifs mentionnés dans le formulaire de commande incluent les taxes. Tous les billets commandés sont valides en tout temps, pour une ou deux saisons (aucune restriction pour le temps des Fêtes ni pour la semaine de relâche).

TREMBLANT

Deuxième chance pour commander vos billets de Tremblant, au prix de 75,50 \$, taxes incluses. (Le prix courant est de 124,35 \$ – billets 13 ans et plus.)

LE MASSIF, MONT-SAINTE-ANNE, STONEHAM, LE RELAIS

Les billets pour Le Massif et Tremblant sont valides pour la saison 2019-2020 et pour Mont-Sainte-Anne, Stoneham et Le Relais sont valides deux ans, soit pour les saisons 2019-2020 et 2020-2021.

Pour profiter de ces réductions, vous devez être membre du Club de récréation, remplir le formulaire et le retourner au bureau du Club avec votre paiement **avant la date limite mentionnée**.

Important : Vous serez avisés par courriel lorsque les billets seront arrivés à notre bureau.

Bonne saison de ski !

COMMANDE DE BILLETS DE SKI

Formulaire à retourner avec votre paiement au bureau du CRHQMTL. Les prix incluent les taxes.

Nom : _____ Prénom : _____
N° de membre : _____ Courriel : _____
Tél. (travail) : _____ Tél. (résidence) : _____

Mentionnez le nombre de billets que vous désirez et le total du montant à payer.

TREMBLANT

13 ans et plus : _____ × 75,50 \$ = _____

MONT-SAINTE-ANNE

Adulte (18 à 64 ans) – 8 h 30 à 15 h 45 : _____ × 77 \$ = _____

Adulte (18 à 64 ans) – 16 h à 21 h : _____ × 28 \$ = _____

STONEHAM

Adulte (18 à 64 ans) – 9 h à 16 h : _____ × 63 \$ = _____

Adulte (18 à 64 ans) – 16 h à 22 h : _____ × 28 \$ = _____

LE RELAIS

Adulte (18 à 64 ans) – 9 h à 16 h ou 12 h à 21 h 30 : _____ × 44 \$ = _____

Adulte (18 à 64 ans) – À partir de 16 h : _____ × 29 \$ = _____

LE MASSIF

Adulte (18 à 64 ans) – En tout temps : _____ × 85 \$ = _____

Adulte (18 à 64 ans) – Dimanche au vendredi : _____ × 80 \$ = _____

Vous voulez recevoir vos billets par courrier recommandé à la maison ?

- J'ajoute le montant de 15 \$ à ma commande de billets de ski pour payer les frais postaux.

Adresse à la maison : Adresse : _____

Ville : _____ Code postal : _____

STÉPHANIE JULIEN

MIDI-CONFÉRENCE



6 novembre, 11 h 30 à 13 h
Lunch servi de 11 h 30 à 12 h

Naturopathe

Épi quoi ?
On parle d'épigénétique!
Réponses sur la compréhension
des problèmes de santé
pour ainsi mieux les prévenir.

Lieu : Espace Caisse Hydro (rez-de-chaussée du siège social Hydro)

Réservé aux membres et non-membres Hydro-Qc.

Pour information ou inscription : yolaine.audet@desjardins.com



ÉDOUARD MICHEL

MIDI-CONFÉRENCE



7 novembre, 11 h 30 à 13 h
Lunch servi de 11 h 30 à 12 h

Directeur de comptes

Assurance La Personnelle

Lieu : Espace Caisse Hydro (rez-de-chaussée du siège social Hydro)

Réservé aux membres et non-membres Hydro-Qc.

Pour information ou inscription : yolaine.audet@desjardins.com





LUC DIONNE

MIDI-CONFÉRENCE

4 décembre, 11 h 30 à 13 h 30
Lunch servi de 11 h 30 à 12 h

AUTEUR DE LA SÉRIE POLICIÈRE

DISTRICT 31 – 4 saisons !

(plus de 1 million de téléspectateurs chaque soir !)

Pour toute inscription : yolaine.audet@desjardins.com

Lieu : Espace Caisse Hydro (rez-de-chaussée du siège social Hydro)
Réservé aux membres et non-membres Hydro-Qc.



« L'avenir appartient à ceux qui mangent mieux »

Viandes biologiques et naturelles, charcuteries et œufs frais



Livraison à domicile
+ Nouveau : le mardi soir

Commandez en ligne et profitez
d'un rabais exclusif de 5%.

Code promo : **CRHQMTL**

FermesValens.com

À tous les membres du Club de Récréation d'Hydro-Québec

Obtenez une soumission aujourd'hui et nous vous offrirons deux billets de cinéma!

Lorsque vous choisissez l'assurance groupe auto* et habitation de Co-operators pour répondre à vos besoins d'assurance, voici ce dont vous bénéficiez :

- > jusqu'à 40 %** d'économies en combinant votre assurance auto* et habitation
- > des conseils gratuits de notre Garantie du Service des sinistres en cas de réclamation
- > une protection et un service exceptionnels, y compris l'accès jour et nuit à notre service de règlements des sinistres
- > des tarifs concurrentiels et abordables



Appelez dès aujourd'hui pour demander une soumission d'assurance auto* et habitation et obtenez deux billets de cinéma Cineplex.

1-800-387-1963

Ne perdez pas de temps! Cette offre prend fin le 15 novembre 2019.



Suivez-nous  

Co-operatorsSM est une marque déposée du Groupe Co-operators limitée, utilisée sous licence. Les produits d'assurance groupe automobile et habitation sont souscrits par la Compagnie d'assurance COSECO et administrés par H.B. Gestion d'assurance collective Itée, des sociétés du Groupe Co-operators limitée. Les rabais, les garanties et les critères d'admissibilité varient d'une province à l'autre. *L'assurance automobile n'est pas offerte en Colombie-Britannique, au Manitoba ni en Saskatchewan. **Une fois tous les rabais calculés, les membres d'un groupe peuvent économiser jusqu'à 40 % sur l'assurance. Ce pourcentage a été déterminé d'après les taux de base de COSECO pour les clients résidant en Ontario et au Québec. Le total des rabais possibles, les garanties et les critères d'admissibilité varient d'une province à l'autre. L'offre est valide du 1 octobre au 15 novembre 2019 ou jusqu'à épuisement des effets. Des conditions s'appliquent : une seule offre promotionnelle par ménage. Pour être admissible, vous devez obtenir une soumission pour une nouvelle gamme de produits auprès d'un de nos représentants en assurance de dommages. Les soumissions obtenues en ligne ne sont pas admissibles. Par «soumission pour une nouvelle gamme de produits», on entend une gamme pour laquelle le client (actuel ou potentiel) ne détient actuellement aucune assurance auprès de Co-operators. Co-operators s'engage à protéger la vie privée de ses clients, ainsi que la confidentialité, l'exactitude et la sécurité des renseignements personnels recueillis, utilisés, conservés et divulgués dans le cadre de ses affaires. Pour en savoir plus, rendez-vous à cooperatorsassurancegroupe.ca. Cineplex n'a ni commandité ni approuvé la présente promotion. G3092F (HBOG10) (01/19)

Ce programme d'assurance groupe est offert uniquement par l'entremise de notre Centre de contact et de notre site Web.

Des offres exceptionnelles, juste pour vous

À titre d'employé de Hydro-Québec, vous avez droit à des rabais exclusifs sur les produits et services TELUS.



Voici comment vous pouvez économiser dès aujourd'hui :

L'offre que vous attendiez est arrivée. Obtenez 15 Go de données dès aujourd'hui.

Obtenez un iPhone XS 64 Go à 0 \$ d'acompte (taxes en sus) avec une entente de 2 ans et profitez de 6 Go de données partageables + 9 Go de données en prime pour 24 mois à seulement 68 \$/mois lorsque vous jumelez cette offre avec Option retour et Paiements faciles de TELUS. Le taux d'intérêt est de 0 %. ¹

Obtenez votre code de rabais à <https://hq.d2email.com/connexion>

L'offre peut être présentée à :

D2 TECHNOLOGIE

D2Technologie
Numéro de téléphone : 1-855-561-4407
Courriel : EPPCorporatif@d2technologie.ca

*Offre d'une durée limitée

 **TELUS**
détaillant autorisé*