



EN VEDETTE

Cartes virtuelles	p.2
Sorties de pêche	p.3
CPE Hydro-Québec	p.3
Nouvelles ententes, nouveaux billets	p.4
Voyage culturel au Saguenay	p.5
Voyage de baseball à Toronto	p.5
Tournoi de golf annuel	p.6
Sortie familiale estivale à Bromont	p.7

GLISSADES, SOURIRES ET SOLEIL : UNE JOURNÉE PARFAITE À SAINT-JEAN-DE-MATHA!

C'est par une belle journée ensoleillée que s'est tenue, le samedi 21 février dernier, notre activité familiale hivernale aux Super Glissades de St-Jean-de-Matha.

Le froid n'a pas eu raison de nos 120 participants, qui ont d'ailleurs pu bénéficier de chauffe-mains et de chauffe-pieds offerts gracieusement dès leur arrivée.

Des prix de présence ont également été remis, par tirage au sort, à quatre familles, gracieuseté du Club de récréation d'Hydro-Québec.



Les commentaires reçus concernant l'organisation et le déroulement de la journée ont été élogieux. Je tiens d'ailleurs à remercier Safia Sahl, conseillère en loisirs, et Carole Venner, conseillère administrative, pour leur excellent travail de préparation. Merci aussi à mon complice et conjoint, Michel Céré, pour son aide sur place lors de l'activité.

Au plaisir de vous revoir aussi nombreux l'an prochain pour une autre activité hivernale!

Diane Armand

Directrice des activités familiales et sociales



SORTIE DE SKI AU MASSIF + CRHQMTL = INDICE DE BONHEUR TRÈS ÉLEVÉ

Quel merveilleux souvenir retrouvé que cette sortie de ski au Massif de la Petite-Rivière-Saint-François. Après une longue disette postpandémie, nous avons enfin pu, avec l'aide d'Express Ski, reconquérir ce sommet que nous avons l'habitude de visiter tous les hivers.

Transport en autocar de luxe, collations, dîner, participants souriants et longues descentes sans attente lors des remontées ont permis aux skieurs et skieuses de vivre une journée exceptionnelle sur une magnifique montagne en compagnie de leurs conjoints, enfants, collègues et amis.

On se dit à très bientôt!

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, et à remplir le formulaire en ligne selon votre statut (cotisation annuelle de 30 \$).

FUTUR RETRAITÉ? Vous pouvez demeurer membre. Il est important de nous aviser de votre changement de statut (cotisation annuelle de 30 \$).

MEMBRE SPÉCIAL : Vous pouvez adhérer au CRHQMTL si vous n'êtes pas un employé d'Hydro-Québec. Le tarif est de 40 \$ par année.

COORDONNÉES DU BUREAU DU CLUB

Besoin de renseignements ?

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

Mardi, mercredi et jeudi : 10 h à 15 h (fermé de 12 h à 13 h) en présentiel au bureau

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

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

Carole Venner et Safia Sahli

1001, boulevard Robert-Bourassa, 8^e étage
Montréal (Québec) H3B 0A7

Réseau public : 514 289-2211, poste 5959

Réseau Hydro : 289-5959

Courriel externe : crhqmtl@hydroquebec.com

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

Directorat Communications

Rédactrice

Safia Sahli

Révision linguistique

Vanessa
Maisonneuve-Rochelleau

Graphisme

Boo Design

Administration

Carole Venner

Distribution

Denis Rocheleau

Impression

Boo Design

Publicité

crhqmtl@hydroquebec.com
514 289-2211, poste 5959

Site Web

crhqmtl.com

Commentaires

crhqmtl@hydroquebec.com



CARTES DE MEMBRES VIRTUELLES

Votre Club de récréation a décidé de passer à l'ère numérique et de se doter de cartes de membres virtuelles. Pour visualiser et présenter la vôtre chez nos partenaires, il suffit de vous connecter sur notre site Web en vous rendant à l'adresse suivante : www.crhqmtl.com/membres.

Lors de votre première connexion, vous devrez entrer votre adresse courriel Hydro (**soit hydroquebec.com ou hydro.qc.ca si vous êtes membre depuis plusieurs années déjà**) ainsi que votre numéro de carte de membre (incluant le tiret) à titre de mot de passe temporaire.

Vous serez ensuite invité.e à modifier votre courriel pour votre adresse personnelle (puisque les adresses Hydro ne sont pas supportées par notre système) et à vous créer un nouveau mot de passe.

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.**

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 84,00 \$

Massage suédois, 60 min 137,00 \$

Cineplex Scène+^{MC} 14,00 \$



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.

PÉRIODE DE RECRUTEMENT

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^{er} avril de l'année en cours, sans quoi votre cotisation se prélèvera automatiquement pour l'année suivante.

UNE TRADITION QUI SE POURSUIT : DEUX JOURNÉES DE PÊCHE À LA TRUITE MOUCHETÉE À SAINT CÔME!

Le Club vous invite à participer à deux magnifiques journées de pêche à la truite mouchetée à la pourvoirie du Lac Croche de Saint Côme, au cœur de la superbe région de Lanaudière. Cette activité printanière est idéale pour profiter du plein air, que ce soit en famille ou entre amis.

Deux dates vous sont ainsi offertes pour l'édition 2026 : **le vendredi 22 mai** et **le samedi 23 mai**. La pêche sera accessible **de 6 h à 17 h**, et l'inscription se fera à votre arrivée.

Le forfait comprend :

- L'accès au site de **6 h à 17 h**
- Une **limite de dix truites par permis**
- Une **embarcation équipée d'un moteur** (pour deux adultes et les enfants qui les accompagnent)
- Un **tirage de prix de participation** sur l'heure du dîner

Certains items ne sont pas inclus, mais sont disponibles sur place : **permis de pêche, vestes de flottaison, boîtes de vers et sacs de glace.**

Aucun service alimentaire n'étant offert, nous vous invitons à **apporter votre propre repas**. Des tables seront accessibles à l'intérieur comme à l'extérieur pour votre confort.



La période d'inscription prendra fin le 8 mai 2026. Pour vous inscrire, écrivez-nous à crhqmtl@hydroquebec.com.



Dates	22 et 23 mai 2026
Prix membres	65 \$
Prix non-membres	91 \$
Enfants de moins de 16 ans (À condition qu'ils soient inscrits sur le permis et le quota d'un adulte (ils pêchent donc sur le permis du parent, pour un total maximal de 10 truites), et seulement si la chaloupe compte deux adultes payants.)	Gratuit

Le paiement se fera par virement Interac (tous les détails vous seront fournis lors de votre inscription). Votre participation sera confirmée une fois votre paiement reçu.

CPE HYDRO-QUÉBEC - LE SAVIEZ-VOUS?

En tant qu'employé d'Hydro-Québec, vous bénéficiez de places prioritaires dans l'un des quatre (4) Centres de la petite enfance (CPE) en milieu de travail de la grande région de Montréal. N'hésitez pas à vous prémunir de cet avantage; ces CPE sont régulièrement à la recherche d'enfants d'Hydro-Québécois et d'Hydro-Québécoises!

Pour plus d'informations, vous pouvez consulter la page Intranet « Rémunération et autres avantages » :

<https://intranet.hydro.qc.ca/hqinfo/30462.htm#CPE>



CPE Au pied du Mont (St-Bruno-de-Montarville)

Directrice : Marianne Lebel

mlebel@cpeaupieddumont.com • 450 441-0090



CPE Le Petit Réseau (Maison du développement durable,

Métro St-Laurent, Montréal)

Directrice : Mylène Bouffard

mylene@lepetitreseau.com • 514 874-0206



CPE Les Lutins du Boulevard (boul. Pierre-de-Coubertin, Métro Assomption, Montréal)

direction@lutinsduboulevard.com • 514 251-7740



CPE les Mini-Watts (rue Guénette, Métro Henri-Bourassa/ Côte-Vertu, Montréal)

Directrice : Lamiae El Brigui

dg@mini-watts.ca • 514 338-4440



AMATEURS DE BASKETBALL - L'ALLIANCE DE MONTRÉAL

Nous vous offrons l'opportunité d'assister au match d'ouverture de la saison de l'Alliance de Montréal ce **vendredi 15 mai, à 19 h 30**, à l'Auditorium de Verdun.

L'Alliance de Montréal lancera son calendrier à domicile en accueillant les **Shooting Stars de Scarborough** pour une revanche des séries éliminatoires de 2025.

Coût du billet : 40,25 \$

Les billets sont vendus par paires seulement.

CIRQUE DU SOLEIL

Vivez une expérience extraordinaire avec **ECHO**, un spectacle époustoufflant du Cirque du Soleil qui émerveillera assurément petits et grands.

Date/Heure	PL	Section/Rangée
Vendredi 29 mai - 19 h 30	PL10	Section 202, rangées O et P
Samedi 27 juin - 16 h	PL9	Section 103, rangées C et D
Dimanche 12 juillet - 13 h 30	PL10	Section 201, rangées M et N
Samedi 18 juillet - 19 h 30	PL9	Section 103, rangées B et C

Prix déjà réduit pour les **membres du Club : 106,75 \$**

Billets vendus en nombres pairs seulement.

Pour effectuer l'achat de vos billets, communiquez avec nous **par courriel** au crhqmtl@hydroquebec.com. Le paiement peut se faire par virement Interac, par texto ou courriel (demandez la procédure pour ce faire). Votre paiement confirmera votre achat.

SOUTENEZ L'ÉQUIPE 100% QUÉBÉCOISE DE PREMIÈRE LIGUE CANADIENNE DE SOCCER

GRÂCE AU CRHQ, BÉNÉFICIEZ DE -15% SUR LES BILLETS DE TOUS NOS MATCHS À DOMICILE.

Rendez-vous dans votre espace dédié pour profiter de cette offre.



FC SUPRA  DU QUÉBEC



Jusqu'à **35 %** de rabais!

OMNIUM BANQUE NATIONALE

Ne manquez pas l'un des événements les plus attendus de la saison estivale!

Obtenez **35 % de rabais** sur vos billets pour **les huitièmes de finale, les quarts de finale et les demi-finales**, et **25 % de rabais** sur vos billets pour **la grande finale**, qui risque d'être enlevante. Ce sera l'occasion idéale de vivre des émotions fortes à prix réduit.

Veillez noter que, pour tous les matchs sélectionnés, les billets sont situés au niveau 300.

Huitièmes de finale

- Séance # 14 - Samedi 8 août 2026 (en après-midi), **84 \$ l'unité** (sections 326 et 327)
- Séance # 15 - Samedi 8 août 2026 (en soirée), **84 \$ l'unité** (section 328)
- Séance # 16 - Dimanche 9 août 2026 (en après-midi), **84 \$ l'unité** (section 328)
- Séance # 17 - Dimanche 9 août 2026 (en soirée), **84 \$ l'unité** (section 326)

Quarts de finale

- Séance # 18 - Lundi 10 août 2026 (en soirée), **103,50 \$ l'unité** (sections 326 et 327)
- Séance # 19 - Mardi 11 août 2026 (en soirée), **103,50 \$ l'unité** (section 326)

Demi-finales

- Séance # 20 - Mercredi 12 août 2026 (en soirée), **120,25 \$ l'unité** (sections 325 et 326)

Finale

- Séance # 21 - Jeudi 13 août 2026 (en soirée), **149,50 \$ l'unité** (section 305)

Les billets sont vendus en nombres pairs seulement.

** Comme l'horaire est sujet à modification en raison de la météo, assurez-vous de consulter l'horaire officiel des matchs sur le site Web de l'Omnium Banque Nationale avant de vous déplacer au stade IGA.

VOYEZ LE CF MONTRÉAL EN ACTION AU STADE SAPUTO!

Nous avons des billets pour tous les matchs à domicile de la saison 2026 du CF Montréal dans la catégorie suivante :

- **Catégorie Bleu Ciel, Section 125, Rangée R**
- **Coût à l'unité : 43 \$ taxes incluses**

Les billets sont vendus en nombres pairs seulement.

Veillez consulter le calendrier des matchs, disponible sur notre site Web.



LA FABULEUSE HISTOIRE D'UN ROYAUME

Partez avec **Gendrontours** du **1^{er} au 2 août 2026** pour vivre la **39^e édition** de **La Fabuleuse Histoire d'un Royaume**, un spectacle légendaire présenté à Chicoutimi-Saguenay. Depuis 1988, cette production grandiose émerveille grâce à ses **140 comédiens bénévoles**, ses chevaux, ses effets spéciaux de feu, d'eau et d'artifices, et sa mise en scène spectaculaire qui raconte l'histoire du **Saguenay-Lac-Saint-Jean** à travers celle de tout un peuple.

Ce forfait clés en main comprend le **transport en autocar de luxe**, une **nuitee** à l'hôtel Le Montagnais, **deux repas**, un **billet pour le spectacle** ainsi que plusieurs visites enrichissantes à la **Pulperie de Chicoutimi**, à l'**Économusée Verrerie d'Art Touverre** et au **Musée de la Petite Maison Blanche**. Les pourboires, taxes, services d'un accompagnateur de Gendrontours et la protection du Fonds d'indemnisation des clients des agents de voyages sont également inclus.

Une escapade culturelle, historique et inoubliable à ne pas manquer!



 **Date limite d'inscription :**
19 juin 2026

	Prix hâtif membres (jusqu'au 20 avril)	Prix membres régulier (après le 20 avril)	Prix non-membres
Occupation double	365 \$	430 \$	465 \$
Occupation triple	335 \$	400 \$	435 \$
Occupation quadruple	315 \$	380 \$	415 \$

VOYAGE DE BASEBALL À TORONTO

Notre voyage sportif sera de retour les **15 et 16 août prochains** pour une nouvelle escapade à Toronto! Découvrez l'ambiance unique du **Rogers Centre** en assistant au match tant attendu opposant les **Blue Jays de Toronto** aux **Yankees de New York**, le tout entourés d'autres passionnés dans un cadre spectaculaire.

Votre séjour comprendra le transport en autocar de luxe, une nuit au **Holiday Inn Toronto Downtown Centre** avec petit-déjeuner, votre billet électronique pour la partie (**section 514**), un tour d'orientation de la ville avec votre accompagnateur **Gendrontours**, ainsi que du temps libre pour découvrir ses divers quartiers animés. Vous profiterez aussi de la présence d'une personnalité sportive de **BPM SPORTS**, en plus des services professionnels de Gendrontours!



 **Date limite d'inscription :**
26 juin 2026

	Prix hâtif membres (jusqu'au 30 avril)	Prix membres régulier (après le 30 avril)	Prix non-membres
Occupation double	365 \$	430 \$	465 \$
Occupation triple	325 \$	390 \$	425 \$
Occupation quadruple	305 \$	370 \$	405 \$

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

Pour procéder à la réservation de vos places ainsi qu'au paiement, communiquez avec nous par courriel au crhqmtl@hydroquebec.com. Le paiement peut se faire par virement Interac, par texto ou courriel (demandez la procédure pour ce faire). Votre paiement confirmera votre réservation.



CENTRE DE GOLF LANAUDIÈRE

UN ÉVÉNEMENT INCONTOURNABLE : NOTRE TOURNOI DE GOLF ANNUEL!

C'est avec grand plaisir que le Club de récréation vous invite à son **tournoi de golf annuel**, qui aura lieu le **vendredi 10 juillet** prochain au **Centre de golf Lanaudière de l'Assomption**.

Votre journée comprendra : votre partie de golf (en formule Vegas), une voiturette, un coupon de dîner, des concours, une consommation gratuite offerte par la Caisse Desjardins Hydro, un souper de type méchoui et une remise de prix.



Puisque les places sont limitées, nous vous encourageons à vous inscrire dès le début de la période d'inscription, qui se déroulera du 5 mai au 23 juin 2026.

Date	10 juillet 2026
Prix membres	105 \$
Prix non-membres	135 \$

Le **formulaire d'inscription** sera disponible sur notre site Web, au www.crhqmtl.com, dès l'ouverture de la période d'inscription.

Pour procéder à l'inscription de votre quatuor ainsi qu'au paiement, **veuillez communiquer avec nous par courriel au crhqmtl@hydroquebec.com**. Le paiement pourra se faire par virement Interac, par texto ou courriel (demandez la procédure pour ce faire). Votre paiement confirmera votre inscription.



Pour tous les membres du Club de récréation Hydro-Québec de Montréal

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



Obtenez une soumission dès aujourd'hui!
1-800-387-1963 | groupecoop.ca
07019

Placements. Assurances. Conseils.



* Des conditions s'appliquent. Les assurances habitation et auto sont souscrites par La Compagnie d'assurance générale Co-operators. 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 repose sur les tarifs d'assurance groupe habitation et auto, et elle comprend un rabais de bienvenue pour la nouvelle clientèle en assurance habitation, un rabais pour absence de sinistre au cours des 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 copropriétaires, les maisons mobiles et les résidences saisonnières ou offertes en location). La tarification ou le rabais pour dossier sans infraction sont offerts pour les véhicules de tourisme et requièrent que la conductrice ou le conducteur n'ait aucune condensation pour infraction mineure, majeure, ou criminelle ou grave ni aucune suspension pour points d'insécurité au cours des trois dernières années. Certaines conditions, limitations et exclusions peuvent s'appliquer. Certains produits ne sont pas offerts dans toutes les provinces. L'assurance auto n'est pas offerte en Colombie-Britannique, en Saskatchewan ni au Manitoba. Communiquez avec une représentante autorisée ou un représentant autorisé Co-operators pour de l'information détaillée sur votre admissibilité à ces économies et sur la façon dont vous pourriez en profiter. Le présent document est fourni à titre informatif uniquement. Veuillez consulter votre police pour connaître les détails de votre protection ainsi que les restrictions et les exclusions qui s'appliquent. Co-operators est une marque déposée du Groupe Co-operators limitée, utilisée avec autorisation. 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. Consultez le page cooperators.ca/vie-privee pour en savoir plus. 101 Cooper Drive, Guelph, ON, N1C 0A4 | 1-800-265-2662. © La Compagnie d'assurance générale Co-operators, 2025. G6064F(10/25)

PARC AQUATIQUE DE BROMONT – UNE TRADITION ESTIVALE QUI SE POURSUIT!

Votre Club est ravi de vous proposer, **pour une troisième année consécutive**, une sortie familiale au **Parc aquatique de Bromont le samedi 4 juillet prochain**. Cette activité, grandement appréciée par nos membres, est devenue un véritable incontournable de notre programmation estivale!



Votre journée comprendra **vos billets d'entrée, un espace privé réservé** exclusivement au CRHQMTL, **un dîner BBQ**, ainsi qu'un **accès illimité à l'ensemble du parc aquatique et aux activités en montagne**. Ce sera l'occasion idéale de partager un moment privilégié en famille ou entre collègues.

Le formulaire d'inscription sera disponible sous peu sur notre site Web. Les inscriptions seront ouvertes du **4 mai au 19 juin 2026**. Tous les détails supplémentaires, incluant les tarifs, vous seront transmis prochainement par l'entremise nos divers moyens de communication.

Nous vous invitons à réserver dès maintenant votre **4 juillet** pour une journée des plus divertissantes et rafraîchissantes!



TOURNOI DE BALLE DONNÉE 2026

Le Club de récréation est heureux d'annoncer que la **11^e édition de son tournoi annuel de balle donnée** se tiendra les **19 et 20 septembre prochains** au **parc Jarry** de Montréal.

Nous invitons dès maintenant les capitaines à former leurs équipes, qui devront être mixtes et compter au moins trois joueuses.

Les modalités d'inscription ainsi que tous les détails relatifs au déroulement du tournoi vous seront transmis au cours des prochains mois par l'entremise de nos différentes communications officielles.

Restez à l'affût... et commencez dès maintenant à mobiliser vos joueurs!

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

Offrez-vous un moment de détente au Strøm spa nordique

Expérience thermale

~~120 \$~~ 84 \$

Massage suédois de 60 minutes

~~171 \$~~ 137 \$

strøm
SPA NORDIQUE

Procurez-vous vos cartes-cadeaux au Club de récréation d'Hydro-Québec en écrivant à crhgmt1@hydroquebec.com. Taxes incluses.