



# Groupe Pensionnés Bell

Ensemble, pour protéger nos pensions et avantages sociaux depuis 1995

## SECTION D'OTTAWA, Y COMPRIS ONTARIO EST, NORD ET OUTAOUAIS Bulletin d'information – Été 2026

Bonjour aux membres du GPB,

Nous avons connu un long et dur hiver dans la région de la capitale nationale et la preuve est que la patinoire du canal Rideau a ouvert le 31 décembre 2025 et a fermé 56 jours plus tard, le 4 mars 2026. C'était l'une des saisons les plus longues des dernières années. Maintenant que l'été est arrivé, il est temps de penser aux pique-niques et à d'autres activités estivales.

L'assemblée annuelle (AGA) de notre section a eu lieu le 27 mai dernier et environ 100 membres y ont participé. Vous trouverez plus loin un sommaire de l'assemblée.

Comme vous le savez, je remplace Ron Haag qui est en train de réaliser l'un des objectifs de sa liste de souhaits en participant à la seconde moitié de la course de voiliers Clipper – Round the World Race. Pour lui, c'est une occasion unique de consacrer six mois à la traversée des océans Pacifique et Atlantique. Ron a envoyé une vidéo pour l'AGA dès son arrivée à Seattle, après avoir traversé l'océan Pacifique depuis la Corée. Une courte vidéo est disponible sur le site Web du BPG à : [https://drive.google.com/drive/folders/1IBB4EbaJ-ZR\\_cUeE7VBM2FEtDSlyfqDm](https://drive.google.com/drive/folders/1IBB4EbaJ-ZR_cUeE7VBM2FEtDSlyfqDm) La vidéo « Ron from Seattle.MOV » se trouve au bas de la page.

Pendant que Ron poursuit son voyage, vous avez la possibilité de le suivre sur Instagram à [clipperron2026](#).

**Renouvellement de l'adhésion** : Au début de chaque bulletin d'information, vous verrez votre numéro de membre du GPB (5 chiffres) et la date de renouvellement de votre cotisation (DRC), soit l'année, le mois et le jour (8 chiffres). La DRC figurant dans ce champ d'adresse indique que vous êtes membre en règle jusqu'à cette date. La cotisation annuelle de membre est de 20 \$. Veillez renouveler votre adhésion chaque année (et non plusieurs années à la fois) afin de simplifier le travail de nos bénévoles. À cette fin, nous vous encourageons également à payer votre cotisation de membre par carte de crédit (via le site Web du GPB à [Renew Your BPG Membership - Bell Pensioners Group / Groupe Pensionnés Bell](#)). Vous n'avez qu'à vous connecter à votre compte et cliquer sur le bouton RENEUVELEZ LE GPB au haut de la page d'accueil.

Pour les membres qui ont déjà mis en place un paiement récurrent par carte de crédit, si vous changez ou remplacez votre carte de crédit pour quelque raison que ce soit, veuillez envoyer un courriel à [treasurer.ottawa@bpg-gpb.com](mailto:treasurer.ottawa@bpg-gpb.com) pour obtenir des instructions sur la mise à jour de vos informations de crédit sur le site Web du GPB.



# Groupe Pensionnés Bell

Ensemble, pour protéger nos pensions et avantages sociaux depuis 1995

Si vous vous connectez à votre compte GPB pour la première fois, veuillez noter que  **votre nom d'utilisateur est votre adresse courriel et votre mot de passe est votre numéro de membre du GPB.**

Les virements électroniques sont toujours une option et peuvent être envoyés à [treasurer.ottawa@bpg-gpb.com](mailto:treasurer.ottawa@bpg-gpb.com) N'oubliez pas d'inclure votre numéro de membre du GPB et votre numéro de téléphone dans la section réservée aux commentaires du virement électronique.

Vous pouvez aussi renouveler votre adhésion en envoyant un chèque par la poste à :

Groupe des pensionnés de Bell, C.P. 91032,  
COP Kanata - Signature Centre,  
499, promenade Terry Fox,  
Ottawa (Ontario) K2T 0A3

Conseil pratique : En gardant votre numéro de membre à portée de la main, vous pourrez vous inscrire plus facilement au programme d'assurance voyage offert par Manuvie.

Dans ce bulletin d'information, vous trouverez ce qui suit :

- **Assemblée générale annuelle de la Section d'Ottawa/Ontario Est, Nord et Outaouais du GPB**
- **Message du président**
- **Comité des candidatures de 2026**
- **Bienvenue aux nouveaux membres de la Section d'Ottawa/Ontario Est, Nord et Outaouais**
- **Équipe de direction de la Section d'Ottawa/Ontario Est, Nord et Outaouais**
- **Information importante du GPB**
- **Sondage de 2026 du GPB et Plan stratégique de 2027-2031**
- **La Personnelle**
- **Assurance voyage – Exclusivement pour les membres du GPB**
- **Intelligence artificielle dans la vie quotidienne des retraités**
- **Portail sur le vieillissement de McMaster**
- **Articles utiles**
- **Taux de CPG de Comtech/Your Neighbourhood Credit Union**

Je tiens à remercier l'équipe de bénévoles de notre section du GPB. Ce sont des gens formidables avec qui travailler et je vous encourage fortement à vous joindre à l'équipe si vous souhaitez aider vos collègues retraités. Au nom de l'équipe de direction, j'aimerais aussi remercier chacun de vous pour votre appui et j'ai bien hâte de vous rencontrer à notre réunion d'automne qui aura lieu le 28 octobre prochain au Centre hellénique, 1315, promenade Prince of Wales, à Ottawa.

**Coordonnées :** Nous apprécions bien nos membres et ne voulons pas perdre contact avec vous. Nous voulons nous assurer que vous recevez nos bulletins d'information et toute autre information importante. Veuillez nous informer à [treasurer.ottawa@bpg-gpb.com](mailto:treasurer.ottawa@bpg-gpb.com) si vous changez d'adresse courriel, d'adresse de domicile ou de numéro de téléphone.

Je souhaite à tous un bel été!

Claude Elliott, président intérimaire, Section d'Ottawa/Ontario Est, Nord et Outaouais du GPB



# Groupe Pensionnés Bell

Ensemble, pour protéger nos pensions et avantages sociaux depuis 1995

## **Assemblée générale annuelle de la Section d'Ottawa/Ontario Est, Nord et Outaouais du GPB**

La Section d'Ottawa du GPB a tenu son assemblée générale annuelle (AGA) le 27 mai dernier au Centre communautaire hellénique et environ 100 membres y ont participé. Toutes les motions proposées à l'AGA ont été mises aux voix et adoptées par les participants. Une vidéo de cette partie de la réunion est accessible à <https://www.youtube.com/watch?v=qhDbeRYjYJA>

Le président du GPB, Ronald Nicol, a fait une présentation sur les régimes de retraite de Bell/BCE, les résultats préliminaires du sondage du GPB, le plan stratégique du GPB et l'assurance voyage. Pour plus de détails, veuillez consulter la documentation de cette présentation sur le site Web du GPB à : <https://www.youtube.com/watch?v=mCwOmNelle8>

Il était intéressant de noter que 64 retraités du régime de retraite de Bell sont âgés de plus de 100 ans. Malgré la volatilité des marchés financiers en 2026, les régimes de retraite de Bell/BCE n'ont pas été affectés. Les ratios de solvabilité des régimes sont demeurés à 120 %, ce qui démontre une solide situation financière. Lors de la présentation, un rappel a été fait concernant l'audit annuel des pensions au cours duquel Bell enverra des avis à environ 5 000 des 35 000 retraités. Si vous figurez parmi ces 5 000 retraités, vous devez répondre au sondage, sinon votre pension pourrait être interrompue.

Le sondage du GPB, qui s'est déroulé du 8 mars au 31 mars, a été envoyé à environ 12 000 membres et 3 705 membres y ont répondu. Le sondage a démontré un niveau élevé de satisfaction et de confiance. Quatre-vingt-onze pour cent (91 %) des répondants ont indiqué être satisfaits ou très satisfaits. Quatre-vingt-sept pour cent (87 %) ont répondu que le GPB représente bien les enjeux des retraités. Les membres souhaitent de meilleurs avantages pratiques, dont l'amélioration des assurances qui représente environ 20 % de l'ensemble des commentaires. L'assurance maladie, l'assurance dentaire, l'assurance vision et l'assurance voyage figurent au plus haut rang des besoins à combler.

Le plan stratégique actuel du GPB prend fin en 2026 et la préparation d'un nouveau plan stratégique est bien avancée. Michael Feldstein (vp-Ontario) dirige le groupe de travail responsable du plan stratégique (9 ressources provenant des sections et du conseil d'administration). Le sondage constitue un apport important au plan stratégique qui est censé être prêt au début de l'automne. Les résultats vous seront présentés lors des réunions de l'automne.

L'assurance voyage collective de Manuvie a subi d'importantes hausses de primes dans plusieurs catégories d'âge. Pour réduire l'impact de ces augmentations, de nouvelles catégories d'âge (70-74, 75-79 et 80-84) ont été ajoutées cette année. Le groupe des 70-74 ans représente 39 % des réclamations. Manuvie est en train d'évaluer un processus pour les demandes d'adhésion tardives, avec possibilité de mise en œuvre au début de l'automne.

Le conférencier invité était Chris Sturgeon, sergent-chef de la Police provinciale de l'Ontario. Il a passé en revue les différents types de fraudes et d'escroqueries. Il a malheureusement été incapable de partager le matériel pour affichage sur le site Web du GPB. Il a néanmoins accepté de transmettre les noms et les coordonnées des organismes qui surveillent les fraudes et les escroqueries (voir ci-dessous).



# Groupe Pensionnés Bell

Ensemble, pour protéger nos pensions et avantages sociaux depuis 1995



Pour obtenir de l'aide en cas de fraude :

Police provinciale de l'Ontario -

1-888-310-1122 ou votre police locale

Centre antifraude du Canada

1-888-495-8501

[www.antifraudcentre-centreantifraude.ca](http://www.antifraudcentre-centreantifraude.ca)

Autres ressources pour obtenir de l'aide :

Protection du consommateur de l'Ontario

1-844-286-8404 ou [www.ontario.ca](http://www.ontario.ca)

Bureau d'éthique commerciale

1-613-237-4856 ou [www.bbb.org](http://www.bbb.org)

Equifax

1-800-871-3270 ou [www.equifax.ca](http://www.equifax.ca)

TransUnion

1-866-525-0262 ou [www.transunion.ca](http://www.transunion.ca)

Les réponses que vous donnez sur le formulaire d'évaluation de la réunion nous sont fort utiles pour rendre les rencontres plus productives et mieux répondre à vos besoins. Vos suggestions de sujets à traiter par les conférenciers invités nous aident grandement à trouver de nouveaux conférenciers. Voici les principaux thèmes proposés pour de futurs conférenciers :

- Aide médicale à mourir
- Allègement fiscal pour aînés
- Cours de conduite automobile pour aînés
- Gestion du stress
- Bitcoin / crypto Qu'est-ce que c'est et comment cela fonctionne-t-il?
- Intelligence artificielle
- Placements et plans successoraux (3)
- Planification successorale (réduire les impôts à payer par la succession)
- Conseils financiers (information sur les RÉR et FERR)



# Groupe Pensionnés Bell

Ensemble, pour protéger nos pensions et avantages sociaux depuis 1995

- Autres organisations bénévoles telles INCA et/ou Banque alimentaire.

Domaines proposés pour l'ajout d'autres avantages du GPB :

- Assurance dentaire
- Rabais sur les appareils auditifs
- Assurance médicale
- Rabais sur les hôtels
- Massages
- Annuler les prestations dentaires et souscrire au Régime canadien de soins dentaires
- Régime de soins de la vue
- Groupes de voyage pour aînés
- Les règles d'assurance voyage peuvent-elles être assouplies? Si on manque une année, peut-on se réinscrire après un an ou deux?
- Rabais pour restaurants

Les membres du GPB peuvent obtenir plus d'informations sur les rabais offerts pour divers produits et services en consultant **En Contact**, Offres pour les retraités de Bell. Cette ressource vise de nombreuses catégories, notamment les hôtels, les voyages avec Via Rail, Park'NFly, les ordinateurs, le conditionnement physique, les lunettes sur ordonnance et la livraison de repas. Pour en savoir davantage et vous inscrire afin de recevoir votre copie d'En **Contact**, veuillez envoyer un courriel à [encontact@bell.ca](mailto:encontact@bell.ca)

## Message du président

Bonjour tout le monde.

Au cours des dernières semaines j'ai eu l'opportunité de participer à toutes les assemblées générales annuelles des différents chapitres du GPB. Cela a été un plaisir de rencontrer plusieurs d'entre vous en personne et de discuter des priorités de notre organisation pour 2026. J'ai entre autres présenté **les résultats du sondage** auprès des membres qui s'est tenu en mars 2026. Je tiens encore à vous remercier d'avoir répondu en si grand nombre, car près du tiers de nos membres ont répondu à notre sondage. Il n'y a pas de doute que vos réponses nous guideront grandement dans l'élaboration de **notre plan stratégique des 5 prochaines années**. Nous travaillons d'ailleurs grandement à finaliser ce plan stratégique que nous vous présenterons lors des prochaines réunions d'automne de vos différents chapitres.

J'ai également abordé **le programme d'assurance voyage de groupe de Manuvie**. Il est sûr que les primes ont augmenté considérablement cette année, mais cette augmentation reflète la hausse du nombre de réclamations du programme ainsi que les coûts additionnels encourus pour l'ensemble des assureurs du monde des voyages. Nous considérons toujours que la valeur de cette assurance groupe est excellente et le très fort taux de renouvellement de nos membres assurés avec Manuvie nous le prouve très bien encore cette année.



# Groupe Pensionnés Bell

Ensemble, pour protéger nos pensions et avantages sociaux depuis 1995

**Lors des assemblées générales annuelles Bell a aussi présenté l'état des différents fonds de pension de BCE et nous sommes très heureux de constater que tous ces fonds de pension sont très bien gérés et montre une excellente solvabilité. C'est très rassurant pour les pensionnés que nous sommes.**

Pour plus de détails sur ces différents sujets, **je vous invite à consulter ma présentation ainsi que celle de Bell sur le site web du GPB.** Je vous souhaite un très bel été et au plaisir de vous revoir cet automne.

Ronald Nicol, Président du GPB

## Comité des candidatures 2026

L'été est enfin arrivé, et il commence en beauté.

**J'aimerais remercier personnellement tous ceux qui se sont manifestés et ont accepté des postes au GPB; votre générosité ne passera pas inaperçue auprès des membres.** Au cours des premiers mois de cette année, nous avons reçu des demandes de renseignements et de l'intérêt de la part de nos membres et, à ce titre, nous avons été actifs et avons réussi à attirer de nouveaux bénévoles pour rejoindre le GPB.

**Le GPB a besoin de bénévoles! *Tous les rôles, tant au niveau national que local au sein du GPB, sont occupés uniquement par des membres bénévoles.*** En vous impliquant, vous contribuez à ce que tous les rôles soient entièrement couverts par des bénévoles qualifiés et veillez à ce que le GPB puisse continuer à remplir son mandat auprès de nos membres.

**Pourquoi être bénévole?** Assumer un rôle bénévole au sein du GPB est une expérience enrichissante, utile et intéressante qui offre des possibilités d'élargir votre réseau, d'en apprendre davantage sur les questions liées aux régimes de retraite, de rencontrer et de travailler avec des personnes partageant les mêmes idées, ainsi que d'avoir la chance de démontrer des compétences précieuses utilisées au cours de votre carrière chez Bell.

Voici quelques-unes des bonnes raisons pour lesquelles vous devriez décider de devenir bénévole en tant que membre du conseil d'administration du GPB :

- Nous aider à garantir que nos pensions sont protégées et que Bell continue de faire sa part.
- Veiller à ce que les règles et réglementations gouvernementales protègent nos retraites (dans une situation où elles auraient besoin d'être protégés).
- Renouer avec des pairs rencontrés au cours de votre carrière chez Bell.
- Redonner au GPB et aux membres dévoués du conseil d'administration en faisant également du bénévolat.
- Participer au développement de nouvelles idées pour recruter de nouveaux membres et conserver les membres existants.



# Groupe Pensionnés Bell

Ensemble, pour protéger nos pensions et avantages sociaux depuis 1995

**Voici les membres actuels du conseil d'administration du GPB:**

**Le conseil d'administration du GPB compte actuellement 19 membres (dont les sept présidents de section représentant les membres de l'Ontario, du Québec et d'Aliant Atlantique).**

## **Conseil d'administration du GPB 2026:**

**Ronald Nicol** - Président

**Mike Feldstein** - Vice-président, Ontario/Aliant Atlantique

**Marc Bouvier** Vice-président, Québec

**Tony Scandella** - Secrétaire général – mandat d'une année

**Terry Inder** – Trésorier

**Antonio Lépine** – Ancien président

## **Présidents de sections:**

**Ken Matthews** - Aliant Atlantique

**David Milne** - Président intérimaire - Centre de l'Ontario

**Denis Courchesnes** - Montréal

**Yves Simard** - Québec

**Ron Haag** - Ottawa / Est et Nord de l'Ontario

**Bernard Gauthier** - Télébec

**Daniel Zaluski** - Sud-Ouest de l'Ontario

## **Directeurs généraux:**

**Randy Sloat** – Comité des candidatures

**Karen Lawson** - Comité des communications

**Mary Lynne Forestell**

**Bernard Barbeau** - Comité de la vérification et des finances et président du comité des pensions

**Jean Lasnier** - Président des T.I.

**Diane Rochon** - Comité des avantages sociaux

**Kerry Arbour** – Directeur général

Randy Sloat - Présidente - Comité des candidatures [randy.sloat@sympatico.ca](mailto:randy.sloat@sympatico.ca)



# Groupe Pensionnés Bell

Ensemble, pour protéger nos pensions et avantages sociaux depuis 1995

## Bienvenue aux nouveaux membres de la Section d'Ottawa/Ontario Est, Nord et Outaouais!

Lynn Arnone	Dan Hudson	Danielle Simoneau
Sandra Barrie	Sheila LeBlanc	Ann Staines
Ann Carter	Karen Mitchell	Steven Tisseau
Anne Daley	Guy Paul	Madonna Withers
Jeffrey Deans	Penny Reklitis	
Sherry Gostlin	Earl Rose	
Robert Harris	Timothy Rumball	
Kelly Hasey	Henry Schrock	

## Équipe de direction de la Section d'Ottawa/Ontario Est, Nord et Outaouais

Le poste de **vice-président** est toujours vacant et le poste de **Communications** est disponible si quelqu'un souhaite l'occuper. Si l'un de ces postes vous intéresse, veuillez contacter le président intérimaire de la Section, **Claude Elliott**, président sortant/Planification de la relève, à [claud.elliott@outlook.com](mailto:claud.elliott@outlook.com)

<b>Président</b>	Ron Haag (en congé jusqu'à la mi-année)	<b>Communications</b>	Susanna Cluff-Clyburne
<b>Vice-président</b>	<b>Vacant</b>	<b>Planificatrice de réunions</b>	Liz Glover/Debbie Follis
<b>Président sortant/intérimaire</b>	Claude Elliott	<b>Gestion des archives</b>	Brian McClean
<b>Planification de la relève</b>	Claude Elliott	<b>Adhésions</b>	George McDougall
<b>Secrétaire</b>	Sandy Holmes	<b>Webmestre</b>	Peter de Gosztonyi/ Walter Arskey (suppléant)
<b>Co-trésoriers</b>	Terri Cheeseman/ Doug Lawrence	<b>Administration GoDaddy™</b>	Henry Starzynski
<b>Membre du Conseil à titre personnel</b>	Harvey Hillier		

## Information importante du GPB

Le GPB tient à garder ses membres informés des dernières nouvelles et leur fournit les articles que nous estimons intéressants pour eux. Consultez le site Web Consultez le site Web national du GPB à: <https://bellpensionersgroup.ca/fr/> et les pages de votre section à <https://bellpensionersgroup.ca/fr/ottawa-eastnorth-on-chapter/>



# Groupe Pensionnés Bell

Ensemble, pour protéger nos pensions et avantages sociaux depuis 1995

1. Vous aimeriez de l'interaction sociale en ces temps difficiles? Joignez-vous à la communauté Facebook du GPB où vous pourrez vous tenir au courant des dernières nouvelles et prendre contact avec d'anciens collègues à: <https://www.facebook.com/groupepensionnesbell/>

## En Contact

Le dernier numéro d'En Contact sortira en juillet 2026 [bce.ca/encontact](http://bce.ca/encontact)

## Contacts importants

1. L'administrateur des prestations de Bell au 1-888-400-0661 ou <https://www.benefits-avantages.hroffice.com/>
2. Services aux employés de Bell au 1-888-391-0005 ou [services.employes@bell.ca](mailto:services.employes@bell.ca)
3. Assurance habitation ou automobile de La Personnelle, visitez le site <https://www.lapersonnelle.com/bell> ou appelez le 1-888-476-8737
4. Assurance maladie et avantages sociaux de Manuvie par l'entremise de Bell Canada, <https://www.manuvie.ca/particuliers/regimes-collectifs.html>
5. Assurance voyage collective Manuvie, offerte exclusivement aux membres du GPB à [AssurancecollectiveManuvie@canamti.com](mailto:AssurancecollectiveManuvie@canamti.com) ou au 1-888-332-3007

## Nouvelles de BCE

Êtes-vous abonné aux communiqués de presse de BCE pour vous tenir informé des dernières nouvelles? Sinon, voici le lien: [Communiqué de presse de BCE](#)

Bell lance les solutions Internet Toujours connecté, un service sur lequel vous pouvez compter [Nouvelles](#)

## Bell MonPortail

<https://monportail.bell.ca/mp>

## À propos 211

***Le 211 est la principale source d'information sur les services sociaux et de santé non-cliniques communautaires et gouvernementaux au Canada.***

Ce service gratuit et confidentiel est accessible jour et nuit, dans plus de 150 langues, par téléphone, clavardage, messagerie texte et site Web. Le 211 permet de bien

renseigner les gens et de les diriger en toute confiance vers les services et les ressources susceptibles de les aider. **Visitez le site [Recherche | 211 Ontario](#) pour en savoir davantage.**

On peut avoir accès au service 211 par différents moyens: téléphone, clavardage, site Web et messagerie texte et ce, dans différentes régions. Composez le 2-1-1 pour trouver des services communautaires.



# Groupe Pensionnés Bell

Ensemble, pour protéger nos pensions et avantages sociaux depuis 1995

## Dan Braniff, membre fondateur du GPB

L'un des membres fondateurs du GPB, Dan Braniff, nous a récemment quittés. Dan faisait partie des membres d'origine qui ont créé l'association et se sont battus pour nous tous qui ont été touchés. Nous adressons nos sincères condoléances à Dan et à sa famille.

Nous remercions Dan ainsi que les membres fondateurs pour leur engagement et leur lutte en notre nom à tous.

***Découvrez notre histoire sur: [Notre histoire - Bell Pensioners Group / Groupe Pensionnés Bell](#) et l'article commémoratif que Dan a rédigé à l'occasion du 20e anniversaire du GPB***

## Assemblées générales annuelles (AGA)

Toutes les AGA sont désormais terminées.

Rapport du président du GPB, qui comprend une mise à jour sur le sondage et le plan stratégique du GPB, le régime de retraite de Bell et les vidéos des AGA à Toronto et à Montréal.

Consultez les liens suivants pour accéder à toutes les présentations sur le portail des membres à l'adresse suivante:

<https://bellpensionersgroup.ca/fr/presentations-and-articles/>

## Sondage du GPB 2026 et plan stratégique pour 2027-2031

Nous avons reçu un excellent taux de réponse à notre sondage du GPB et tenons à remercier tous ceux et celles qui ont pris le temps d'y répondre. Nous procéderons à une synthèse de ces résultats afin d'identifier les axes prioritaires du nouveau plan stratégique. Le GPB réexamine actuellement ses énoncés de vision et de mission pour y intégrer les membres à cotisations déterminées (CD) et préciser la manière dont nous pouvons accroître notre valeur ajoutée pour l'ensemble des membres, notamment par le développement de services à valeur ajoutée au cours des cinq prochaines années. D'autres informations seront communiquées au fur et à mesure que nous préciserons nos initiatives stratégiques.

**Le nombre de répondants au sondage auprès des membres s'élève à 3,708, tandis que 96 non-membres y ont également participé.** Par ailleurs, plusieurs questions issues du sondage ont été reprises dans le message du président présenté lors des assemblées générales annuelles (AGA).

***Le ou les gagnants du concours associé au sondage sont Norman McIlwaine, Ontario Central; Louise Allard, Montréal et John Collins, Aliant.***

## Le GPB désormais ouvert aux membres du régime à cotisations déterminées

Le GPB est désormais ouvert aux retraités et aux employés ayant au moins 15 ans de service et ayant un régime à cotisations déterminées (CD). Encouragez vos amis et vos pairs à adhérer. [Join BGP - Bell Pensioners Group / Groupe Pensionnés Bell](#).



# Groupe Pensionnés Bell

Ensemble, pour protéger nos pensions et avantages sociaux depuis 1995

## Le saviez-vous?

*Le saviez-vous ? Si vous aviez une police d'assurance automobile auprès de La Personnelle avant de prendre votre retraite de Bell, informez La Personnelle que vous avez pris votre retraite, car votre numéro de police changera et vos tarifs seront généralement moins chers.*

## La Personnelle

Consultez les informations de La Personnelle sur le portail GPB. Nous vous rappelons que vous devez vous connecter pour voir ces informations.

[La Personnelle | Bell Pensioners Group / Groupe Pensionnés Bell](#)

La Personnelle propose également des articles supplémentaires sur son blog:

[Blogue La Personnelle - Assurance Groupe](#)



## Vivez l'expérience du tapis bleu et profitez de tarifs d'assurance auto et habitation exclusifs



### De bonnes raisons de choisir La Personnelle :

- ✓ des **Services en ligne** pour soumettre une réclamation, accéder à votre preuve d'assurance et plus encore ;
- ✓ **près de 99 %** de notre clientèle renouvelle ses assurances avec nous<sup>1</sup>.

Obtenez une soumission en ligne et optez pour La Personnelle dès aujourd'hui.

[lapersonnelle.com/bell](http://lapersonnelle.com/bell)  
1 888 476-8737



La Personnelle désigne La Personnelle, compagnie d'assurances. Certaines conditions, exclusions et limitations peuvent s'appliquer. L'assurance auto n'est pas offerte au Manitoba, en Saskatchewan ni en Colombie-Britannique, où il existe des régimes d'assurance gouvernementaux. La Personnelle<sup>SM</sup> ainsi que les marques de commerce associées sont des marques de commerce de La Personnelle, compagnie d'assurances, utilisées sous licence.

1. Statistiques internes de La Personnelle : nombre de titulaires de police qui l'ont renouvelée lorsqu'elle est arrivée à échéance, de janvier à août 2025. Le taux ne comprend pas les annulations et les résiliations avant terme.



# Groupe Pensionnés Bell

Ensemble, pour protéger nos pensions et avantages sociaux depuis 1995

## Le concours exclusif du GPB avec La Personnelle

*Le GPB et La Personnelle organisent un autre concours exclusif réservé aux membres du GPB en 2026.*

*Il y aura deux tirages au sort (au printemps et à l'automne), avec deux gagnants par tirage, et chaque prix sera **une carte cadeau Apple d'une valeur de 250 \$.***

**Notre concours du GPB de printemps est terminé et les heureux gagnants d'un bon d'achat de 250 \$ sont Eric Allen et Patrice Banville. Félicitations aux gagnants.**

Le concours du GPB d'automne sera annoncé dans notre bulletin d'automne.

L'assurance auto n'est pas offerte au Manitoba, en Saskatchewan ou en Colombie-Britannique en raison des régimes d'assurance gouvernementaux.

## Des tarifs exclusifs avec un assureur de groupe qui s'y connaît...

La Personnelle offre un régime d'assurance de groupe auto et habitation qui répond à votre réalité. Profitez de tarifs exclusifs, d'un service préférentiel et plus encore!

### Pour tous les détails, visitez:

The Personal Insurance Inc - Bell Pensioners Group / Groupe Pensionnés Bell ou <https://www.lapersonnelle.com/> ou contactez La Personnelle au 1-888-476-8737.





# Groupe Pensionnés Bell

Ensemble, pour protéger nos pensions et avantages sociaux depuis 1995



Manuvie



Groupe Pensionnés Bell

Ensemble, pour protéger nos pensions et avantages sociaux depuis 1995

## Assurance voyage - Exclusivement pour les membres du GPB

### Renouvellement de l'assurance voyage Manuvie 2026:

***Tous les membres devraient avoir reçu leur renouvellement d'assurance voyage Manuvie pour 2026. La date limite de renouvellement était le 15 juin. Veuillez vérifier votre police pour vous assurer que toutes les informations sont correctes. Malgré l'augmentation pratiquée par Manuvie, les tarifs restaient compétitifs, comme en témoigne notre taux de renouvellement de 91%.***

***Les nouveaux membres du GPB ont SEULEMENT 60 jours pour s'inscrire après leur adhésion.***

Si vous et votre conjoint êtes tous deux des employés de Bell et que l'un prend sa retraite mais que l'autre est toujours actif, profitez de la couverture d'assurance voyage pour les employés actifs et, lorsque cette personne prendra sa retraite, vous serez admissible en tant que nouveau membre du GPB à cette assurance voyage dans les 60 jours suivant votre retraite.

***Toutes les informations, y compris le formulaire d'adhésion, la FAQ et les détails des plans sont disponibles sur le portail de Manuvie au lien suivant:***

[Groupe des pensionnés de Bell - l'assurance voyage \(manuvie.ca\)](https://manuvie.ca)

Pour plus d'informations, veuillez contacter: [ManulifeGroupTravel@canamti.com](mailto:ManulifeGroupTravel@canamti.com)

***L'investissement de 20 \$ pour votre adhésion au GPB vous donne accès à des taux d'assurance voyage extrêmement compétitifs et vous permet d'être bien informé sur votre pension!***

***En cas de problème, appelez directement Manuvie et non le GPB.***

## L'intelligence artificielle au quotidien des retraités

### 10 usages pratiques pour simplifier votre retraite

L'intelligence artificielle (IA) fait de plus en plus partie de notre quotidien. On en entend parler dans les médias, sur Internet et même dans les services que nous utilisons tous les jours. Pourtant, plusieurs retraités se demandent encore : « À quoi cela peut-il bien me servir? »

Bonne nouvelle: il n'est pas nécessaire d'être un expert en informatique pour profiter des avantages de l'IA. Des outils comme ChatGPT, Gemini, Claude ou Copilot peuvent vous aider à gagner du temps, à trouver de l'information rapidement et même à organiser certaines activités de la vie courante.

Voici dix façons simples et concrètes d'utiliser l'IA au quotidien.



# Groupe Pensionnés Bell

Ensemble, pour protéger nos pensions et avantages sociaux depuis 1995

## 1. Planifier un voyage

Vous rêvez d'un séjour en Gaspésie, dans les Maritimes ou en Europe? L'IA peut vous suggérer un itinéraire, des attractions à visiter, des restaurants à découvrir ou encore des conseils adaptés à votre budget.

Par exemple:

- « Prépare-moi un itinéraire de 7 jours dans les Maritimes pour un couple de retraités.

## 2. Comprendre des documents complexes

Vous avez reçu une lettre de votre banque, de votre assureur ou d'un organisme gouvernemental? L'IA peut vous aider à en résumer le contenu dans un langage plus simple.

## 3. Trouver des idées de repas

Vous manquez d'inspiration pour le souper? Indiquez les ingrédients qui se trouvent dans votre réfrigérateur et demandez des suggestions de recettes.

Par exemple:

- « J'ai du poulet, des carottes et du riz. Que puis-je cuisiner? »

## 4. Préparer une sortie ou une activité

L'IA peut proposer des idées de visites, de spectacles, d'excursions ou d'activités selon vos intérêts et votre région.

## 5. Obtenir de l'aide avec la technologie

Vous avez de la difficulté à utiliser une fonction sur votre téléphone, votre tablette ou votre ordinateur? L'IA peut expliquer les étapes à suivre de façon simple et détaillée.

## 6. Rédiger des textes

Courriels, lettres, invitations, messages de remerciement ou publications sur les réseaux sociaux: l'IA peut fournir une première ébauche que vous pourrez ensuite personnaliser.

## 7. Faire des recherches rapides

Vous souhaitez connaître l'histoire d'une ville, comprendre un sujet d'actualité ou obtenir des renseignements sur un médicament? L'IA peut fournir un résumé rapide et accessible.

## 8. Organiser ses finances personnelles

L'IA peut aider à établir un budget, comparer certaines dépenses ou suggérer des moyens d'économiser. Elle peut également expliquer des notions financières parfois complexes.

Attention toutefois: les décisions financières importantes devraient toujours être validées auprès d'un conseiller qualifié.



# Groupe Pensionnés Bell

Ensemble, pour protéger nos pensions et avantages sociaux depuis 1995

## 9. Apprendre de nouvelles choses

Vous souhaitez découvrir une nouvelle langue, comprendre le fonctionnement d'un appareil ou approfondir un sujet qui vous passionne? L'IA peut agir comme un professeur personnel disponible en tout temps.

## 10. Stimuler sa mémoire et sa créativité

Jeux-questionnaires, exercices de mémoire, idées d'écriture, généalogie, histoire familiale : les possibilités sont nombreuses pour garder l'esprit actif.

### Quelques précautions importantes

Même si l'IA est un outil puissant, elle n'est pas infaillible.

Avant de vous fier à une réponse:

- Vérifiez les informations importantes auprès de sources fiables.
- Ne transmettez jamais de renseignements personnels ou bancaires sensibles.
- Méfiez-vous des textes, photos ou vidéos qui semblent trop beaux pour être vrais.
- Gardez votre jugement critique.

L'IA est un assistant, pas un expert.

### En conclusion

Comme Internet il y a quelques décennies, l'intelligence artificielle est appelée à prendre une place grandissante dans notre vie quotidienne. Utilisée avec prudence, elle peut devenir un outil pratique pour simplifier certaines tâches, apprendre de nouvelles choses et gagner du temps.

*Gracieuseté de Laura Tomassini, directrice des communications, Montréal*

### Portail sur le vieillissement optimal de McMaster

Votre source d'information fiable sur le vieillissement en bonne santé.

<https://www.mcmasterviellissementoptimal.org/>

### Articles utiles

<https://www.fadoq.ca>

<https://www.nicenet.ca>

[inspq.qc.ca/le-vieillissement-au-quebec](https://inspq.qc.ca/le-vieillissement-au-quebec)

[Mois de la prévention de la fraude : Comment vous protéger contre la fraude | Manuvie Canada](#)

### Grands-parents: maintenir des liens avec ses petits-enfants grâce à la techno

<https://naitreetgrandir.com/fr/nouvelles/2023/06/12/grands-parents-maintenir-liens-petits-enfants-grace-techno>



# Groupe Pensionnés Bell

Ensemble, pour protéger nos pensions et avantages sociaux depuis 1995

## Les mots mal utilisés

<https://imperatif-francais.org/a-vous-la-parole/parole-2008/les-mots-mal-utilis>

## Allocation canadienne pour l'épicerie et les besoins essentiels (ACEBE)

<https://www.canada.ca/fr/agence-revenu/services/prestations-enfants-familles/allocation-canadienne-epicerie-besoins-essentiels.html>

## La Banque du Canada maintient le taux directeur à 2¼ %

<https://www.banqueducanada.ca/2026/06/fad-communique-2026-06-10/>

## 9 destinations où le dollar canadien est fort et te permet de voyager pour moins cher

<https://www.narcity.com/fr/destinations-voyage-pas-cher-dollar-canadien-decembre>

**Top 21 des sites à visiter au Canada en 2026** <https://www.tourlane.fr/amerique-du-nord/canada/sites-touristiques>

COMTECH FIRE  
CREDIT UNION  
IS NOW YNCU

4-MONTH  
GIC SPECIAL

**4.50%**

Available on NEW deposits of \$1,000 or more.

5-YEAR  
GIC SPECIAL

**4.00%**

Available on deposits of \$1,000 or more.

Limited time offer

### Move your pay, win \$20K!

Open your account if you don't already have one, then switch your payroll to YNCU or CFCU to get entered to win the \$20,000 grand prize as well as 300+ other weekly prizes. The sooner you make the move, the more chances you have to win.



For full contest details, go to [yncu.com/play](https://yncu.com/play)

No purchase necessary. Open to Ontario residents 18+. Conditions apply. See full contest rules at [yncu.com/rules](https://yncu.com/rules)

[signup.comtechfirecu.com](https://signup.comtechfirecu.com) | 1-800-209-7444 | [comtechfirecu.com](https://comtechfirecu.com)  
Amherstview | Kingston | Mississauga | Ottawa | Toronto

<sup>1</sup> Terms and conditions apply. Offer available for a limited time on eligible new deposits to YNCU only, on certain non-redemptible GIC rates at 4.50% annually. Minimum deposit of \$1,000 required. Maximum eligible deposit amount of \$100,000 per member. Rate is subject to change without notice and is not guaranteed until the GIC is opened and funded. Contact Comtech Fire Credit Union or visit [yncu.com/rules](https://yncu.com/rules) for full details.  
<sup>2</sup> Terms and conditions apply. Offer available for a limited time. 5-year non-redemptible GIC rate is 4.00% annually. Minimum deposit required. Rate is subject to change without notice and is not guaranteed until the GIC is opened and funded. Contact Comtech Fire Credit Union or visit [yncu.com/rules](https://yncu.com/rules) for full details.

