

# AMICALE BNC

JOURNAL DES MEMBRES  
DE L'AMICALE DES RETRAITÉS BNC

VOLUME 30 • NUMÉRO 3  
NOVEMBRE 2025



- 2 NOUVELLES DE L'ORGANISATION**
- 4 BONNE BOUFFE**
- 6 SORTIES CULTURELLES ET SOCIALES**
- 9 ON BOUGE!**
- 11 GLOBE-TROTTER**

## Un départ annoncé et des hommages bien mérités

En décembre 2024, Roger Bilodeau, notre président, annonçait sa décision de ne pas renouveler son mandat au sein du conseil d'administration, après 15 années d'implication, dont 10 à la présidence.

### Des hommages à la hauteur de son engagement

En mai, lors de la rencontre annuelle des coordonnateurs, ces derniers lui ont rendu un hommage chaleureux. Ses qualités de rassembleur et son écoute attentive ne sont qu'un aperçu des nombreuses qualités soulignées à cette occasion. Ces marques de reconnaissance se sont poursuivies tout au long de la saison, partout où Roger s'est déplacé pour prendre part à une activité.

L'équipe de Montréal-Montérégie a même tenu à marquer les esprits en lui offrant des cadeaux souvenirs à leur effigie, lors de la croisière du 30<sup>e</sup> anniversaire de la région. (Voir le reportage à ce sujet.)

### Un portrait inspirant dans la FADOQ

En août, la parution automnale 2025 de la FADOQ de la région de Montréal lui consacrait un article intitulé : « *Les visages de la FADOQ MTL – Roger Bilodeau, une vie d'engagement et de leadership au service des autres* ».

L'introduction de l'article résume bien l'essence de son parcours :

« Roger Bilodeau est l'exemple parfait de ce que l'implication communautaire peut accomplir lorsqu'elle est portée par la passion, la rigueur et un profond désir d'améliorer la vie des autres. »

L'article retrace son cheminement au sein de l'Amicale et de la FADOQ depuis 2012, et se conclut ainsi :

« Roger Bilodeau incarne les valeurs mêmes que la FADOQ s'efforce de promouvoir : l'engagement, le respect, la coopération et le plaisir de vivre activement... »

Cette publication nous permet de découvrir Roger comme un homme authentique, fidèle à lui-même, peu importe l'organisation dans laquelle il évolue. L'article complet peut être consulté sur le site Web de la FADOQ-Montréal.

### Une fête surprise mémorable

Le 24 septembre dernier, les membres du conseil d'administration actuel lui ont organisé une fête de départ surprise. Avec la complicité de Brigitte Hébert, première vice-présidente à la direction – Expérience et Performance Humaines – et d'autres membres de la direction de la Banque, Roger a été convié à une rencontre fictive avec M. Patrick Turcotte pour discuter d'un projet impliquant les retraités.

À son arrivée, au lieu de se rendre à son bureau, M. Turcotte l'a dirigé vers le 36<sup>e</sup> étage de la Tour Banque Nationale. À la sortie de l'ascenseur, une haie d'honneur composée de membres de la direction et du conseil de l'Amicale l'a guidé vers la grande salle, où près de 50 personnes, collaborateurs actuels et anciens, membres de la direction de la Banque et de la FADOQ de Montréal, l'attendaient pour le remercier de son engagement. La surprise fut totale !



### Des témoignages empreints d'humour et d'émotion

Lors de ce « 4 à 6 » gracieusement offert par la Banque, Brigitte Hébert, Frédéric Létourneau et Laurent Ferreira ont pris la parole à tour de rôle, soulignant avec humour l'engagement et la persévérance de Roger dans chacune des causes qu'il a défendues pour les retraités. Tout au long de son mandat, Roger a su maintenir un lien étroit avec la direction de la Banque, dans un esprit de respect mutuel. Le tact et le doigté... c'est du Roger tout craché.

Deux allocutions ont ensuite été présentées par des membres du conseil :

- La première, préparée par Chantal Fiset et Jeanne Bélisle sous forme de « bien-cuit », revisait avec humour des moments cocasses de la vie de Roger au sein de l'Amicale, tout en mettant en lumière son côté bon vivant et rassembleur. Roger y est décrit comme un phare, guidant son équipe avec bienveillance.
- La seconde, présentée par Claire Tourigny et Robert Grondin, comparait Roger à un pêcheur : patient, persévérant, attentif, observateur, optimiste, curieux, respectueux et reconnaissant... autant de qualités qui le définissent. La présentation s'est conclue par un chaleureux « Merci Roger », accompagné d'un cadeau en reconnaissance de ses années d'implication.

La soirée s'est poursuivie autour d'une bonne table au restaurant Bistro Vallier, dans une ambiance conviviale.

### Une reconnaissance bien méritée

Ce journal étant mis sous presse le 15 novembre, soit avant l'assemblée annuelle 2024-2025 prévue le 26 novembre, nous pouvons déjà vous annoncer que Roger Bilodeau, président sortant après 15 années au conseil, sera honoré comme Membre Émérite de l'Amicale des retraités BNC. (Oups... pas le temple de la renommée du hockey, mais presque !)

Merci Roger, pour ton dévouement, ton humanité et ton leadership inspirant.



## L'année 2025 marquait le 30<sup>e</sup> anniversaire de l'Amicale des retraités BNC

Ce sont 30 ans d'activités, de rencontres, de découvertes, de liens qui ont été conservés malgré la retraite, d'autres qui se sont créés avec la retraite.

La région de Montréal a décidé de célébrer ses 30 ans avec éclat! En septembre, 102 membres ont embarqué à bord du bateau L'Archipel de la compagnie Navark pour une croisière fluviale festive au départ de la marina de Longueuil. À l'embarquement, une haie d'honneur et un cocktail de bienvenue attendaient les invités, qui ont découvert un capitaine spécial et un décor aux couleurs de la Banque Nationale.

Avant le repas, Serge Chalifoux a retracé l'histoire de l'Association Amicale des retraités, fondée en 1995, et a présenté trois membres fidèles depuis 30 ans : Monique Toupin, Clément Goyette et Michel Lemyre, chacun honoré d'une bouteille de vin mousseux. Des cadeaux souvenirs ont aussi été remis à Roger Bilodeau, président actuel, qui a annoncé la fin de son mandat en 2025.

La croisière autour des îles de Boucherville a offert un panorama splendide, accompagné d'un excellent repas et d'une ambiance disco sur le pont supérieur. Un magnifique coucher de soleil sur Montréal a ponctué le retour. Le tirage de prix de présence a conclu l'événement, dont un prix spécial offert par Navark : une croisière des Saveurs en 2026, remportée par Diane Beaulieu.



## Parlons sécurité

### Vos données sont bien protégées

Depuis l'entrée en vigueur de la loi 25 en 2023, l'Amicale des retraités a adopté une politique de protection des renseignements personnels.

Les échanges de données entre nos équipes et avec la Banque se font exclusivement via des plateformes sécurisées. Concernant l'infolettre, seules les informations essentielles sont transmises à notre fournisseur, CyberImpact, certifié SOC 2® Type 2, une norme rigoureuse garantissant la sécurité et la confidentialité des données.

Comme l'explique Geoffrey Blanc, directeur général de CyberImpact :

« Imaginez que votre maison entière soit passée au microscope : chaque serrure, chaque fenêtre, chaque corridor. Rien n'a été laissé au hasard. »

L'infolettre est donc un moyen sûr de vous rejoindre. N'hésitez pas à nous transmettre votre adresse courriel !

### Des ressources à connaître

Après une série de conférences sur la sécurité données par des membres de l'équipe de la sécurité de la Banque dans plusieurs régions, la région Lanaudière/Laval a organisé une conférence sur la fraude envers les aînés. Avec la participation de la Banque, la présentation a pu se faire dans les locaux de celle-ci à Laval et être accessible en virtuel par les membres qui aiment mieux le confort de leur salon.

Mme Sophie Duchesneau de la FADOQ a présenté le programme Aîné-Avisé, accompagnée des policiers Martin Trudel et Ugo Brière de l'Escouade Prévention de Laval. Des ressources utiles ont été partagées avec les participants. Après la rencontre, le groupe a continué sa discussion autour d'un bon repas au Boston Pizza.

Les liens vers les différents organismes à contacter en cas de doute de fraude ou de dénonciation ont été ajoutés à notre site Web sous l'onglet membres/liens utiles.

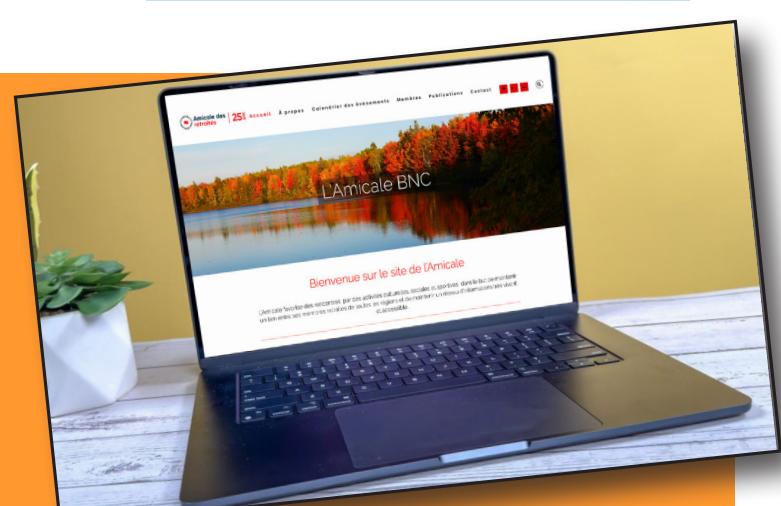
Également sous l'onglet membres, vous pouvez consulter notre politique de protection sur les renseignements personnels.



## CONSULTEZ RÉGULIÈREMENT NOTRE SITE WEB

Pour nos activités et événements et aussi pour des nouvelles de votre région !

[amicaledesretraitesbnc.ca](http://amicaledesretraitesbnc.ca)



Au Bas-St-Laurent, les déjeuners diners ont repris en septembre après la relâche estivale. Le Café des Halles a résonné de rires et de discussions animées lors d'un déjeuner chaleureux. En octobre, c'est autour d'un dîner au Café Central que les membres ont partagé leurs souvenirs estivaux. Une anecdote amusante a marqué le tirage des prix de présence : Jacinthe a d'abord tiré le nom du coordonnateur Jacques... puis le sien! Coïncidence ou chance? Peu importe, les sourires étaient au rendez-vous.

Pour la région du Centre-du-Québec, les organisateurs ont convié leurs membres à un dîner automnal à la Casa Grecque de Drummondville. Les coordonnateurs ont profité de l'occasion pour annoncer une activité spéciale en 2026 afin de souligner le 20<sup>e</sup> anniversaire de l'Amicale dans la région. Une belle célébration à venir... à suivre!

Que ce soit au restaurant Au Vieux Duluth en septembre ou au Cocofrutti en octobre, les rencontres mensuelles de l'Estrie ont rassemblé plus de 50 retraités dans une ambiance joyeuse et festive. Danielle Tessier a même profité de l'occasion pour célébrer son anniversaire! Les prix de présence ajoutent toujours une touche de suspense et de bonne humeur, certains étant plus chanceux que d'autres... Et pourtant, promis juré, aucun trucage chez le gars des vues!

Quand on pense « cabane à sucre », septembre ne vient pas spontanément à l'esprit... et pourtant! La région Lanaudière/Laval a choisi la Cabane à sucre Constantin à Saint-Eustache pour organiser un dîner Méchoui. L'événement a combiné festin, danse, cueillette de pommes et dégustation de bière artisanale « Route 8 ». Un buffet varié, des desserts gourmands et une promenade en tracteur au verger ont complété cette journée ensoleillée.

Impossible d'imaginer un été en Mauricie sans le traditionnel souper au Resto Bar Le Chack! Situé près de la rivière Saint-François, l'endroit séduit par son ambiance conviviale et ses plats savoureux. C'est pourquoi l'équipe de la Mauricie y convie chaque année ses membres pour souligner le début des vacances. La popularité de l'événement ne se dément pas : les 40 places disponibles sont réservées en quelques jours seulement. Un vrai plaisir de partager un bon repas entre amis!

En septembre, les rencontres ont repris au restaurant La Flûte à Bec à Nicolet. Profitant d'une météo clémente, un groupe de participants a prolongé le plaisir par une promenade aux passerelles de l'Anse-du-Port. Nourrir les oiseaux à la main et admirer la vue imprenable sur le fleuve Saint-Laurent ont été des moments magiques. Comme le veut la tradition, des prix de présence ont été tirés au sort. Félicitations aux heureux gagnants!





## Découvrez ce que l'Amicale vous a planifié pour la prochaine saison!

Amicale des retraités

### ACTIVITÉS □ 2025-2026 □

RÉGIONS	Bas-St-Laurent	Centre-du-Québec	Estrie	Lanaudière/Laval	Laurentides	Mauricie	Montréal/Montérégie	Outaouais/Est-Ontario	Québec/Chaudière-Appalaches	Corporative
Coordonnateurs	Jacques Langlois 418 725-4650 jadango01@gmail.com	Sylvie Senécal 819 806-9114 svlbd@outlook.com — Jean Guindon 819-818-0478 jeanguindon29@gmail.com	Diane Langlais 819 432-2197 diane.langlais56@gmail.com — Sylvie Martin 819 342-7002 sylviemartin47@hotmail.com	Rachel Gagnon 438 392-1118 rachou101@videotron.ca	Josée Savard 514 916-5564 amicale.laurentides@outlook.com	Daniel Peloquin 819 293-2801 daniel.peloquin@sogetel.net — Guylaine Delisle guy.delisle@outlook.com Martine Ricard ricksricard@gmail.com	Serge Chalifoux 450 445-0688 sergebnc@videotron.ca — Geneviève Cholette 514 235-5864 genevieve.cholette@gmail.com	Pauline Ouellette 819 684-8807 ouellette.p@videotron.ca	Chantal Drouin 418 843-9131 chantal.drouin.cd@gmail.com — Jean-Guy St-Pierre 418 628-5694 famillestpierre@hotmail.com	
Janvier 2026		 Repas des Fêtes 06-01	 Déjeuner 15-01	Match de hockey féminin Victoire Mtl 13-01 	Cartes et dés 08-01 					
Février 2026	Diner St-Valentin 12-02 		Céramique ??-02 	Visite Maison Radio-Canada ??-02	Conférence Ainé-Avisé et repas 26-02	Déjeuner St-Valentin 10-02 	Conférence Cyber Sécurité ??-02 — Pickleball ??-02 			
Mars 2026	Déjeuner Régulier 12-03 		Cabane à sucre ??-03 	Cabane à sucre 19-03 	Cabane à sucre ??-03 — Souper Hôtellerie ??-03	Cabane à sucre ??-03 — Visite Édifice Sun Life ??-03 	Cabane à sucre 17-03 			
Avril 2026	Déjeuner Régulier 16-04	Diner Rencontre amicale 07-04 — Géants chanson française 11-04	Déjeuner ??-04 — Géants chanson française 11-04	Diner à l'Ambroisie ??-04 	Jeux d'évasion ??-04 — Conf. : l'histoire des Alcools du Québec ??-04	Cabane à sucre 07-04 — Tournoi de quilles et dîner 28-04	Conférence Intelligence artificielle ??-04		Cabane à sucre ??-04	
Mai 2026	Diner Fête des Parents 21-05		Diner ??-05 	Escapade en autocar à Gatineau ??-05	Diner retrouvailles 05-05 — Théâtre Mémo-Art et souper ??-05 — Bowling 20-05 		Activité Mamy-Papy 18-05	Restaurant-école ??-05	Diner de l'Amitié (2) ??-05 	

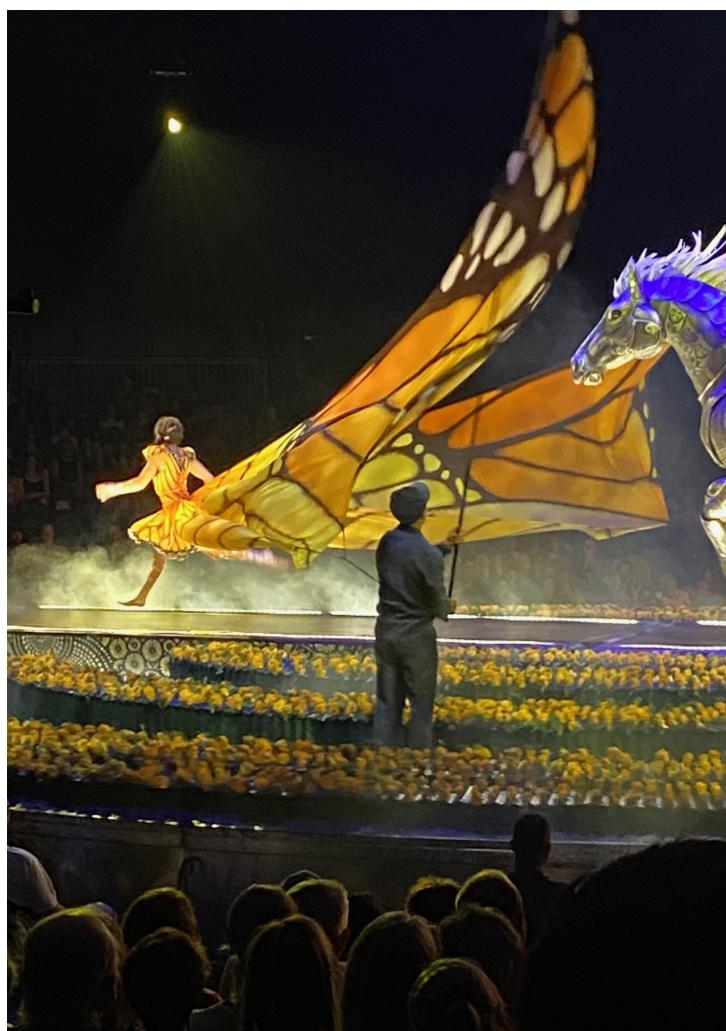
v. : 8-11-2025

Les activités et/ou les dates sont sujettes à changements.

Surveillez nos communications tout au cours de l'année et consultez le site web régulièrement : [www.amicaledesretraitesbnc.ca](http://www.amicaledesretraitesbnc.ca)

## Place au cirque

La région de **Montréal/Montérégie** avait réservé des places pour la représentation du spectacle LUZIA, présenté sous le grand chapiteau du Cirque du Soleil au Vieux-Port de Montréal, le 19 juin. Ces places se sont envolées très rapidement. Les membres, conjoints et amis venant de Québec, Laval, Lanaudière, Laurentides, Estrie, en plus de ceux de Montréal/Montérégie, ont tous été enchantés par la magie du spectacle LUZIA. La réputation du Cirque du Soleil n'est plus à faire, mais d'années en années, de spectacles en spectacles, la magie continue d'opérer. Ce sont des spectacles à ne pas manquer lorsque l'occasion se présente.



## Des découvertes et des dégustations

## La Fromagerie La Station

Le 3 juillet dernier, un groupe de 25 participants a eu le plaisir de découvrir les coulisses de la Fromagerie La Station, une entreprise familiale passionnée située au cœur de la région de l'**Estrie**. Guidés par Mario, les participants ont eu droit à une dégustation de fromages aux saveurs uniques, une vue impressionnante sur les meules de fromage en cours d'affinage — certaines âgées de près de trois ans — ainsi qu'une visite du magasin de la fromagerie, où plusieurs en ont profité pour faire des achats ou savourer un délicieux *grilled cheese* spécial. Le tout s'est conclu par un dîner convivial sur la terrasse, dans une ambiance détendue et ensoleillée.



## Place au théâtre

Une autre activité qui revient chaque année depuis 15 ans est la soirée-théâtre du Théâtre d'été Beaumont St-Michel, organisée par la région de Québec/Chaudière-Appalaches. Cette année, le théâtre soulignait ses 50 ans de représentations estivales. Pour l'occasion, une exposition historique extérieure mettait en valeur l'engagement des artistes et artisans du milieu théâtral, ainsi que celui de la population locale qui, ensemble, ont contribué à la renommée et à la vitalité dudit théâtre.

Cette année encore, le théâtre nous a fait vivre une soirée rocambolesque et divertissante. Le traiteur Le Cosmos a également contribué à la réussite de l'événement, avec un menu chaud et froid diversifié. Il y en avait pour tous les goûts. Autant le personnel du théâtre que celui du traiteur, au bar ou en salle à manger, tous ont su répondre cordialement à nos demandes.



## Visite à Intermiel à Mirabel

Un groupe de retraités a visité Intermiel, situé à Mirabel dans les **Laurentides**. Plusieurs membres étaient accompagnés de leurs petits-enfants. Petits et grands ont apprécié les explications d'Isabelle, apicultrice, qui nous a transmis ses connaissances sur la ruche, ses habitants et leurs habitudes, de leur naissance à leur mort.

À en juger par les achats effectués à la boutique, on peut dire que la dégustation de miel, y compris du miel au chocolat, de la limonade au miel pour les plus jeunes, de l'hydromel et des boissons alcoolisées à base de miel pour les plus grands, a permis de découvrir de très bons produits. La journée s'est terminée par un repas pique-nique sur place ou au restaurant, selon le désir des membres.



### Visite au Relais Boréale

Le 4 septembre, après un dîner au restaurant « Toujours Mikes », 20 retraités et amis se sont rendus au Relais Boréale pour visiter l'usine et participer à une dégustation de bières. Cette activité, organisée par la région des **Laurentides**, a attiré un grand nombre de participants, à la grande surprise de l'animateur. Le groupe a donc été divisé en deux : l'un débutant par la visite, l'autre par la dégustation.

Avant la visite, pour des raisons de sécurité et de salubrité, chaque participant a dû porter un filet pour les cheveux, et certains même pour la barbe. Des couvre-chaussures avec embouts d'acier étaient également requis pour faire le tour de l'usine et observer le processus de fabrication, du début à la fin. C'était impressionnant ! La visite se terminait par l'entrepôt, où l'on a pu voir des employés préparer des commandes.

Lors de la dégustation, plusieurs bières ont été présentées, telles que la IPA du Nord-Est, la Boréale Lager, Mort de soif, et plusieurs autres, dont la plus surprenante : la Smoothie Bananananas ! Il n'y avait pas de limite : chacun pouvait goûter à toutes celles qu'il désirait, et quelques gourmands en ont bien profité. Tout le monde a trouvé une bière à son goût, et plusieurs sont passés à la boutique avant de partir.

Pour ceux qui le souhaitent, en s'inscrivant comme « maîtres buveurs » (à l'infolettre mensuelle), on reçoit un verre gratuit à l'effigie de Boréale pour son anniversaire. J'en connais qui sont repartis avec le leur !



### À la découverte de Miel Nature

Le 2 octobre 2025, c'est à l'entreprise Miel Nature de Beauharnois qu'un autre groupe de l'Amicale a pu découvrir une miellerie. L'activité a débuté par une présentation faite par le copropriétaire M. Agougou, sur l'historique de leur entreprise familiale qui fête ses 25 ans d'existence et fier client de la Banque Nationale. Il a poursuivi en expliquant la composition d'une ruche qui regroupe des milliers d'abeilles : La reine, les ouvrières, les ventileuses, les faux-bourdons, chaque type d'abeilles a un rôle différent.

En fonction de la floraison de mai à octobre et de la sorte de miel désiré (miel de pommiers, de trèfle, de tilleul, de fleurs sauvages, de sarrasin etc...), les ruches sont déplacées à des endroits spécifiques. Et durant l'hiver, les abeilles sont en hibernation.

Leurs formations respectives et leurs connaissances scientifiques en chimie et en nutrition, ont permis à Ali et Éléna Agougou de développer des produits différents et surtout variés; ils portent attention aux ingrédients et au processus de fabrication. Fait à noter, leur miel est extrait à froid qui est un principe naturel.

Par la suite, la visite des installations a permis de comprendre les techniques de production. L'entreprise possède également un distillateur (de conception et de fabrication québécoise) qui sert à la production de l'alcool fortifié.

Miel Nature se démarque par l'innovation et la diversité et le fait que la plupart de leurs produits sont créés, testés et transformés sur place. L'implantation d'un nouveau produit peut prendre jusqu'à 3 ans.

La présentation s'est terminée par la dégustation de 4 produits. La visite de la boutique a permis de voir la grande variété de leurs produits et avant de faire des achats, nous avions la possibilité de goûter les produits pour nous guider.

Une très belle découverte agrotouristique de la **Montérégie Ouest**, et la devise De Miel Nature est très évocatrice De la tradition à l'innovation.

L'activité s'est conclue par le tirage de quelques prix de présence dont 2 bouteilles d'Hydromel pétillant une gracieuseté de Miel Nature.



## SORTIES CULTURELLES ET SOCIALES

### Frissons et folklore : une soirée hantée dans l'Outaouais

Pour clore la saison, une soirée mystérieuse et palpitante a transporté les participants dans un univers où histoire et surnaturel se sont entremêlés. Guidés par Brandon, maître-conteur aux mille talents, ils ont exploré les légendes oubliées, les murmures de fantômes et les récits de sorcières qui hantent encore les villages historiques d'Aylmer et du Pontiac.

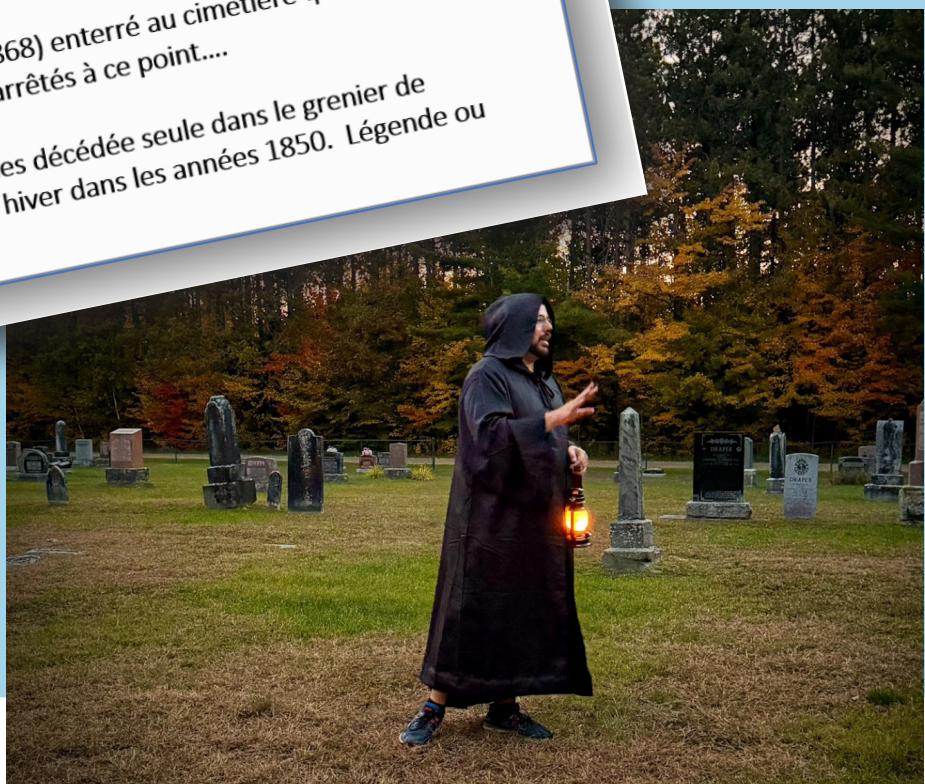
Chaque détour révélait une énigme, chaque bâtiment semblait chargé d'un passé troublant. Pour apaiser les frissons, une halte à la Cidrerie de Bristol a permis de savourer une tasse de cidre chaud et une généreuse part de tarte aux pommes.

Après une telle immersion, Aylmer et le Pontiac dans la région de l'Outaouais n'auront plus jamais le même visage.

Une soirée si marquante que certains en ont rêvé la nuit suivante...



- La cidrerie de Bristol : ancien bâtiment depuis 1930, rebaptisé Coronation Hall pour le couronnement de George VI.
- Qui était John Christian Mohr (1792-1868) enterré au cimetière qui porte son nom et pourquoi nous nous sommes arrêtés à ce point....
- La tragique histoire de Hannah Symnes décédée seule dans le grenier de l'auberge à l'âge de 12 ans un soir d'hiver dans les années 1850. Légende ou réalité? À vous de décider.

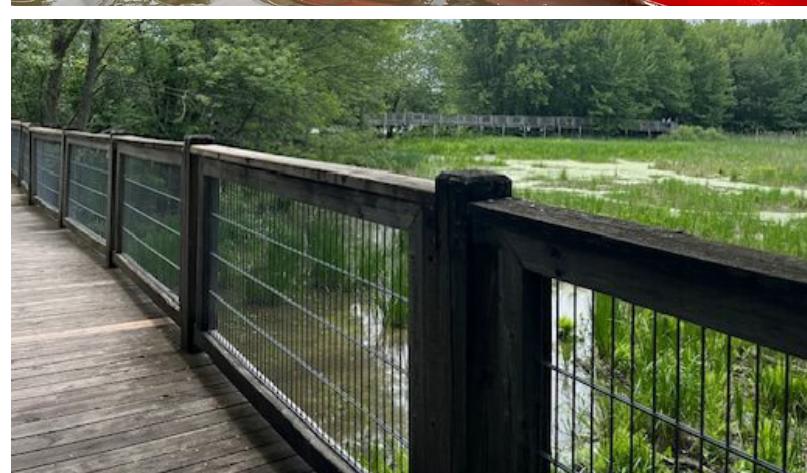


## ON BOUGE

### L'été, l'été, l'été... c'est fait pour jouer !

Le 27 juin, une magnifique journée pour jouer dehors ! Les participants à l'activité journée de plein air, organisée par la région Lanaudière/Laval au « Groupe plein air Terrebonne », au bord de la Rivière-des-Mille-Îles, en ont pleinement profité.

Une journée au parc à relever toutes sortes de défis : rabaska, tir à l'arc, rallye GPS et disc golf. Pour la majorité, ces activités représentaient une toute nouvelle expérience. Le soleil, un parc, un pique-nique, des jeux et un bon groupe de retraités prêts à relever des défis... tous les ingrédients étaient réunis pour garantir des fous rires !



## Le golf, c'est aussi le jeu préféré de plusieurs de nos membres.

Le 15 juillet dernier, Dame Nature nous a gâtés avec un soleil digne d'une carte postale, le « timing » parfait pour le tournoi annuel de golf des régions **Québec, Chaudière-Appalaches**, au magnifique Club de Golf de Saint-Michel.

Des 75 participants qui ont répondu à l'appel, 69 étaient des golfeurs prêts à dompter les fairways... et peut-être quelques balles capricieuses. Des pros du gazon venus de Rimouski, Drummondville et Victoriaville se sont joints au tournoi, prouvant que la passion du golf dépasse les frontières régionales.

Après l'effort, le réconfort : une soirée chaleureuse ponctuée de gageures amicales, de rires contagieux et d'un délicieux méchoui qui aurait presque converti un végétarien. À l'an prochain !

Le 17 juillet, Dame Nature a forcé le report du 3<sup>e</sup> tournoi de golf de la région **Lanaudière/Laval**. C'est donc le 25 juillet que la journée de golf a eu lieu, au Club de Golf Le Versant à Terrebonne, une première à cet endroit pour cette région.

Le tout nouveau parcours exécutif de 9 trous a été très apprécié. Avis aux intéressés : il est composé de 5 trous à normale 4 et de 4 trous à normale 3, idéal pour ceux qui souhaitent profiter d'une partie en moins de deux heures.

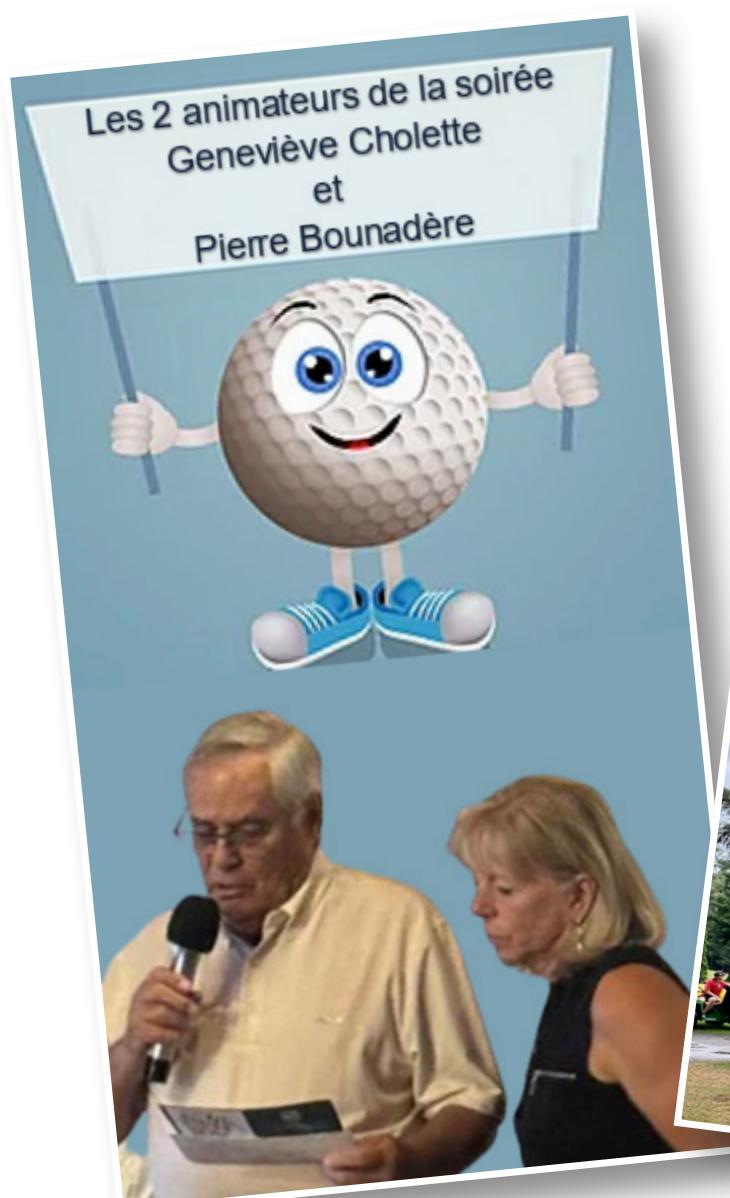
La journée s'est poursuivie avec un excellent souper trois services dans une salle privée, où la bonne humeur était au menu !

Le 13 août dernier se tenait la 28<sup>e</sup> édition du tournoi de golf de l'Amicale des Retraités BNC de la région **Montréal/Montérégie**, au Club de golf de L'Épiphanie.

Encore une fois, Dame Nature a fait des siennes, retardant légèrement le début du tournoi. Toutefois, tous les joueurs ont profité d'un bel après-midi sous le soleil et les nuages, sur un terrain sec.

Ce fut une belle réussite pour les 139 golfeurs et golfeuses ayant participé à cette compétition amicale. Une journée bien remplie, marquée par de joyeuses retrouvailles. On pouvait entendre des cris de joie sur le terrain à chaque bon coup !

Après la partie : un cocktail pour relaxer, un excellent repas servi aux 143 participants dans une ambiance festive, et des tirages de prix de présence et d'adresse pour clore cette belle journée en plein air.



## Une autre occasion de jouer dehors : l'épluchette de blé d'Inde en Estrie

Cette activité revient chaque année avec autant de plaisir. Ce sont 53 personnes qui se sont réunies chez Jacqueline et Daniel Dion pour profiter d'une magnifique journée ensoleillée et célébrer ensemble autour du délicieux blé d'Inde.

Le plaisir était palpable et les sourires nombreux, notamment en voyant quelques hommes s'activer avec entrain à l'épluchage du maïs. Un après-midi dans la bonne humeur, avec des jeux extérieurs et un buffet. Des journées en bonne compagnie... comme on les aime !



## Un rallye pédestre sous le soleil automnal

Quoi de mieux qu'une marche automnale sous le soleil? Les retraités ont exploré à pied le vieux Terrebonne et l'Île-des-Moulins grâce à un petit rallye instructif et divertissant, organisé par la région des Laurentides. Les dix équipes participantes ont toutes été gagnantes! Malgré une pluie en fin de matinée, la plupart étaient déjà bien installées au restaurant Impressions Café, où le repas s'est déroulé dans une ambiance des plus agréables.

Un grand bravo aux organisatrices pour l'organisation impeccable. Elles ont même testé le parcours à l'avance pour assurer sa cohérence. Merci aussi à Chantal pour la touche finale!



## Tournoi de quilles : Montréal/Montérégie en action

Le 22 octobre dernier, le Salon de quilles Champion à Greenfield Park a accueilli la 28e édition du tournoi organisé par la région Montréal/Montérégie. Des joueurs de tous les niveaux, amateurs comme expérimentés, s'étaient donné rendez-vous pour une journée placée sous le signe du plaisir et de la camaraderie.

Pour plusieurs, c'était une première participation, et tous ont salué l'atmosphère conviviale de l'événement. Les performances remarquables méritent d'être soulignées :



### Chez les femmes :

- France Seney a réalisé le meilleur simple avec une partie de 239 points. Ayant découvert le tournoi l'an dernier, elle s'est depuis inscrite à une ligue de quilles au Salon Champion.

- Diane Beaulieu a obtenu le meilleur triple avec 634 points, malgré une pause de deux ans dans la pratique du sport.

### Chez les hommes :

- Jean Morin a signé le meilleur simple avec 242 points.  
- Pierre Chevalier a décroché le meilleur triple avec 609 points.

La journée s'est conclue dans une ambiance détendue au Bistro des Bières Belges, tout près du salon, où les participants ont partagé un bon repas et dégusté une excellente bière artisanale.



## GLOBE- TROTTER

### Voyagez avec votre amicale !

La pandémie, qui a bouleversé les projets de voyage de la grande majorité d'entre nous, appartient désormais au passé. Le comité voyage est heureux de vous proposer une sélection de destinations magnifiques, soigneusement préparées pour vous inspirer et vous donner envie de partir à la découverte du monde !

#### Voyages à venir

2026

- **Angleterre – Écosse – Irlande**

(13 septembre au 1er octobre)

Ce voyage, très attendu depuis la période prépandémique, a rencontré un vif succès : toutes les places ont été réservées dès la diffusion des informations le 30 octobre 2025.

2027

- **La Grèce – Circuit terrestre**
- **Niagara et ses vignobles**

2028

- **Bretagne – Normandie – Alsace**, Circuit terrestre
- **Portugal – Algarve**, Long séjour (23 jours)

2029

- **Croisière en Méditerranée**
- **Espagne – Costa del Sol** – Long séjour (21 jours)

2030

- **Croisière fluviale sur le Danube avec escale à Prague**
- **Autre destination à définir**

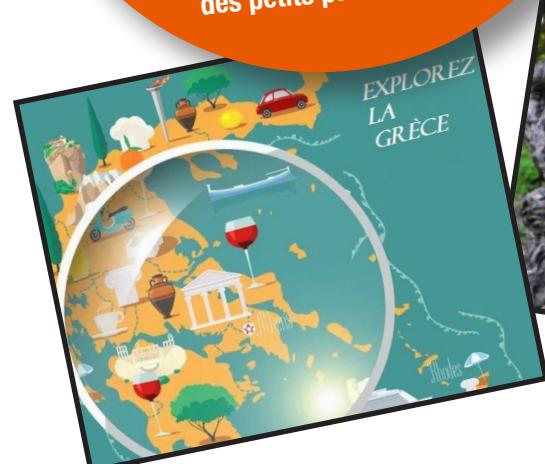
Cette programmation repose principalement sur les résultats du sondage réalisé auprès de nos membres à l'été 2025, ainsi que sur les nombreux commentaires reçus spontanément. En amont, une analyse approfondie des brochures de divers fournisseurs pour l'année 2025 a également été menée.



#### Réservez tôt !

Des mini escapades d'une ou deux nuits seront également organisées par différentes régions. L'occasion parfaite pour découvrir les trésors de notre belle province, en toute tranquillité et en bonne compagnie.

Dès que l'information est disponible, pensez à réserver rapidement : les places s'envolent comme des petits pains chauds !



## Féerie d'automne au Manoir du Lac William

Un après-midi relaxant, un souper, une nuitée, un déjeuner et une promenade en ponton : voilà ce qu'ont vécu les membres, conjoints et amis de la région de Québec/Chaudière-Appalaches les 18 et 19 septembre, sur le site enchanteur du Manoir du Lac William.

Ceux qui sont arrivés tôt ont pu profiter des installations du Manoir, telles que la piscine intérieure et extérieure, le spa, le sauna et les sentiers pédestres, avant de prendre l'apéro près du foyer extérieur. Vers 18 heures, tout le groupe s'est dirigé vers la salle à manger, où un délicieux repas cinq services a été servi. Les discussions amorcées à l'apéro se sont poursuivies tout au long de la soirée.

Au programme du lendemain : une promenade en ponton à 11 h, animée par le guide Gaston, qui a partagé des informations sur l'histoire de la région, le tout agrémenté d'anecdotes variées et amusantes. Quelle belle activité pour clore cette magnifique rencontre !



## Croisière « Au fil de l'eau »

La région de l'Estrie a terminé l'année en beauté grâce à une croisière inoubliable entre Montréal et Québec à bord du Cavalier Maxi. Dès l'embarquement, les passagers ont été chaleureusement accueillis par un personnel enthousiaste, puis conduits à la salle à manger où les attendait un savoureux repas trois services, digne des grandes tables.

La matinée s'est poursuivie sur les ponts extérieurs, offrant une vue imprenable sur les rives du fleuve Saint-Laurent. Les commentaires captivants sur les paysages et les municipalités traversées ont enrichi l'expérience.

À l'arrivée à Québec, le Château Frontenac s'est imposé majestueusement dans le paysage. Après une nuit confortable à l'hôtel Le Concorde, les participants ont visité une exposition fascinante sur le Titanic. Grâce à un audioguide, ils ont découvert les récits poignants des passagers, les circonstances du naufrage et des objets authentiques retrouvés à bord.

L'après-midi a été consacré à la flânerie dans la Basse-Ville, au magasinage, à un dîner libre et bien sûr, à quelques photos devant le mythique château. Tous sont repartis enchantés, le cœur rempli de souvenirs.

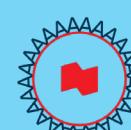
Québec, c'est un autre monde... tout près de chez nous.



## JOURNAL À L'INTENTION DES MEMBRES DE L'AMICALE DES RETRAITÉS DE LA BANQUE NATIONALE

**Éditrice:** Claire Tourigny  
**Rédactrice en chef:** Claire Tourigny  
**Correcteur:** France Bélanger  
**Mise en page:** Michel Desnoyers  
**Impression:** Graphiscan

**Centre de service des ressources humaines employés et retraités**  
**Téléphone:** 514 394-0781 ou 1 877 394-0781  
**Courriel:** centreservices.rh@bnc.ca  
[www.amicaledesretraitesbnc.ca](http://www.amicaledesretraitesbnc.ca)



**Amicale des  
retraités**

