



**Volume 8 no 36 | 15 mai 2024**

---

*Mobilité Infra Québec*

## **Une réponse brouillonne à un faux problème**

**Québec, le 10 mai 2024** — À quelques semaines de la fin de la session parlementaire, le gouvernement veut faire adopter un projet de loi brouillon pour un faux problème, le tout à la vitesse grand V, avec la création de Mobilité Infra Québec, juge le Syndicat de professionnelles et professionnels du gouvernement du Québec (SPGQ).

[LIRE LE COMMUNIQUÉ COMPLET](#)

---

## **Dépôt patronal à Revenu Québec**

Le 7 mai, les représentants de l'employeur ont déposé le [cahier de demandes patronales](#). Votre comité analysera rapidement ces demandes et vous fournira un retour dans les meilleurs délais. Cette première rencontre n'avait pas pour but d'explorer en profondeur le cahier déposé, mais servait plutôt de lancement à la négociation. La prochaine rencontre entre les deux parties se tiendra le 14 mai.

[LIRE LE TEXTE COMPLET](#)

---

*Présentations virtuelles aux membres de Revenu Québec*

## **Le SPGQ vous informe sur le droit de gestion de l'employeur, le 12 juin**

Le Syndicat des professionnelles et professionnels du gouvernement du Québec (SPGQ) conclut son cycle de présentations virtuelles. Le 12 juin prochain, de midi à 13 h, nous vous invitons à une séance d'information en ligne sur le [droit de gestion de l'employeur](#). En cliquant sur ce lien, vous pourrez incorporer facilement cet événement à votre calendrier électronique.

Il est souvent mentionné dans le monde du travail que « ça relève du droit de gestion de l'employeur ». Mais quelle est la réalité derrière ce concept ? Quelles règles régissent ce droit ? Quelles sont ses limites ? Ces questions et bien d'autres seront abordées lors de la présentation proposée par votre équipe syndicale. Animée par M. Rémi Boulay, conseiller syndical au SPGQ, cette rencontre offre une occasion unique de démystifier un concept souvent mal compris dans le milieu professionnel.

Avez-vous raté quelques présentations virtuelles récentes ? Vous pouvez visionner les

enregistrements sur la [page dédiée à Revenu Québec](#) sur le site Web du SPGQ.

**Notez que ces présentations se déroulent sur votre temps personnel. Les liens vers ces événements sont aussi accessibles sur le [babillard syndical](#).**

Au plaisir de vous retrouver lors de cette dernière présentation !

Sophie Ferguson  
Deuxième vice-présidente

---

### *Commission de surveillance*

## **Appel de candidature**

Un appel de candidatures est en cours afin de pourvoir deux postes de la commission de surveillance. Une ou un membre doit provenir de la région de Québec et une ou un membre doit provenir de la région de Montréal. Les postes seront comblés à l'ADS du 1er juin 2024.

Consulter le [mandat et la composition de la commission](#).

[Les personnes intéressées à déposer leur candidature peuvent utiliser ce gabarit de curriculum vitae.](#)

Le curriculum vitae d'un maximum de deux pages doit être envoyé avant 17 h le mercredi 27 mai à la secrétaire Josée Néron ([josee.neron@spgq.qc.ca](mailto:josee.neron@spgq.qc.ca)).

---

### *Comité électoral*

## **Appel de candidature**

Un appel de candidatures est en cours afin de pourvoir trois postes au comité électoral. Les postes seront pourvus à l'ADS du 1er juin 2024.

Consulter le [mandat et la composition du comité](#).

[Les personnes intéressées à déposer leur candidature peuvent utiliser ce gabarit de curriculum vitae.](#)

Le curriculum vitae d'un maximum de deux pages doit être envoyé avant 17 h le mercredi 27 mai à la secrétaire Josée Néron ([josee.neron@spgq.qc.ca](mailto:josee.neron@spgq.qc.ca)).

---

### *Concours exclusif pour les membres du SPGQ!*

## **« À moi la route »**

**Rappel** - La Personnelle offre aux membres du SPGQ un concours exclusif qui vous mènera loin. Courez la chance de gagner l'un des **2 chèques de 1 000 \$** qui pourrait vous permettre de vivre une escapade routière!

Grâce au partenariat entre la SPGQ et La Personnelle, profitez de tarifs préférentiels et d'un service hors pair pour vos besoins en **assurances auto et habitation**.



## Comment participer?

- Demandez une soumission d'assurance auto ou habitation et votre inscription sera instantanée!
- [lapersonnelle.com/concoursSPGQ](http://lapersonnelle.com/concoursSPGQ)  
1 888 476-8737
- Vous faites déjà partie de notre clientèle?  
**Votre inscription au concours est automatique.**

Les tirages auront lieu les 15 août et 12 décembre 2024.

## Bonne chance!

La Personnelle désigne La Personnelle, assurances générales inc. La marque La Personnelle<sup>MD</sup> ainsi que les marques de commerce associées sont des marques de commerce de La Personnelle, compagnie d'assurances, employées sous licence. Certaines conditions, exclusions et limitations peuvent s'appliquer.

Le concours est exclusif aux membres du SPGQ admissibles au régime d'assurance de dommages de La Personnelle qui ont obtenu une soumission d'assurance auto ou habitation ou qui détiennent déjà une police d'assurance, du 1er mai jusqu'au 31 juillet 2024 pour le 1er tirage et jusqu'au 30 novembre 2024 pour le 2e tirage. Aucun achat requis. Pour chaque tirage, un chèque de 1 000 \$ CA sera remis à la personne gagnante. Les personnes gagnantes doivent répondre à une question d'habileté mathématique pour recevoir leur prix. Le concours est en vigueur au Québec et prend fin le 30 novembre 2024, 23 h 59 (heure de l'Est). Pour les détails et le règlement complet, consultez [lapersonnelle.com/concoursSPGQ](http://lapersonnelle.com/concoursSPGQ).

Ce courriel vous est transmis par le SPGQ au nom de La Personnelle, située au 6300, boulevard Guillaume-Couture, Lévis (Québec) G6V 6P9, 1 888 476-8737.

---

*Pour mieux connaître mon SPGQ*

## Le syndicat propose une séance d'information sur les assurances collectives, le 22 mai

**Rappel** - Le 7 mai, le SPGQ a lancé un cycle de présentations virtuelles offrant à ses membres une occasion originale d'explorer en détail la structure du SPGQ, les services dédiés aux professionnels de l'État québécois, les avantages des assurances collectives, les huit axes de service du SPGQ, les droits de gestion de l'employeur, les questions liées au harcèlement, ainsi que les procédures de griefs syndicaux.

La prochaine présentation, prévue le 22 mai, de 12 h à 13 h, portera sur [les avantages des assurances collectives](#). En cliquant sur ce lien, vous pourrez incorporer facilement cet événement à votre calendrier électronique.

Animée par M. Jonathan Bohm, actuair-conseil, cette présentation vous permettra d'approfondir vos connaissances sur les principes régissant le domaine de l'assurance collective. De la compréhension du cadre règlementaire à la détermination de la tarification, en passant par la négociation du contrat avec l'assureur, cette séance abordera divers aspects clés. Nous examinerons notamment les implications de la faible contribution de l'employeur et ses répercussions sur la pérennité du régime.

[Une seconde séance, dédiée à répondre aux questions](#) que vous nous aurez transmises, vous sera proposée le 5 juin, de 12 h à 13 h. Cela vous offrira l'occasion de mieux appréhender les enjeux liés à la question des assurances collectives.

Ces événements vous permettent d'approfondir votre connaissance du SPGQ et de ses divers enjeux professionnels. Nous sommes heureux de partager ces moments enrichissants avec vous et de renforcer notre engagement envers le bien-être professionnel de nos membres.

Veillez noter que cette rencontre se déroule sur votre temps personnel.

Au plaisir de vous retrouver lors de ces présentations !

Annie Morin  
Première vice-présidente

---

## Webinaire

### Formation virtuelle sur la prise de notes efficace

[Partenaire] La Caisse de l'Administration et des Services publics offre aux membres du SPGQ une formation sur l'outil OneNote. Les personnes participantes pourront y découvrir cinq fonctions essentielles pour optimiser leur prise de note.

Quand : 16 mai, de 12 h à 13 h

Où : en ligne

[Pour vous inscrire.](#)



Le webinaire sera disponible en réécoute, environ 72h après la diffusion en direct.

---

## Prochain congrès du SPGQ

### Marche à suivre pour faire une proposition

**RAPPEL** – La délégation se réunira en congrès les 9, 10, 11 et 12 avril 2025 à Québec. Comme à chaque congrès, les membres de la délégation définiront les orientations et la marche à suivre du SPGQ pour les prochaines années. Cette rencontre permettra des discussions, des débats et un partage d'information. Tout cela dans le but d'établir la direction claire que devra prendre le SPGQ à l'avenir.

À cet effet, toute instance ou tout membre du congrès du SPGQ (délégué, délégué substitut, délégué suppléant) peut transmettre à la secrétaire des propositions de changement à apporter aux statuts et règlements. Les propositions peuvent être transmises par la poste ou par courriel à [josee.neron@spgq.qc.ca](mailto:josee.neron@spgq.qc.ca).

**Elles doivent obligatoirement parvenir à Josée Néron, secrétaire du SPGQ, avant le 9 septembre 2024 à 16 h 30.** Les propositions ainsi reçues seront inscrites dans un avis de motion qui sera envoyé à tous les membres du congrès au plus tard le 9 novembre 2024. Cet avis doit également être transmis à tout membre du SPGQ qui en fait la demande à la secrétaire.

Comme le prévoient les statuts, toute proposition doit être appuyée par au moins 10 membres du congrès provenant d'au moins deux unités de travail, peu importe la section ou une résolution du conseil de section si la section compte moins de 10 membres du congrès, et ce, pour les sections basées dans les régions de Québec et de Montréal. Pour les autres régions, le nombre d'appuyeurs est d'au moins 10 membres du SPGQ.

À cet effet, un gabarit peut être utilisé pour faciliter la présentation. [Cliquez ici pour accéder au gabarit.](#)

Tout membre du SPGQ qui voudra proposer des modifications aux statuts et règlements devra contacter sa personne déléguée qui se chargera obligatoirement de présenter sa proposition dûment appuyée à la secrétaire du SPGQ dans les délais requis.

---

## Conférence

### Réforme du droit de la famille : création de l'union parentale et

## autres modifications

**Rappel** - [Partenaire] Brunet et associés, cabinet d'avocats spécialisé notamment dans le droit de la famille, le divorce, la séparation, le droit des enfants et le droit des aînés, propose une conférence virtuelle gratuite aux membres du SPGQ. Vous êtes invités à y participer en grand nombre!

### **12 juin 2024 de 12 h à 13 h - Réforme du droit de la famille : la création de l'union parentale et survol des autres modifications**

Séance d'information portant sur le projet de loi 56, déposé le 27 mars 2024 par le ministre de la Justice, et ses impacts pour les conjoints de fait en prévision de son entrée en vigueur (30 juin 2025). Nous comparerons ce nouveau régime à celui des couples mariés et ceux qui demeureront en union libre afin de vous aider à réfléchir aux différents modes de conjugalités qui s'offrent ou s'appliqueront dorénavant à vous et votre famille.

[Cliquez ici pour assister à la conférence](#)

---

## Conférence des solutions

**Quand?** 22 mai, de 11h à 12h45

**Où?** Hôtel Clarendon (57 rue Sainte-Anne, Québec), Salle de la Confédération

Pour une véritable transition sociale et environnementale, il nous faut non seulement critiquer les causes des problèmes actuels et dénoncer notre ras-le-bol des mauvaises décisions politiques, mais aussi présenter des pistes de solutions inspirantes et porteuses.

Lors de cette Conférence des solutions, nos intervenantes et intervenants provenant de différents horizons de la société civile viendront présenter brièvement de vive voix, pour la première fois sous ces différents aspects, plusieurs avenues de solutions pour la transition sociale et environnementale du Québec émanant du dialogue social.

Venez entendre sur place ces voix porteuses d'espoir présenter conjointement la Feuille de route pour la transition du Québec vers la carboneutralité, l'Appel des mairesses et maires en action, la Feuille de route du G15+, le Manifeste pour un avenir énergétique juste et viable et l'Appel de Montréal qui a suivi la COP15!

Événement ouvert à toutes et tous, gratuit.

### **Prises de parole**

- Un représentant de la Nation huronne-wendate
- Béatrice Vaugrante, Oxfam-Québec
- Denis Bolduc, Fédération des travailleurs et travailleuses du Québec
- Normand Mousseau, Institut de l'énergie Trottier
- Cyril Frazao, Association pour la santé publique du Québec
- Jonathan Moreau, Maire de Saint-Apollinaire
- Mélanie Busby, Front commun pour la transition énergétique
- Béatrice Alain, Chantier de l'économie sociale
- Joannie Ouellette, Union des consommateurs
- Anne-Céline Guyon, Nature Québec

[Confirmez votre présence ici.](#)

Cette conférence est une initiative qui réunit des organisations syndicales, environnementales, communautaires, étudiantes et des collectifs citoyens autour d'une vision démocratique de la transition environnementale et sociale. Les frais de déplacement et autres sont à la charge des personnes participantes.

---

## Comment éviter les insomnies?

[Partenaire] Les troubles du sommeil sont fréquents et peuvent s'accroître avec l'âge, des traitements médicamenteux ou certaines pathologies. Voici quelques conseils simples pour éviter les insomnies!

### Pendant la journée

Faites de l'exercice régulièrement, car le sport permet la sécrétion d'endorphines dans le cerveau, des hormones qui réduisent l'anxiété et favorisent un bon sommeil.

Mais pas de sport juste avant de vous coucher pour ne pas produire l'effet inverse par la sécrétion d'adrénaline et l'augmentation du rythme cardiaque et de la température corporelle!

Dans la journée, évitez de consommer trop de boissons ou de produits stimulants, par exemple, le café, le thé et la nicotine, notamment dans les 4-6h précédant le coucher. De même, limitez l'alcool le soir, cela peut altérer la sécrétion de la mélatonine, hormone essentielle à l'endormissement.

Évitez les siestes trop tardives ou trop longues pour ne pas interférer avec le sommeil nocturne. Une durée de 10 à 20 minutes suffit, à faire avant 15 h.

Ne soupez pas trop tard et ne prenez pas un repas trop lourd avant de vous coucher, car la digestion peut augmenter la température corporelle et perturber le sommeil.

### Au moment du coucher

Adoptez une routine apaisante avant de vous coucher soit en lisant, en écoutant de la musique douce... et surtout évitez de regarder les écrans car la lumière bleue qu'ils émettent peut retarder et diminuer la production de mélatonine!

Couchez-vous à des horaires réguliers et dans un environnement calme et confortable, avec une lumière douce et une température ambiante légèrement fraîche (18-19°C).

Mettez-vous au lit dès que les premiers signes de sommeil apparaissent (bâillements, paupières lourdes, yeux qui piquent...).

Si vous n'arrivez pas à dormir, levez-vous, car il n'est pas conseillé de passer plus de 20 à 30 minutes sans dormir dans son lit. Trouvez plutôt une activité simple et relaxante à faire avant de vous recoucher, et surtout évitez de ruminer vos pensées ou sinon écrivez-les!



Vous n'êtes pas inscrit au service de pharmacie Picard & Desjardins? Pour tous vos besoins en pharmacie! Tout inclus... et gratuit!

- La livraison rapide & gratuite partout au Québec; terminé l'attente!
- Les consultations gratuites, instantanées et confidentielles avec un pharmacien
- L'application mobile pour faciliter vos interactions avec la pharmacie
- Un seul compte pour tous les membres de la famille
- Les rappels de renouvellements automatisés
- Le guichet unique pour vos médicaments prescrits et en vente libre
- La transparence de nos prix en ligne

Besoin de plus d'informations avant votre inscription?

Appelez au 1-888-903-7061.

**Mention**

Les pharmaciens sont les seuls responsables des activités professionnelles.

Le service de pharmacie en ligne est notamment offert par la Pharmacie Benoît Picard & Karl Desjardins Inc., cette documentation et ce service sont proposés à titre informatif, et vous demeurez en tout temps libre de l'utiliser ou non.

L'information partagée est destinée à des fins éducatives et non à titre de conseils médicaux ou pharmaceutiques. Veuillez consulter votre professionnel de la santé pour toute question, précision ou inquiétude.

---

## Calendrier

- 16 mai, de 12 h à 13 h, en visioconférence – Formation pour les membres – [La prise de notes](#)
- 15 mai à Jonquière – Formation pour la délégation – [Délégation 101](#)
- 21 mai à Québec – Formation pour la délégation – [Droit de gestion](#)
- 22 mai, de 12h à 13h, en visioconférence – Conférence pour les membres – [Les avantages des assurances collectives](#)
- 23 mai à Alma – Formation pour les membres des comités SST – [Santé et sécurité du travail](#)
- 30 au 31 mai à Québec – [Conseil syndical \(CS\)](#)
- 31 mai à Québec – [Conseil d'unité d'accréditation fonction publique \(CUAFP\)](#)
- 31 mai, à Québec - Conseil d'organisme parapublic de l'Agence du revenu du Québec (COPARQ)
- 1er juin à Lévis – [Assemblée de la délégation syndicale \(ADS\)](#)

[VOIR LE CALENDRIER COMPLET](#)

---

**Ce bulletin d'information est une réalisation de :**

- Nathalie Côté, conseillère en communication
- Rachel Hogue, technicienne administrative aux communications

**Pour joindre l'équipe des communications :** [communications@spgq.qc.ca](mailto:communications@spgq.qc.ca)

---

>> Consultez [spgq.qc.ca/publications](https://spgq.qc.ca/publications)



[SPGQ - Syndicat de professionnelles et professionnels du gouvernement du Québec](#)

7, rue Vallière  
Québec (Québec) G1K 6S9

---

[Se désabonner des publications du SPGQ](#)