



Par la présente, nous vous invitons à l'activité régionale AREQ 03
qui marquera la

« *Journée internationale des hommes* » (JIH 2025)

19 novembre 2025

Hôtel Québec, 3115, av. des Hôtels, Québec

« **La solitude sur notre route** »

9 h 30 - 10 h 30 :

Conférencier : **Michel Giroux** (psychologue) : *Solitudes, créativité et maturité masculine*

- La solitude des hommes : un carrefour de sens
- De la solitude subie à la solitude choisie
- La créativité comme réponse à la solitude
- Vers une maturité réconciliée

10 h 45 - 11 h 45 :

Conférencier : **Francis Dupuis** (récréologue au Château Sainte-Marie) : *Solitudes masculines vécues en RPA*

- Identifier des solitudes que tout homme peut vivre dans sa vie
- Les solitudes particulières des hommes vivant en RPA
- Différentes approches thérapeutiques

12 h 15 : Dîner communautaire

13 h 15 - 14 h 15 :

Conférencier : **Michel Proulx** (photographe professionnel) : *Photos avec le cellulaire*

- Les outils de base pour prendre de bonnes photos
- Formats de fichiers pour les photos
- Prendre des photos couleurs ou noir et blanc
- Les photos influencées par l'intelligence artificielle

14 h 30 : Conclusion de notre activité

Remerciements du président régional

Salutations et au revoir!

Richard Arcand, condition des hommes