FONDATION LAURE-GAUDREAULT

Voici un petit rappel :

Pour l'année 2024, nous avons amassé **2073,25 $**.

Ce montant provient des tirages moitié-moitié que l'on a recommencé à Noël, de l'achat de cartes de sympathie par le conseil sectoriel, de dons lors des activités et aussi par la poste et par Internet.

Ceci a permis de donner 1000 $ à chacun des deux organismes ci-dessous :

Regroupement des proches-aidants de Bellechasse

De gauche à droite :
Johanne Audet, directrice générale
Violaine Margueret, adjointe administrative
Anik Paradis, intervenante

Les Petits frères de Lévis

Roxane Pomerleau, coordonnatrice

Les personnes représentant ces deux organismes étaient très heureuses de recevoir ces montants.

Un grand merci à vous tous et toutes pour votre générosité qui a permis d'amasser ces fonds et ainsi d'aider ces organismes.

Robert Hins, responsable de la FLG de notre secteur

VIE ASSOCIATIVE

Personne ressource :

Louise Guay (camarine@videotron.ca) - Tél. : 418 833-9809

Conseil sectoriel :

Nicole Talbot (présidente), Louise Guay (1ère vice-présidente), Claude Couture (2e vice-président), Lise Patoine (trésorière), Robert Hins (secrétaire), Jacques Olivier (1er conseiller), Claire Bégin (2e conseillère).

Vous trouverez les coordonnées à l'avant dernière page de notre bulletin « Nouvel Envol » et sur notre site Internet.

Renseignements utiles :

Bulletin Nouvel Envol, site Internet (louisfrechette.areq.lacsq.org)

Infolettre de l'AREQ : areq.lacsq.org/#infolettre

Devenir membre de l'AREQ :

Toute personne qui a été un jour membre de la CSQ peut devenir membre de l'AREQ.

Informations : 418 525-0611

Cotisation :

0,34 % de la rente au moment de la prise de retraite. N.B. : Il n'y a plus de changement à 65 ans.

AREQ :

10 régions, 83 secteurs, congrès aux trois ans (le prochain en 2026).

Assurance collective :

Pour notre assurance collective, les **nouvelles personnes retraitées** doivent faire une demande par écrit à la fin de l'admissibilité de leur assurance collective au travail. Il y a un délai à respecter et une possibilité d'exemption.

Assurance maladie :

Choix de protection : Santé, Santé Plus (Plus = ajout de la médecine alternative).

Renseignements : Feuillet « Votre régime en un coup d'œil » et la brochure « Votre régime ». On retrouve le feuillet et la brochure au complet sur notre site Internet (louisfrechette.areq.lacsq.org).

Assurance voyage :

Santé, 90 jours consécutifs - Santé Plus, 180 jours consécutifs. Critères à respecter. **Notre assurance ne couvre pas les bagages**.

Assurance vie :

Choix 1, 2 ou 3. Prestation selon l'âge au moment du décès.

Nicole Talbot, présidente

ACTIVITÉ RÉGIONALE SOCIOPOLITIQUE

Vous êtes invité(e)s à l'activité régionale organisée par
le comité régional sociopolitique

Jeudi, 23 octobre 2025

Hôtel Québec,
3115, av. des Hôtels, Québec

1ère conférence : **Intelligence artificielle : Quel est l'impact sociétal de l'IA sur la société, avec Samuel Labrecque**

Conseiller aux dossiers sociaux Samuel Labrecque dispose d'une solide expérience dans le milieu des organismes dédiés aux aînés. Samuel occupe la fonction de conseiller aux dossiers sociaux lesquels traitent notamment des enjeux liés à l'avenir du système de santé public.

2e conférence : **Aspect légaux et financiers en situation d'inaptitude et de fin de vie. Comprendre l'importance de la planification successorale avec Jérémy Côté**

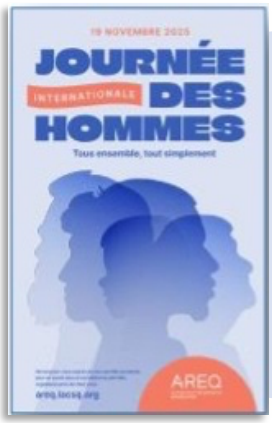
Conseiller juridique chez Desjardins et deux ans comme enseignant à l'Université Laval, il a développé une solide expertise en droit notarial et en pédagogie. Il est également le chargé de cours responsable de développer et d'enseigner la « Clinique juridique en droit civil ».

Pour terminer la journée en musique…

Œuvrant comme chansonnier à Québec depuis plus de 30 ans, **Frédéric Matte** a plus d'un spectacle dans sa poche. Accompagné de sa guitare, il vous fera voyager à travers les époques de la chanson québécoise ainsi que dans le répertoire folk américain des années 50 à aujourd'hui. Une belle façon de clore cette rencontre sur une note chaleureuse et nostalgique.

Jacques Olivier, responsable du comité sociopolitique

Informations supplémentaires en page : 11



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

Vous trouverez plus d'informations en page : 12