CONGRÈS DE L'AREQ 2026



49e Congrès le 8 juin 2026

Madame Micheline Germain, présidente nationale, présente le thème : « l'AREQ plus grande, plus forte ». Le 8 juin sera consacré aux « Statuts et règlements ».

1. Cotisation : maintien du 0,34 et ajout d'un montant minimum de 48 $/an
2. Élection au CE : adoption du vote électronique
3. Mandats : maintien du mandat de trois ans et de deux mandats consécutifs avec la possibilité de retour, au même poste après un délai d'attente de trois ans.
4. Postes électifs pour les membres associés; les délégués ont référé cette question au Conseil National.

Claire Buteau, déléguée

50e Congrès les 9, 10, 11 juin 2026

Mardi le 9 juin 2026, lancement du 50e Congrès

La présidente, Mme Micheline Germain, dans son discours d'ouverture, a insisté sur l'importance de s'appuyer sur l'héritage de l'Association et de poursuivre les efforts pour bâtir une AREQ plus forte et plus proche de ses membres. Une vidéo a mis en lumière l'histoire, les réalisations et les ambitions de notre association. Cette journée nous a permis de commencer à définir les orientations de l'Association pour les trois années à venir.

On a lancé le Fonds Marie-Marsolais pour le soutien à la coopération et nous avons eu la chance d'assister à une conférence de Mme Marie-Claude Barrette; une réflexion inspirante sur le rythme de la vie. Nous avons assisté au lancement du jeu de société *« Par ici la retraite »,* jeu créé pour sensibiliser aux réalités de la retraite.

Jeanne-d'Arc Turcotte, déléguée

Mercredi 10 juin, ouverture par Madame Micheline Germain :

Conférence du chroniqueur économique M. Pierre-Olivier Zappa sur les grandes tendances économiques et un lien avec les personnes âgées.

Étude des orientations 2026-2029 et activité en préparation du vote électronique qui se fera à partir de 15 h le 10 juin et le matin du 11 avant 9 h. Le vote se fait à partir d'un lien reçu par courriel. L'expérience est un succès. En soirée, banquet et dévoilement du gagnant de la course des régions, M. Pascal St-Gelais, avec le court métrage : « Jacques et Pierre-Paul ». Ensuite, soirée de Gala avec M. Grégory Charles au piano.

Jeudi 11 juin :

Conférence de Mme Antonine Yaccarini sur les personnes politiques et leurs positions envers les personnes aînées. À nous de bien suivre, de s'informer pour mieux voter.

Résultat des élections au Conseil Exécutif de l'AREQ :

- Présidente : Micheline Germain
- 1ère Vice-présidente : Claire Montour
- 2e Vice-présidente : Denise Côté
- Trésorière : Carole Pedneault
- Secrétaire : François Tanguay

Hommage aux personnes qui quittent et clôture par la présidente madame Micheline Germain.

Nicole Talbot, déléguée

Journée internationale des droits des femmes 2027

Lundi le 8 mars 2027

Venez souligner avec nous la Journée internationale des droits des femmes le 8 mars à l'hôtel Québec Inn, 7175, boul. Wilfrid-Hamel Ouest Québec G2G 1B6

Programme de la journée

Accueil à partir de 8 h 30

9 h 30 : ***La loi Gaby Renaud,*** présentée par **Maître Elliotte Perron**



Dès le début de sa carrière en droit, en 2024, Elliotte s'est démarquée par son acuité juridique et sa diplomatie, aptitudes qui lui permettent de naviguer efficacement dans les situations exigeantes qui se présentent dans sa pratique du droit. Elle viendra nous entretenir de « loi Gabie Renaud », loi québécoise adoptée en juin 2026 qui permet à une personne de demander aux policiers les antécédents de violence conjugale d'un partenaire intime afin d'évaluer les risques pour sa sécurité.

10 h 45 : **Pause**

11 h : ***Nos traces de résilience : créer, transformer, se réapproprier sa force,*** présentée par **Mélanie Lemay**



Mélanie est titulaire d'une maitrise en Art-thérapie de l'UQAT, où ses recherches ont porté sur les liens entre les traumatismes, la résilience et le pouvoir de transformation par l'expression artistique. Elle est cofondatrice du mouvement *Québec contre les violences sexuelles* et a participé à la délégation canadienne à la 63e session de la Commission de la condition de la femme de l'ONU. Mélanie est un exemple de courage et de détermination dans la lutte contre les violences sexuelles et les inégalités sociales. Après une courte conférence sur les ressources qui nous permettent de continuer à avancer malgré les épreuves, les participantes seront invitées à porter un regard différent sur leur parcours par la création d'une œuvre symbolique collective. Par les couleurs, les formes et les images, les participantes pourront exprimer ce qu'elles souhaitent transformer. Aucune expérience artistique n'est nécessaire. L'accent sera mis sur le processus créatif plutôt que sur le résultat. Du matériel artistique sera fourni sur place, mais vous pouvez aussi apporter votre propre matériel.

12 h 15: Dîner Vous devez choisir parmi les 3 choix de menu :

1. Pavé de saumon mariné à la betterave, sauce à l'aneth, pommes de terre grelot et sauté d'épinards
2. Blanquette de veau, riz pilaf, légumes et oignons marinés
3. Poitrine de dinde, sauce aux canneberges, purée de pommes de terre douce et légumes

13 h 30 : ***Projection du film LA MÉTHODE SCANDINAVE***, scénarisé et réalisé par **Anik Salas**



De l'Islande à la Suède, en passant par la Norvège, la cinéaste québécoise est allée à la rencontre des sociétés scandinaves, championnes de l'égalité des genres, pour comprendre la clé de leur succès. Son documentaire, sorti en 2026, révèle une chose essentielle : le changement dans les relations hommes/femmes n'arrive pas par magie, mais par une volonté politique et des stratégies concrètes. Un film foncièrement engagé que nous pourrons visionner en présence de la cinéaste.

Coupon-réponse page : 13

Journée régionale environnement

22 avril 2027

Hôtel Québec Inn,
7175, boul. Wilfrid-Hamel Ouest,
Québec, G2G 1B6

Nouveauté : Échange

Vous êtes invité(e)s à apporter un ou deux livres ou casse-têtes afin de les échanger avec des membres.

Nous vous invitons à assister aux conférences qui contribueront à donner de l'espoir pour un monde meilleur.

Une table sera prévue pour déposer et échanger les livres et les casse-têtes.

9 h : **Accueil ou ouverture des inscriptions**

9 h 30 : **Mot de bienvenue**

9 h 45 : **Conférence : *« Je réduis le gaspillage alimentaire »* par Camille Defoly de l'organisme Le Jour de la Terre**



Fini les légumes flétris et les restes oubliés au fond du frigo, c'est du passé! De votre liste d'épicerie à vos habitudes de conservation et de cuisine, découvrez toutes les astuces simples que vous pouvez mettre en œuvre pour jeter le moins possible afin de réduire le gaspillage alimentaire.

10 h 45 : Pause et échange de livres et de casse-têtes

11 h : **Conférence par Charles Salesse qui présente l'organisme La Patente**



La Patente est une coopérative de solidarité engagée dans le réemploi, la réparation et la transmission des savoir-faire grâce à des ateliers partagés. Recyclerie, outilthèque, café réparation et formations sont un exemple vivant d'économie circulaire et de mutualisation des ressources. Il montrera aussi comment ces services rendent les pratiques écoresponsables plus accessibles, tout en augmentant la résilience de sa communauté.

12 h : **Dîner, menu à choisir :** Suprême de poulet sauce forestière – Saumon laqué à l'érable – Rigatoni à la Sicilienne

13 h 15 : **Conférence par Bruno Boulet : *« La forêt, un refuge de la biodiversité »***



Les champignons sont les vedettes incontestées des écosystèmes forestiers. Le bois mort et l'humus agissent comme une éponge géante qui absorbe l'eau et rend le sol propice à l'établissement des jeunes arbres. Les maladies émergentes constituent un sujet préoccupant, surtout avec le réchauffement climatique. La nature est fragile, généreuse et tellement diversifiée. C'est un monde à découvrir…

14 h 30 : **Fin de l'activité**

Coupon-réponse page : 21