

INVITATION À LA FÊTE DE L'AMITIÉ

Nous avons le plaisir de vous inviter à notre **Fête de l'Amitié** qui aura lieu le **14 février 2025**. C'est l'occasion idéale pour célébrer les liens précieux qui nous unissent et passer un moment convivial ensemble. Pour ce faire, nous avons invité un conférencier dont la réputation n'est plus à faire et qui vient nous parler d'amour :

La retraite la belle affaire : **S'AIMER** d'abord!



Détails de l'événement :

- **Date** : 14 février 2025
- **Heure** : 10 h-14 h
- **Lieu** : Salle Maria Goretti, 664 rue du Berger, Gatineau
- **Coût** : 25 \$/membre 45 \$/non-membre

Programme :

- Accueil et mot de bienvenue
- Conférence : La retraite la belle affaire : s'aimer d'abord!
- Dîner chaud: Poitrine de poulet (sauce au vin blanc)
- Prix de présence et 50/50

Partie récréative : BINGO

- Apportez vos jetons
- Cartes de bingo à se procurer sur place (4 \$ ensemble de 4 cartes)



Descriptif de la conférence de 90 minutes pour l'AREQ

La retraite introduit de nombreuses transitions et planifications qui orientent l'espace-temps influençant la gestion des pertes et des deuils pour en faire des gains dans l'optique de « faire bonne vieillesse » aux plans individuel, social, relationnel, conjugal, sexuel et financier pour optimiser cette période de vie qui vise à re-traiter, ré-inventer et ré-investir son capital humain vers le bonheur. La retraite : la belle affaire est un clin d'œil aux défis du vieillir à la retraite en 2025.

Un mot sur le conférencier

Yvon Riendeau M.A.B.Éd possède une maîtrise en Gériologie sociale et il est chargé de cours à l'UQAM en Gériologie sociale depuis 20 ans et depuis peu en sexologie. Récemment retraité, il a enseigné plus de 38 ans. De plus, il est conférencier de longue date pour les membres des AQDR/ AREQ /AQRP et les Tables de concertation pour les aînés. Sa passion est sa marque de commerce au Québec.



Venez nombreux pour partager un moment chaleureux et festif. Que cette journée soit l'occasion de renforcer nos amitiés et de créer de beaux souvenirs ensemble.

INSCRIPTIONS

Selon les modalités de votre secteur.

Date limite d'inscription 7 février.

Le 14 février, apportez la liste des inscriptions et un chèque couvrant le montant total.

Inscription : Christiane Nadon par téléphone ou courriel aux coordonnées habituelles.

Faites parvenir votre chèque ou venez le déposer à sa maison dans sa boîte postale.