

# **Vous pensez à la retraite ?**

Votre trousse  
d'information  
virtuelle



Association québécoise  
des retraité(e)s des secteurs  
public et parapublic



## Savez-vous que...

L'AQRP est la principale association indépendante de retraités de l'État au Québec. Elle compte près de 35 000 membres.

### En tant que personne **future retraitée** et **membre** de l'AQRP, vous...

- désirez rester informée des sujets qui vous touchent (indexation des régimes de retraite, conditions de vie, etc.)
- voulez demeurer active socialement en participant à des activités, des conférences et des formations
- profitez de rabais et avantages chez nos nombreux partenaires
- avez la chance de participer à plusieurs concours réservés à nos membres
- aurez besoin d'assurance maladie individuelle ou d'assurance vie ? **Beneva** sera là pour vous et vous fera profiter d'avantages exclusifs si vous êtes membre de l'AQRP.



## MA RETRAITE EN SANTÉ



Un programme exclusif de l'AQRP qui vous accompagne dans **toutes les sphères de votre santé : physique, mentale et émotionnelle**. Profitez des cinq volets de l'offre pour améliorer votre santé et vivre la retraite dont vous rêvez.



**La prévention : mieux vaut prévenir que guérir**



**Headspace : prenez soin de votre santé mentale**



**Télémedecine : accès à un professionnel à distance**



**Bouger pour rester en santé**



**L'éducation en santé : bien informé pour mieux vivre**



**Visitez la page Web**

# Qui peut devenir membre?

Toute personne retraitée ou préretraitée.

## Joignez-vous à nous!



**Collaborez** à la défense de vos droits.  
[Je veux en savoir plus sur les actions entreprises par l'AQRP !](#)



**Accédez** au service Mieux-être  
[C'est par ici !](#)



**Participez** à des activités dans votre région.  
[Je veux en savoir plus !](#)



**Suivez gratuitement** la formation BONNE ROUTE, ma conduite actualisée.  
[C'est par ici !](#)



**Suivez** des formations et des conférences en ligne.  
[C'est par ici !](#)



**Restez informé** avec notre blogue.  
[Je veux aller voir !](#)



**Bénéficiez** d'une foule de rabais chez nos nombreux partenaires.  
[Je veux les découvrir !](#)



**Apprenez-en plus** avec notre infolettre.  
[Je m'abonne !](#)



**Profitez** de notre partenariat avec Beneva.  
[Je veux découvrir mes avantages !](#)



**Gagnez** de nombreux prix !  
[Je veux participer !](#)



**Pour devenir membre, cliquez ici !** 