

Conseil régional (CR)

Comité exécutif

Micheline Leduc, présidente
Lucie Bourbeau, 1^{ère} vice-présidente
Glenn Menzies, 2^e vice-président
André Lamarche, trésorier
Marie-Claude Hamel, secrétaire

Autres membres du CR

- **Anne Bissonnette**
- **Serge Cloutier**
- **Daniel Hogue**
- **Jacques Parent**
- **Serge Rho**

Pour nous joindre

Courriel : laurentides@aqrp.ca

Poste : AQRP Laurentides
Case postale 55035
Saint-Jérôme CP Durand
(Québec) J7Z 7M8

Téléphone : à venir

AQRP provinciale

5400, boul. des Galeries, bureau 111
Québec (Québec) G2K 2B4
Courriel : info@aqrp.ca
Téléphone : 1 800 653-2747 option 1
Site Web : www.aqrp.ca

Pour s'inscrire à nos activités

(avec paiement sécurisé par carte de crédit)

Par internet, via *Espace-membre* sur le site de
l'AQRP au moment où l'activité est annoncée :
<https://membres.aqrp.ca/evenements/>

Par téléphone : 1 800 653-2747 option 4

Nos activités sont inscrites sur notre site Web :
[Accueil - Laurentides - Nos régions - AQRP](#)

Informations générales

Reflets : Magazine (3 parutions par an)

Infolettre : Journal régional d'information
transmis par courrier postal ou électronique

Blogue : <https://blogue.aqrp.ca/>

Facebook :

<https://www.facebook.com/AQRPNationale/>

Devenir membre :

Adhésion : en ligne : <https://www.aqrp.ca>

Téléphone : 1 800 653-2747

Avantages et programmes offerts aux
membres

- Individuel : 1 an : 59 \$ 2 ans : 108 \$

Programme d'activités

2026-2027

Région des Laurentides



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

Activités

La rentrée : 8 septembre 2026

Information :

- Anne Bissonnette
- Daniel Hogue

Rencontre automnale : 14 octobre 2026

Information :

- Lucie Bourbeau
- Serge Rho

Dîner de Noël : 2 décembre 2026

- Lucie Bourbeau
- Serge Rho

Dîner des Rois : 7 janvier 2027

Information :

- Serge Cloutier
- Glenn Menzies

Saint-Valentin : 10 février 2027

Information :

- Jacques Parent
- Serge Rho

Cabane à sucre : 10 mars 2027

Information :

- Serge Cloutier

Dîners-conférences

Ces activités vous seront présentées les :

- 11 novembre 2025
- 7 avril 2027
- Juin 2027 (date à déterminer)

Information :

- Glenn Menzies
- André Lamarche

Sortie d'été : été 2027

À déterminer

Information :

- Jacques Parent
- Serge Rho

Assemblée régionale annuelle (ARA) :
28 avril 2027

Information :

- Daniel Hogue
- Marie-Claude Hamel

*Nous espérons que cette programmation saura répondre à vos attentes.
Nous vous attendons en grand nombre*

Nouveau programme

« Ma retraite en santé »

Ma retraite en santé est une nouvelle offre de services conçue spécialement pour vous. Voici les cinq volets de ce programme :

- La prévention : mieux vaut prévenir que guérir
- L'application Headspace : pour prendre soin de votre santé mentale
- La télémédecine : l'accès à un professionnel quand ça compte vraiment
- L'activité physique adaptée : bouger pour rester en santé
- L'infolettre santé : une bouffée de vitalité dans votre boîte courriel

Ce programme est réservé aux membres de l'AQRP

Information :

Téléphone : 1 800 653-2747 option 7

Site Web : <https://membres.aqrp.ca/retraiteensante/>