

En Action

Édition du 18 avril 2024

Infolettre du Conseil régional de Québec de l'APRQ

*Vous recevez cette communication à titre membre de l'APRQ.
Pour accéder à la version PDF et aux publications précédentes : [version PDF](#).
Pour connaître toutes les activités de l'APRQ : [Page Web](#).*

Vivre en santé

En présentiel, le 23 avril à compter de 10h00 : Le centre d'excellence sur le vieillissement de Québec (CEVQ) offre la conférence < Vivre en santé > avec Mme Lynda Bélanger, psychologue à la salle Marie-Guyart du Montmartre Canadien.

[Information.](#)

Il n'y a pas d'âge pour être actif 25 avril 2024

En présentiel, le 25 avril à compter de 13h15 : Forum Générations Actives offre une conférence en présentiel de Marcel Bouchard et Samuel Labbé. Sous le thème : il n'y a pas d'âge pour être actif à la Salle Montaigne du Campus Charlesbourg.

[Information et inscription.](#)

Retraités à temps plein, travailleurs à temps partiel

En présentiel, Semaine du 22 au 26 avril : GIT services conseils en Emploi offre une série de conférences pour les citoyens demeurant sur le territoire de la région de la Capitale nationale, sur différents thèmes reliés au travail des retraités.

[Information et inscription.](#)

Conférence - voyage au Pérou

En visioconférence, le 2 mai 2024 de 10 h à 11h30 : Conférence voyage solidaire au Pérou. Michel Lavergne présente un voyage réalisé il y a quelques années et une représentante de ARO Voyages présentera le projet du voyage au Pérou, novembre 2024.

[Informations et inscription.](#)

Rendez-vous national sur le maintien à domicile

En visioconférence, le 8 mai 2024 (toute la journée) : vous pourrez participer à une série de conférences et ateliers sous le thème du maintien à Domicile. Ces conférences sont organisées par la Coalition pour la dignité des aînés (CDA).

[Informations et inscription.](#)

Recherche des bénévoles – Où tu vas quand tu dors en marchant

En présentiel, le Carrefour international de théâtre et *Où tu vas quand tu dors en marchant...?* est de retour du 23 mai au 8 juin 2024. L'organisation est à la recherche de bénévoles, pour les contacter : L'an dernier l'activité s'est tenue sur l'ancien terrain du Zoo de Charlesbourg.

[Fiche promotionnelle.](#)

Pierre Eubanks, Lucile Giguère, Raynald Bernier, Marlène Tremblay, Jacques Pelchat, Huguette Gendreau et Jean Leclerc

Votre conseil d'administration régional 2023-2024

activites.quebec@aprq.ca

418-692-0022 (poste 5079)

Pour vous désabonner de tous les courriels de l'APRQ : [formulaire](#)