

CONFÉRENCES, FORMATIONS ET ATELIERS OFFERTS PAR L'AREQ

Pour l'engagement social et la dignité des personnes âgées

AREQ

Le mouvement des personnes
retraitées CSQ

Conférences et formations offertes par l'AREQ

Dans le cadre de son plan d'action 2023-2026, l'AREQ est heureuse d'offrir, par l'entremise de ses ressources, des formations et des conférences en lien avec les dossiers qu'elle porte et défend.

Ces formations et ces conférences visent à informer adéquatement les membres de l'AREQ et ainsi à leur permettre de réfléchir, de débattre et d'intervenir publiquement sur des enjeux comme la santé, la situation financière des personnes âgées, les assurances et l'environnement. Elles visent également à les outiller sur le plan des communications et des nouvelles technologies.

L'AREQ offre également des ateliers visant à outiller ses membres en lien avec les nouvelles technologies.



À qui s'adressent-elles?

Les conférences et les formations préparées par l'AREQ s'adressent en premier lieu à ses membres. Elles ont prioritairement une portée régionale; toutefois, dans certains cas, elles peuvent être offertes dans un ou des secteurs regroupés, si les besoins et le nombre le justifient. Elles peuvent également être présentées, à l'occasion, devant des organismes de la société civile et des associations partenaires de l'AREQ.



Contenus et formules

Les sujets, de même que le format et la durée des présentations, sont déterminés par les ressources-conseils de l'AREQ, dont on retrouve les biographies et les champs d'expertise dans les pages suivantes. Les conseillers ou les conseillères peuvent cependant convenir avec les organisateurs d'adapter le contenu ou la formule selon des besoins spécifiques identifiés préalablement. Il est également possible, sur demande, de préparer une formation sur un sujet non mentionné dans le présent document.



Comment réserver?

Les demandes sont évaluées en fonction des disponibilités des ressources et des priorités de l'association. Vous désirez recevoir l'une de nos ressources en conférence ou suivre l'une des formations que nous offrons? Remplissez le [formulaire](#) et nous communiquerons avec vous dès que possible.



Coûts associés aux conférences et aux formations

Les coûts associés à la prestation (temps et frais de déplacement des ressources) sont assumés par l'AREQ nationale. Sauf exception*, les coûts engendrés par l'organisation logistique (location de salle, équipement technique et de sonorisation, etc.) et par la participation des membres sont aux frais de la région, du secteur ou encore des participants eux-mêmes.

*Les formations en trésorerie et en secrétariat sont entièrement défrayées par le national, autant les dépenses des formateurs que celles des participantes et participants.

Présentation des ressources de l'AREQ

SAMUEL LABRECQUE

Conseiller aux dossiers sociaux

Originaire de l'Estrie, Samuel Labrecque dispose d'une solide expérience dans le milieu des organismes dédiés aux personnes âgées. Il a notamment été chargé de projet et de relations médias à l'Association québécoise de défense des droits des personnes retraitées et préretraitées (AQDR) et agent de concertation à la Table de concertation régionale des aînés de l'Estrie.



De 2012 à 2014, à titre d'attaché politique au cabinet de l'ex-ministre de la Santé et des Services sociaux, Réjean Hébert, il a piloté le projet de politique d'assurance autonomie et contribué à l'élaboration de la politique Vieillir et vivre ensemble. Il détient un baccalauréat et une maîtrise en politiques appliquées de l'Université de Sherbrooke.

Samuel a été conseiller en communication à l'AREQ de 2017 à 2022. Durant la pandémie, il a pris une pause de deux mois pour participer au programme *Je Contribue* afin de travailler à temps complet comme préposé aux bénéficiaires au CHSLD Le Faubourg, à Québec, lourdement affecté par la Covid.

Désormais, il occupe la fonction de conseiller aux dossiers sociaux à l'AREQ, lesquels traitent notamment des enjeux liés à l'avenir du système de santé public, à l'hébergement des personnes âgées, au soutien à domicile et aux politiques gouvernementales touchant les personnes âgées.

SUJET	FORMAT	DURÉE	AUDITOIRE
L'intelligence artificielle : au service des personnes âgées	À déterminer	Variable	Toutes personnes intéressées
Soins et services à domicile au Québec	À déterminer	Variable	Toutes personnes intéressées
Aide médicale à mourir (AMM) et Directives médicales anticipées (DMA)	À déterminer	Variable	Toutes personnes intéressées
L'hébergement pour les personnes âgées sous toutes ses formes	À déterminer	Variable	Toutes personnes intéressées
Lutte contre la maltraitance au Québec	À déterminer	Variable	Toutes personnes intéressées
Proche aidance : un défi de société	À déterminer	Variable	Toutes personnes intéressées
Âgisme : La représentation des aînés dans la culture populaire	À déterminer	Variable	Toutes personnes intéressées

JOHANNE FREIRE

Conseillère à la sécurité sociale



Johanne Freire a étudié à l'Université Laval et est détentrice d'un baccalauréat en communication publique avec une mineure en psychologie et en marketing. Son parcours de plus de sept ans comme directrice de vol chez Air Canada lui a donné l'occasion de développer une solide expérience en matière de service à la clientèle.

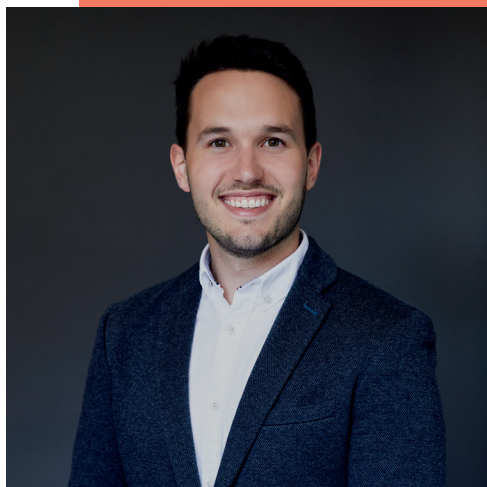
Elle a ensuite déposé ses valises pour offrir ses services chez SSQ Assurance aujourd'hui Beneva, où elle était responsable de la gestion des dossiers d'invalidité complexes d'un des groupes les plus importants de la compagnie, soit la Centrale des syndicats du Québec (CSQ).

C'est au bout de sept autres années que Johanne a joint l'équipe de l'AREQ, à titre de conseillère à la sécurité sociale. Ainsi, Johanne est spécialisée dans le domaine de l'assurance collective de personnes et agit comme ressource-conseil dans le dossier des assurances et de la retraite depuis 2010.

SUJET	FORMAT	DURÉE	AUDITOIRE
Tour d'horizon du régime d'assurance collective ASSUREQ (assurance maladie, assurance voyage, assurance vie, autres particularités du régime, etc.) et du régime public d'assurance médicaments de la RAMQ	Présentation avec période de questions	2 h	Tous les membres (et leurs personnes conjointes)
L'assurance voyage avec assistance et assurance annulation de voyage	Présentation avec période de questions	1 h 30 (approx.)	Tous les membres (et leurs personnes conjointes)
Le régime public d'assurance médicaments de la RAMQ (médicaments couverts, comment lire une facture en pharmacie, nouveaux services offerts par les pharmaciens, etc.)	Présentation avec période de questions	1 h 30 (approx.)	Tous les membres (et leurs personnes conjointes)
Assurance vie d'ASSUREQ - Que faire lors du décès de l'adhérent ou de la personne conjointe	Présentation avec période de questions	1 h 30 (approx.)	Tous les membres (et leurs personnes conjointes)
Pouvoir d'achat et situation financière à la retraite	Présentation avec période de questions	1 h	Tous les membres

CHARLES-DAVID DUCHESNE

Conseiller à la vie associative et aux dossiers sociaux



Détenteur d'un baccalauréat en service social, Charles-David Duchesne était formateur auprès des professionnels chez MIELS-Québec. Il avait notamment pour fonction de créer et d'animer des ateliers destinés à toutes personnes susceptibles d'intervenir auprès des personnes vivant avec le VIH. Auparavant, il a œuvré comme travailleur social au CISSS de Chaudière-Appalaches et comme coordonnateur des rêves à la Fondation Rêves d'enfants, où il accompagnait les enfants malades et leur famille dans la concrétisation de leur rêve.

Charles-David est entré à l'AREQ en 2020 comme responsable de Liratoutâge partout au Québec!. Depuis juillet 2021, il occupe le poste de conseiller à la vie associative et aux dossiers sociaux.

À ce titre, il est entre autres responsable des dossiers de l'environnement, de la condition des hommes et de la relève. D'autre part, il coordonne les sessions de préparation à la retraite à l'intention des futurs membres de l'AREQ.

SUJET	FORMAT	DURÉE	AUDITOIRE
Les besoins des hommes retraités et aînés selon les membres de l'AREQ	Présentation avec échanges	1 h	Tous les membres
Le recyclage et la consigne au Québec	Format à déterminer	Variable	Tous les membres
Diversité et inclusivité: par où commencer et comment s'y retrouver?	Présentation avec échanges	1 h 30	Tous les membres
La grand-parentalité, de la recherche à la pratique: s'adapter à l'évolution du rôle de grand-parent	Présentation avec échanges	1 h	Tous les membres
Comment va la Planète? : de l'éco-anxiété au développement du pouvoir d'agir!	Présentation avec échanges	1 h	Tous les membres
Approche appliquée en lien avec la relève et la participation dans les régions et secteurs de l'AREQ	Sur mesure, en fonction des besoins exprimés	Variable	Membres de conseil sectoriel (CS) et de conseil régional (CR)

RÉBECCA SALESSE

Conseillère en communication et relations de presse



Rébecca Salesse a rejoint l'équipe de l'AREQ en janvier 2023 à titre de conseillère en communication. Rébecca a étudié en communications publiques, profil journalisme avec mineure en sociologie et cinéma, à l'Université Laval. Pendant près de huit ans, elle a travaillé comme animatrice et journaliste à la télévision et à la radio, pour ensuite faire le saut vers les relations publiques. Occupant tour à tour le rôle de conseillère, de porte-parole et d'attachée de presse, Rébecca possède une expertise pointue en relations médias, en conseil stratégique, en formation, en gestion de crise et en rédaction.

Elle choisit avec soin les organismes pour lesquels elle souhaite mettre ses compétences professionnelles à profit, privilégiant les organisations à vocation sociale (RECYC-QUÉBEC, CAA Québec, Centrale des syndicats du Québec, pour ne nommer que celles-là).

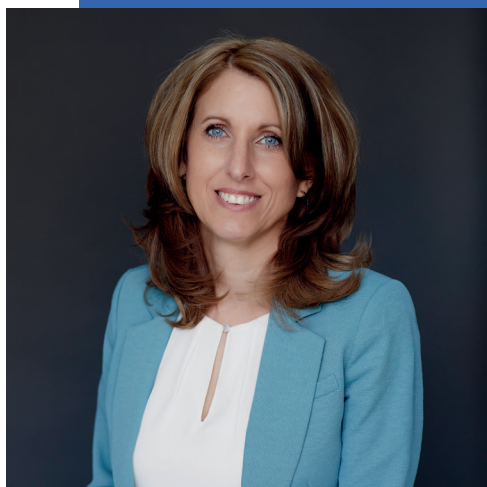
Rébecca sera maintenant responsable des relations avec les médias et des différents outils de communication de l'AREQ. Elle offrira également aux régions et aux secteurs une aide-conseil en matière de communications internes et externes, contribuant ainsi à la notoriété et au positionnement public de l'Association.

SUJET	FORMAT	DURÉE	AUDITOIRE
Porte-parole médias	Présentation et sessions individuelles	1/2 journée	Les élus et porte-parole de l'AREQ (10 pers. max.)
Communiquer pour faire rayonner son organisation*	Présentation avec exercices en sous-groupes	1/2 journée	Les élus et porte-parole de l'AREQ

* Cette formation propose un survol de la rédaction d'outils de communication et de gestion de comptes de médias sociaux

MARTINE FAUCHER

Conseillère à la planification et à l'analyse financière



Martine Faucher a été embauchée en 2018 au poste de conseillère à la planification et à l'analyse financière à l'AREQ. Auparavant, elle a œuvré durant 17 ans comme contrôleur-comptable à la Fédération des coopératives d'habitation de Québec et Chaudière-Appalaches. Elle maîtrise donc bien les rouages de l'administration des organismes à but non lucratif (OBNL) dotés d'instances décisionnelles. Martine est détentrice d'un baccalauréat en administration des affaires de l'Université Laval et d'une licence en sciences comptables.

Martine se voit confier principalement des responsabilités reliées à l'administration comptable de l'AREQ, de la FLG et du régime ASSUREQ. Elle est également appelée à soutenir les personnes trésorières des régions et des secteurs de l'AREQ ainsi qu'à développer des outils d'information sur des questions financières.

MARIE-ÉLAINE BOUTIN-MAINGUY

Technicienne en comptabilité

Marie-Elaine Boutin-Mainguy a été embauchée comme technicienne comptable en novembre 2024. Détentrice d'une formation en comptabilité, Marie-Elaine cumule une dizaine d'années d'expérience dans ce domaine au sein d'entreprises de la région de Québec. Elle détient également une expertise émergente dans les technologies de l'information, en particulier en lien avec les logiciels comptables.

Reconnue pour son sens aigu des responsabilités, sa rigueur professionnelle et son autonomie, Marie-Elaine est bien outillée pour réaliser les opérations budgétaires de l'AREQ, mais aussi, de la Fondation Laure-Gaudreault.

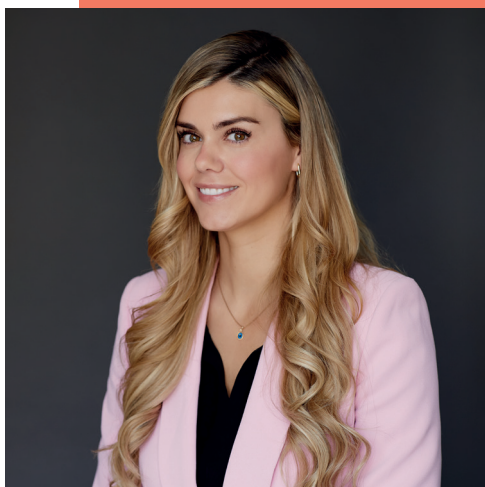


La formation en trésorerie, présentée conjointement par la conseillère à la planification et à l'analyse financière et la technicienne en comptabilité est offerte une fois par triennat, et est entièrement défrayée par le national, autant les dépenses des formateurs que celles des participantes et participants. Elle peut être offerte en présentiel ou en ligne.

SUJET	FORMAT	DURÉE	AUDITOIRE
• Rôle et responsabilités des personnes trésorières • Présentation du logiciel de comptabilité de l'AREQ • Simulation comptable avec le logiciel	Présentation avec exercices	1 journée	Personnes trésorières de conseil sectoriel (CS) et de conseil régional (CR)

AUDREY ROY

Technicienne administrative



Audrey possède plus de treize ans d'expérience dans le domaine administratif, où elle a occupé différentes fonctions, majoritairement en coordination, soutien administratif, service à la clientèle et organisation d'événements. Elle a rejoint l'équipe de l'AREQ en novembre 2021.

Elle a commencé à travailler comme collaboratrice auprès des ressources-conseils responsables de la sécurité sociale, de la condition féminine, de l'action sociopolitique.

Depuis juin 2024, elle collabore, à titre de technicienne en administration et en logistique, à la gestion de l'extranet, la planification des sessions de préparation à la retraite ainsi qu'à l'organisation et à la coordination d'événements.

Audrey offre des formations et des ateliers par vidéoconférence pour apprendre à manipuler l'extranet de l'AREQ. Les dates sont déterminées par le national.

SUJET	FORMAT	DURÉE	AUDITOIRE
Formation • Accès et sécurité • Survol des dossiers • Manipulation (dépôt et suppression de documents, etc.)	Présentation avec échanges	2 heures	Personnes présidentes, trésorières et secrétaires de région ou de secteur
Atelier • Approfondissement des notions abordées durant les formations	Échanges sous forme de questions-réponses	2 heures	Personnes présidentes, trésorières et secrétaires de région ou de secteur qui ont préalablement suivi la formation

VALÉRIE MARTIN

Secrétaire d'instances et de direction



Valérie Martin a rejoint l'équipe de l'AREQ en octobre 2022 comme secrétaire d'instances. À ce titre, elle voit notamment à la préparation des ordres du jour ainsi que des procès-verbaux des instances de l'Association, soit le conseil exécutif, le conseil d'administration, le conseil national et le Congrès.

Auparavant, Valérie a œuvré dans le réseau de la santé, principalement comme secrétaire médicale, et plus récemment comme technologue en imagerie médicale. Outre une formation en secrétariat et un DEC en technique de radiodiagnostic, elle a également poursuivi des études en enseignement préscolaire et primaire, ainsi qu'en éducation en service de garde.

La formation en secrétariat est défrayée par le national, autant les dépenses des formateurs que celles des participantes et participants. Elle peut être offerte en présentiel ou en ligne.

SUJET	FORMAT	DURÉE	AUDITOIRE
Classement et archivage de documents, prise de notes et procès-verbal	Présentation avec échanges	1/2 journée	Secrétaires de conseil sectoriel (CS) et de conseil régional (CR)

VÉRONIQUE BILODEAU

Technicienne à la logistique d'événements

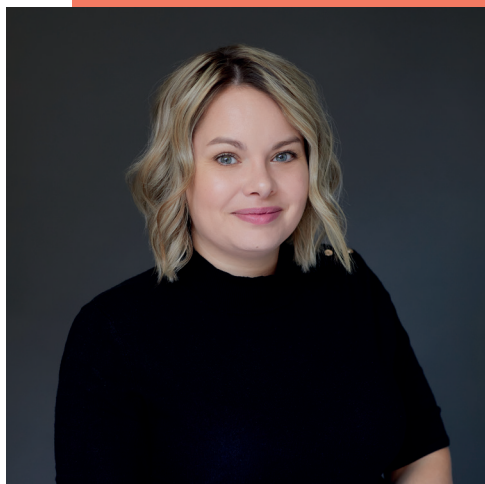
Véronique Bilodeau possède un DEP en comptabilité. Elle a débuté à l'AREQ en 2002 à la gestion des membres, et en 2004 elle a obtenu le poste de technicienne à la logistique d'événements. Elle collabore à la coordination des événements. De plus, Véronique s'intéresse aux avancées technologiques et aux logiciels disponibles dans le domaine de la bureautique.



SUJET	FORMAT	DURÉE	AUDITOIRE
Consultation externe des listes de membres de l'AREQ (CELMA) Formation Listes disponibles, utilité respective et manipulation sécurisée	Présentation avec échanges	2 h	Personnes responsables des listes externes de la gestion des membres
Atelier Approfondissement des notions abordées durant les formations	Échanges sous forme de questions-réponses	1 h	Personnes responsables des listes externes de la gestion des membres

MAUDE TWEDDELL

Conseillère à la vie associative et aux dossiers sociaux



Maude a été embauchée en mars 2022 pour coordonner la phase 2 du projet Liratoutâge, partout au Québec. Ce projet étant terminé, elle occupe maintenant le poste de conseillère à la vie associative et aux dossiers sociaux et, à ce titre, elle est notamment responsable du dossier des femmes et de la mise en œuvre du plan de développement de l'association.

SUJET	FORMAT	DURÉE	AUDITOIRE
Présentation de l'AREQ, de ses services et des avantages d'y adhérer	Présentation avec échanges	45 minutes	Membres de la CSQ, personnel et élus des syndicats affiliés et des fédérations

POUR JOINDRE L'AREQ

1 800 663-2408

info@areq.lacsq.org

areq.lacsq.org

AREQ

Le mouvement des personnes
retraitées CSQ