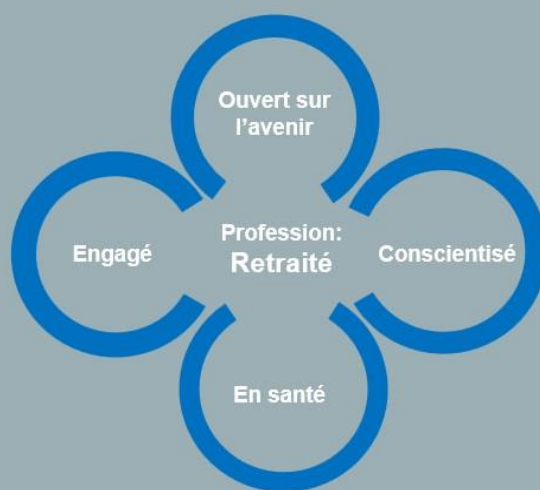


Congrès 2025 ACREQ À Orford du 9 au 11 juin



PROGRAMME



44, Avenue de l'Auberge, Orford, QC J1X 6J3

Message de la présidente de l'ACREQ

Le 10^e Congrès de l'Association de cadres retraités de l'éducation du Québec prendra son envol le 10 juin 2025 sous le thème « Profession : retraité ».

Grâce au travail et à l'engagement des membres du Comité organisateur, cet événement vous réserve des conférences et des rencontres extraordinaires qui permettront aux congressistes de se resourcer et de rencontrer des membres réguliers et associés de l'ACREQ qui proviennent des quatre coins du Québec.



Sous la présidence de Daniel Blais, le Comité organisateur vous propose 2 jours de rencontres qui se termineront par l'Assemblée générale des membres de l'ACREQ et en parallèle, par une activité pour les conjoints.es.

Cette année, le 10^e Congrès de l'ACREQ offre également à celles et ceux qui le désirent, des activités d'après Congrès afin de découvrir la magnifique région de l'Estrie. Réservez quelques jours de plus à votre agenda pour profiter de ces lieux enchanteurs.

Merci aux organisatrices et aux organisateurs de ce grand événement ainsi qu'à nos généreux partenaires et commanditaires qui nous ont soutenus généreusement tout au long de cette belle aventure. Bon Congrès 2025 !

France David, présidente de l'ACREQ

Message du président du comité organisateur



C'est avec fierté et enthousiasme que les membres de la section Estrie vous accueilleront pour le 10^e Congrès de notre association. Sous le thème **Profession retraité**, nous voulons démontrer que les retraités sont des personnes actives qui occupent leur temps en pratiquant des activités fort diversifiées. Les membres du Comité organisateur souhaitent également faire rayonner les compétences et expertises des gens de la région. Ainsi, tous les conférenciers seront heureux de vous partager leurs connaissances et vous sensibiliser à l'importance et aux enjeux que sont les changements climatiques, la santé, l'engagement et notre ouverture sur l'avenir.

En participant au Congrès, vous profiterez des installations de l'hôtel avec vue sur le Mont-Orford et des nombreux attraits touristiques de notre belle région. Nous vous attendons en grand nombre!

Daniel Blais, président du comité organisateur et adjoint à la présidence, section Estrie

Le Comité organisateur

Richard Bédard, Daniel Blais, Guy Brassard, Hilda Gallienne, Marielle Levac, Gilbert Roy et Jean-Pierre Simard

Collaboration

Conseil d'administration de l'ACREQ

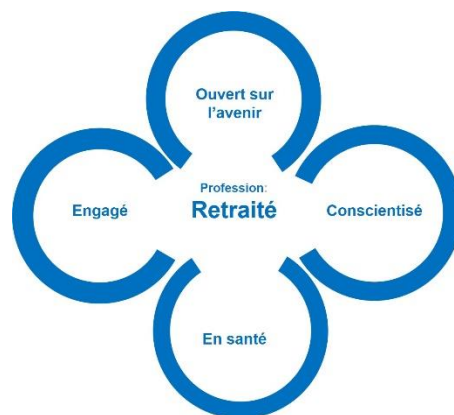
Marie-Josée Lépinay, adjointe administrative, ACREQ

Gilles Lemieux, membre associé, section Estrie

LES CONFÉRENCES

François Delorme

Retraité conscientisé



▪ Résumé de conférence ▪

Les changements climatiques touchent de multiples facettes de notre société – de l'écologie à l'économie, en passant par notre santé. François Delorme partagera avec nous ses perspectives sur les défis actuels et les moyens de favoriser le dialogue entre ces enjeux pour encourager une réelle transition vers l'action.

▪ Notes biographiques ▪

François est professeur associé au département de sciences économiques de l'École de gestion de l'Université de Sherbrooke et est PDG de Delorme Lajoie Consultation inc.

Ses champs d'intérêt sont particulièrement la macroéconomie, les finances publiques, l'économie comportementale, les questions liées aux inégalités et l'économie de l'environnement. En tant que consultant, il œuvre avec de nombreuses grappes industrielles et fonds d'investissements au Québec ainsi qu'avec plusieurs groupes communautaires, fournissant des analyses économiques et dispensant des conseils stratégiques.

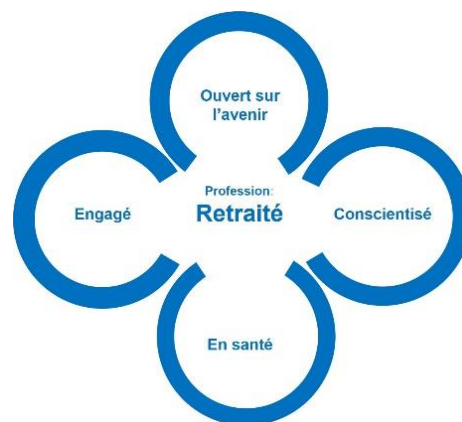
Il est également chercheur à la Chaire en fiscalité et en finances publiques de l'Université de Sherbrooke et fellow au Laboratoire des inégalités mondiales dirigé par Thomas Piketty, où il travaille sur les conditions économiques de la classe moyenne, aux inégalités et à la concentration de richesse.

Il a été économiste en chef à Industrie Canada et a été haut fonctionnaire pendant une vingtaine d'années au Ministère fédéral des Finances. François a aussi occupé les fonctions d'économiste principal à l'Organisation de coopération et de développement économiques (OCDE) à Paris.

LES CONFÉRENCES

Mélanie Levasseur

Retraité en santé



• Résumé de conférence •

Afin d'assurer un vieillissement actif et en santé, il importe d'autogérer sa santé et de favoriser sa participation sociale, notamment grâce au programme *Remodeler sa vie*, une intervention d'ergothérapie préventive qui vise le développement d'un mode de vie sain et porteur de sens. Réalisé sur une période de trois à six mois, le programme *Remodeler sa vie* inclut 13 à 26 rencontres hebdomadaires de groupe d'une durée de deux heures et trois à dix rencontres individuelles d'une durée d'une heure qui vise à soutenir le développement de routines saines et favorisant l'engagement dans des activités signifiantes. Initialement développée par des chercheurs de la Californie, adaptée par notre équipe au contexte québécois et implanté au CIUSSE-CHUS, cette intervention a été démontrée rentable et favorise une amélioration de la qualité des interactions sociales des aînés, ainsi que de leur fonctionnement, de leur vitalité, de leur santé mentale et de leur satisfaction envers la vie. En plus d'engendrer une réduction des coûts liés à l'utilisation des services du système de santé, la grande majorité (90%) de ces améliorations se maintiennent dans le temps.

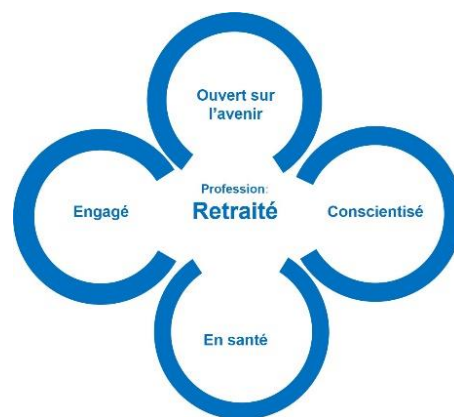
• Notes biographiques •

Mélanie Levasseur est ergothérapeute et professeure titulaire à l'École de réadaptation de l'Université de Sherbrooke. Elle est aussi chercheuse et directrice du laboratoire de recherche Connect au Centre de recherche sur le vieillissement, CIUSSS de l'Estrie-CHUS. Professeure Levasseur détient un doctorat en sciences cliniques de l'Université de Sherbrooke et a aussi été chercheuse postdoctorale en promotion de la santé à l'Institut de recherche en santé publique de l'Université de Montréal. Elle détient actuellement une Chaire de recherche du Canada sur la participation et la connexion sociale des personnes aînées (Tier 1 CRC-2022-00331; 2023-2030). Financé notamment par un volet Fondation des IRSC (#148466; 2016-24), son programme de recherche cible le développement et l'évaluation d'un continuum d'interventions innovantes pour favoriser la participation sociale des personnes aînées, incluant l'Accompagnement-citoyen personnalisé d'intégration communautaire (APIC), le programme *Remodeler sa vie* (Lifestyle Redesign) et les environnements inclusifs. Ses travaux portent aussi sur les actions pour rompre avec l'âgisme et la robotique sociale.

LES CONFÉRENCES

Christian Provencher

Retraité engagé



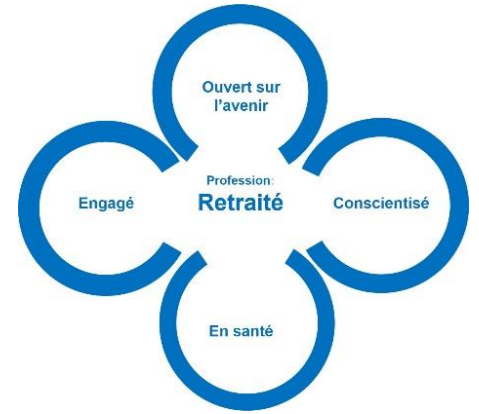
▪ Résumé de conférence ▪

Nous présenterons la profession de retraité engagé, en mettant en lumière un portrait positif et intéressant de cette réalité. Cette démarche nous permettra de valoriser nos retraités actifs et engagés. Nous partagerons également les résultats d'un sondage envoyé aux membres de l'ACREQ afin de mieux connaître les activités de nos retraités et ce qui est important pour eux. Ferez-vous partie de ces statistiques? Nous aborderons les bienfaits de l'engagement dans diverses activités et explorerons des moyens de s'investir dans des projets qui nous passionnent, pour vivre pleinement cette phase de vie qu'est la retraite. Enfin, nous prendrons conscience des nombreuses possibilités à développer et des richesses que nos retraités apportent au développement de la société.

▪ Notes biographiques ▪

Christian Provencher est retraité depuis maintenant 3 ans. Il a travaillé en éducation pendant 35 ans et comme gestionnaire pendant 28 ans. Actuellement, il consacre une partie de son temps à sa famille et ses parents. Il est aussi actif avec l'Université de Sherbrooke, la Fédération des centres de services scolaire du Québec et le CTREQ (*Centre de transfert pour la réussite éducative du Québec*). Il accompagne différentes organisations dans des projets de développement organisationnel. Il profite de son temps pour faire du sport et s'occuper de lui. Depuis un an, il est grand-père et cela change sa vision de ce que peut être son engagement dans le développement de la société.

LES CONFÉRENCES



Dolorès Majón-Valpuesta

Retraité ouvert sur l'avenir



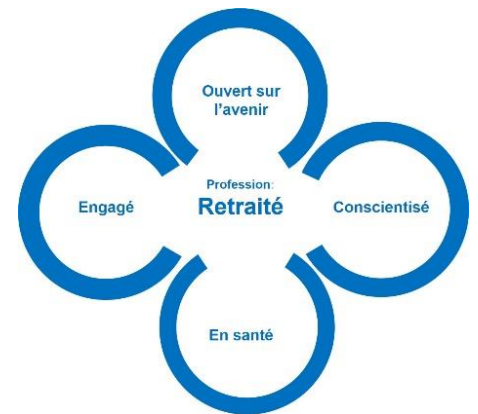
▪ Résumé de conférence ▪

L'objectif de la présentation est de réfléchir aux défis et aux pistes d'action futures liées à l'arrivée de l'âge de la retraite de la nouvelle génération de personnes âgées, à savoir les baby-boomers. Premièrement, les résultats d'une recherche menée au Québec et en Espagne sur la participation sociale des baby-boomers seront présentés : attentes, besoins, facilitateurs et barrières. Deuxièmement, des clés seront fournies sur les défis futurs liés à l'exercice de la citoyenneté par les personnes âgées. Troisièmement, il s'agira de réfléchir à la manière dont la société se prépare à répondre aux scénarios d'avenir des personnes âgées au Québec et de présenter des expériences innovantes développées dans le contexte mondial en réponse aux besoins de cette population.

▪ Notes biographiques ▪

Chercheuse postdoctorale au Centre de recherche sur le vieillissement de l'Université de Sherbrooke et de l'Universidad de Sevilla (Espagne). Doctorat en Psychologie de l'Universidad de Sevilla et de la Pontificia Universidad Católica de Chile (Chili). Maîtrise en Intervention psychosociale de l'Universidad Autónoma de Barcelona et licence en Psychologie de l'Universidad de Sevilla. Dans le domaine de la gérontologie, ses recherches portent sur les processus liés à la participation sociale des personnes âgées de la génération du baby-boom et de la population 2SLGTBI+ en particulier. Elle a présenté ses travaux lors de plus de 40 conférences scientifiques et dans plus de 10 publications scientifiques. Elle a également de l'expérience professionnelle dans les services publics pour les personnes âgées et dans l'enseignement universitaire en Espagne et au Chili.

PROGRAMMATION



PRÉ-CONGRÈS

LUNDI

9 juin 2025

13 h 30 à 16 h 30

Réunion de la Table des présidentes et des présidents de Section (TPP)

- Salle Magog-Orford ▪

16 h 00 à 18 h 00

Inscription des congressistes

- Foyer de la salle Magog-Orford ▪

18 h 30

Souper libre

CONGRÈS

MARDI

10 juin 2025

7 h 30 à 8 h 45

Déjeuner pour les congressistes ayant séjourné à l'Hôtel

- Salle à manger de l'hôtel ▪

8 h 00 à 9 h 45

Inscription des congressistes, accueil des congressistes, visite des kiosques des exposants

- Foyer de la salle Magog-Orford ▪

9 h 45 à 10 h 15

Ouverture du congrès

- Salle Magog-Orford ▪

10 h 15 à 11 h 45

Conférence

Retraité conscientisé

Conférencier : François Delorme

- Salle Magog-Orford ▪

- 12 h 00 à 13 h 15 **Dîner buffet**
▪ Salle à manger de l'hôtel ▪
- 13 h 30 à 14 h 45 **Conférence**
Retraité en santé
Conférencière : Mélanie Levasseur
▪ Salle Magog-Orford ▪
- 14 h 45 à 15 h 15 **Pause-santé**
▪ Foyer de la salle Magog-Orford ▪
- 15 h 15 à 16 h 30 **Conférence**
Retraité engagé
Conférencier : Christian Provencher
▪ Salle Magog-Orford ▪
- 17 h 00 à 18 h 30 **Coquetel**
Prestation musicale par des élèves (à confirmer)
▪ Terrasse ▪ *En cas de pluie, le coquetel aura lieu dans le foyer de la salle Magog-Orford.*
- 18 h 45 à 20 h 00 **Souper-banquet**
▪ Salle Magog-Orford ▪
- 20 h 00 à 21 h 15 **Animation musicale par Denis Marcotte et Sébastien Lussier**
21 h 15 **Tirage de prix de présence**

MERCREDI

11 juin 2025

- 7 h 30 à 8 h 45 **Déjeuner** pour les congressistes ayant séjourné à l'Hôtel
▪ Salle à manger de l'hôtel ▪
- 9 h 00 à 10 h 15 **Conférence**
Retraité ouvert sur l'avenir
Conférencière : Dolorès Majón-Valpuesta
▪ Salle Magog-Orford ▪
- 10 h 15 à 10 h 30 **Pause-santé**
▪ Salle Magog-Orford ▪
- 10 h 30 à 12 h 30 **23^e Assemblée générale annuelle de l'ACREQ**
▪ Salle Magog-Orford ▪
- 10 h 45 à 12 h 15 **Activité pour les conjoint.es**
▪ Terrasse ▪ *En cas de pluie, l'activité aura lieu à la salle Abénaquis.*
- 12 h 45 **Clôture du 10^e congrès et vin d'honneur**
Dîner « boîte à lunch » à déguster sur place ou pour emporter
▪ Salle Magog-Orford ▪

Note : ▪ Les chambres devront être libérées pour 12h00. ▪

ACTIVITÉ POUR LES CONJOINT.ES

Sur la terrasse, le mercredi 11 juin 2025 de 10 h 45 à 12 h 15

Rejoignez-nous pour des moments de convivialité avec un conseiller expert des Serres St-Élie. Vous y découvrirez nos meilleurs trucs et astuces pour réussir vos fleurs annuelles et votre potager.



Vous aurez aussi la chance de gagner l'un des quatre prix d'une valeur de 25 \$.

ANIMATION MUSICALE DURANT LE SOUPER



Sébastien Lussier et Denis Marcotte

Denis Marcotte a débuté sa carrière à la Commission scolaire de la Région-de-Sherbrooke en 1987 à titre de technicien en transport scolaire. Nommé Régisseur du transport scolaire en 1996, il a été membre de l'ACSQ de 1996 à 2018 pour terminer sa carrière de 31 ans à titre de Coordonnateur de l'organisation scolaire et de transport scolaire, et ce, jusqu'à sa retraite en 2018.

Depuis sa retraite, Denis vis ses passions à plein temps (camping, chasse et pêche, vélo, ski alpin), il partage sa passion de la musique avec son neveu Sébastien Lussier. Ce dernier s'implique dans diverses causes et organisations depuis plus de 25 ans. Sébastien est également Directeur général et actionnaire de Créations Jade, une entreprise bien connue dans la région.

Denis et Sébastien chantent et jouent de la guitare depuis plus de 30 ans; ils ont déjà fait ensemble quelques prestations musicales pour l'ACSQ et ont participé à diverses activités. C'est avec plaisir qu'ils seront des nôtres pour animer la soirée du mardi 10 juin 2025 lors du congrès de l'ACREQ.

INSCRIPTION AU CONGRÈS 2025



Depuis quelques années, l'ACREQ a endossé le virage écoresponsable en posant des actions citoyennes concrètes qui contribuent chaque jour au développement durable de notre planète.

Toute l'information nécessaire à votre inscription vous sera acheminée par courriel et la programmation sera disponible sur le site Internet de l'ACREQ durant le Congrès. Durant ces journées de rencontres, le WIFI sera gratuit et disponible en tout temps à l'Hôtel Estrimont Suites et Spa.

Apportez votre tablette ou votre portable !

POUR VOUS INSCRIRE, COMPLÉTEZ LE FORMULAIRE CI-JOINT.

Date limite : le lundi 5 mai 2025.

Coûts d'inscription :

- Membres réguliers et associés de l'ACREQ: 135 \$
- Conjointes et conjoints des membres de l'ACREQ: 135 \$
- Non-Membres: 185 \$
- Assemblée générale et dîner du mercredi 11 juin 2025 seulement : 50 \$

Les coûts d'inscription au Congrès comprennent les conférences, le dîner du mardi 10 juin, les pauses-santé, le coquetel, le banquet du mardi 10 juin et le dîner du 11 juin 2025.

Les déjeuners des mardi 10 et mercredi 11 juin sont offerts aux congressistes ayant séjourné à l'hôtel.

L'activité du mercredi 11 juin 2025, qui aura lieu durant l'Assemblée générale des membres de l'ACREQ, est offerte aux conjoint.es des membres ainsi qu'aux non-membres.

ANNULATION D'INSCRIPTION

Si vous annulez votre inscription avant le lundi 19 mai 2025, l'ACREQ remboursera les frais d'inscription sur réception d'un avis transmis par courriel à l'adresse suivante : acreq@aqcs.ca. Après cette date, en cas d'annulation, les frais d'inscription ne seront pas remboursés.

RÉSERVATION DE CHAMBRES

Faites votre réservation de chambre DÈS MAINTENANT à l'hôtel Estrimont Suites et Spa. Lors de la réservation, spécifiez votre participation au Congrès de l'ACREQ.



44 Avenue de l'Auberge, Orford, Québec J1X 6J3

Pour réservation par téléphone : 1-800-567-7320

Si vous préférez faire votre réservation par Internet, suivez la procédure que vous trouverez à la fin du présent formulaire d'inscription.

Pour une visite virtuelle de l'hôtel et de ses installations, suivez le lien : <https://www.estrimont.ca/>

Tarif pour les chambres * en occupation simple : 195,17 \$

Tarif pour les chambres * en occupation double : 220,33 \$

Plus les taxes applicables (TPS et TVQ) et la taxe d'hébergement (3,5 %)

Le prix des chambres inclut le petit-déjeuner et son pourboire.

* Suites avec vue sur le Mont-Orford

NOTE : Tarifs garantis de l'hôtel pour le congrès de l'ACREQ, le pré-congrès et la nuitée du 11 au 12 juin jusqu'au mardi 8 avril 2025.

Prolongez votre séjour dans la région Magog-Orford

Sur le site de l'ACREQ, consultez l'onglet « **L'après congrès** » dans la section Congrès 2025. Vous y trouverez plusieurs suggestions d'intérêt.



MERCI À NOS PARTENAIRES



laPersonnelle

Assureur de groupe auto,
habitation et entreprise



AQCS ASSOCIATION QUÉBÉCOISE
DES CADRES SCOLAIRES

Là pour nos membres. Là pour le réseau.

beneva

L'APRÈS CONGRÈS

**Profession
Retraité**

1. La Maison Merry est un lieu racontant l'histoire de Magog et sa région, ainsi que la vie de ses premiers occupants, de la préhistoire aux années 1920. La plus ancienne maison du Magog urbain est mise en valeur grâce aux expositions.



2. L'abbaye de Saint-Benoît-du-Lac fondée en 1912, est une abbaye bénédictine de la congrégation de Solesmes. La valeur estimée en 2021 est de 46,8 millions de dollars et la superficie est de 2,2 millions de mètres carrés.



3. Bleu Lavande
Notre équipe de conseillers/ères pourra vous guider dans la découverte de notre gamme unique de produits. Bienvenue dans l'univers Bleu Lavande.



4. Marais de la Rivière aux Cerises
Zone naturelle abritant divers habitats, avec sentiers et centre d'interprétation proposant des expositions et des activités.
Entrée gratuite



Si vous souhaitez prolonger votre séjour, il est possible de réserver votre chambre à l'Estrimont Suites et Spa au même tarif que celui négocié par le Comité organisateur du congrès. Pour bénéficier de ce tarif spécial, veuillez le préciser au moment de faire votre réservation en suivant la procédure que vous trouverez dans le document « **Estrimont** Procédure de réservation ».