

## LES ACTIVITÉS PONCTUELLES (suite...)

### ◆ Février et Mars 2025

#### Activité : Sorties en raquettes

Date à préciser en s'inscrivant auprès de:  
romaintr@hotmail.com  
Responsable : Romain Tremblay

### ◆ Jeudi 24 avril 2025

#### ASSEMBLÉE RÉGIONALE ANNUELLE (ARA)

Brunch à 09h30, Assemblée à 11h00  
Hôtel La Saguenéenne, Chicoutimi

Responsable : Carole Muir

### ◆ 22 mai 2025

#### Escapade Ferme Tournevent + Brasserie Bercée

Détails à venir dans les infolettres

Responsable : Marielle Dallaire



Pour plus d'informations ou pour nous joindre, consultez la page régionale sur le site web de l'AQRP: [www.aqrp.ca/regions/saguenay-cote-nord/accueil](http://www.aqrp.ca/regions/saguenay-cote-nord/accueil). Toutes nos coordonnées s'y retrouvent ou écrivez-nous : [saguenay-cote-nord@aqrp.ca](mailto:saguenay-cote-nord@aqrp.ca)

### IMPORTANT!

Assurez-vous que  votre adresse courriel est « à jour » et « valide » à l'AQRP, car **plusieurs activités seront ajoutées en cours d'année** et nous diffuserons celles-ci par le biais d'envois courriel et sur la page WEB de la région.

Vous pouvez le faire :

- \* Directement sur le site de l'AQRP dans l'espace membre : <https://membres.aqrp.ca> **ou**
- \* Par courriel en envoyant vos coordonnées et votre courriel au secrétariat de l'AQRP : [info@aqrp.ca](mailto:info@aqrp.ca) **ou**
- \* Par téléphone : 1-800-653-2747



Association québécoise des retraités(es)  
des secteurs public et parapublic  
Région Saguenay-Côte-Nord



**Calendrier des activités  
2024-2025**

Tous les **déjeuners-conférences** se tiendront, le **3<sup>e</sup>**  
**jeudi du mois**, à Hôtel La Saguenéenne, Salle  
Champagne, 250 rue des Saguenéens, Chicoutimi.

**Déjeuner : 08h30, Conférence : 09h45**

**Jeudi 19 septembre 2024**



**Présentation des activités de l'année 2024-2025**

Responsable : Carole Muir

**Jeudi 17 octobre 2024**

**"L'importance d'une bonne audition dans notre vie quotidienne"**

Responsable : Christiane Bérubé

**Jeudi 21 novembre 2024**

**Sécurité à domicile par la Sécurité incendie Ville de Saguenay**

Responsable : Linda Riverin



**Jeudi 16 janvier 2025**

**Les services à domicile**

Responsable : Nicole Bolduc-DuBois

**Jeudi 20 mars 2025**

**Le service Mieux-être**

Responsable : Sylvie Côté



**Jeudi 15 mai 2025**

**Quoi faire au Saguenay-Activités estivales**

Responsable : Carole Muir

\* Les déjeuners-conférences sont des moments de rencontre durant lesquels, nous recevons un conférencier sur un sujet donné. Aucune réservation n'est nécessaire. Vous pouvez inviter vos ami(e)s non-membres, si le sujet les intéresse. Aucun frais pour assister à la conférence. **Vous ne payerez que 15 \$ pour les membres et 22\$ pour les non-membres** pour le déjeuner. La conférence débute vers 09h45. Le sujet vous intéresse, alors on vous y attend !

## ACTIVITÉS PONCTUELLES

♦ **Le 01 octobre 2024: Journée internationale des aînés (JIA)**

Plusieurs activités sont organisées par les tables de concertation (TRCA)

Plus de détails dans l'infolettre de septembre

Responsables: Saguenay : Nicole Bolduc-Dubois;  
Côte-Nord : Marcel Ste-Marie

♦ **Du 2 au 4 octobre 2024 :**

**Voyage Grosse-Ile, Mont-Mégantic et Aquarium du Québec**

Responsable : Romain Tremblay



♦ **Mi-Octobre 2024**

**Observation de la fraie des truites de mer, Rivière Ste-Marguerite, Date : à confirmer**

Responsable : Romain Tremblay

♦ **Jeudi 05 décembre 2024**

**DÎNER DE NOËL, (Animation/musique)**

Restaurant Le Calypso;

Responsables : Marielle Dallaire,  
Sylvie Côté, Anne Gagnon



♦ **Jeudi 13 février 2025**

**DÎNER ST-VALENTIN, (Animation/danse et exprimez vos talents...)**

Restaurant Le Calypso;

Responsables : Marielle Dallaire,  
Sylvie Côté, Anne Gagnon

