

## Sessions de préparation à la retraite

Vous prévoyez prendre votre retraite d'ici le 31 décembre **2026?**  
Assistez à l'une de ces rencontres!

Comme les années antérieures, l'Association des retraitées et retraités de l'éducation et des autres services publics du Québec (AREQ-CSQ) offre des **sessions de préparation à la retraite** pour les membres de la CSQ.

L'AREQ-CSQ offre maintenant les sessions sous deux formats, soit en vidéoconférence ou en présentiel.

### En vidéoconférence

Ces rencontres virtuelles seront offertes à l'automne 2022 et l'hiver 2023. Les sujets suivants seront traités :

- Questions juridiques,
- Adaptation psychosociale et santé,
- Questions financières,
- Assurances,
- Régimes de retraite.

Dates et inscriptions



Le cout d'inscription pour les sessions en vidéoconférence est de 50 \$ pour les membres CSQ et il n'y a aucun frais pour les personnes conjointes. Voir la procédure et le calendrier ci-après.

### En présentiel

**ATTENTION** ces rencontres sont réservées aux personnes prenant leur retraite d'ici **2026**...

Comme il est également possible que les capacités d'accueil des hôtels pour ces sessions soient moindres qu'à l'habitude, **nous vous suggérons de ne pas tarder à faire votre inscription.** (Calendrier ci-joint)

Le cout de l'inscription en présentiel est de 60 \$ pour les membres et 70 \$ pour les personnes conjointes.

Vous désirez participer à une de ces sessions, consultez la procédure et le calendrier ci-après.



Lieux et inscriptions

### Plus d'informations...

Vous avez des questions, contactez-nous : 1 800 290-5030 / 819 623-5030, poste 3.

Les **places** sont **limitées**, **inscrivez-vous tôt!**

Ma retraite...  
je la prépare!

*Guy Croteau*  
Responsable Sécurité sociale



### En mode virtuel

\*\*\*Ces séances ne sont pas disponibles en rediffusion\*\*\*

Sujets traités (un choix possible par sujet)	Automne 2022	Hiver 2023
<b>Adaptation psychosociale et santé</b> Mercredi de 19 h à 20 h 30	16 novembre 2022	18 janvier 2023**
<b>Questions juridiques</b> Mercredi de 19 h à 20 h 30	23 novembre 2022	25 janvier 2023**
<b>Assurances</b> Mercredi de 19 h à 20 h 30	30 novembre 2022	1 <sup>er</sup> février 2023**
<b>Questions financières</b> Mercredi de 19 h à 20 h 30	7 décembre 2022	8 février 2023**
<b>Régimes de retraite</b> Samedi de 9 h à 11 h 30	10 décembre 2022	11 février 2023**

### En présentiel

Région administrative de l'AREQ	Lieu	Dates
Saguenay–Lac-Saint-Jean	CHICOUTIMI	23 et 24 septembre 2022
Québec-Chaudière-Appalaches	QUÉBEC	4 et 5 novembre 2022
Cœur et Centre-du-Québec	TROIS-RIVIÈRES	17 et 18 mars 2023
Estrie	SHERBROOKE	14 et 15 avril 2023
Bas-Saint-Laurent–Gaspésie –Les Îles–Côte-Nord	RIMOUSKI	28 et 29 avril 2023
Laval–Laurentides–Lanaudière	SAINT-JÉRÔME	12 et 13 mai 2023

**NOUVEAU – Ouvert à tous et gratuit (vidéoconférence)**

[Préparer ses finances pour la retraite : il n'est jamais trop tôt](#)

Mardi 11 octobre 2022  
de 19 h à 20 h 30

## Procédure pour s'inscrire à une session en vidéoconférence de préparation à la retraite (SPR)

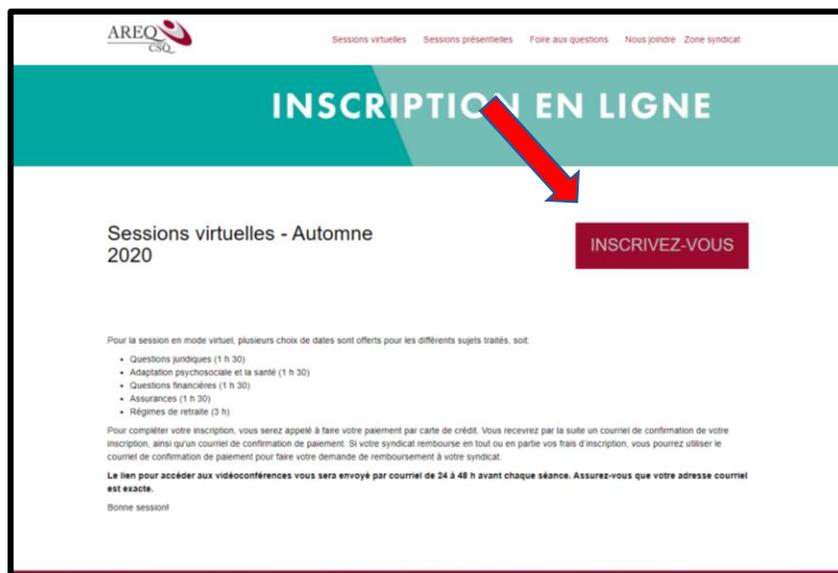
Vous devez procéder à votre inscription sur le site de l'AREQ-CSQ et payer, par carte de crédit, les frais pour valider votre participation.

Pour vous inscrire : cliquez sur le lien suivant : <https://areqspr.gofino.ca/virtuel/>

**Étape 1** : Cliquez sur **l'image**



**Étape 2** : Cliquez sur **Inscrivez-vous**



### Étape 3 :

- Dans le champ *Nom du syndicat* écrire Z-51 et cliquez sur la proposition en rouge.



Nom du syndicat \*

Sélectionner un syndicat

Z-48 - SERN - Syndicat de l'enseignement de la Rivière-du-Nord

Z-49 - SEVM - Syndicat de l'enseignement Val-Maska

Z-51 - SPEHR - Syndicat du personnel de l'enseignement des Hautes-Rivières (FSE-CSQ)

- Inscrivez votre adresse courriel, votre prénom et votre nom.
- Cochez *Je confirme que c'est bien mon syndicat*
- Cliquez sur l'année où vous prévoyez prendre votre retraite.
- Choisissez les plages horaires qui vous conviennent pour chacun des modules.

#### Inscription : Sessions virtuelles - Automne 2021

*Je confirme que c'est bien mon syndicat \**

Nom du syndicat \*

Sélectionner un syndicat

Courriel \*

Validation du courriel\*

Prénom \*

Nom \*

En quelle année prévoyez-vous prendre votre retraite?

Choisissez l'année

Langue de préférence

Français

Adaptation psychosociale et santé (1 h 30)

- Aucun choix
- 13 octobre 2021 15:00:00 - 25 Place(s)
- 23 novembre 2021 15:00:00 - 55 Place(s) \*\*

Questions juridiques (1 h 30)

- Aucun choix
- 6 octobre 2021 15:00:00 - 19 Place(s)
- 16 novembre 2021 15:00:00 - 85 Place(s) \*\*

Questions financières (1 h 30)

- Aucun choix
- 20 octobre 2021 15:00:00 - 12 Place(s)
- 30 novembre 2021 15:00:00 - 87 Place(s) \*\*

Régimes de retraite (2 h 30)

- Aucun choix
- 30 octobre 2021 09:00:00 - 7 Place(s)
- 4 décembre 2021 05:00:00 - 92 Place(s) \*\*

Assurances (1 h 30)

- Aucun choix
- 25 septembre 2021 15:00:00 - 22 Place(s)
- 9 novembre 2021 15:00:00 - 83 Place(s) \*\*

EFFACER LES DATES

\*\* Présentation en français avec option de traduction simultanée anglaise

Je désire m'inscrire à l'Infolettre de l'AREQ

\* Champs obligatoires

Inscription au coût de : 50,00 \$

M'INSCRIRE

Cliquez sur **M'INSCRIRE**

## Étape 4 : Validez les informations

Validation des données pour l'inscription - Sessions virtuelles -  
Automne 2021

Nom du Syndicat  
Syndicat du personnel de l'enseignement des Hautes-Rivières (FSE-CSQ)      Courriel  
spehr@lacsq.org

Prénom  
Syndicat      Nom  
Hautes-Rivières

Année prévue pour la retraite  
2024

Langue de préférence  
Français

Voici les sessions sélectionnées :

Adaptation psychosociale et santé (1 h 30)

- 13/10/2021 19:00:00

Questions juridiques (1 h 30)

- 06/10/2021 19:00:00

Questions financières (1 h 30)

- 20/10/2021 19:00:00

Régimes de retraite (2 h 30)

- 30/10/2021 09:00:00

Assurances (1 h 30)

- 29/09/2021 19:00:00

Inscription au coût de : 50,00 \$

[MODIFIER](#) [PAYEZ PAR CARTE DE CRÉDIT OU PAYPAL](#)

Si vous désirez modifier ou corriger les informations cliquez sur Modifier.  
Sinon, cliquez sur **PAYEZ PAR CARTE DE CRÉDIT OU PAYPAL**.

## Étape 5 : Paiement

AREQ (CSQ), Association des retraitées et retraité...

  50,00 \$ CAD

Payer avec PayPal Français

Mot de passe

**Connexion**

[Des difficultés pour vous connecter ?](#)

ou

**Payer par carte de crédit ou carte de débit Visa**

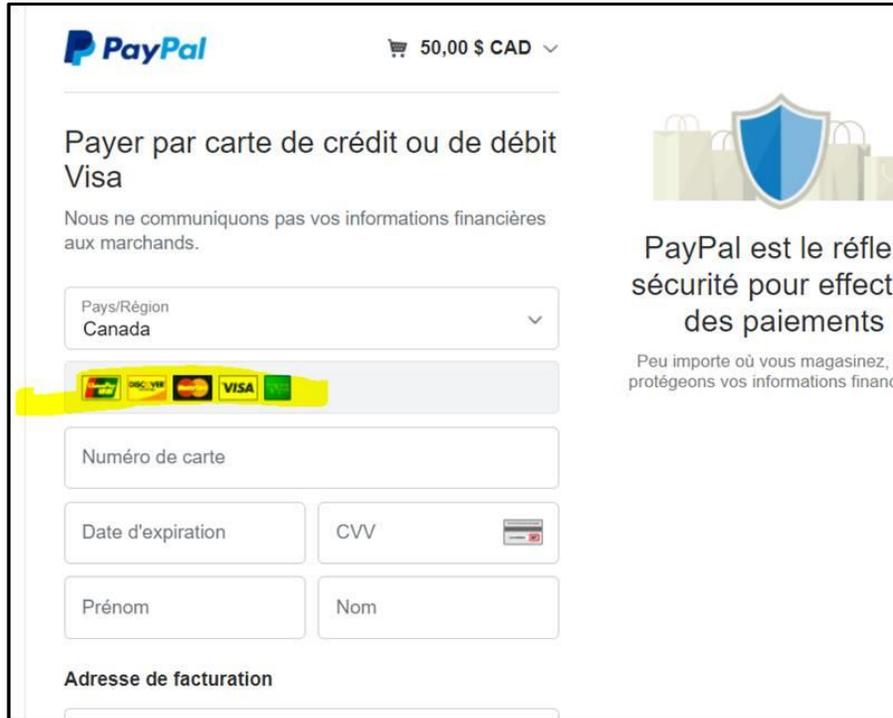


PayPal est le réflexe  
sécurité pour effectuer  
des paiements.

Peu importe où vous magasinez, nous  
protégeons vos informations financières.

Si vous désirez payer avec PayPal, inscrivez vos informations.  
Si vous préférez utiliser une carte de crédit, cliquez sur **Payer par carte de crédit ou...**

Inscrivez vos informations et procédez au paiement.



The image shows a screenshot of the PayPal payment interface. At the top left is the PayPal logo, and at the top right is a shopping cart icon with the text "50,00 \$ CAD". The main heading is "Payer par carte de crédit ou de débit Visa". Below this is a security message: "Nous ne communiquons pas vos informations financières aux marchands." To the right, there is a graphic of shopping bags and a shield, with the text "PayPal est le réflexe sécurité pour effectuer des paiements" and "Peu importe où vous magasinez, nous protégeons vos informations financières". The payment form includes a dropdown menu for "Pays/Région" set to "Canada", a row of credit card logos (Discover, Mastercard, Visa) with a yellow highlight, and input fields for "Numéro de carte", "Date d'expiration", "CVV", "Prénom", and "Nom". At the bottom, there is a section for "Adresse de facturation".

### Étape 6 : Confirmation et réception du lien pour votre session

Vous recevrez par la suite un courriel de confirmation de votre inscription, ainsi qu'un courriel de confirmation de paiement.

Pour recevoir votre remboursement de 50 \$ :

Lorsque vous recevrez votre courriel de confirmation d'inscription, vous devez le transmettre au secrétariat du SPEHR à [spehr@lacsq.org](mailto:spehr@lacsq.org).

**Le lien pour accéder aux vidéoconférences vous sera envoyé par courriel de 24 à 48 h avant chaque séance.**

Bonne session!