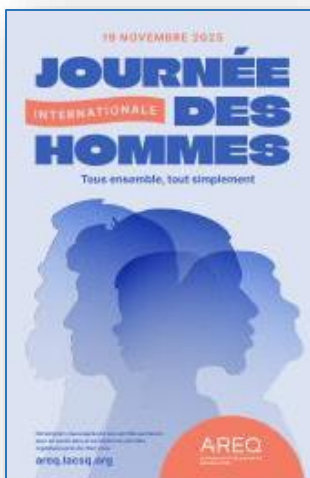




*Par la présente, nous vous invitons à l'activité régionale AREQ 03
Qui marquera « La Journée internationale des Hommes » (JIH 2025)
Le 19 novembre 2025
Hôtel Québec, 3115 ave des Hôtels, Québec*

« La solitude sur notre route »

Personnes-ressources et programmation pour notre JIH 2025 :

9 h 30 - 10 h 30 : (conférence)

Michel Giroux (psychologue) : *Solitudes, créativité et maturité masculine*

- La solitude des hommes : un carrefour de sens ;
- De la solitude subie à la solitude choisie ;
- La créativité comme réponse à la solitude ;
- Vers une maturité réconciliée.

10 h 45 - 11 h 45 : (conférence)

Francis Dupuis (récréologue au Château Ste-Marie) : *Solitudes masculines vécues en RPA*

- Identifier des solitudes que tout homme peut vivre dans sa vie ;
- Les solitudes particulières des hommes vivant en RPA ;
- Différentes approches thérapeutiques.

12 h 15 : **Dîner communautaire**

13 h 15 - 14 h 15 : (conférence)

Michel Proulx : (photographe professionnel) : *Photos avec le cellulaire*

- Les outils de base pour prendre de bonnes photos ;
- Formats de fichiers pour les photos ;
- Prendre des photos couleurs ou noir et blanc ;
- Les photos influencées par l'intelligence artificielle...

14 h 30 : **Conclusion de notre activité**

- Remerciements du président régional
- Salutations et au revoir !

Jean-Noël Laprise

Responsable régional du Comité des hommes

Réjean Lemelin

Président régional

P. S. Coût de l'activité : 20 \$ pour les membres, 40 \$ pour les non-membres.