



**POUR AFFICHER**

# INVITATION À TOUTES ET TOUS SESSION D'INFORMATION ET DE FORMATION EN PRÉSENTIEL

**LE JEUDI 14 MAI 2026**

## PARLONS RETRAITE

### Les sujets abordés seront les suivants :

La source de revenu à la retraite, l'espace REER, la participation au RREGOP, les années de service et l'admissibilité à la retraite, le calcul de la rente de retraite, les rachats de service, la banque de 90 jours, la rente de la RRQ et la coordination, l'indexation de la pension, l'assurance salaire, les journées de maladie et la retraite.



**Que vous soyez près ou loin de la retraite, il est important de vous renseigner sur votre régime de retraite ; le RREGOP.**

### Pour profiter pleinement de la formation, il serait utile d'avoir en main :

- Votre état de participation du RREGOP (envoyé sur demande par Retraite Québec) ;
- Votre relevé de participation au RREGOP (vous pouvez l'imprimer à partir du service en ligne «[Mon dossier](#)» de Retraite Québec – Voir [INFO APL #06](#)).

❖ **Si vous n'avez pas VOTRE état de participation, L'APL fournira un exemple pour la formation.**

Pour obtenir, un état de participation plus récent, complétez et acheminez le formulaire « [008 – Demande d'état de participation](#) » à Retraite Québec. Ce formulaire est disponible sur le site de L'APL ([www.lignery.ca](http://www.lignery.ca)) dans la section « *Formulaires et lettres types* ».

Pour obtenir plus rapidement votre état de participation, vous pouvez aussi appeler Retraite Québec au : 1-800-463-5533.

**De 16 h 45 à 20 h 30**

Un léger goûter sera servi sur place

**À l'école du tournant**

65 montée Saint-Régis, Saint-Constant, QC J5A 1X9

**Nombre de  
places limité**

**Veillez vous inscrire d'ici au 8 mai 2026**

afin que nous puissions prévoir le goûter et préparer le nombre de documents requis.

### **POUR VOUS INSCRIRE :**

- [Cliquer ici pour vous inscrire](#)
- **Accéder au formulaire d'inscription en utilisant le code QR → → →**
- **Accéder au formulaire d'inscription en cliquant sur le bouton « Inscription » de la page d'accueil du site de L'APL ([www.lignery.ca](http://www.lignery.ca))**

