C’est ma vie !

**Découvrez le livre « C’est ma vie » – Un héritage précieux pour les générations futures**

La FADOQ – Régions de Québec et Chaudière-Appalaches est fière de présenter son tout nouveau livre **« C’est ma vie »**, un outil essentiel pour transmettre votre histoire, vos souvenirs et vos volontés à vos proches. Un modèle amélioré de la trousse « Avant de m’envoler », distribuée et vendue par la FADOQ il y a plusieurs années, ce guide unique célèbre les moments précieux du parcours de vie des familles, tout en offrant des ressources pratiques et légales pour une planification réfléchie de la succession.

**Un livre rempli de richesse et de sens**

Le livre « C’est ma vie » propose des sections dédiées pour :

* Consigner vos souvenirs marquants, vos anecdotes de vie et vos valeurs à transmettre.
* Partager vos recettes familiales et vos conseils qui traverseront les générations.
* Préparer efficacement votre succession grâce à des outils pratiques et des étapes claires.

**Une mission au service des aînés**

Ce livre met également en lumière la mission du **Réseau FADOQ**, qui soutient, valorise et défend les droits des personnes de 50 ans et plus. En plus de ses ressources pratiques, « C’est ma vie » incarne les valeurs d’entraide et de transmission, au cœur de la vision de la FADOQ.

**Un clin d’œil à Guylaine Tanguay**

Porte-parole du projet, la chanteuse Guylaine Tanguay partage dans ce livre une mini-biographie touchante retraçant les grandes étapes de sa carrière, en hommage à son implication et à son authenticité. Ce partenariat reflète son engagement à honorer les histoires et les héritages des familles québécoises, tout comme sa tournée du même nom, « C’est ma vie ».

**Un cadeau inestimable**

« C’est ma vie » n’est pas seulement un livre : c’est un trésor à léguer, un pont entre les générations et une invitation à célébrer ce qui nous unit. Que ce soit pour préserver votre histoire ou planifier sereinement l’avenir, ce livre vous accompagnera avec simplicité et bienveillance.

**Disponible dès maintenant !**

Ne manquez pas l’occasion de vous procurer votre exemplaire au montant de **25$, taxes incluses. Le document sera disponible lors de la conférence de la Dre Morin du 22 avril au club Le Marquis.**