

Le plaisir de découvrir !

La revue

# FADOQ

## Lanaudière

Automne 2024



Crédit photo : Vladone

## Au programme cet automne :

- Méchoui : l'événement de la rentrée !
- Salon 50+ de Lanaudière
- Voyage culturel en Estrie
- La beauté des couleurs 2 jours à Tremblant
- Visite historique du Vieux-Terrebonne et 5 à 7 accords mets et vins



Région Lanaudière



+ DE 50 EXPOSANTS  
GRANDES CONFÉRENCES  
20 000 VISITEURS ATTENDUS

PRÉSENTÉ PAR



LES HABITATIONS

# BORDELEAU



Région Lanaudière

« L'humain au cœur de nos priorités »



27 SEPTEMBRE 11H  
L'AUDITION, UNE PRIORITÉ  
**MARIE-JOSÉE TAILLEFER**  
AMBASSADRICE DES CLINIQUES LOBE



27 SEPTEMBRE 13H30  
FRAUDE WEB : À UN CLIC DE LA CATASTROPHE !  
**FRANÇOIS CHARRON**



28 SEPTEMBRE 10H30  
30 000 JOURS  
**GREGORY CHARLES**

PRÉSENTÉ PAR



PRÉSENTÉ PAR



PRÉSENTÉ PAR



PROGRAMMATION PAR ICI



PLUSIEURS PRIX À GAGNER :  
CRÉDIT VOYAGE 2000\$  
SAUT EN PARACHUTE  
BILLETS DE SPECTACLES  
ET PLUS!

« Pour le plaisir de découvrir »  
**ENTRÉE GRATUITE**

MERCI  
À NOS PARTENAIRES



Auto • Habitation

beneva

Vie • Santé • Investissement



BIENVENUE À TOUS  
AUX GALERIES JOLIETTE



VENDREDI 27 SEPTEMBRE | 10 H À 20 H  
SAMEDI 28 SEPTEMBRE | 9 H À 17 H

# Les activités de loisirs FADOQ - Région Lanaudière

Inscriptions en ligne au [www.fadoqlanaudiere.ca](http://www.fadoqlanaudiere.ca)

Des questions ? 450 759-7422 poste 221 | [accueil@fadoqlanaudiere.ca](mailto:accueil@fadoqlanaudiere.ca)

ou passez nous voir ! 5, rue Saint-Barthélemy Nord, Joliette J6E 5M8

## Événements

### Méchoui : l'événement de la rentrée !

**Méchoui préparé devant vous** : fesse de porc, bœuf et accompagnements.

**Jeux extérieurs** : curling sur tapis avec Loufoque Québec, pickleball, washer et sac de sable.

Présentation de la programmation de l'automne, prix de présence, moitié-moitié.

**Vendredi 6 septembre de 11h à 15h**

**Lieu** : 941, rue Principale, Saint-Thomas, terrain des loisirs (sous le dôme, \*beau temps, mauvais temps)

**Coût** : 42 \$ taxes et service inclus

**Bienvenue à tous !**

À NE PAS  
MANQUER !

**JOURNÉE INTERNATIONALE DES AÎNÉS** 29 SEPTEMBRE 2024

*Nous, les aînés!*

**PROGRAMMATION**  
13h30 à 14h30 | Danse country  
14h30 à 15h15 | Conférence avec Olive Nutrition  
15h15 à 15h45 | Yoga  
15h45 à 16h30 | Danse et chants traditionnels avec Philippe Jetté

Au Parc Louis-Querbes  
140, rue St-Viateur, Joliette

Joliette Région Lanaudière  
Table régionale de concertation des aînés de Lanaudière  
En partenariat avec Québec  
CONFÉRENCE des aînés région de Lanaudière

### Journée Internationale des Aînés

**Dimanche le 29 septembre de 13h30 à 16h30**

**Lieu** : Parc Louis-Querbes, 140, rue St-Viateur, Joliette

*Si pluie, l'événement se tiendra au sous-sol de la bibliothèque Rina-Lasnier, 57, rue St-Pierre S, Joliette*

### Programme double !

**Visite du Vieux-Terrebonne suivi d'un 5 à 7 accords mets et vins**

Vous pouvez participer à l'une ou l'autre des activités, mais les deux, c'est mieux !

**Judi 24 octobre**

**Visite guidée du Vieux-Terrebonne de 15h à 16h30**

Rendez-vous à 14h30 à la Maison d'histoire de Terrebonne, 148, rue St-André

**Coût : 15,50 \$ taxes incluses**

**5 à 7 accords mets et vins avec une touche culturelle**

Hall de l'auditorium du Collège Saint-Sacrement, 901, rue St-Louis, Terrebonne

**32 personnes maximum**

**Coût : 60 \$ taxes et service inclus**



# Sorties et voyages

## La beauté des couleurs 2 jours à Tremblant

### Mardi et mercredi 1<sup>er</sup> et 2 octobre

Frais d'inscription et d'encadrement FADOQ – Région Lanaudière : 35 \$ par personne, taxes incluses, payable à l'avance et non-remboursable : [www.fadoqlanaudiere.ca](http://www.fadoqlanaudiere.ca) ou 450 759-7422 poste 221 ou [accueil@fadoqlanaudiere.ca](mailto:accueil@fadoqlanaudiere.ca)

Hébergement au Homewood Suites Hilton Mont-Tremblant

Vous devez réserver votre hébergement par vous-mêmes **en ligne uniquement**

à partir de notre site web [fadoq.ca/lanaudiere](http://fadoq.ca/lanaudiere) : onglet loisirs et événements, catégorie Voyage.

Pour information, contactez Bruno Bellerose : [sports@fadoqlanaudiere.ca](mailto:sports@fadoqlanaudiere.ca) | 450 759-7422 p. 237

**avant le 10 septembre**

<b>Studio Murphy*</b>	1 lit Murphy + 1 divan-lit	<b>261 \$</b> déjeuner, accès au spa et taxes incluses
<b>Suite 1 chambre – 2 lits</b>	2 lits doubles + 1 sofa-lit	<b>308 \$</b> déjeuner, accès au spa et taxes incluses

\* Studio Murphy: Tarif basé sur occupation simple ou double, 20\$ par adulte additionnel  
Stationnement disponible à 27,70\$ taxes incluses

### Journée du 1<sup>er</sup> octobre

Toutes les activités proposées sont à vos frais, payables sur place

#### Rendez-vous dans le hall de l'hôtel à 10h

Montée en télécabine panoramique

**Coût (aller-retour) : 33,50 \$ par personne taxes incluses**

**Au sommet :** boucle de 2,5 km, faisant le tour complet de la montagne, vues spectaculaires sur tous les versants, niveau modéré

**Dîner au sommet :** apportez votre lunch, retour au bas de la montagne en télécabine

**Marche sur le sentier des Ruisseaux :** boucle de 2 km, avec chute, passerelle, haltes et points de vue panoramiques. Retour vers 14h, niveau facile

**Au choix :** marche dans le village piétonnier, spa de l'hôtel, navette gratuite vers le casino ou temps libre

**Apéro :** 17h à la Microbrasserie La Diable

**Souper :** 19h réservé au FAT MARDIS

Apéro et souper à vos frais



### Journée du 2 octobre

**Déjeuner :** buffet à l'hôtel à 8h

**Départ de l'hôtel :** 9h30, en automobile (trajet de 13 minutes), direction Domaine Saint-Bernard

Marche dans les sentiers faciles et intermédiaires, environ 10 km  
Prévoir votre lunch

**Accès journalier au Domaine Saint-Bernard :**  
**7,75\$ taxes incluses pour les 65 ans et plus**  
**9,75\$ taxes incluses pour les moins de 65 ans**





→ LIQUIDATION maillot de vélo ←  
 Quelques tailles disponibles !  
 Faites vite !  
 450 759-7422 p.221 | [fadoq.ca/lanaudiere](http://fadoq.ca/lanaudiere)

**25\$**

**fadoq**  
 Région Lanaudière

## Voyage culturel en Estrie

Inscription avant le **18 septembre à midi**

### Vendredi 18 octobre

**12h** : départ de Joliette

**14h30** : visite du vignoble Le Cep D'Argent et atelier de sabrage

**16h** : arrivée au Manoir des Sables

**Souper à vos frais au restaurant du Manoir des Sables**

### Samedi 19 octobre

**10h à 13h** croisière sur le lac Memphrémagog à bord du Grand Cru: dîner 3 services et animation musicale

**Visite de la ville de Magog et souper à vos frais en style libre**

**18h30** : spectacle au Vieux Clocher de Magog :

*Cédric Landry La Light du borgot*

**21h30** : retour au Manoir des Sables

### Dimanche 20 octobre

**11h** : départ de Magog

**13h** : retour à Joliette

**Inclus (non-remboursable, transférable à une autre personne) :**

- Transport en autocar de luxe
- Visite au vignoble
- Atelier de sabrage
- Croisière et dîner 3 services
- Spectacle au Vieux clocher de Magog
- 2 nuitées et 2 déjeuners
- Taxes et service



Occupation	Simple	Double	Triple	Quad
Prix total par personne	918 \$	694 \$	636 \$	609 \$



**35 ans** Albatros  
 Lanaudière  
 Accompagnement fin de vie et endeuillé.  
 Soutien téléphonique.  
 Formation en soins palliatifs.

📞 450 966-9508 🌐 [albatrosLANAUDIERE.COM](http://albatrosLANAUDIERE.COM)  
 @ [infos@albatrosLANAUDIERE.ORG](mailto:infos@albatrosLANAUDIERE.ORG)

Canada Financé par le gouvernement du Canada par le fonds de relance des services communautaires

Maillots de bain, accessoires de plage et Prêt-à-porter pour homme, femme et enfants.

**Choix Qualité Conseils**

**MAILLOTS MAILLOTS**  
 (450) 759-3088  
 705 Boul. de l'Industrie, St-Paul, J0K 3E0  
 info@maillotsmaillots.com  
 www.maillotsmaillots.com

# Activités culturelles



## Nouvelle programmation d'activités culturelles... venez la découvrir

**FADOQ - Région Lanaudière vous invite à une activité mensuelle de loisir culturel.**

La participation est libre, inscription à la carte selon vos intérêts. Vous en voulez plus? Venez discuter de votre expérience après l'activité.

Visitez le [www.fadoqlanaudiere.ca](http://www.fadoqlanaudiere.ca) - onglet Loisirs et événements / activités culturelles.

**FADOQ – Région Lanaudière met en œuvre l'interclub culturel avec la participation financière du gouvernement du Québec dans le cadre du programme Québec ami des aînés.**

## Mots de Passage

C'est le retour des citations littéraires peintes dans les vitrines du centre-ville de Joliette... Vos citations!

Faites-nous parvenir vos courtes créations avant le 10 septembre à l'adresse courriel:

[voyages@fadoqlanaudiere.ca](mailto:voyages@fadoqlanaudiere.ca).



## Atelier d'inspiration à l'écriture en nature

En septembre, prenez part à un atelier d'inspiration en nature autour de l'écriture, animée par Elaine Fafard-Marconi (aucun préalable requis)

**Matériel à apporter :  
un carnet et un crayon**

**Mercredi 18 septembre,  
de 10h30 à 12h**

(reporté au 20 septembre en cas de mauvaise météo)

**Lieu :  
sentier Riverain et de l'Île Vessot,  
123, avenue du Littoral, Saint-Paul**

**Coût : 18,50 \$, taxes incluses**

## Art.é.Noix - exposition de sculptures Au jardin des noix



Visite guidée des œuvres d'art sur le thème des oiseaux et initiation à la sculpture sur pierre avec Lucie Nadeau, artiste. Dégustation de 2 produits d'Au jardin des noix, accompagnée d'un bon café.

**Date : Jeudi 5 septembre de 10h à 14h**

**Lieu : Jardin des noix, 511, rang Kildare, Saint-Ambroise-de-Kildare**

**Coût : 33,50 \$ tout inclus**

## Visite et concert à la Maison symphonique de Montréal

OSM la grandiose Symphonie alpestre de Richard Strauss

Judi 14 novembre, Place des arts, Montréal  
Départ de Joliette à 14h30 du bureau régional

Départ de Repentigny à 15h15  
du Théâtre Alphonse-Desjardins

Repas libre et aux frais des participants

Visite : 18h

Concert : 19h30

Coût : 115 \$ taxes incluses



## Initiation photo de nature

Venez découvrir l'art de photographier la nature avec Martin Valois, un passionné de cette discipline. L'activité se déroule au Havre Familial de Sainte-Béatrix.

Places limitées inscrivez-vous rapidement !

Mercredi 2 octobre

(reporté au 3 octobre en cas de mauvaise météo)

9h30 à 12h groupe photographie avec téléphone cellulaire

12h à 13h dîner sur place – apportez votre lunch

13h à 16h30 photographie avec appareil photo

Lieu : Havre Familial, 1085, rang du Havre Familial, Sainte-Béatrix

Coût : 38 \$ taxes et droits d'entrée  
au Havre Familial inclus



# Bien entendre et bien vieillir !

Maintenir une bonne audition tout au long de sa vie est un élément clé pour bien vieillir et rester actif.

Parmi les cinq sens, l'ouïe se révèle l'un des plus importants pour la communication et la perception du monde environnant.

De nombreuses études font le lien entre le maintien d'une bonne audition et notre bien-être émotionnel, physique et cognitif.

Découvrez les impacts d'une bonne audition sur votre vie :  
[www.groupeforget.com/conseils-sante](http://www.groupeforget.com/conseils-sante)

Voici 4 raisons pour lesquelles vous devriez faire tester votre audition :

1. Avoir une vie sociale active
2. Garder son cerveau en santé
3. Demeurer autonome dans votre quotidien
4. Bien entendre pour conserver sa qualité de vie

**SAINT-CHARLES-BORROMÉE**  
28, chemin du Golf Est, #202  
T. 450-752-2337

**LACHENAIE**  
950, Montée des Pionniers, #370  
T. 450-582-0004

Le plus grand réseau d'audioprothésistes au Québec • [www.groupeforget.com](http://www.groupeforget.com)

**GROUPE  
FORGET**   
AUDIOPROTHÉSISTES

## Conférence sur le cinéma québécois

*Derrière l'écran*, présentée par l'Association des cinémas parallèles du Québec



Cette conférence permet d'en apprendre beaucoup sur le parcours d'un film du cinéma québécois, de son financement à sa sortie en salle : scénarisation, tournage, postproduction et distribution.

**Judi 28 novembre 2024, de 19h à 20h30**

**Lieu : Centre à nous, pavillon Desjardins salle Charles-Émile Rivest**

**50, rue Thouin, Repentigny**

**Coût : 25 \$ taxes incluses**

## Activités sports et plein air

Accompagnement FADOQ, inscrivez-vous pour participer.

Nous communiquons avec vous pour confirmer.

Coût : 3,50 \$ pour le service d'encadreur.

### Vélo

#### Circuit navette Boucherville / 38 km facile

**Mardi 24 septembre de 9h à 15h**

Première navette - départ parc Bellerive 9h, départ de Boucherville 13h30

Deuxième navette - départ parc Bellerive 9h45, départ de Boucherville 15h

Départ de la navette gratuite du parc Bellerive à Montréal, jusqu'au quai de Boucherville et piste cyclable vers le circuit Gilles Villeneuve. Pique-nique sur l'île Notre-Dame.

\*Places limitées 11 cyclistes par peloton - Durée de la traverse 30 minutes

#### Vélo circuit Haut-Mascouche / 23 km facile

**Mercredi 9 octobre 10h à 12h**

Départ du stationnement du parc du Grand-Coteau, 2600, boulevard de Mascouche

#### Vélo circuit Joliette urbain / 34 km facile

**Judi 17 octobre 9h30 à 12h**

Départ du stationnement du parc Saint-Jean-Bosco, Saint-Charles-Borromée

#### Circuit chemin Cabane Ronde vers Vieux-Terrebonne / 32 km facile

**Mardi 22 octobre de 11h à 14h**

Départ du stationnement de l'aréna de Mascouche, 840, rue Brien, Mascouche. Pause-lunch sur l'île des Moulins

#### Circuit Repentigny-Legardeur / 28 km facile

**Mercredi 30 octobre 10h à 12h**

Départ du Centre récréatif de Repentigny, 740, rue Pontbriand, Repentigny

Pause à la tour d'observation du parc de conservation du ruisseau de Feu.

## Entraînement physique en groupe

### En partenariat avec Clinique Kinésia

Coût : 155 \$ taxes incluses

Endroit : Clinique Kinésia (Carrefour santé des Prairies)  
88, boulevard Antonio-Barette,  
Notre-Dame-des-Prairies

#### Cardio tonus sur chaise 50+ / débutant

Un cours qui combine des exercices cardiovasculaires et musculaires. L'ensemble des exercices se font debout et/ou sur chaise. Pour les personnes qui ne veulent pas faire d'exercice au sol et qui veulent bouger avec une intensité d'exercice de niveau léger.

**Les mercredis du 25 septembre au 27 novembre  
De 10h45 à 11h45**

Groupe : 8 à 12 participants

#### Cardio tonus 50+ / intermédiaire-avancé

Un cours qui combine des exercices cardiovasculaires et musculaires. Avec des alternatives plus avancées pour ceux qui aiment bouger dans l'intensité et des alternatives plus modérées pour ceux qui sont au niveau intermédiaire. Vous devez être capable de faire des exercices au sol. Pour les personnes ayant une bonne ou une excellente condition physique et qui sont capables de maintenir un effort soutenu.

**Les lundis du 23 septembre au 2 décembre  
- relâche le 14 octobre**

**De 11h à 12h**

Groupe : 8 à 12 participants

#### Mobilité, stabilisateur et flexibilité

Un cours qui combine des exercices de mobilité, de stabilité et de flexibilité. Vous devez être capable de faire des exercices au sol et de vous relever facilement du sol. Pour les personnes qui recherchent un cours qui offre des exercices thérapeutiques.

**Les mercredis du 25 septembre au 27 novembre  
De 9h30 à 10h30**

Groupe : 8 à 14 participants



# Aquaforme

En partenariat avec Clinique Kinelite

Les mardis du 24 septembre au 26 novembre  
de 13h30 à 14h30

Les jeudis du 26 septembre au 28 novembre  
de 11h à midi

Groupe : 6 à 8 participants

Coût : 175 \$ taxes incluses – la politique  
de remboursement de KINELITE s'applique

Endroit : 1220, avenue de la Croisée, Terrebonne

## Activités sociales et éducatives

### Tablette et téléphone Apple

Mercredis du 25 septembre au 13 novembre  
13h30 à 16h

FADOQ – Région Lanaudière  
5, rue St-Barthélemy Nord, Joliette

Coût : 160 \$ taxes incluses – places limitées  
OU

Vendredis du 27 septembre au 15 novembre  
13h30 à 16h

Presbytère, 1341, rue Notre-Dame, Lavaltrie  
Coût : 160 \$ taxes incluses – places limitées



ATELIERS  
fadoq.ca

### Visite du Complexe Enviro Connexions

Tout ce que vous avez toujours voulu savoir  
sur les dépotoirs sans osez poser de questions !

La visite s'effectue principalement à bord d'un autobus :

- Lieu d'enfouissement technique (LET);
- Bioréacteur pour le traitement du bac brun;
- Plateforme de compostage de résidus verts;
- Usine de production de gaz naturel renouvelable;
- Écocentre;
- Centre d'interprétation sur les 3RVé.

Atelier avec le fauconnier :

- Découvrez le rôle du fauconnier sur un lieu LET.n.

Mardi 8 octobre 9h à 11h30

Embarquement en autobus à 9h, retour à 11h30  
Rendez-vous dans le stationnement 4 de la gare de  
Mascouche, 1421, avenue de la Gare, Mascouche

Coûts : 3,50 \$

Gracieusement offert par le Complexe Enviro Connexions

### Ateliers FADOQ.ca Tablette et téléphone Android

Mercredis du 25 septembre au 13 novembre  
13h30 à 16h

Bibliothèque Saint-Jean-de-Matha  
81, rue Sainte-Louise, Saint-Jean-de-Matha

Coût : 160 \$ taxes incluses – places limitées

### Cours d'espagnol – En mode virtuel

Cours d'espagnol offerts en partenariat avec l'école  
de langue SELEQ et son programme LEA pour les 50  
ans et plus.

Cours offerts par 3 régions, la boutique d'inscription  
est gérée par FADOQ Rive-Sud-Suroît,  
pour toutes questions ou du soutien à l'inscription :  
450 347-0910, poste 208 ou  
[activitesvirtuelles@fadoqrss.org](mailto:activitesvirtuelles@fadoqrss.org).

Plateforme Zoom

Coûts : 125 \$ taxes et matériel pédagogique inclus

Cours	Jours et heures	Dates
Niveau 1	Lundi 9h à 10h30 Mercredi 9h à 10h30 Jeudi 9h à 10h30	30 septembre au 9 décembre 2 octobre au 4 décembre 3 octobre au 5 décembre
Niveau 2	Lundi 11h à 12h30 Jeudi 11h à 12h30	30 septembre au 9 décembre 3 octobre au 5 décembre
Niveau 3	Jeudi 13h à 14h30	3 octobre au 5 décembre
Niveau 4	Mardi 9h à 10h30	1 <sup>er</sup> octobre au 3 décembre
Niveau 5	Mardi 11h à 12h30	1 <sup>er</sup> octobre au 3 décembre
Niveau 6	Mardi 13h à 14h30	1 <sup>er</sup> octobre au 3 décembre
Niveau conversation	Lundi 13h à 14h30	30 septembre au 9 décembre

# Des nouvelles de FADOQ – Région Lanaudière

## Mot du président

Bonjour à tous les membres FADOQ – Région Lanaudière,

Je vous souhaite un automne ensoleillé et beaucoup de plaisir à découvrir notre belle programmation. Par le fait même, je vous invite à vous joindre à notre événement de la rentrée et à venir déguster un excellent repas méchoui le 6 septembre prochain.

Je suis fier d'être le nouveau président du conseil d'administration de FADOQ - Région Lanaudière.

Je tiens à continuer le magnifique travail réalisé par notre présidente sortante, Mme Luce Gervais. À l'intérieur de cette édition, vous découvrirez une nouvelle programmation culturelle attrayante et variée. L'année qui vient s'annonce fertile en activités de toutes sortes. Je vous invite à regarder les

infolettres, elles contiennent un lot de renseignements utiles sur nos activités récréatives, nos voyages et nos rabais.

N'hésitez pas à consulter notre équipe régionale pour de l'aide ou des renseignements. À tous les membres FADOQ - Région Lanaudière, je vous souhaite une prochaine saison haute en couleur!

**Michel Deschênes**  
Président

## Mot de la présidente sortante

Chers.es administrateurs, administratrices, membres de la grande FADOQ - Région Lanaudière,

Le temps est venu pour moi de me retirer pour laisser la place à de nouvelles idées. Je vous remercie de croire en la mission de la FADOQ et de contribuer à améliorer la qualité de vie des lanaudoises et lanaudois de 50 ans et plus. Travailler à l'amélioration de la qualité de vie des aînés en compagnie de personnes d'expérience m'a permis d'accomplir mon mandat dans la joie et le plaisir.

C'est avec fierté que je regarde tout le travail accompli avec dynamisme par l'équipe régionale et le conseil d'administration tout au long de ces six années.

Ce dernier message se veut un merci et un encouragement à poursuivre sur cette voie.

Merci à tous les administrateurs, administratrices que j'ai côtoyés durant ces six années, à tous les membres des conseils d'administration des clubs locaux ainsi qu'à tous les autres bénévoles pour votre implication et le temps que

vous consacrez à mettre en place des activités qui permettent à vos membres de sortir de l'isolement, de s'amuser et de se divertir.

Un dernier merci, bien spécial à Monsieur David Moreau, qui a apporté un vent de nouveauté, une rigueur et un dynamisme durant cette dernière année de mon mandat.

Même si je termine mon mandat cette année, je ne serai pas très loin, car je crois sincèrement en la mission du plus grand regroupement d'aînés qu'est la FADOQ.

Au plaisir de vous revoir!

**Luce Gervais**  
Présidente sortante



Michel Deschênes



Luce Gervais

La revue FADOQ Lanaudière est publiée par FADOQ - Région Lanaudière quatre fois par année. Toute reproduction est autorisée à la condition que la source soit indiquée. Nous apprécions en recevoir une copie. FADOQ Lanaudière se dégage de toute responsabilité par rapport au contenu des publicités publiées dans ses pages.

### Dépôt légal:

25 mars 2015 Bibliothèque nationale du Québec Bibliothèque nationale du Canada  
ISSN 2369-0968 (Imprimé)  
ISSN 2369-0976 (En ligne)

### Nombre d'impressions:

41 500 copies

450 759-7422 poste 229  
fadoq.ca/lanaudiere  
communications@fadoqlanaudiere.ca

### IMPRESSION

Solisco

### MONTAGE GRAPHIQUE

Rodéo Boite Créative

### ÉDITRICE

Équipe régionale

## Merci à nos Grands partenaires et commanditaires



Auto • Habitation



Vie • Santé • Investissement

## Médailleurs des 23<sup>e</sup> Jeux régionaux FADOQ Lanaudière

ÉPREUVES	OR	ARGENT	BRONZE
<b>Dards (équipe)</b>	Claude Fleury Île Dupas	Pierre Germain L'Assomption	Yves Laurin Sainte-Mélanie
<b>Course 5 km femme</b>	Isabelle Perreault Région Lanaudière	Jocelyne Lacombe L'Assomption	Anne-Marie Cornellier Région Lanaudière
<b>Course 5 km homme</b>	Alain Vincent Région Lanaudière	Daniel Robertson Région Lanaudière	André Fournier Saint-Gabriel
<b>Course 10 km femme</b>	Suzanne Gougeon - Région Lanaudière		
<b>Course 10 km homme</b>	Yves Lévesque Région Lanaudière	Sylvain Beaudoin Rawdon	Pierre Perrin Saint-Charles-Borromée
<b>Petites quilles (équipe)</b>	Bernard Lambert Saint-Charles-Borromée	Serge Frappier Région Lanaudière	Michel Bureau Saint-Charles-Borromée
<b>Pickleball 50-64 mixte</b>	Nancy Hotte - Martin Blondin Mascouche	Yvette Martel - Patrick Hénault L'Assomption	Denis Bergeron - Nancy Beauchesne Région Lanaudière
<b>Pickleball 65+ mixte</b>	Diane Pageau - Pierre Pageau Région Lanaudière	Guy Pelletier - Mireille Doucet L'Assomption	Jacques Primeau - Danielle Lanoix Région Lanaudière
<b>Pickleball 50-64 homme</b>	Pierre D'Anjou - Patrick Hénault Région Lanaudière	Alain Dionne - François Pigeon Région Lanaudière	Martin Blondin - Carl Bergeron Mascouche
<b>Pickleball 65+ homme</b>	Pierre Pageau - Guy Pelletier Région Lanaudière	Jean Côté - Jacques Lemay Mascouche	Jean-Marc Boucher - Michel Béliveau Mascouche
<b>Pickleball 50-64 femme</b>	Yvette Martel - Josée Dufresne L'Assomption	Diane Pageau - Lorraine Michaud Région Lanaudière	Manon Grenier - Johanne Yanir Région Lanaudière
<b>Golf mixte</b>	Alain Barthe - Manon Guertin Île Dupas	Jocelyne Vinet - Éric Vinet Rawdon	Yvan Dupuis - Sylvie Normandeau Région Lanaudière
<b>Golf homme</b>	Yves Laforest - Daniel Guèvremont Région Lanaudière	Pierre Benoit - Mario Latour Île Dupas	Jean Fournier - Jean-Robert St-Georges Région Lanaudière
<b>Golf femme</b>	Marie Méthé - Micheline Cormier Région Lanaudière	Line Lamarre - Manon Paquette Région Lanaudière	Ginette Laurier - Céline Lemay L'Assomption
<b>Pétanque</b>	Le tournoi s'est terminé après qu'un fort orage ait éclaté. Les équipes ont toutes pu jouer 2 parties complètes. Les 5 équipes qui se sont démarquées par leur 2 victoires et le différentiel des points pour et contre sont celles de : Jacques Granger de Sainte-Marie-Salomée - Yvon Geoffroy de Saint-Félix-de-Valois Bruno Goyette de Saint-Charles-Borromée - Jean Shoiry de Mascouche - Sylvain Barnabé de Crabtree		



## Merci à tous les participants des 23<sup>e</sup> jeux régionaux

### Bénévoles qui aiment bouger et faire bouger recherchés ! Ça vous ressemble ? Viactive a besoin de vous !



Viactive est un programme de la santé publique offert au 50 ans et plus, partout au Québec. Il permet à des animatrices et animateurs spécialement formés de faire bouger les personnes ciblées à partir d'un programme d'activités physiques variées. La formation est offerte gratuitement. L'implication est variable, selon vos disponibilités.

FADOQ - Région Lanaudière met deux ressources à votre disposition, ainsi que du matériel didactique.

N'hésitez plus, venez nous rejoindre!

Pour information, contactez Marie-Noëlle Pelletier au 450 759-7422 poste 232 ou [viactive@fadoqlanaudiere.ca](mailto:viactive@fadoqlanaudiere.ca).

# Vos rabais

Ayez vos rabais en main en tout temps!  
Téléchargez l'application mobile FADOQ!



## ASSURANCE – FINANCE

- Intact Assurance – Assurance auto
- Intact Assurance – Assurance habitation
- Sécuriglobe – Assurance voyage
- Beneva – Assurance vie
- Beneva – Maladie et accident
- Beneva – Épargne et retraite



## ÉLECTRONIQUE - TÉLÉCOMMUNICATIONS

- Batteries Expert
- FM sonorisation & Éclairage inc.
- Parro Info Développement
- Rogers – Norcom
- Tel-Loc



## HABITATION

- Courtier immobilier résidentiel : Sophie Paquin
- Coutu Expert Peinture
- Fenexart portes et fenêtres
- Go Cube
- Harnois Énergies
- Hydro Solution
- MBR portes et fenêtres
- Nettoyage Proclim inc.
- Starfrit



## LIBRAIRIE-PAPETERIE

- Cartouches Lanaudière
- Librairie Martin



## RESTAURATION

- Au vieux Moulin à Scie
- Benny & Co.
- Bistro des Saveurs
- Club de Golf Lac Taureau
- Hôtel Le Central Resto Bar
- Le Privilège
- Microbrasserie du Taureau
- Mikes
- Pizza Salvatore
- Port Saint-Michel
- Station des Glaces
- Thaïzone
- Yuzu sushi



## SANTÉ – BEAUTÉ

- Centre Pratico Masso Plus
- Clinique d'acupuncture Sylvain Rail
- Clinique Kinésia
- Cliniques Lobe Santé
- Clinique Myo – Santé
- Greiche & Scaff
- Groupe Forget – Audioprothésistes
- Kinatex
- L'alternative clinique d'hygiène dentaire
- Les Centres Maslah, Audioprothésistes
- Namastay Art Corporel
- Pied vital
- Praxis-Clinique de santé familiale
- Soins Luxart
- Soins podologiques
- Spa Le Nénuphar



## SERVICES PROFESSIONNELS

- Anne-Marie Pagé, Courtier immobilier résidentiel
- Centre dentaire et d'implantologie des Moulins
- Claude Jean Impôt
- Équillizen, relation d'aide
- Étude notariale des Moulins
- Jocelyn Houle CPA inc.
- Joël de Grandpré, oncomassothérapie et gestion musculaire
- Résidence funéraire de Lanaudière



## SPORT – LOISIR – CULTURE

- À fleur de pot
- Annie Chalifoux, entraîneuse sportive
- Atelier Clandestin
- Carte Bateau.com
- Centre culturel Desjardins
- Centre Mouvement Bien-être
- Club de Golf Joliette
- École de musique Fernand Lindsay
- Évoluciole
- Festival de Lanaudière
- Gym Fitforme
- Hachem
- Lyse-Anne Roy artiste
- Musée d'art de Joliette
- Musée Gilles Villeneuve
- Sportdek
- Sports Experts Atmosphère Galeries Joliette
- Sports Experts Atmosphère Galeries Rive Nord

- Studio de danse Daryann Grenier
- Théâtre Alfonse-Desjardins
- Théâtre Hector-Charland
- Zonehobbies

## TOURISME – VOYAGE



- Complexe hôtelier Le Grand R
- Croisières du Lac Taureau
- Days Inn
- École de voyages Lanaudière
- Gollé Goulu
- Hôtel Le Central Resto Bar
- Origine artisans hôteliers
- Spa et Chalets Natur'eau
- Toutourisme
- VIA Rail Canada
- Voyage Soleil Levant inc.

## VÉHICULE



- Antirouille Métropolitain
- Blackcircles.ca
- Centre Castrol Express
- Proxi et Proxi Extra
- Hydro Solution

## VÊTEMENTS ET ACCESSOIRES



- Bodyskin
- Boutique Claire France Boutique 14+
- Boutique Gabrielle Mode
- Boutique Maillots Maillots
- Chaussures Pop Go Sport
- Chaussures Yellow
- Grenier
- L'Équipeur
- Marie-Claire Boutiques

## AUTRES

- Catit.ca
- Les Trophées JLM
- Mondou
- Signé Local

Voir les détails au [fadoq.ca/lanaudiere](http://fadoq.ca/lanaudiere)

**Pour devenir partenaire contactez :**

**Annie Joly**

Responsable des partenariats  
et services aux membres  
450 759-7422 poste 229

[evenements@fadoqlanaudiere.ca](mailto:evenements@fadoqlanaudiere.ca)