

À vous de

bouger

À LAVAL

AUTOMNE
2024



Région Laval

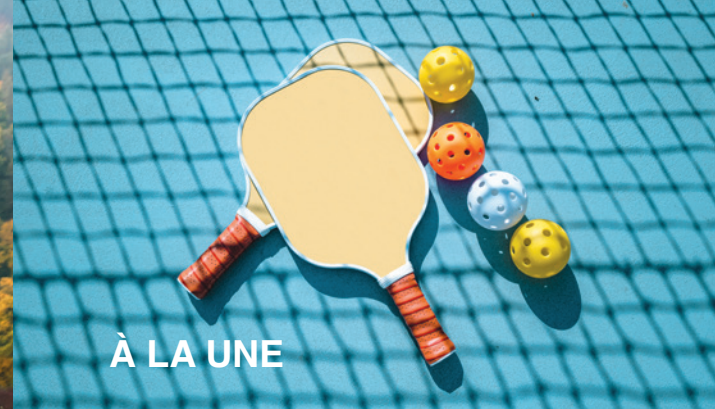
À DÉCOUVRIR CE MOIS-CI

LIGUE DE CURLING

CLUB D'ÉCHECS
ET DE DAMES

COURS D'INITIATION
ET DE PERFECTIONNEMENT
AU PICKLEBALL





À LA UNE

MOT DE LA DIRECTRICE GÉNÉRALE



C'est avec une immense joie que nous vous dévoilons la programmation de notre nouvelle saison d'automne. Cette période de l'année, riche en couleurs et en émotions, nous inspire de beaux moments que nous sommes ravis de partager avec vous.

Cette année, nous sommes fiers de présenter plusieurs

nouveautés dans le cadre de notre programme. Bien entendu, nous conservons nos activités phares qui ont fait leurs preuves et sont grandement appréciées.

Je tiens à remercier chaleureusement toute l'équipe pour son dévouement et son enthousiasme, ainsi que vous, chers membres, pour votre fidélité et votre soutien continu. Sans vous, nos efforts n'auraient pas la même résonance.

Si vous avez des questions ou souhaitez-vous inscrire à nos activités, n'hésitez pas à communiquer avec nous. Ensemble, faisons de cette saison d'automne une période de découverte et de joie pour tous.

Sy/vo

MOT DU PRÉSIDENT DU CONSEIL D'ADMINISTRATION



Bonjour,

C'est avec beaucoup d'humilité, mais autant de détermination que j'entreprends le mandat que m'a confié votre conseil d'administration en me demandant d'en accepter la présidence.

Le récent congrès FADOQ 2024, tenu à Saguenay, avait pour thème :

« Enraciner pour bâtir l'avenir », et c'est avec ce leitmotiv en tête que mes collègues et moi, avec, il va sans dire, l'indispensable participation de notre directrice générale, allons-nous mettre à la tâche afin de concrétiser cet ambitieux objectif.

La FADOQ est un organisme voué au mieux-être des gens de 50 ans et plus; compte tenu du vieillissement de la population, il est impératif de s'attaquer sans tarder au défi d'en sauvegarder la pertinence et la pérennité. Nous vous reviendrons bientôt avec des idées et des projets qui nous aideront à y parvenir. D'ici-là, je vous souhaite un automne haut en couleurs.

Senécal

Gilles Senécal,
Président du conseil d'administration

COURS D'INITIATION AU PICKLEBALL

Nous sommes ravis d'annoncer le retour de nos cours d'initiation au pickleball pour une deuxième année consécutive, en collaboration avec l'Association régionale de Pickleball de Laval. À la suite du succès retentissant de l'année dernière, nous continuons à offrir cette occasion exceptionnelle à tous ceux qui souhaitent découvrir ce sport dynamique et convivial. Voici les objectifs que vous atteindrez lors du cours d'initiation au pickleball :

- Découvrir le plaisir de jouer au pickleball, un sport accessible et amusant pour tous les âges.
- Connaître les règles du jeu dans ce sport, afin de mieux comprendre et apprécier les subtilités du pickleball.
- Expérimenter quelques coups de base, vous permettant de maîtriser les techniques essentielles pour bien débiter.
- Être capable de jouer un match à la fin de la séance, en mettant en pratique tout ce que vous aurez appris.

Rejoignez-nous pour un cours enrichissant et ludique, et partagez avec nous la passion du pickleball !

COURS DE PERFECTIONNEMENT DE PICKLEBALL

Nous sommes ravis d'annoncer le lancement d'un nouveau cours de perfectionnement de pickleball pour la première année, en collaboration avec l'Association régionale de Pickleball de Laval. Conçu pour les joueurs souhaitant améliorer leurs compétences et atteindre un niveau supérieur, ce programme de perfectionnement offre une occasion unique de progresser dans ce sport passionnant. Voici quelques objectifs visés lors du cours de perfectionnement :

- Travailler le déplacement pour obtenir un bon jeu de jambes, essentiel à une mobilité efficace sur le terrain.
- Perfectionner la technique de volée pour des échanges rapides et précis.
- Développer une conscience stratégique, afin d'optimiser les prises de décision et les tactiques de jeu.
- Travailler le troisième tir.

Rejoignez-nous pour cette expérience enrichissante et élevez votre jeu de pickleball à un niveau supérieur grâce à ce cours de perfectionnement.

LIGUE DE CURLING

En collaboration avec le Club de curling Laval-sur-le-Lac, nous vous proposons une nouvelle activité cette année : le curling.

En plus d'être un sport d'équipe où la dynamique sociale est très importante, le curling offre également un grand éventail de niveaux de jeu pouvant satisfaire autant les pratiquants occasionnels que les joueurs aguerris.

Le curling est un de ces rares sports pouvant être pratiqué durant toute une vie et ce, peu importe l'âge, le sexe et la condition physique.

Dates : les mercredis du 25 septembre au 18 décembre

Heures : 15 h à 17 h

Lieu : 10, rue Les Pins, Laval (Québec) H7R 1C7

Groupe : entre 4 à 8 personnes

Coût : 95 \$, incluant droit de jeu et formation de quatre heures pour apprendre à jouer

Matériel requis : une bonne paire de soulier de sport et une tenue sportive



À L'ÉCOUTE
de nos citoyens !



Vos conseillers municipaux

@villedeval
@villedevalqc

Achille Cifelli
Val-des-Arbres

Aglaia Revelakis
Chomedey

David De Cotis
St-Bruno

Isabelle Piché
St-François

Paolo Galati
St-Vincent-de-Paul

PROGRAMMATION SAISONNIÈRE – Date du début des inscriptions pour la saison automnale : le mardi 3 septembre à 9 h.

Toutes les inscriptions pour ces cours et ces activités se font par l'entremise du site web de la FADOQ – Région de Laval. Vous n'avez qu'à sélectionner le type d'activité pour consulter les informations et pour avoir accès au formulaire d'inscription.

| ACTIVITÉS | DATE | HEURE | LIEU | COÛTS |
|---|--|---------------|---|---------|
| Club de marche | Les mardis 16 avril au 10 déc | 18h à 19h | Parc Barnard-Landry | gratuit |
| Club de scrabble | Les mercredis 25 sept au 27 nov (10 sem.) | 13h à 15h | Café Concorde | 20\$ |
| Club d'échecs et de dames | Les mardis 24 sept au 26 nov (10 sem.) | 13h à 15h | Café Concorde | 20\$ |
| Ligue de Curling | Les mercredis 25 sept au 18 dec (13 sem.) | 15h à 17h | Club de curling Laval-sur-le-Lac | 95\$ |
| Aquaforme A* | Les lundis 23 sept au 2 dec (10 sem.) | 9h à 10h | Centre Le Sablon - Piscine | 160\$ |
| Aquaforme B | Les jeudis 26 sept au 28 nov (10 sem.) | 13h30 à 14h30 | | |
| Ateliers créatifs | Les jeudis 26 sept au 14 nov (8 sem.) | 10h à 11h30 | Bureau FADOQ - Région de Laval - salle de cours | 160\$ |
| Badminton | Les lundis 23 sept au 9 dec (12 sem.) | 15h30 à 17h30 | Complexe Bois-de-Boulogne | 165\$ |
| Cerveaux actifs 1 | Les jeudis 19 sept au 21 nov (10 sem.) | 9h30 à 12h | Le centre communautaire Ste-Dorothée, local 211 | 85\$ |
| Cerveaux actifs 2 | Les jeudis 19 sept au 24 oct (6 sem.) | 13h à 15h30 | | 55\$ |
| Cours de perfectionnement pickleball | Jeudi le 26 septembre | 12h à 13h30 | Complexe Bois-de-Boulogne | 30\$ |
| Cours d'initiation au pickleball A | Mercredi 25 septembre | 9h à 11h | | |
| Cours d'initiation au pickleball B | | 11h à 13h | | |
| Cours informatique (Initiation aux réseaux sociaux Facebook et Messenger) | Les mercredis 11 sept au 16 oct et du 23 oct au 27 nov (6 sem.) | 13h30 à 16h | Bureau FADOQ - Région de Laval - salle de cours | Gratuit |
| Cours informatique (Ordinateur et Windows 11) | Les vendredis 13 sept au 18 oct et du 25 oct au 29 nov (6 sem.) | | | |
| Cours informatique (Ordinateur et Windows 11)* | Les lundis 9 sept au 21 oct et du 28 oct au 2 dec (6 sem.) | 9h à 11h30 | | |
| Cours informatique (Tablette et téléphone Android) | Les vendredis 13 sept au 18 oct et du 25 oct au 27 nov (6 sem.) | | | |
| Cours informatique (Tablettes et téléphones Apple) ipad et iphone | Les mercredis 11 sept au 16 oct et du 23 oct au 27 nov (6 sem.) | | | |
| Initiation à la photographie | Les vendredis 25 oct au 29 nov (6 sem.) | 9h à 11h30 | | |

* Cours informatiques (Ordinateur et Windows 11) et Aquaforme A — congé le 14 octobre pour Action de Grâce

| | | | | |
|--|---|-------------|--|-------|
| Pickleball A (intermédiaire et avancé) | Les mercredis 9 oct au 4 dec (9 sem.) | 9h à 11h | Complexe Bois-de-Boulogne | 140\$ |
| Pickleball B (débutant et intermédiaire) | | 11h à 13h | | |
| Pickleball C (tous niveaux) | Les jeudis 3 oct au 28 nov (9 sem.) | 12h à 13h30 | | 135\$ |
| Pickleball D (débutant et intermédiaire) | Les mercredis 25 sept au 27 nov (10 sem.) | 13h à 15h | Centre le Sablon – Gymnase | |
| Secourime A Secourime B | A : Mardi le 24 sept B : Jeudi le 10 oct | 9h à 11h30 | Centre communautaire Saint-Joseph- Grande salle (SS-1007) | 60\$ |
| Yoga | Mardi 24 sept au 19 nov (9 sem.) | 10h à 11h | Le centre communautaire Pavillon de Bois-Papineau, local 215 | 100\$ |

Voici les adresses des divers lieux d'activités :

Club de Pétanque Val-des-Arbres Laval :

1555, boul. Saint-Martin Est, Laval, (Québec) H7G 4R4

Club de curling Laval-sur-le-Lac :

10, rue les Pins, Laval, (Québec) H7R 1C7

Café Concorde :

131, boul. de la Concorde Est, Laval, (Québec) H7G 2C3

Complexe Bois-de-Boulogne :

955, Avenue Bois-de-Boulogne, Laval, (Québec) H7N 4G1

Centre Le Sablon :

755, chemin du Sablon, Laval, (Québec) H7W 4H5

Centre communautaire Raymond-Fortin :

1885, avenue Dumouchel, Laval, (Québec) H7S 1J7

Bureaux de la FADOQ – Région de Laval :

230-2345, rue Michelin, Laval, (Québec) H7L 5B9

Inscription aux activités de la session Hiver 2025 :

dès le mardi 26 novembre à 9h.

Surveillez l'infolettre du 21 novembre pour plus de détails, mais également votre revue VIRAGE, livrée à votre porte dès le 18 novembre !

Date du début de la session d'hiver : 13 janvier



Pour accéder au site internet de la FADOQ - Région de Laval

QUOI DE NEUF CETTE SAISON-CI



CLUB D'ÉCHECS ET DE DAMES

Sans doute jouez-vous régulièrement en famille, entre amis ou sur internet, mais pourquoi ne pas venir jouer en personne? La FADOQ – Région de Laval vous invite tous les mardis à rencontrer d'autres passionnés comme vous : les amateurs d'échecs et de dames! Café Concorde est l'endroit idéal pour y jouer. Notez également que notre club de scrabble reprend ses activités les mercredis au même endroit.

Vous pouvez même arriver un peu plus tôt pour déguster leur menu à l'ardoise avec une réduction de 10% pour les joueurs!

Quand : du mardi 24 septembre au mardi 26 novembre 2024

Prix : 20 \$, incluant le droit de jeu et une boisson (café filtre, thé, tisane ou boisson froide).



LES RENDEZ-VOUS DE LA DG

Escapades d'un jour à Québec

En collaboration avec le ministre responsable de Laval, Monsieur Christopher Skeete, nous vous proposons une belle escapade pour aller visiter l'Hôtel du Parlement du Québec. Venez découvrir le Parlement du Québec et laissez-vous raconter des anecdotes surprenantes! Un parcours captivant qui met en lumière l'histoire du Québec, ses institutions parlementaires et leur apport important à la société québécoise. Riche en découvertes, ce parcours fait écho à l'architecture et aux œuvres d'art que renferment ces lieux de pouvoir. Découvrez l'un des principaux attraits touristiques de Québec.

Le Parlementaire est le seul restaurant à vous offrir ces deux mondes, d'autant plus qu'il se fait un point d'honneur de mettre à l'avant-plan les produits du terroir provenant de différentes régions du Québec, tant dans votre assiette que dans votre verre.

Dates : deux dates vous sont proposées pour le même voyage :

Le mardi 8 octobre
Le mardi 12 novembre

Minimum 30 personnes par date pour un départ garanti

Heure de départ : 7 h 30 (aucune attente pour les retardataires)

Heure de retour : 20 h

Lieu de départ : à Laval, lieu spécifique à confirmer

Tarif : 100 \$

Incluant :

- Transport en autocar de luxe
- Deux repas : dîner au restaurant le Parlementaire / souper : boîte à lunch pour le retour
- Visite de l'Assemblée nationale et présence à la période des questions
- Inscription dès le 3 septembre sur le site internet

Date limite d'inscription : le mardi 1^{er} octobre

Pour toute question, veuillez appeler au 450 686-2339 ou écrire à loisirs@fadoqlaval.com

CONFÉRENCES



CONFÉRENCE AVENUES.CA LE 23 OCTOBRE AU MYO CLUB

Conférencière : Marie-Julie Gagnon

Nom de la conférence : Voyager en train au Canada et dans le monde avec Marie-Julie Gagnon

Prix : 30 \$ plus taxes, incluant un verre de vin

Auteure, chroniqueuse et blogueuse, Marie-Julie Gagnon se définit d'abord comme une exploratrice. Accro aux réseaux sociaux (@mariejuliega sur X et Instagram), elle collabore à de nombreux médias depuis une vingtaine d'années et tient le blogue Taxi-brousse depuis 2008. Certains voyagent pour voir le monde, elle, c'est d'abord pour le « ressentir » (et, accessoirement, goûter tous les desserts au chocolat qui croisent sa route).

Pour vous inscrire : suivez nos infolettres ou référez-vous au site internet Avenues.ca

CONFÉRENCE EN COLLABORATION AVEC L'UNIVERSITÉ DU TROISIÈME ÂGE LE 21 NOVEMBRE AU MYO CLUB

Conférencier : Gilles Valiquette

Nom de la conférence : Un parcours hors du commun

Prix : 21 \$ plus taxes

Pour vous inscrire, suivez nos infolettres ou référez-vous à notre site internet

Avec une quinzaine d'albums et plusieurs chansons connues à son actif, Gilles Valiquette prend un moment de son quotidien pour faire part de son parcours dans le domaine de la musique au Québec. Parmi les sujets abordés, Gilles traitera de son contexte familial, de la façon dont il a apprivoisé la guitare, la musique et la chanson, de l'époque des groupes avec les Beatles en tête de file, de ses débuts professionnels comme guitariste-accompagnateur et de ses premières chansons.



LA GRANDE MARCHÉ PIERRE LAVOIE : LE 19 OCTOBRE

La Grande marche, c'est une activité gratuite et ouverte à tous. Simultanément, l'événement se tiendra dans plus de 100 villes partout au Québec, dont Saguenay, Québec et Montréal, et propose des parcours de marche de 5 km pour souligner l'importance de saines habitudes de vie.

La FADOQ – Région de Laval est fière d'être un partenaire principal de ce bel événement intergénérationnel! Venez en famille y faire un beau parcours de 5 km au Centre de la Nature mais surtout venez nous voir à notre kiosque! Nous cherchons également des bénévoles pour cette activité.

Pour vous inscrire à titre de bénévole, vous êtes priés de communiquer avec Mme Sabrina Mulé au 450-686-2339, option 2.



BRUNCH DE NOËL

Un beau rassemblement pour souligner cette période de réjouissances! Venez avec votre famille partager un bon repas et même rencontrer le Père Noël!

Date : le dimanche 15 décembre

Lieu : Bistro-Bar Rossignol

Prix par personne : 50 \$

Plus de détails dans les infolettres à venir!

EN COLLABORATION AVEC MOISSON LAVAL

En collaboration avec Moisson Laval, nous sommes heureux d'être partenaires pour la préparation des paniers de Noël et l'emballage de cadeaux de Noël au Carrefour Laval et au Centre Laval. Si vous souhaitez vous impliquer dans la communauté et faire une réelle différence, rejoignez-nous en décembre. Plus de détails seront disponibles sous peu. Restez à l'affût!

LA SEMAINE LAVALLOISE DES AÎNÉS

À l'occasion de la Semaine lavalloise des aînés, du 1 au 7 octobre 2024, la FADOQ de Laval est ravie de vous offrir des cours d'initiation au pickleball entièrement gratuits le mercredi 2 octobre. L'objectif est de promouvoir le bien-être, l'inclusion sociale et la participation active à la vie communautaire. Que vous soyez membre ou non-membre, vous êtes tous les bienvenus pour découvrir ce sport amusant et accessible. Faites-vite, les places sont limitées!

Pour vous inscrire : Visitez notre site internet FADOQ de Laval

Lieu : Complexe Bois-de-Boulogne, 955, avenue Bois-de-Boulogne, Laval, (Québec) H7N 4G1

Heure : 9 h à 11 h et 11 h à 13 h

Consultez le site web de la Semaine lavalloise des aînés pour connaître toutes les activités sur le territoire de Laval



JEUX FADOQ PROVINCIAUX

Nous tenons à féliciter nos 18 athlètes qui représenteront la FADOQ de Laval lors des Jeux provinciaux qui se dérouleront à Sherbrooke du 17 au 19 septembre 2024, dans les disciplines telles que le pickleball, la course, la pétanque et le golf. Nous leur souhaitons la meilleure des chances dans leur compétition. En primeur, nous sommes heureux de vous annoncer que les Jeux FADOQ provinciaux 2025 auront lieu dans notre ville, à Laval.



LIGUE DE PÉTANQUE

En collaboration avec le Club De Pétanque Val-des-Arbres, la FADOQ région de Laval vous offre un bloc horaire pour jouer à la pétanque les mercredis de 9h à 11h.

Date : du mercredi 2 octobre 2024 au mercredi 30 avril 2025

Les conditions et modalités pour la ligue de pétanque sont les suivantes :

Être membre du Club De Pétanque Val-des-Arbres. La carte annuelle coûte 20\$. Pour adhérer, veuillez contacter directement le club au 450-667-6222.

Pour les membres FADOQ, le coût est de 3\$ par mercredi (votre carte de membre FADOQ sera demandée). Pour les non-membres FADOQ, le coût est de 5\$ par mercredi.

En vous inscrivant à la ligue de pétanque, vous aurez la possibilité de participer aux jeux régionaux FADOQ de Laval l'année prochaine, et ce gratuitement.

Veuillez noter que nous recherchons un bénévole pour la ligue de pétanque. Si vous souhaitez en savoir plus, veuillez contacter Sabrina Mulé au département des loisirs au 450-686-2339, poste 2.



LE CLUB FADOQ ST-FRANCOIS-DE-SALES

En mars 2025, nous célébrerons nos 50 ans d'existence. Notre mission est de rassembler les gens de 50 ans et plus et de leur offrir des loisirs qui leurs conviennent.

POUR L'AUTOMNE 2024 :

Les mardis : Cuisinons entre aînés

Les mercredis : Vie Active de 10h à 11h

Les jeudis à confirmer : nutrition et exercices physiques avec Promo-santé

DATES À RETENIR :

Le vendredi 13 septembre : ouverture de la session d'automne : épluchette de blé d'inde-diner hot dog. Début du bingo

Le samedi 26 octobre : souper d'Halloween

Le samedi 11 janvier 2025 : souper des Rois

Pour obtenir plus d'information, communiquez avec

Mme Michèle Aubry Urbain, présidente, à l'adresse :

miaurbain@hotmail.com



LE CLUB FADOQ ÎLE JÉSUS

Plusieurs activités à vous présenter dès la fin d'août entre autres, la ligue de quilles les mardis à 12h30, à partir du 27 août.

Pour vous abonner, contactez, par courriel, Mme Nicole Madore à l'adresse :

nicole_madore@hotmail.com



LE CLUB FADOQ ST-URBAIN

Plusieurs activités à vous présenter dès la fin d'août dont les repas entre amis, le bingo, les cartes et la vie active.

Pour vous abonner : communiquez avec

Mme Aida Tourbay, présidente, à l'adresse :

aidatourbay19441944@gmail.com



FADOQ – RÉGION DE LAVAL C'EST AUSSI PLUS DE 1000 RABAIS!

PARTENAIRES LOCAUX

| | | | | |
|--|--|--|--|--|
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |

Pour accéder au rabais :



PARTENAIRES PROVINCIAUX

| | | | | |
|--|--|--|--|--|
| | | | | |
| | | | | |

ET BIEN PLUS ENCORE...

Découvrez tous vos rabais sur notre site Web à l'adresse suivante : fadoq.ca/laval/ dans la section Rabais

>> La consultation en santé auditive : un premier pas dans la bonne direction !

La décision de consulter un professionnel de la santé auditive est souvent le résultat d'un léger doute sur notre audition qui nous tracasse depuis quelque temps. Un petit questionnement qui nous amène à vouloir en savoir plus, à comprendre davantage.

Après avoir accusé la fatigue ou le manque d'attention, les gens se retrouvent parfois devant l'évidence : leur audition n'est plus ce qu'elle était. Cette constatation peut parfois soulever plusieurs appréhensions quant aux étapes à venir. Et tandis que certains emboîtent le pas avec confiance, d'autres sont plus réticents à entamer le processus de consultation.

C'est à ce moment que le réceptionniste au service à la clientèle devient indispensable. Son rôle premier : rassurer le patient. Parfois, quelques mots suffisent : « Nous sommes là pour vous ».

Le réceptionniste discute avec le patient pour connaître et comprendre ses besoins en lien avec ses difficultés auditives. Une fois l'information en main, il propose un rendez-vous avec un professionnel de la santé auditive pour une consultation en santé auditive. Peu importe le type d'appel, une piste de solution est offerte au patient. À chaque étape, il est guidé et conseillé, et chacune de ses questions trouve réponse

Allez-y... nous sommes tout ouïe !

La consultation en santé auditive est une étape importante dans le processus de prise en charge de son audition. C'est lors de cette rencontre avec un professionnel de la santé auditive qu'un portrait sommaire de l'audition est dressé. Il s'agit d'un moment d'échange et de discussion durant lequel le patient est invité à parler de ses difficultés d'écoute et de communication au quotidien. Le patient reçoit des informations précises quant à l'importance d'une audition en santé et aux impacts que peut entraîner une perte auditive. C'est parfois même l'occasion de défaire certains préjugés et de parler des avenues possibles pour pallier la diminution de l'audition, telles que les solutions auditives et les stratégies d'écoute et de communication.

La consultation se poursuit avec une évaluation sommaire de l'audition. Selon les résultats obtenus, le patient est alors référé, au besoin, vers un autre professionnel de la santé auditive pour poursuivre sa démarche.

Il n'est jamais trop tôt pour faire évaluer son audition. Toutefois, il est grandement préférable de ne pas tarder. Alors, pourquoi attendre ?

Si vous avez un doute sur la qualité de votre audition, prenez rendez-vous pour une consultation en santé auditive sans frais*, qui inclut une évaluation sommaire de votre audition. Ce service est offert au sein des cliniques Lobe. Composez le 1 866 411-5623.

*Offre permanente. 18 ans et plus.

Le réseau des cliniques Lobe

Lobe
Retrouvez votre monde





Luci

Une plateforme en ligne conçue pour vous soutenir dans l'adoption d'habitudes de vie favorables à la **santé du cerveau**.

Visitez luciapp.ca/laval >



Activité physique



Alimentation



Stimulation intellectuelle

POINT DE DÉPART : Faites le point sur vos habitudes actuelles.

ACCOMPAGNEMENT : Obtenez des rencontres virtuelles avec un-e conseiller-ère formé-e en entretien motivationnel.

PLAN D'ACTION : Établissez des objectifs personnalisés pour améliorer vos habitudes, un pas à la fois.

BIBLIOTHÈQUE : Consultez un vaste répertoire d'articles éducatifs et de fiches pratiques.

C'est gratuit!



luciapp.ca/laval

Webinaire pour bien connaître le programme Luci, des séances en virtuel vous seront offertes à la fin septembre avec une séance et des conférences la semaine suivante, soit les 16, 18 et 20 septembre. Il y aura également une séance en présentiel au bureau de la FADOQ – Région de Laval le 24 septembre.

Le détail de ces événements vous sera communiqué dans l'infolettre spéciale du 10 septembre prochain.

Politique des loisirs

- Les taxes sont incluses dans tous nos prix.
- L'inscription est obligatoire pour toutes nos activités et elle se fait par le site Web. Pour toute demande de support, contactez Sabrina Mulé au 450 686-2339, option 2.
- Vous devez être membre de la FADOQ afin d'avoir accès à notre programmation, sauf indication contraire.
- Aucun remboursement après la date limite d'inscription à moins d'annulation de la FADOQ – Région de Laval.
- Consulter la Politique des loisirs de FADOQ – Région de Laval sur notre site web pour connaître l'ensemble de nos conditions et de nos règlements.
- Le bureau régional se garde le droit de faire des modifications, sans préavis, suite à l'impression de cette programmation.

Pour informations :

loisirs@fadoqlaval.com

Impression et conception graphique :

Imprimerie Solisco Inc.

Pour inscriptions :

Visitez notre site Web au fadoqlaval.com

Pour nous joindre :

Veillez composer le 450 686-2339

Merci à nos Grands partenaires et commanditaires

intact ASSURANCE **beneva**
Auto • Habitation Vie • Santé • Investissement

FADOQ – Région de Laval
2345 rue Michelin,
bureau 230,
Laval (Québec)
H7L 5B9

fadoq
Région Laval

La santé auditive, ça parle à tout le monde.

Faites vérifier votre audition.

Prenez rendez-vous pour
une consultation en santé auditive
sans frais*, qui inclut une évaluation
sommaire de votre audition, et
informez-vous à propos des
avantages offerts** aux membres
de la FADOQ - Région Laval.

Marie-Josée Taillefer

Ambassadrice des cliniques Lobe
et de la santé auditive

Fier
partenaire
de la **FADOQ** -
Région Laval!



**Fière entreprise
québécoise**

DEPUIS 2002

Lobe
cliniques

1 866 411-5623 / lobe.ca



*Offre permanente. 18 ans et plus.

** Le programme Tranquillité d'esprit est offert jusqu'au 31 décembre 2025. L'admissibilité au programme et ses modalités sont sujettes à certaines conditions. Voir les détails en clinique.