



Région Lanaudière

Rapport annuel

1^{er} avril 2018 au 31 mars 2019

FADOQ – Région Lanaudière

626, boulevard Manseau, Joliette (Québec) J6E 3E6

TÉLÉPHONE 450 759-7422
SANS FRAIS 1 800 828-3344
TÉLÉCOPIEUR 450 759-8279

COURRIEL info@fadoqlanaudiere.ca
SITE www.fadoq.ca/lanaudiere
PAGE FACEBOOK [www.facebook.com/
FADOQ_Region.Lanaudiere](http://www.facebook.com/FADOQ_Region.Lanaudiere)

Mission

Le Réseau FADOQ rassemble et représente les personnes de 50 ans et plus dans le but de conserver et d'améliorer leur qualité de vie.

Le Réseau défend et fait la promotion de leurs droits collectifs, valorise leur apport dans la société et les soutient par des programmes, services et activités, notamment en loisir, culture, sport et plein air.

Vision

Être le leader au Québec et une référence au Canada, ainsi qu'à l'international pour une évolution positive du vieillissement actif et de qualité.

Valeurs

Coopération
Engagement
Équité
Intégrité

Plaisir
Respect
Solidarité

Table des matières

p. 1	Rapport de la présidente du conseil d'administration régional
p. 2	Conseil d'administration
p. 3	Rapport de la directrice générale
p. 4	Équipe
p. 5	Soutien aux clubs et délégués de secteurs
p. 6	Dossiers sociaux, carnet rabais et membrariat
p. 7-8	Programmes
p. 9	Loisirs
p. 10-11	Sorties plein air
p. 12-13	Ateliers
p. 14-16	Journées thématiques
p. 17-19	Communications
p. 20	Partenaires

Rapport de la présidente

Joliette, le 3 juin 2019

IL ME FAIT PLAISIR au nom des membres du conseil d'administration de vous brosser le portrait de cette année 2018-2019 de FADOQ - Région Lanaudière.

La croissance de notre organisme se poursuit et nous nous assurons d'être en mesure d'offrir à tous nos membres les services qui correspondent à leurs intérêts.

La défense des droits et les différentes activités qui vous ont été proposées le démontrent très bien. Vous êtes de plus en plus nombreux à adhérer au Réseau FADOQ. Pour la région de Lanaudière c'est plus de 42 000 membres. Chacun a sa raison de se joindre à nous. Durant toutes ces années à vous représenter, je me suis fait un devoir avec les membres du conseil d'administration de faire croître FADOQ - Région Lanaudière afin qu'elle soit l'organisme de référence dans notre région.

Tous ces services n'auraient pu voir le jour sans l'expertise et la disponibilité d'une équipe qui travaille sans relâche à votre mieux-être. Les orientations fixées par les membres du conseil d'administration se veulent innovantes afin de répondre aux intérêts de tous quel que soit leur âge. Notre organisme étant intergénérationnel, puisqu'il représente les personnes de 50 ans jusqu'à plus de 100 ans, fait les efforts nécessaires afin d'offrir à tous les membres des activités qui les rejoignent. Merci au personnel du bureau régional pour leur travail de tous les instants.

Je tiens aussi à remercier les administrateurs des clubs FADOQ qui, depuis plus de 45 ans, permettent à leurs membres de sortir de l'isolement.

Le temps est maintenant venu pour moi de me retirer afin de laisser la place à de nouvelles idées. Durant toutes ces années, j'ai rencontré des gens formidables qui



« Vous êtes de plus en plus nombreux à adhérer au Réseau FADOQ. Pour la région de Lanaudière c'est plus de 42 000 membres. »

croyaient, tout autant que moi, à l'importance de la qualité de vie pour tous. Cette qualité de vie, nous la vivons chacun à notre manière puisque la vie nous réserve parfois des surprises auxquelles nous devons nous adapter.

Ce dernier message se veut un merci et un encouragement à poursuivre sur cette voie. Je tiens ici, à remercier tous les administrateurs passés et actuels pour la confiance qu'ils m'ont accordée. J'en garderai un merveilleux souvenir. Merci aussi au personnel du bureau régional pour leur professionnalisme et leur dévouement pour la cause des personnes de 50 ans et plus. Un merci à la directrice générale, madame Danielle Perreault, qui après onze ans quitte pour une retraite bien méritée.

En terminant, merci et au plaisir de vous revoir !

FRANCINE RANGER
présidente, conseil d'administration régional

Conseil d'administration

C'EST GRÂCE À L'IMPLICATION CONCERTÉE de chacun des membres du conseil d'administration régional et à leur saine gouvernance que FADOQ – Région Lanaudière maintient, année après année, sa croissance. Nous les remercions pour la grande rigueur avec laquelle ils prennent chacune de leurs décisions et sommes reconnaissants pour leur engagement et leur grande disponibilité. Ces administrateurs régionaux sont accompagnés par Danielle Perreault à titre de directrice générale et secrétaire du conseil d'administration.



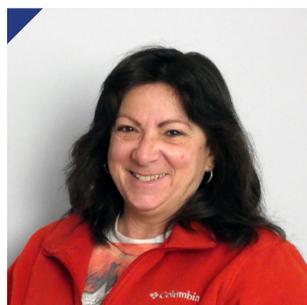
FRANCINE RANGER
présidente
collège travailleurs



NICOLE PERREAULT
vice-présidente
collège membre régional



ANDRÉ CANTIN
trésorier
collège droits sociaux



MIREILLE ASSELIN
administratrice
collège environnement



LUCE GERVAIS
administratrice
collège santé



GILLES PITRE
administrateur
collège sport-loisir-culture



MICHEL ROCHON
administrateur
collège affaires

Rapport de la directrice générale

Joliette, le 3 juin 2019

VOICI LE BILAN pour l'année 2018–2019. La Région de Lanaudière a connu cette année encore une augmentation de ses membres soit 2 236 de plus que l'an dernier. Nous sommes fiers de représenter 42 236 membres dans notre région.

L'équipe du bureau régional s'est à nouveau investie afin de vous offrir une programmation de qualité en plus de vous soutenir tout au long de l'année. Cela sans oublier la défense des droits collectifs sur lesquels l'accent a été mis.

Notre offre culturelle qui se bonifie d'année en année semble vous plaire puisque vous êtes de plus en plus nombreux à vous inscrire. Le loisir, la culture, le plein air ne sont que quelques-uns des volets que nous développons pour vous, afin de vous permettre une meilleure qualité de vie.

Notre expertise de la réalité et des besoins des personnes de 50 ans et plus fait en sorte que nous sommes interpellés par nos différents partenaires afin de participer à plusieurs comités dont l'objectif est de vous offrir les meilleurs services

Les défis que nous relevons depuis plusieurs années au sein de FADOQ – Région Lanaudière, nous les réalisons entre autres en participant à divers comités provinciaux, régionaux et locaux. Ces dossiers sociaux qui touchent la santé, les finances, le loisir, etc. nous préoccupent et nous y mettons toute l'énergie nécessaire afin de les faire évoluer pour le bénéfice de l'ensemble des personnes de 50 ans et plus.

À ce moment-ci de ce rapport, je veux remercier tous les membres, administrateurs et partenaires avec qui j'ai



« Ce fut un réel plaisir de défendre vos intérêts et de contribuer à l'amélioration de votre qualité de vie. »

collaboré depuis les 11 dernières années. Ce fut un réel plaisir de défendre vos intérêts et de contribuer à l'amélioration de votre qualité de vie. Le moment est venu pour moi de me diriger vers la retraite. Une retraite active bien sûr pendant laquelle je m'accorderai du temps.

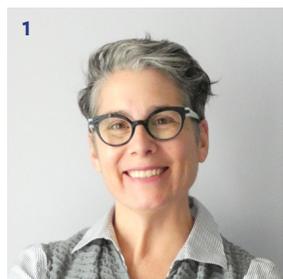
En terminant, je veux remercier tous les membres du conseil d'administration qui m'ont soutenue durant la dernière année. Un merci spécial à ma présidente des quatre dernières années, madame Francine Ranger, qui termine aussi son mandat cette année. Merci également au personnel qui par sa rigueur, a facilité mon travail auprès des membres de FADOQ – Région Lanaudière. Votre soutien est apprécié et essentiel.

Au revoir!

DANIELLE PERREAULT
directrice générale

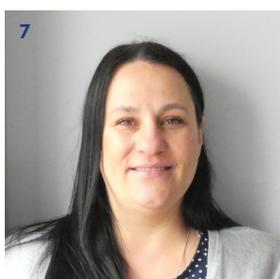
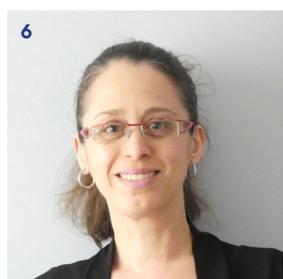
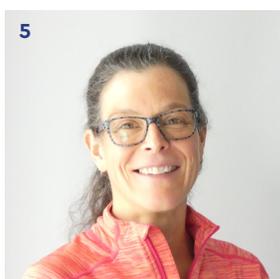
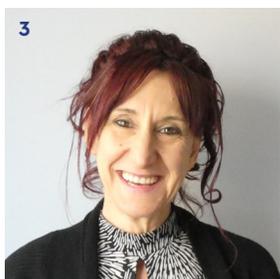
Équipe

AFIN D'ATTEINDRE SES OBJECTIFS, de réaliser sa mission et de répondre aux besoins variés et croissants de ses membres, FADOQ – Région Lanaudière peut compter sur une équipe régionale multidisciplinaire, dévouée et qualifiée. Les expériences et compétences variées des membres de l'équipe assurent des services de qualité.



NOUVELLE DIRECTION GÉNÉRALE

Madame Caroline Majeau est entrée en fonction le 25 février 2019 à titre de directrice générale de FADOQ – Région Lanaudière pour une transition en compagnie de madame Danielle Perreault. Les membres du conseil d'administration, ainsi que l'équipe de travail de FADOQ – Région Lanaudière souhaitent à M^{me} Majeau la plus cordiale des bienvenues!



1 CAROLINE MAJEAU

directrice générale

450 759-7422 poste 4 | cmajeau@fadoqlanaudiere.ca

2 DAVE FERLAND-BÉRARD

coordonnateur des programmes

450 759-7422 poste 5 | coordonnateur@fadoqlanaudiere.ca

3 LORRAINE JOLICOEUR

adjointe administrative

450 759-7422 poste 7 | adjointe@fadoqlanaudiere.ca

4 CARMEN LAPRADE

agente service aux clubs

450 759-7422 poste 3 | claprade@fadoqlanaudiere.ca

5 ÉDITH MONETTE

agente de développement loisir, culture et sport

450 759-7422 poste 8 | loisirs@fadoqlanaudiere.ca

6 ISABELLE PADULA

agente de communication

450 759-7422 poste 1 | communications@fadoqlanaudiere.ca

7 NANCY VENETTE

agente à l'accueil

450 759-7422 poste 0 | accueil@fadoqlanaudiere.ca

AUTRE PERSONNEL EN FONCTION EN 2018–2019

Merci à **Josée Fafard**, directrice générale adjointe, et à **Aris Lopez**, animatrice sociale, qui ont collaboré à certains dossiers en 2018–2019.

Soutien aux clubs

UNE GRANDE PART DU TRAVAIL de l'équipe de FADOQ – Région Lanaudière réside dans le soutien à nos 47 clubs locaux. Pour l'année financière 2018-2019, ce sont 17 965 avis de renouvellement qui ont été produits et distribués auprès des clubs. En plus de la production des cartes des clubs, nous dispensons avis et conseils aux administrateurs des clubs, préparons les documents pour les assemblées générales annuelles et envoyons au moins une ressource en soutien lors de cet événement. Ainsi, les responsables du renouvellement dans les clubs voient leur travail diminué. De plus, l'agente à l'accueil du bureau régional réfère quotidiennement de nouveaux membres FADOQ vers les clubs.

Cette année, nous avons offert deux formations aux administrateurs sur la gouvernance afin que ceux-ci soient en mesure de bien répondre aux défis qui se présentent. Des formations pour les trésoriers et les secrétaires ont été proposées aux administrateurs des clubs ainsi que des formations sur demande pour démarrer une infolettre personnalisée au nom du club.

Parmi les autres services qui sont offerts aux clubs, notons la diffusion sur le site www.fadoq.ca/lanaudiere des coordonnées des clubs et de leurs programmations. Ainsi, les membres peuvent identifier quels clubs offrent leurs activités préférées. L'onglet voyages du site Internet permet quant à lui de trouver les voyages et sorties d'une journée des clubs FADOQ lanauois et de contacter directement les personnes responsables.

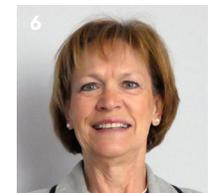
Enfin, comme il est d'usage depuis plusieurs années, la directrice générale Danielle Perreault, accompagnée de Nicole Perreault, administratrice – collègue club et d'Édith Monette, agente de développement loisir et culture à FADOQ – Région Lanaudière, est allée à la rencontre des administrateurs des clubs, secteur après secteur, pour un total de 12 rencontres. Durant ces rencontres, les administrateurs reçoivent toute l'information pertinente concernant les changements et les nouveautés du Réseau. De plus, chacun peut s'exprimer sur différents sujets les préoccupant.

Délégués de secteurs

AFIN DE FACILITER LES RENCONTRES avec les dirigeants des clubs et de les rendre plus conviviales, FADOQ – Région Lanaudière réunit les clubs en sous-groupes selon des secteurs géographiques qui ressemblent aux divisions des MRC. En plus de miser sur le sentiment d'appartenance des clubs envers une même situation géographique, cette façon de procéder facilite la logistique des rencontres.

Les six secteurs sont : D'Autray avec neuf clubs, Haute Matawinie avec six clubs, Joliette avec onze clubs, L'Assomption / Les Moulins avec sept clubs, Matawinie avec six clubs et Montcalm avec huit clubs.

Le mandat des délégués de secteurs est de deux ans et ils sont élus lors des réunions de secteur. Ils ont pour rôle de faire le pont entre les clubs d'un secteur donné et le bureau régional. À leur manière, ils tissent des liens avec leur communauté FADOQ tout en assistant l'équipe régionale lors de diverses activités dont les assemblées générales annuelles des clubs.



- 1 **MARGOT ADAM** > Secteur D'Autray
- 2 **SIMONE R. ÉTHIER** > Secteur Joliette
- 3 **GINETTE RIOPEL** > Secteur L'Assomption / Les Moulins
- 4 **JEAN-CLAUDE BOUTHILLETTE** > Secteur Matawinie
- 5 **HUGUETTE LANDRY PROVOST** > Secteur Montcalm
- 6 **NICOLE PERREAULT** > Secteur Régional
- 7 **VACANT** > Secteur Haute Matawinie

Dossiers sociaux

ÉLECTIONS 2018 En avril, cinq grandes associations regroupant plus de 700 000 personnes âgées, dont le Réseau FADOQ, ont décidé de dévoiler une plateforme commune de revendications intitulée « Pour un Québec digne de ses aînés », afin de faire connaître les nombreux besoins non satisfaits et essentiels pour assurer une qualité de vie décente aux personnes âgées. Pendant la période électorale, le Réseau FADOQ n'a cessé de rappeler aux partis politiques l'importance des aînés. En début 2019, le Réseau FADOQ a publié son mémoire prébudgétaire provincial, ainsi que son mémoire prébudgétaire fédéral. En mars 2019, le Réseau FADOQ a été présent au huis clos budgétaire fédéral réservé aux groupes de pressions, ainsi qu'au huis clos budgétaire provincial réservé aux médias.

SOUTIEN AUX PROCHES AIDANTS À l'invitation de la ministre responsable des Aînés et des Proches aidants, M^{me} Marguerite Blais, le Réseau FADOQ a participé en décembre à une consultation sur le soutien aux proches aidants, laquelle vise à jeter les bases de la première Politique nationale pour les proches aidants de l'histoire du Québec.

L'INFLUENCE DU RÉSEAU FADOQ EN 2018-2019 Pour la défense et la représentativité des aînés

FEMMES ÂÎNÉES En février dernier, le Réseau FADOQ a été invité à comparaître au Comité permanent de la condition féminine à propos des défis auxquels les femmes âgées font face, spécifiquement en ce qui concerne les facteurs qui contribuent à la pauvreté et à la vulnérabilité de ces dernières.

Carnet rabais

Votre bureau régional travaille constamment pour maximiser le nombre de partenariats avec des entreprises de la région, afin de vous offrir une gamme de nombreux rabais et privilèges et d'augmenter la valeur ajoutée de votre carte FADOQ. Tous ces rabais et privilèges sont inventoriés dans le Carnet rabais qui est distribué avec la revue Virage à l'automne de chaque année et se retrouvent également sur notre site Internet. Au total, plus de 1 000 rabais régionaux et provinciaux sont offerts à tous les membres FADOQ. N'hésitez pas à présenter votre carte FADOQ pour profiter de ces multiples rabais.

Membrariat

La force du nombre de FADOQ – Région Lanaudière

	Population 50 ans et +	Membres clubs FADOQ	Membres régionaux
Lanaudière	208 874	21 134	21 027
MRC de d'Autray	19 979	3 488	
MRC Montcalm	20 766	2 878	
MRC Matawinie	28 261	3 916	
MRC Joliette	31 458	4 140	
MRC Les Moulins / L'Assomption	108 410	6 712	
Autres types de membres			75

TOTAL (tout membres confondus)

42 236

POPULATION LANAUDOISE

507 947

NOMBRE DE MEMBRES FADOQ
DANS LANAUDIÈRE

42 236

POPULATION LANAUDOISE
50 ANS ET +

208 874

(soit 41%)

HAUSSE DU NOMBRE DE
MEMBRES PAR RAPPORT
À 2018 :

5 %

Programmes

VIACTIVE L'année 2018-2019 aura marqué un retour à la normale fort apprécié dans le fonctionnement du programme Viactive. Bien que les formations aient commencées un peu plus tardivement qu'à l'habitude, nous avons pu offrir de la formation aux animateurs d'expérience, tout en maintenant une offre adaptée pour les nouveaux. Cette année, ce sont 11 animateurs qui ont participé à la formation de base de 12 heures. À ceux-ci s'ajoutent quelque 148 participations à l'une ou l'autre des six formations complémentaires d'une durée de trois heures. Nous remercions les bénévoles Viactive pour leur ouverture à être formés et à contribuer au bien-être des aînées de Lanaudière.

Notons en nouveauté cette année, la réalisation d'une carte interactive Viactive réalisée en collaboration avec FADOQ – Région Laurentides. Les membres de FADOQ – Région Lanaudière et de FADOQ – Région des Laurentides peuvent donc dorénavant facilement trouver en ligne le milieu Viactive le plus près de chez de eux et les coordonnées de la personne responsable. Vous pouvez consulter cette nouvelle carte interactive Viactive au www.fadoq.ca/lanaudiere/activites/activites-socio-educatives/viactive.

La compilation officielle des statistiques pour Viactive demande de remplir près de 2 000 cases d'un imposant chiffrier Excel. Malgré qu'il manquait toujours quelques données au moment de compléter notre rapport d'activité, nous pouvons affirmer qu'il y a eu près de 1 300 séances offertes en 2018-2019 pour un total d'environ 45 000 participations.



AINÉ-AVISÉ

AINÉ-AVISÉ Le déploiement du volet intimidation du programme Aîné-Avisé a permis un développement majeur. Les 28 conférences animées en 2018-2019 en font la meilleure année du programme depuis les cinq dernières années. Ce sont donc 227 aînés qui ont bénéficié du volet fraude et maltraitance et 332 pour le volet intimidation, pour un total de 559 personnes rejointes.

DANS LA PEAU D'UN AÎNÉ



DANS LA PEAU D'UN AÎNÉ En 2018-2019, le programme Dans la peau d'un aîné a commencé à être déployé dans Lanaudière et il a connu un vif succès. L'obtention d'une subvention du programme « Ensemble

contre l'intimidation » du ministère de la Famille du Québec nous a permis de déployer l'atelier dans les camps

PHOTOS gracieuseté Stéphanie Brissette

Programmes (suite)

de jours de la région. Grâce à ce support, nous avons pu sensibiliser 1 037 jeunes aux impacts du vieillissement humain et à la bienveillance par le biais de 69 animations.

Maison de jeunes, administrations municipales, club FADOQ, écoles et organismes communautaires, l'intérêt est évident et la demande bien présente. Au total, nous avons effectué 84 animations permettant à 1 279 personnes d'expérimenter certaines réalités et de prendre conscience des défis qu'une personne vieillissante doit parfois surmonter au quotidien.



ESQUISSE SA RETRAITE

Cette formation a été offerte à deux reprises, en novembre 2018 et en mars 2019, à 18 nouveaux ou aspirants retraités. Après avoir réfléchi à leur retraite idéale et confirmé leurs valeurs et aspirations, les participants sont repartis en ayant en main des outils pour relever les nouveaux défis qui les attendent, afin de se réaliser pleinement sachant que cette étape de leur vie peut durer 30 ans et même davantage.



MAIN D'ŒUVRE 50+ Suite à certaines directives, nous avons effectué peu de promotion de cette plate-forme. L'activité de celle-ci a tout de même continué de progresser et compte maintenant 506 chercheurs d'emploi et 93 recruteurs. De plus, 67 offres d'emploi y ont été affichées cette année. Des changements concernant l'hébergement de Main d'œuvre 50+ nous empêchent malheureusement d'avoir des statistiques précises sur son achalandage pour cette année.

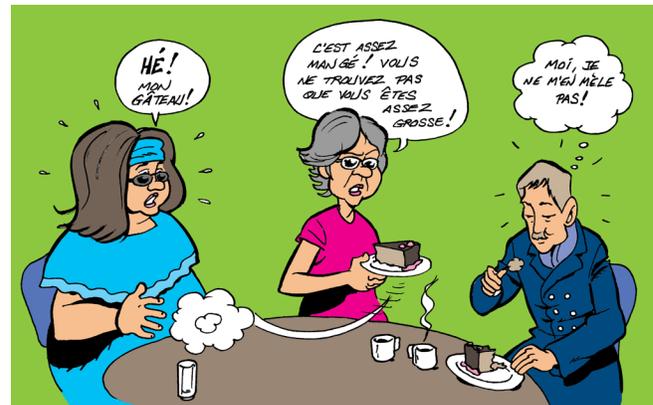
Nous sommes conscients que cette plate-forme dédiée à la recherche d'emploi pour les personnes de 50 ans et plus répond à un besoin et qu'elle devrait être appelée à connaître une forte expansion dans l'avenir.

L'INTIMIDATION N'EXCLUT MALHEUREUSEMENT PAS LES AÎNÉS

Ce programme s'est bonifié en 2018-2019. Confiants de la qualité et de la pertinence de cet atelier, nous avons procédé à une impression professionnelle de ses outils puis préparé des trousse d'animation qui seront offertes aux organisations FADOQ des autres régions, afin que notre programme puisse aussi y être déployé. Nous tenons d'ailleurs à remercier l'Entraide pour la déficience intellectuelle du Joliette Métropolitain pour l'aide offerte par L'Usine, son plateau de travail, lors de l'assemblage des trousse d'animation.

Dans Lanaudière, des changements de responsables du programme ainsi que le déploiement du volet intimidation d'Aîné-Avisé font en sorte que le programme a connu un développement modéré. Nous avons ainsi pu sensibiliser plus de 300 aînés au travers d'une dizaine de séances.

ENSEMBLE CONTRE
l'intimidation! Avec la participation financière de :
Québec



Loisirs

EN 2018-2019, nous avons bonifié l'offre d'ateliers en soirée et d'activités plein air les vendredis et samedis. Nous avons développé le volet culturel et offrons maintenant toute une gamme d'activités dans ce secteur des loisirs, notamment, une journée porte ouverte pour les membres FADOQ au Musée d'art de Joliette, une matinée inter-générationnelle toute en culture au Centre d'art Diane-Dufresne, en collaboration avec l'Aramusique, des ateliers d'initiation à l'écriture et d'écriture créative ainsi que des ateliers d'initiation à l'acrylique et au pastel sec. Encore cette année, la réponse des membres a été positive avec des taux de participation élevés.

JEUX RÉGIONAUX 2018

Les 19^e Jeux régionaux proposaient 11 disciplines, dont les tournois de petites quilles, de pétanque, de golf et le premier tournoi régional de pickleball lors duquel 20 équipes se sont affrontées amicalement. Les compétitions en équipe et en individuel ainsi que le tournoi de pickleball se sont tenues sur une journée, puisque cette formule avait été mise en place et appréciée en 2017. Au total, 797 personnes, soit 45 de plus qu'en 2017, ont participé aux Jeux régionaux en 2018. Les médaillés de chacune des disciplines étaient invités à participer aux 27^e Jeux FADOQ provinciaux en septembre 2018 à Saint-Jérôme.



27^e JEUX PROVINCIAUX DU RÉSEAU FADOQ 2018

La délégation 2018 de FADOQ – Région Lanaudière aux Jeux provinciaux comptait 144 compétiteurs et a récolté huit médailles : trois médailles d'or : en marche prédiction en équipe, au golf double féminin 65+ et aux petites quilles libre. Deux médailles d'argent : en marche prédiction individuelle et en course à pied femme 5 km. Trois médailles de bronze : en sacs de sable, au golf double mixte 55+ et au golf double masculin 65+. Félicitations aux médaillés!

LIGUE DE HOCKEY 50+

La ligue de hockey 50+ FADOQ – Région Lanaudière et Hockey50.com a poursuivi ses activités en 2018-2019. Lors de la troisième saison de la ligue, les quatre équipes formées de 40 joueurs réguliers et d'une cinquantaine de joueurs substitués de la catégorie B ont disputé 52 parties à l'aréna de la Cité des Sports de Terrebonne. En 2018, un projet pilote avec deux équipes de catégorie C a été tenu. Vu son succès, cette nouvelle catégorie sera ajoutée à la ligue lors de la saison 2019-2020.



Sorties plein air

VISITE DE L'ABBAYE VAL-NOTRE-DAME

À nouveau, nous avons joint activités sportives et culturelles grâce à l'accueil des moines cisterciens de l'Abbaye Val-Notre-Dame et à une collaboration entre FADOQ – Région Lanaudière et l'Association forestière de Lanaudière. Deux visites ont été offertes en 2018, une au printemps et une à l'automne. Au total, 76 personnes en ont profité pour faire de la randonnée en forêt avant de découvrir l'architecture unique et l'histoire de l'Abbaye Val-Notre-Dame, de même que le quotidien des moines qui y habitent.

GRANDE MARCHÉ FADOQ – RÉGION LANAUDIÈRE

La Grande marche 2018 a accueilli une centaine de personnes au Vignoble St-Gabriel à Saint-Gabriel-de-Brandon. Trois parcours de marche étaient offerts, un facile permettant de découvrir le village de Saint-Didace, un moyen sur le sentier du Mont-Marcil et un sportif faisant l'aller-retour entre le vignoble et le village de Saint-Didace. Par la suite, les participants ont visité la cave à vin, le musée de tracteurs antiques et dégusté un dîner gourmet inclus dans le forfait activité. Cette formule dîner inclus a grandement plu aux participants



Grande marche FADOQ – Région Lanaudière



Marches santé en Matawinie

SORTIES RANDONNÉES ET MARCHES SANTÉ DANS LES PARCS DE LANAUDIÈRE

Vu le succès des marches santé, l'activité a été réofferte et bonifiée en 2018. Des randonnées en sentiers ont été ajoutées. Une randonnée d'une journée et trois sorties marche santé ont été offertes à l'automne. Au total, 36 personnes y ont pris part. Trois randonnées d'une journée en raquettes et trois sorties plein air d'hiver ont été proposées mais la météo n'ayant pas été favorable, trois d'entre elles ont été annulées. Au total, 45 personnes ont pris part aux activités maintenues. Grâce à notre service de prêt d'équipements, nous avons prêté gratuitement des bâtons de marche et des raquettes. L'encadrement des sorties a été assuré par l'agente de développement loisir, culture et sport qui accompagne les groupes, ce qui est apprécié par les participants.

Sorties plein air (suite)



Randonnée vélo sur le chemin du Roy

RANDONNÉE VÉLO 2018

Lors de la randonnée vélo 2018, les cyclistes ont découvert le chemin du Roy et quatre de ses églises patrimoniales entre Lavaltrie et Berthierville, sur un parcours totalisant 50 km. Deux pelotons de 15 cyclistes et une magnifique journée ensoleillée étaient au rendez-vous. Un encadreur accompagnait chacun des pelotons pour assurer la sécurité et le confort des participants, de même qu'une voiture pour le transport des lunchs et le remorquage des cyclistes au besoin.

JOURNÉE EN PLEIN AIR AU CAMP FAMILIAL SAINT-URBAIN

Une nouvelle collaboration avec le camp familial Saint-Urbain a permis d'offrir une journée en plein air à 32 participants qui ont profité des activités offertes sur le site. Randonnée en sentier, nage, pêche, pédalo, kayak et pique-nique ont fait le bonheur des personnes présentes qui ont découvert l'offre de services d'un camp familial. Du transport par autobus a été proposé à partir de Terrebonne et de Joliette, une vingtaine de personnes en ont bénéficié.

VISITE À LA MAISON ANTOINE LACOMBE

Lors de la visite horticole annuelle, 17 participants ont découvert la Maison Antoine Lacombe et ses magnifiques jardins lors d'une visite guidée, suivie d'un pique-nique champêtre. La formule visite et pique-nique inclus a été très appréciée par les membres FADOQ.

LE MATIN DES 50+ DU FESTI-GLACE

Le Matin des 50+ du Festi-Glace s'est tenu le 11 février 2019 par une superbe journée froide! Une trentaine de braves membres FADOQ sont venus bouger sur la patinoire de la rivière L'Assomption. Au programme : marche et patin, collation santé, café, chocolat chaud et séance d'étirements avec Cardio plein air pour terminer l'avant-midi. Cette activité est issue d'une collaboration entre FADOQ – Région Lanaudière et le comité organisateur du Festi-Glace, et plus particulièrement la Municipalité de Notre-Dame-des-Prairies.



Matin des 50+ au Festi-Glace

Ateliers

ATELIERS D'INITIATION À L'ÉCRITURE ET D'ÉCRITURE CRÉATIVE

Les ateliers d'initiation à l'écriture se sont poursuivis et un nouvel atelier d'écriture créative a été développé. FADOQ – Région Lanaudière a pris le relais de l'organisation de ces ateliers puisque la Fédération québécoise du loisir littéraire s'est retirée du projet en 2018. Au total, trois ateliers ont permis à une trentaine de participants d'explorer divers types de création littéraire et leur propre créativité à travers des exercices et des discussions.

RÉFLÉCHIR AVEC MES PETITS ENFANTS

Ce nouvel atelier offert à titre d'essai, a permis aux 12 participants d'explorer une multitude de moyens et de méthodes pour mieux réfléchir avec leurs petits enfants et les aider à penser par eux-mêmes. L'atelier sera de nouveau offert dans l'avenir avec le développement d'une deuxième partie.

ATELIER D'INITIATION AU PASTEL SEC

Cet atelier a permis aux membres FADOQ de s'initier au pastel sec et de produire une œuvre pour découvrir ce médium et ses techniques spécifiques. Tout le matériel requis a été fourni lors de l'atelier afin d'éviter de faire des achats avant de savoir si le pastel sec est un médium suffisamment intéressant pour donner aux participants le goût de continuer. L'atelier a été offert à deux reprises et 16 participants y ont pris part.

JOURNÉE PORTE OUVERTE AU MUSÉE D'ART DE JOLIETTE

Les membres FADOQ ont pu, pour la première fois, profiter d'un après-midi gratuit spécialement organisé pour eux par le Musée d'art de Joliette. Les participants ont bénéficié d'une visite commentée des expositions, d'une capsule d'information sur des œuvres de papier et d'un

atelier créatif sur le papier marbré. Un thé leur a été offert de même que le service de prêt de tablettes numériques pour la visite de l'exposition permanente. Lors de cette première activité porte ouverte, le Musée d'art de Joliette a accueilli 35 membres FADOQ.

FADOQ.CA

Notre offre d'ateliers informatiques est variée professionnelle et adaptée aux besoins des personnes de 50 ans et plus. Nos ateliers informatiques ont permis de rejoindre 126 participants pour l'année 2018–2019. Plusieurs ateliers ont été offerts dont Passage à Windows 10, Bien connaître votre ordinateur, Naviguer efficacement et en sécurité sur Internet, Tablettes tactiles Android, Tablettes tactiles Apple, ainsi qu'une nouveauté bien d'actualité Initiation aux réseaux sociaux – Facebook et Messenger. Que votre besoin soit sur ordinateur ou sur tablette tactile, nos formateurs compétents vous aident à réduire vos craintes envers les nouvelles technologies s'il y a lieu et à acquérir des connaissances sur le fonctionnement de l'ordinateur, des logiciels informatiques, d'Internet et des médias sociaux pour une maîtrise efficace de ceux-ci.



Ateliers FADOQ.ca

CUISINE 50+

FADOQ – Région Lanaudière a poursuivi l'offre d'ateliers culinaires qui aident les 50 ans et plus à cuisiner en tenant compte de leur état de santé. Depuis l'hiver 2019, les ateliers ne sont plus subventionnés mais ont tout de même affichés complets malgré l'augmentation des coûts pour y participer, ce qui prouve leur utilité et l'intérêt des membres pour cette activité. Différents thèmes ont été proposés à l'automne, à l'hiver et au printemps : j'apprends à cuisiner pour homme seulement, le diabète et l'alimentation, réduire l'inflammation par l'alimentation, cuisine végétarienne, protéger mon cœur avec les cuisines du monde, mon intestin j'en prends soin et cuisiner à petit prix. Une portion de la recette cuisinée en atelier, un cahier incluant recettes et astuce et un tablier sont remis aux participants. Au total, 100 membres FADOQ ont participé aux ateliers de cuisine en 2018-2019.



5 À 7 ACCORDS METS ET VINS



Événements très populaires, les 5 à 7 accords mets et vins ont été préparés et animés par Christian Jacques, sommelier reconnu de la région Lanaudière. Le temps d'une soirée des plus agréables, nos locaux se sont transformés en bistro convivial. Découverte, partage, ambiance décontractée et plaisir font le succès de ces rendez-vous recherchés par nos membres. Les 5 à 7 ont été offerts à deux reprises et toutes les places disponibles ont été comblées, c'est-à-dire 25 par soirée pour un total de 50 personnes.

SOUPERS THÉMATIQUES

Des soupers thématiques composés par un chef et mettant en vedette des produits du terroir lanaudois ont été offerts en collaboration avec l'Hôtel Château Joliette depuis juin 2018. Trois soupers ont été offerts, sur les thèmes suivants : les produits lanaudois, les saveurs italiennes et la Saint-Valentin. Un forfait hébergement à prix spécial pour les membres FADOQ est offert lors de ces événements. Au total, 220 personnes ont pris part aux soupers thématiques en 2018-2019.

Statistiques

Plusieurs ateliers et activités ont été offerts à nos membres par le biais des programmations printemps, automne et hiver. La participation a été exceptionnelle tout au long de l'année. En 2018-2019, il y a eu des nouveautés, ainsi que des ateliers supplémentaires ajoutés en cours d'année pour répondre à la demande.

Ateliers offerts en 2018-2019	Nombre de participants
Acrylique	8
Anglais	113
Aquarelle	22
Atelier d'écriture	30
Aviron	15
Cuisine 50+	100
Danse douce	4
Dessin	36
Espagnol	110
Fadoq.ca	126
Faux-vitrail	18
Gymnastique douce	56
Initiation au pastel sec	16
Photo	83
Réfléchir avec mes petits enfants	12
Théâtre	20
TOTAL	769

Journées thématiques

JOURNÉE INTERGÉNÉRATIONNELLE

Offerte en collaboration avec le Buffet des Continents de Mascouche, cette activité ayant eu lieu le 21 août dernier a été une belle occasion pour les grands-parents de passer du temps de qualité avec leurs petits-enfants. Cet événement a permis aux grands-parents et à leurs petits-enfants de partager un bon dîner et de profiter d'animations gratuites dont photomaton, atelier créatif, décoration de biscuits, jeux d'habileté, maquillage, mascotte, atelier Pour bouger animé gracieusement par Cardio Plein Air, ainsi que l'activité Dans la peau d'un aîné animé par FADOQ – Région Lanaudière. Cette 3^e édition de la Journée intergénérationnelle a attiré près de 150 personnes.



JOURNÉE NATIONALE DES AÎNÉS

Le 2 octobre dernier, 800 personnes se sont déplacées au Buffet des Continents de Mascouche dans le cadre de la Journée nationale des aînés, afin de profiter d'un dîner offert en contrepartie d'une contribution volontaire. À nouveau cette année, un service d'autobus gratuit a été organisé par FADOQ – Région Lanaudière. Au total, 530 aînés ont monté à bord de l'un des 12 autobus expressément nolisés pour eux. Mille mercis au Buffet des Continents et à son personnel qui ont grandement contribué au succès de cette journée qui a permis de recueillir une somme de 5 126,15 \$.

MATINÉE INTERGÉNÉRATIONNELLE TOUT EN CULTURE

Offerte pour la première fois le 23 août 2018, en collaboration avec L'Aramusique et le Centre d'art Diane-Dufresne, cette matinée culturelle a permis à une trentaine de participants d'assister au spectacle *Les 7 trompettes de Fred Piston*, de visiter l'exposition *Créer l'été des rencontres improbables*, de participer à une activité créative en lien avec l'exposition et d'un pique-nique dans les jardins du centre d'art.

SALON DES JEUNES DE 50 ANS ET +

Cet événement a été cette année encore un rendez-vous incontournable pour s'informer des services offerts aux personnes de 50 ans et plus de Lanaudière. Le Salon a atteint son objectif avec ses deux jours d'intenses activités, la qualité de sa soixantaine d'exposants, la conférence de Louise Deschâtelets intitulée *La vie vaut la peine d'être vécue à la condition de l'être vécue en entier*, l'activité « Une heure, une œuvre » présentée par le Musée d'art de Joliette, sans oublier l'élégance de la vingtaine de mannequins FADOQ qui ont participé à cette 5^e édition. Merci à nos partenaires les pharmacies Pharmaprix de Joliette et St-Charles-Borromée et aux Galeries Joliette.



Journées thématiques (suite)



PRIX COUP DE CŒUR DU JURY
Solitude matinale par Lise Gervais



PRIX COUP DE CŒUR DU PUBLIC
L'heure de la collation par Ginette Noury

EXPO PHOTO

FADOQ - Région Lanaudière a profité du Salon des jeunes de 50 ans et + et des Journées de la culture pour présenter son exposition photo annuelle qui avait pour thème *Les mots... qu'on expose*, regroupant une soixantaine de photos prises par des membres FADOQ et quelques œuvres de Gilles Meunier, artiste invité pour l'occasion. Cette exposition photo a été un grand succès avec de multiples visiteurs ravis, un 5 à 7 réunissant une soixantaine de photographes-exposants, des photographies d'une grande qualité et diversité et un artiste invité en la personne de Gilles Meunier qui a su nous partager sa passion pour la photographie. Le prix coup de cœur du jury a été remis à Lise Gervais pour *Solitude matinale* et le prix coup de cœur du public a été décerné à Ginette Noury pour *L'heure de la collation*. Merci aux Musée d'art de Joliette et à Photo J pour leur collaboration au tirage des prix.

FORUM VIEILLIR, TOUTE UNE EXPÉRIENCE !

À la suite de l'octroi d'une subvention du programme fédéral Nouveaux horizons pour les aînés, FADOQ - Région Lanaudière a organisé et tenu un vaste forum de consultation, auprès des lanaudois de 50 ans, sur quatre thématiques : le vieillissement, l'habitat, la mobilité et la société à l'heure du numérique. Ce sont 200 personnes qui nous ont partagé leurs expériences et réflexions qui ont servi à produire un manifeste s'adressant aux différents paliers décisionnels, afin de les amener à mieux prendre en compte les besoins des aînés dans la mise en œuvre de mesures et initiatives qui les concernent. Monique Giroux, Gabrielle Coulombe, ainsi que Chloé Sainte-Marie étaient présentes afin d'inspirer les participants dans leur réflexion et leur prise de parole. Nous remercions également Chartwell - Le Teasdale pour leur collaboration.



Journées thématiques (suite)

JOURNÉE SANTÉ 2018

La Journée santé 2018, présentée par FADOQ – Région Lanaudière et Manoir Louis Jolliet / Résidence Marie-Clothilde, a réuni cette année plus de 250 personnes le 2 novembre dernier à l'Hôtel Château Joliette. Sous une nouvelle formule, les participants ont pu bénéficier de dix conférences de 15 minutes en petits groupes de 25 personnes. La journée s'est conclue par la conférence d'Hélène Laurendeau, nutritionniste à Radio-Canada. Merci à Hélène Laurendeau Nutritionniste pour sa conférence fort appréciée, ainsi qu'aux dix animateurs pour leurs présentations fort intéressantes.



PORTE OUVERTE

FADOQ – Région Lanaudière a ouvert ses portes le 9 janvier dernier et près d'une centaine de personnes se sont présentées pour visiter les locaux, rencontrer les membres de l'équipe régionale et les différents formateurs tout en dégustant les biscuits encore tout chauds préparés sur place par Geneviève Longère, cheffe cuisinière et animatrice de certains ateliers de cuisine offerts par FADOQ – Région Lanaudière.



RENDEZ-VOUS CULTUREL

Le 9 janvier 2019, suite à la journée porte ouverte, a eu lieu le deuxième rendez-vous culturel de FADOQ – Région Lanaudière. Malgré la température incertaine, cet événement a réuni une trentaine de personnes lors d'un 5 à 7 en humour et musique avec Jamil Azzaoui, auteur-compositeur et le duo *Les vieux du centre d'achat* composé de Gilbert Dumas et Yves Trudel.



SALON RENDEZ-VOUS COMMERCE

Du 14 au 17 mars dernier, l'équipe de FADOQ – Région Lanaudière est allée à la rencontre de la population lanaudoise dans le cadre du Salon Rendez-Vous Commerce aux Galeries Joliette. Pour FADOQ – Région Lanaudière, ce fut une occasion de présenter notre mission, de faire découvrir nos programmations d'activités, nos nombreux rabais et services et de parler de notre implication dans la défense collective des droits des aînés.

Communications

FADOQ – RÉGION LANAUDIÈRE SE PRÉOCCUPE de tout ce qui touche le bien-être et une meilleure qualité de vie des aînés. Elle n'hésite pas à prendre position et de ce fait, a émis plusieurs communiqués, lesquels ont été transmis tant aux médias écrits, radiophoniques, télévisuels et électroniques de la région ainsi qu'à l'ensemble de nos membres via nos clubs affiliés. Plusieurs événements et conférences de presse ont également eu lieu, afin de réunir nos partenaires et différents médias pour présenter un événement ou informer sur une actualité. Voici les communiqués émis et les conférences de presse ayant eu lieu pour l'année financière 2018-2019.

Communiqués de presse

30 avril 2018	Assemblée générale annuelle de FADOQ – Région Lanaudière
3 mai 2018	FADOQ – Région Lanaudière : une organisation active, impliquée et mobilisatrice!
20 juin 2018	Lancement d'une pétition en ligne pour dénoncer le manque de lits additionnels à l'Hôpital Pierre-Le Gardeur
13 juillet 2018	Le Réseau FADOQ appuie la demande de recours collectif contre les CHSLD
22 juillet 2018	Création du ministère des Aînés : le Réseau FADOQ ne veut pas d'une coquille vide
2 août 2018	La nouvelle programmation loisirs automne 2018 est maintenant disponible !
7 septembre 2018	5 ^e édition du Salon des jeunes 50 ans et plus de Lanaudière
21 septembre 2018	Élections 2018 : les candidats lanaudois invités à prendre position sur la pétition demandant des lits additionnels à l'HPLG
3 octobre 2018	<i>Viellir, toute une expérience!</i> En compagnie de Monique Giroux, Gabrielle Coulombe et Chloé Ste-Marie
16 octobre 2018	Une journée santé : pour prendre soin de vous et être informé des nouveautés!
23 octobre 2018	Grand succès pour l'événement mobilisateur <i>Viellir, toute une expérience!</i>
7 novembre 2018	Plus de 250 personnes à la Journée santé 2018
4 décembre 2018	CHSLD et soutien à domicile : le Réseau FADOQ réclame un redressement rapide
9 janvier 2019	Portes ouvertes et 5 à 7 de FADOQ – Région Lanaudière : un beau succès!
28 janvier 2019	1 ^{er} budget de la CAQ : le Réseau FADOQ émet 25 recommandations
30 janvier 2019	Encore des horreurs envers les aînés
25 février 2019	Nouvelle directrice générale pour FADOQ – Région Lanaudière
26 février 2019	Conciliation travail-famille : FADOQ – Région Lanaudière et le Réseau FADOQ exigent des mesures pour les proches aidants
19 mars 2019	Budget Morneau : le Réseau FADOQ et FADOQ – Région Lanaudière veulent plus de revenus pour les aînés
20 mars 2019	Les faits saillants du Budget Morneau pour les aînés selon FADOQ – Région Lanaudière et le Réseau FADOQ

Événements de presse

11 septembre 2018	Conférence de presse annonçant la 5 ^e édition du Salon des Jeunes 50 ans et plus de Lanaudière et l'exposition de photographies Les mots... qu'on expose.
3 octobre 2018	Conférence de presse annonçant l'événement mobilisateur lanaudois <i>Viellir, toute une expérience!</i>
16 octobre 2018	Conférence de presse pour dévoilement de la nouvelle formule Journée Santé 2018.
9 janvier 2019	Relations médias pour la journée portes ouvertes de FADOQ – Région Lanaudière

Communications (suite)

INFOLETTRE

En 2018-2019, 14 infolettres FADOQ – Région Lanaudière (régulières et spéciales), ont été envoyées à nos abonnés qui sont actuellement au nombre de 12 370 soit une augmentation de 1 070 abonnements comparativement à l'an dernier. Le taux d'ouverture moyen a été excellent soit plus de 52 %. Vous n'êtes pas abonné à notre infolettre? Vous pouvez le faire dès maintenant via le www.fadoq.ca/lanaudiere/a-propos/infolettre.

À chaque mois, recevez l'infolettre de FADOQ – Région Lanaudière pour connaître les :

- nouveaux rabais;
- activités en vedette;
- programmations saisonnières;
- événements à ne pas manquer;
- prises de position et revendications émises par le Réseau FADOQ;
- et bien plus encore!

SITE WEB

Le site Web permet aux internautes de trouver les rabais, loisirs et événements, actualités, ressources et de multiples autres informations. À noter que tous les clubs FADOQ lanaudois sont invités à nous faire parvenir leurs programmations, afin que nous puissions les publier sur notre site. Tous les clubs qui le désirent peuvent également nous faire parvenir leurs voyages et sorties d'un jour, afin que nous en assurions la promotion sur notre site. Une quarantaine de programmations saisonnières différentes et plus de 50 voyages ont été publiés cette année sur notre site. Ce nouveau service est fort apprécié par les clubs et par les membres qui trouvent ainsi les programmations des clubs et l'ensemble des voyages qui s'offrent à eux. Le site www.fadoq.ca/lanaudiere, mis en ligne à l'automne 2017, a connu certaines améliorations par le Réseau FADOQ en 2018-2019 et d'autres développements sont à prévoir dans l'année à venir.

INFO-LIAISON

L'Info-liaison a été imprimée à 34 748 exemplaires lors de l'édition 2018-2019, soit une augmentation de 2 748 impressions comparativement à l'an dernier. Cette parution est produite quatre fois par année et insérée à même le magazine Virage qui est posté directement au domicile de tous nos membres. À travers ses pages, L'Info-liaison permet de recevoir de l'information privilégiée sur diverses actualités concernant FADOQ – Région Lanaudière, d'avoir un rappel de certaines activités à venir dans nos programmations et de lire les chroniques variées et pertinentes de nos collaborateurs. En fait, votre Info-liaison est le meilleur moyen de se tenir au courant des activités des jeunes de 50 ans et plus!

MEDIAS

Que ce soit lors de nos conférences de presse, suite à la diffusion d'un communiqué de presse, pour la défense de dossiers visant les personnes de 50 ans et plus ou encore de la promotion d'une journée thématique, nous sommes toujours en contact et disponibles auprès des journalistes. Les demandes d'entrevue proviennent des médias lanaudois que ceux-ci soient écrits, radiophoniques, télévisuels et électroniques. Ces partenaires médias jouent un rôle important dans la diffusion des actualités et enjeux reliés aux personnes de 50 ans et plus, dans la promotion de nos activités, journées thématiques et événements.

MERCI

Aux journalistes, animateurs et animatrices, conseillers et conseillères publicitaires et autres collaborateurs et collaboratrices des médias suivants : LexisMedia (L'Action, L'Action d'Autray, L'Express Montcalm, L'Hebdo Rive Nord), Plume Libre Montcalm, Plume Libre Lanaudière, Lanauweb, Journal La Revue, le Journal de Joliette, Le Trait d'Union, M103,5 FM, CFNJ FM 99,1, CTB-TV, TVRM – La Télévision Régionale des Moulins / MATv Lanaudière – Câble 9, le Magazine 20 minutes et la Revue Virage.

Communications (suite)

FACEBOOK

La page Facebook de FADOQ – Région Lanaudière vous propose différentes publications sous forme d'articles, de vidéos ou de photos et représente une façon interactive de réseauter avec nos clubs affiliés et tous nos membres. Au total, 1 516 individus, clubs FADOQ et autres organisations sont actuellement abonnés à notre page Facebook soit une augmentation de 387 abonnements par rapport à l'an dernier.

Abonnez-vous au

www.facebook.com/Fadoq.Region.Lanaudiere
pour y retrouver des :

- actualités récentes concernant les personnes de 50 ans et plus;
- activités et événements offerts par FADOQ – Région Lanaudière;
- bons coups et activités des clubs FADOQ lanauois;
- invitations de nos membres associatifs
- prises de positions et revendications quant aux enjeux des 50 ans et plus;
- et bien plus encore...

TIRAGES – NOUVEAUTÉ

Cette année, nous avons organisé deux tirages via la page Facebook de FADOQ – Région Lanaudière. Cet automne, pendant la semaine nationale des proches aidants et en collaboration avec L'Appui pour les proches aidants d'aînés (Lanaudière) et la Fondation Gilles-Carle, FADOQ – Région Lanaudière a fait connaître des ressources disponibles pour les proches aidants dans la région de Lanaudière. Du 6 au 10 novembre 2018, à chaque jour 1 CD autographié de Chloé Sainte-Marie a été tiré au hasard parmi celles et ceux qui avaient aimé notre publication. Plus de 4 600 personnes ont été rejointes par cette promotion de sensibilisation.

Au printemps 2018, dans le cadre du Mois de la Terre, la Maison4tiers – Distribution de films s'est associée avec FADOQ – Région Lanaudière pour faire tirer trois laissez-passer double pour le visionnement du film La terre vue du coeur, mettant en vedette Hubert Reeves et Frédéric Lenoir, au Cinéma RGFM Joliette. Plus de 500 personnes ont été rejointes par cette promotion.



Statistiques



INFOLETTRE

12 370
abonnés

HAUSSE DE 9,5 %



INFO-LIAISON

34 748
impressions

HAUSSE DE 7,9 %



FACEBOOK

1 516
abonnés

HAUSSE DE 34 %

Partenaires

FADOQ - RÉGION LANAUDIÈRE compte sur un fort réseau de partenaires pour mener à bien son mandat. Notons entre autres, Intact Assurance et SSQ Assurance à titre de grands partenaires et Greiche & Scaff à titre de partenaire majeur. En plus de nous soutenir, ceux-ci sont présents à divers niveaux et à nos côtés lors de plusieurs événements tout au long de l'année.

MERCI!



greiche & scaff
professionnels de la vue

LEXISMEDIA



***Notre communauté Facebook
grandit constamment et est
de plus en plus active!***

En faites-vous partie?

www.facebook.com/FADOQ.Region.Lanaudiere

