



Région Gaspésie  
Îles-de-la-Madeleine

# info FADOQ

INFO-FADOQ - Hiver - Winter - 2021



En tout temps, vous  
pouvez nous joindre au :  
*Anytime you can join us at:*

**418 368-4715**  
78-B, Jacques-Cartier,  
Gaspé (Québec) G4X 1M4

Merci à nos Grands Partenaires



Auto • Habitation



Vie • Santé • Investissement

Thanks to our Major Partners



Home • Auto



Life • Health • Investment

# Mot de la direction

## A word from management



**Odette Charbonneau**  
Présidente  
President



**Renée Blouin**  
Directrice générale  
General Manager

Bonjour à tous,

En guise d'introduction, nous aimerions vous rappeler la mission de notre organisation :

« Le Réseau FADOQ rassemble et représente les personnes de 50 ans et plus afin de conserver et d'améliorer leur qualité de vie. Le Réseau défend et fait la promotion de leurs droits, valorise leur apport et les soutient par des programmes, services et activités. »

Depuis le début de l'année 2021, bien des choses se sont passées, dont la pandémie qui nous a frappés, de plein fouet. Malgré tout, les employés et les bénévoles ont déployé tous leurs efforts afin de vous soutenir, que ce soit par des gestes simples, des projets dits hors du commun ou encore, en vous accompagnant individuellement, et ce, en toute sécurité.

La FADOQ-GÎM et ses clubs locaux font tout ce qui leur est possible de faire pour garder les membres actifs, briser l'isolement et permettre à tout un chacun de se créer un réseau de contacts solide. Nos employés, nos bénévoles et plus important encore, vos clubs sont présents sur le terrain. Tranquillement, les activités reprennent selon les directives de la Santé publique du Québec. Notre priorité demeure votre sécurité. Nous continuons à vous tenir au courant des développements et espérons que la période de réjouissances qui approche à grands pas sera source de réconfort pour chacun de vous.

Vous avez des questionnements, des priorités individuelles, des messages à nous transmettre? Votre bureau régional est là pour vous. N'hésitez pas à communiquer avec nous au 418 368-4715, nous serons à l'écoute de vos besoins.

Sur ce, nous vous souhaitons à tous une saison hivernale active et un temps des fêtes réconfortant.

*Hello everyone,*

*By way of introduction, we would like to remind you of the mission of our organization:*

*«The Réseau FADOQ brings together and represents people aged 50 and over in order to maintain and improve their quality of life. The Réseau defends and promotes their rights, values their contribution and supports them through programs, services and activities.»*

*Since the beginning of the year 2021, many things have happened, the pandemic has hit us hard. Despite everything, employees and volunteers have deployed all their efforts to support you, whether through simple gestures, projects said to be out of the ordinary or by accompanying you individually and this, in complete safety.*

*FADOQ-GÎM and its local clubs do everything possible to keep its members active, thus breaking the isolation and allowing everyone to create a solid contact network. Our employees, our volunteers and most importantly, your clubs are present on the field, quietly resuming activities according to the guidelines of the Public Health of Quebec. Our priority remains your safety. We continue to keep you informed of developments and hope that the fast approaching holiday season will be a source of comfort for each of you.*

*If you have any questions, individual priorities, or messages to send us, your regional office is there for you. Do not hesitate to contact us at 418 368-4715, we will be attentive to your needs. On this note, we wish you all an active winter season and a comforting holiday season.*

# Rabais et privilèges

## Discounts and privileges

Plus de 90 rabais régionaux. Nous remercions grandement nos partenaires :  
*More than 90 regional discounts. We greatly thank our partners:*

### Rabais régionaux / Regional discounts

Concept K, Estée Mercier (pour Michel Dugas)	Applicable aux succursales de Sainte-Anne-des-Monts, Gaspé, et Carleton.	10 % sur tout achat de 100 \$ ou plus avant taxes.
<b>Bonaventure</b>		
Subway 9111-8752 Qc Inc.	102, av. de Port Royal	10 % sur le prix régulier
<b>Gaspé</b>		
Adelnour et Desrosiers, notaires	155, rue de la Reine	10 % sur les testaments et les mandats de protection
<b>Anse-à-Beaufils</b>		
Auberge Madeli	485, ch. Principal, Cap-aux-Meules	10 % sur l'hébergement à prix régulier



NOTAIRES

## ABDELNOUR ET DESROSIERS, notaires

Me Line Desrosiers

Me Claude Adelnour

155, rue de la Reine, Gaspé, Québec G4X 2R1  
 T : 418 368-3292 infonotaire@abdelrosiers.com

Rabais de 10% sur les testaments et mandats de protection

## STATION SERVICE P.COTÉ & FILS INC

Jean-Claude Côté, propriétaire

160, Boulevard de Gaspé, Gaspé (QC) G4X 1A9  
 418 368-2387 Fax : 418 368-6987  
 p.cote.fils@gmail.com

www.moryinc.com fr.uhaul.com



Transport et Remorquage / Garage Recommandé CAA / Atelier Clé Verte / Centre du Pneus OTO/BOX / Centre Uni-Pro / Fourrière : 03004, SAAQ

# CONNAÎTRE SES DROITS ET SES OBLIGATIONS EN TANT QUE LOCATAIRE D'UNE RÉSIDENCE PRIVÉE POUR ÂÎNÉS

Comme tout autre contrat, le bail vous accorde des droits qui sont prévus par la loi. Cependant, lorsque vous signez un bail, vous vous engagez aussi à respecter plusieurs obligations.

### UNE FOIS LE BAIL SIGNÉ, VOUS AVEZ DES DROITS.

**Respect** : la résidence doit vous traiter, ainsi que vos proches, avec courtoisie, dignité et respect.

**Maintien dans les lieux** : sauf en cas de rares exceptions prévues par la loi, la résidence doit vous permettre de demeurer dans votre logement jusqu'à ce que vous en décidiez autrement, ou jusqu'à ce que le Tribunal administratif du logement résilie le bail à la suite d'une demande en justice.

**Jouissance des lieux** : la résidence doit vous permettre de profiter paisiblement de votre logement et des aires communes.

**État du logement** : la résidence doit vous offrir un logement en bon état et faire les réparations nécessaires tout au long du bail.

**Santé et sécurité** : la résidence et son personnel doivent respecter les normes de santé et de sécurité prévues.

**Loyer** : la résidence doit exiger seulement le montant du loyer et des services inclus dans le bail.

**Services** : la résidence doit vous offrir les services inclus dans le bail pendant toute sa durée.

### CES DROITS SONT ÉGALEMENT ASSORTIS D'OBLIGATIONS.

**Paiement du loyer** : vous devez payer votre loyer tous les mois et à la date prévue.

**Propreté** : vous devez maintenir la propreté de votre logement.

**Jouissance des lieux** : vous devez respecter les règles de fonctionnement de la résidence et éviter de troubler le milieu de vie ou la paix des autres résidents.

**Réparations** : vous devez rester vigilant quant à l'état des lieux et aviser la résidence lorsque des réparations sont nécessaires à votre logement.

**Accès au logement** : vous devez permettre à la résidence d'accéder à votre logement en cas d'urgence. Autrement, elle doit vous donner un préavis d'au moins 24 heures pour en vérifier l'état, y effectuer des travaux prévus ou encore le faire visiter à l'acquéreur éventuel de l'immeuble.

**Remise du logement dans le même état qu'à l'arrivée** : vous devez, à la fin de votre bail, laisser votre logement dans le même état que le jour où vous y êtes arrivé. Vous n'êtes pas responsable de l'usure normale ou de l'effet du temps sur le logement (ex. : plancher usé après avoir habité au même endroit pendant plusieurs années), mais des frais peuvent vous être imposés pour d'autres dommages (ex. : présence d'animaux domestiques ayant endommagé le plancher).



# THE LAWS AND YOUR RIGHTS

## KNOW YOUR RIGHTS AND OBLIGATIONS AS A TENANT OF A PRIVATE RESIDENCE FOR SENIORS

Like any other contract, the lease gives you rights that are provided for by law. However, when you sign a lease, you are making a commitment, to respect several obligations.

### ONCE YOU SIGN THE LEASE, YOU HAVE RIGHTS.

**Respect:** the residence must treat you and your loved ones with courtesy, dignity and respect.

**Continued occupancy:** except for rare exceptions provided by law, the residence must allow you to remain in your home until you decide otherwise, or until the Tribunal administratif du logement terminates the lease by court order.

**Enjoyment of the premises:** the residence must allow you to enjoy your unit and common area.

**Condition of the unit:** the residence must be in good condition and make necessary repairs throughout the lease.

**Health and safety:** the residence and its staff must meet the health and safety standards.

**Rent:** The residence must charge only the amount of rent and services included in the lease.

**Services:** the residence must offer you the services included in the lease throughout the duration.

### THESE RIGHTS ALSO COME WITH OBLIGATIONS.

**Payment of rent:** you must pay your rent every month and on time.

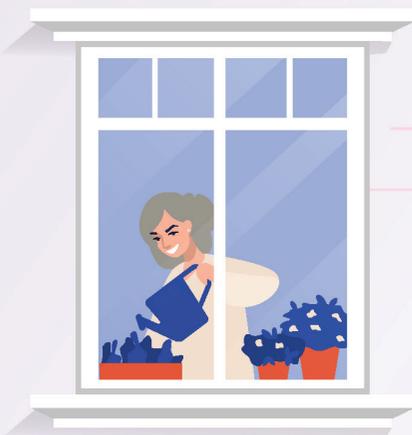
**Cleanliness:** you must keep your unit clean.

**Use of the premises:** you must respect the operating rules of the residence and avoid disturbing the living environment or the peace of the other residents.

**Repairs:** you must remain vigilant about the condition of the premises and notify the residence when repairs are required to your unit.

**Access to housing:** you must allow the residence to access your unit in case of an emergency. Otherwise, the residence must give you at least 24 hours notice to check the condition of the unit, to perform work to be done, or to show the property to the prospective purchaser of the property.

**Return the apartment in the same condition as when you arrived:** at the end of your lease, you must leave your apartment in the same condition as the day you arrived. You are not responsible for normal wear and tear or the effect of time on the unit (e.g., worn out floors after living in the same place for several years), but you may be charged for damages (e.g.: presence of pets that have damaged the floor).



# 7 astuces pour réduire les coûts liés à votre voiture

Présenté par l'Agence La Turquoise

### 1. Ralentir sur la route

Votre façon de conduire est-elle économique? Ralentir permet non seulement de sauver des vies, mais aussi d'économiser du carburant. En roulant à 100 km/h au lieu de 120 km/h, vous consommerez 20 % moins d'essence.

### 2. Opter pour un modèle hybride ou électrique

Conduire un véhicule hybride ou électrique peut vous faire économiser à long terme. Comment? D'abord, en profitant des subventions gouvernementales à l'achat d'un tel véhicule. Ensuite, en vous arrêtant moins souvent (voire jamais!) dans les stations d'essence. Selon Hydro-Québec, parcourir 100 km avec une petite voiture électrique coûte environ 2,25 \$, comparativement à une voiture à essence de même catégorie qui nous fait déboursier 9 \$ pour le même trajet.

### 3. Souscrire à Ma Conduite

Connaissez-vous le programme Ma conduite<sup>MD</sup> d'Intact Assurance? Voilà votre chance d'économiser jusqu'à 25 %\* sur votre prime d'assurance en conduisant prudemment. Parlez-en à votre représentant d'assurance!

### 4. Privilégier le covoiturage et le transport actif

Devez-vous vraiment prendre votre voiture chaque jour? Il y a plusieurs solutions de rechange pour se déplacer : utiliser le transport collectif pour se rendre en ville, covoiturer avec un collègue de travail et, bien sûr, marcher ou vous déplacer à vélo. Un autre truc consiste à combiner ses courses pour faire le moins

de sorties possible. Ces dernières années, les villes ont mis en place plusieurs mesures pour inciter les citoyens à choisir le transport en commun ou la mobilité active.

### 5. Combiner ses assurances

Vos véhicules et votre habitation sont-ils assurés auprès de la même compagnie? Jumeler ses assurances permet de profiter d'un rabais pour polices multiples, que ce soit des types différents d'assurance (auto et habitation) ou le même type (plusieurs véhicules).

### 6. Faire un entretien préventif

Une voiture mal entretenue peut consommer jusqu'à 25 % plus d'essence. Avez-vous bien gonflé les pneus? Une mauvaise pression d'air dans les pneus est l'une des causes les plus fréquentes de l'augmentation de la consommation d'essence, en plus d'utiliser prématurément les pneus et même le système de freinage. Un mauvais entretien peut aussi engendrer des bris plus importants qui feront augmenter les coûts de réparation.

### 7. Planifier le moment de votre plein

Bien planifier quand et où s'arrêter faire le plein permet aussi d'économiser. Le prix de l'essence varie d'une station à l'autre et même d'une journée à l'autre. Soyez attentif! Magasinez votre station-service et faites le plein d'essence au bon moment. Arrêtez-vous lorsque le prix de l'essence est en baisse et profitez des journées de rabais.

\* Veuillez consulter [intact.ca](http://intact.ca) pour plus de détails.



**Imprimerie  
du Havre**



418 368-5681 | [maxinfo.ca](http://maxinfo.ca) | GASPÉ

## 7 tips to reduce your car costs

Presented by **Agence La Turquoise**

### 1. Slow down on the road

Is the way you drive economical? Slowing down not only saves lives, it also saves fuel. If you drive at 100 km/h instead of 120 km/h, you will use 20% less fuel.

### 2. Opt for a hybrid or electric model

Driving a hybrid or electric vehicle can save you money in the long run. How can you do this? First, by taking advantage of government subsidies for the purchase of such a vehicle. Second, by stopping less often (if at all!) at gas stations. According to Hydro-Quebec, driving 100 km with a small electric car costs about \$2.25, compared to a gasoline-powered car of the same category that costs \$9 for the same trip.

### 3. Sign up for My Drive

Have you heard about Intact Insurance's My Drive® program? This is your chance to save up to 25%\* on your insurance premium by driving safely. Talk to your insurance representative!

### 4. Carpooling and active transportation

Do you really have to drive every day? There are several alternatives for getting around: use public transit to get to town, carpool with a co-worker and, of course, walk or bike. Another trick is to combine your errands to make as few trips as possible. In recent years, cities have put in place several measures to encourage citizens to choose public transit or active mobility.

### 5. Combine your insurance

Are your vehicles and your home insured with the same company? Combining your insurance allows you to take advantage of a discount for multiple policies, whether they are different types of insurance (car and home) or the same type (several vehicles).

### 6. Perform preventive maintenance

A poorly maintained car can use up to 25% more gas. Have you properly inflated the tires? Poor tire pressure is one of the most common causes of increased fuel consumption, as well as premature wear on tires and even the braking system. Poor maintenance can also lead to more serious breakdowns that will increase repair costs.

### 7. Plan when to fill up

Planning when and where to stop for gas can also save money. Gas prices vary from station to station and even from day to day. Pay attention! Shop your gas station and fill up at the right time. Stop when gas prices are down and take advantage of discount days.

\* Please visit [intact.ca](http://intact.ca) for more details.



# Vos clubs / Your clubs

## Conseils d'administration 2021-2022

	Amical de Saint-Georges-de-Malbaie	Les Montagnards de Murdochville	Shamrock de Douglstown	Joie de vivre de Saint-Majorique	Grande-Vallée
Président(e) President	Alex Dubé	André Morin	Gordon Drody	Éric Pelletier	Alban Minville
Vice-président(e) Vice-President	Gilbert Carbonneau	Jean-Pierre Chouinard	Dennis Hackett	Lorraine Cotton	Paquerette Lavoie
Trésorier(ère) Treasurer	Rémi Thibault	Gérald Babin	Ellen Conoley	Sylvie Cotton	Claire Minville
Secrétaire Secretary	Anne Dumas	Robert Lapointe	Trina Mcdonald	Marcel Langlais	Jacques Pelletier
Administrateurs(trices) Administrators	Stéphanie Mercier Lorraine Sweeney Johanne Réhel	Odette Synnett Ann Hickey David Alexander	Helena Gaul Annie Briand Christina Rooney Sylvia Gaul Sylvie Déraps	Gérald Bouchard Fernand Lemieux	Josette Côté Yvonne Fournier Noëlla Côté

### Club Les Joyeux Villageois de Rivière-au-Renard

**Bingos les vendredis aux 2 semaines**

*Bingos on Fridays every 2 weeks*

**Jeux de Sacs de sable les lundis et mercredis de 13 h à 15 h**

*Sandbag games on Mondays and Wednesdays from 1:00 to 3:00 pm*

# greiche & scaff

professionnels de la vue



**PIÈCES D'AUTOS**

**GASPÉSIE PIÈCES  
D'AUTOS 2016 INC.**

Éric Sheehan, propriétaire

46, rue du Banc  
Rivière-au-Renard, Qc  
G4X 5E2

**418 269-3991**



**TÉLÉ  
COMMUNICATIONS  
DE L'EST**

Membre de la famille **IRISTEL**

**Carrefour**  
**Gaspe**



**sports  
experts**

Centre de Rénovation



**ÉGIDE DUPUIS ET FILS INC.**

300 Boul. York Sud  
Gaspe (QC), G4X 2L6

Tel : 418-368-5778



**Bumper  
to Bumper®**

VOS EXPERTS EN PIÈCES D'AUTO



# Votre santé

## Un jeu de société pour démystifier l'âgisme

La FADOQ – Région Gaspésie Îles-de-la-Madeleine a trouvé une manière originale de sensibiliser la population à l'enjeu de l'âgisme : un jeu de société. *L'Âgisme En'jeu!* permettra aux participants d'en apprendre plus sur ce terme, dans une ambiance conviviale et ludique.



Les objectifs du jeu sont les suivants : améliorer la compréhension de l'âgisme, informer la population sur les différentes sources de l'âgisme, lancer des discussions sur l'âgisme, favoriser le dialogue sur un enjeu de société, diminuer les jugements envers les personnes âgées et amorcer une réflexion sur l'âgisme. La beauté de ce jeu de société, c'est qu'il s'adresse à un public de tout âge (6 ans et plus). Il s'agit donc d'un bon moyen pour favoriser les relations intergénérationnelles.

# Your health

## A board game to demystify ageism

*FADOQ - Région Gaspésie Îles-de-la-Madeleine has found an original way to raise awareness about the issue of ageism: a board game. Ageism in Action! will allow participants to learn more about this term in a friendly and fun atmosphere.*

*The objectives of the game are: to improve understanding of ageism, to inform the population about the different sources of ageism, to initiate discussions about ageism, to promote dialogue on a social issue, to reduce judgments about seniors and to initiate a reflection on ageism.*

*The beauty of this board game is that it can be played by people of all ages (6 years and older). It is therefore a good way to foster intergenerational relationships.*



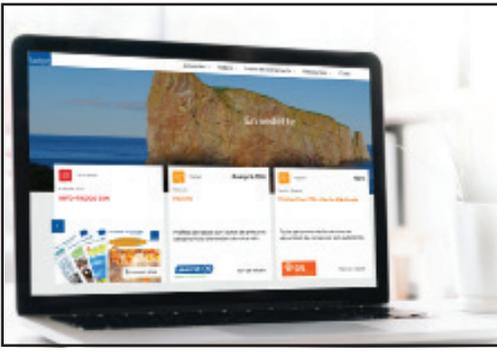
### CENTRE D'ALIGNEMENT ET TRANSMISSION GASPÉ INC.

Alignement et réparation générale • Service Volkswagen  
Remorquage 24 heures • Déverrouillage

### Garage Pelletier et fils

162, BOUL. GASPÉ (QC) G4X 1A9 418 368-1909





# PARTENAIRES ET RABAIS PARTNERS AND DISCOUNTS

Nous vous invitons à consulter notre site Web pour connaître tous nos rabais détaillés.

*We invite you to consult our website to know more about our discounts.*

[www.fadoq.ca/gaspesie-iles-de-la-madeleine](http://www.fadoq.ca/gaspesie-iles-de-la-madeleine)

## MON ANGE GARDIEN

### Bouton d'Urgence

Moins de  
**\$1** par jour



**Parlez**



**Obtenez**



Détecteur de Chutes

Inclus :

Bracelet & Pendentif Détecteur de Chutes Rabais FADOQ - Crédit d'Impôt

[WWW.MONANGEGARDIEN.CA](http://WWW.MONANGEGARDIEN.CA) Sans Frais : 1.888.254.8041



# 10%

sur les produits d'inhumation (Alino, Corencil)

Aux membres FADOQ seulement



86, rue Jacques Cartier, Gaspé Tél.: 418 368-2158  
[www.hgdivision.com](http://www.hgdivision.com)

Offre valide jusqu'au premier octobre 2020

# CONCOURS CONTEST

## UNE CHANCE DE GAGNER :

Une des 4 cartes-cadeaux de 50 \$ offertes par nos partenaires

## A CHANCE TO WIN :

One of the 4 \$50 gift card offered by our partners

### Retournez cette page à / Return this page to

FADOQ - Région Gaspésie Îles-de-la-Madeleine  
78B, rue Jacques-Cartier, Gaspé (Québec) G4X 1M4

**1** En quelle année la FADOQ - Région Gaspésie-Îles-de-la-Madeleine a-t-elle été créée?

*In what year was FADOQ - Région Gaspésie Îles-de-la-Madeleine created?*

**A) 1970 B) 1990 C) 1996**

**2** Qui est la présidente du conseil d'administration?

*Who is the president of the board of directors?*

**A) Gisèle Tassé-Goodman  
B) Renée Blouin  
C) Odette Charbonneau**

**3** Quel est l'âge minimum pour devenir membre FADOQ?

*What is the minimum age to become a FADOQ member?*

**A) 50 ans/years  
B) 55 ans/years  
C) 65 ans/years**

**4** Votre carte FADOQ vous donne accès à combien de rabais et privilèges?

*How many discounts and privileges does your FADOQ card give you?*

**A) Plus de 300  
more than 300  
B) Plus de 750  
more than 750  
C) Plus de 1000  
more than 1000**

**5** Combien de clubs font partie de la FADOQ - Région Gaspésie Îles-de-la-Madeleine?

*How many clubs are part of the FADOQ - Région Gaspésie Îles-de-la-Madeleine?*

**A) 15 B) 16 C) 17**

**6** La FADOQ - Région Gaspésie Îles-de-la-Madeleine a comme mission entre autres la défense des droits collectifs des aînés?

*The mission of FADOQ - Région Gaspésie Îles-de-la-Madeleine is among others to defend the collective rights of seniors?*

**A) Vrai /true B) Faux /false**



## TABLETTES À PRÊTER

La FADOQ - Région Gaspésie Îles-de-la-Madeleine a en sa possession des tablettes numériques pouvant être prêtées à ses membres.

Contactez-nous pour plus d'informations.

## TABLETS TO BE LOANED

FADOQ - Région Gaspésie Îles-de-la-Madeleine has digital tablets that can be loaned to its members. Contact us for more information.

**418 368-4715**

# Nos partenaires *Our partner*



## HABILLEMENT POUR LA MARCHÉ (incluant la raquette)

Afin de profiter pleinement des activités de plein air, il est important d'être habillé convenablement, particulièrement en hiver. La méthode bien connue est celle de l'«oignon», soit le «multicouche». De façon générale, comme la marche est un exercice qui procure une bonne dépense énergétique, il est important de ne pas trop s'habiller. Une façon de savoir si l'on est bien habillé, surtout en hiver : au début de votre marche vous devriez ressentir un petit frisson. Après quelques minutes, le frisson disparaîtra graduellement car l'exercice vous réchauffera. Le «multicouche» vous permettra par ailleurs de vous ajuster plus facilement par la suite. Il est aussi important d'enlever les couches avant d'avoir trop chaud.

Dans le cas de randonnées comportant un dénivelé

## CLOTHING FOR WALKING (including snowshoeing)

*In order to fully enjoy outdoor activities, it is important to be properly dressed, especially in winter. The best known method is the «onion» or «multi-layer» method. Generally speaking, since walking is an exercise that requires a lot of energy, it is important not to overdress. One way to know if you are well dressed, especially in winter: at the beginning of your walk you should feel a little shiver. After a few minutes, the chill will gradually disappear as the exercise warms you up. The «multi-layer» will also allow you to adjust more easily afterwards. It is also important to remove layers before you get too hot.*

*On hikes with significant elevation changes, it is pos-*

assez important, il est possible que vous ayez chaud, et ce, même si vous enlevez des couches en montant. Certaines pièces de vêtement comme les gants/mittaines et la tuque peuvent alors être mouillées par la sueur. Dans ce cas, avant d'entreprendre la descente, vous apprécierez le confort de vêtements secs que vous aurez eu la prévoyance de mettre dans votre sac à dos.

Un petit matelas de sol, que vous aurez placé dans votre sac à dos, sera bien apprécié pour les pauses plus longues comme celle du lunch. En vous asseyant sur le matelas de sol, vous reposerez vos jambes. Par ailleurs, particulièrement en hiver, on choisira le lieu de ces pauses, au soleil si possible, et à l'abri du vent. En été, par grande chaleur, on fera l'inverse.

*sible that you will get hot even if you remove layers on the way up. Some pieces of clothing such as gloves/mittens and toque may become wet from sweat. In this case, before starting the descent, you will appreciate the comfort of dry clothes that you had the foresight to put in your backpack.*

*A small ground mattress, which you will have placed in your backpack, will be well appreciated for longer breaks such as lunch. Sitting on the ground mattress will help you rest your legs. Moreover, especially in winter, you should choose a place for these breaks, in the sun if possible and sheltered from the wind. In summer, when it is very hot, you should do the opposite.*

**sports  
experts®**

**Sports Experts 681**  
39-35 mtée Sandy Beach  
Gaspé, QC G4X 2A9

T. 418-368-6590  
F. 418-368-6535

# Nation Micmac de Gespeg Micmac Nation of Gespeg



## Développement durable

Les trois piliers du développement durable sont importants pour la Nation Micmac de Gespeg : un aspect social, un aspect économique et un aspect environnemental. Les Mi'gmaq ont un lien sacré et spirituel qu'ils entretiennent avec la terre. Toutes les actions posées reposent sur les notions d'équilibre, de respect et de responsabilisation afin de protéger la pérennité de la nature pour les générations futures. Les autochtones sont les gardiens de la terre.

## *Sustainable development*

*The three pillars of sustainable development are important to the Micmac Nation of Gespeg: a social aspect, an economic aspect and an environmental aspect. The Mi'gmaq have a sacred and spiritual link with the land. All actions taken are based on the notions of balance, respect and responsibility in order to protect the sustainability of nature for future generations. Aboriginal people are the guardians of the land.*

***Wela'lin, merci, thank you!***

# DESROCHES



**GROUPE  
PÉTROLIER**

**PLUS DE**

**85** ANS

**À VOTRE SERVICE**

**Escompte de 0,12 \$/litre sur le prix régulier du mazout.  
Possibilité de commander un minimum de 350 litres.**

***Discount of \$0.12/litre on the regular price of heating oil.  
Possibility of ordering a minimum of 350 liters.***



# Jean Coutu

## 418 368-5501

79, rue Jacques-Cartier, Gaspé QC G4X 1M5



**SERVICE DE LIVRAISON  
DE L'ANSE-À-VALLEAU  
À BARACHOIS**



**JEAN COUTU GASPÉ**

# Programme de santé auditive MAESTRO\*



« J'entends mieux  
et j'en fais plus. »



## Obtenez un dépistage auditif sans frais

### Obtenez aussi un rabais de :

- 25 % sur le prix des piles\*
- 25 % au renouvellement de la carte privilège Groupe Forget
- 10 % sur le prix des accessoires et des réparations\*

### Cliniques près de chez vous :

- Chandler
- Gaspé
- Îles-de-la-Madeleine
- Maria
- Matapédia
- Sainte-Anne-des-Monts

Prenez rendez-vous :  
**1-888-368-3637**



Région Gaspésie  
Îles-de-la-Madeleine

**GROUPE  
FORGET**   
AUDIOPROTHÉSISTES

\*Ces offres se terminent le 1<sup>er</sup> décembre 2021. Ce programme ne peut être jumelé à aucune autre offre ou promotion et exclut les aides auditives couvertes par un programme gouvernemental. Offert exclusivement aux membres FADOQ. Détails disponibles en clinique. Certaines conditions s'appliquent.

†Réductions offertes à tous les membres de la FADOQ non-détenteurs de la carte Privilège Groupe Forget.

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