



Voyages

Virées magasinages

Joignez-vous à nous pour des virées magasinages les 5 juillet et 22 novembre prochain!

Départ en autocar à 8h30 du 3330 rue Bellefeuille à Trois-Rivières. Ne manquez pas ces journées de plaisir et de découvertes!

Quand :

- 5 juillet : Quartier DIX30
- 22 novembre : Place Laurier, possibilité d'arrêt à Ste-Anne-de-la-Pérade

Coût :

- Pour 50\$ vous aurez droit à :
- Transport en autocar de luxe
- Service d'un accompagnateur

Pour plus d'informations : Manon De Montigny 819 374-5774 p.9

Pièce de théâtre "TOC TOC" à l'Assomption

Dès le 13 juillet 2025, plongez dans une comédie touchante avec "TOC TOC". Suivez six patients aux troubles obsessionnels compulsifs dans la salle d'attente d'un psychiatre en retard. Entre rires, tensions et moments d'entraide, leur rencontre va bouleverser leur vie. Distribution : Pierre Brassard, Marcel Leboeuf, Brigitte Lafleur, Marie-Soleil Dion, Félix-Antoine Tremblay et Josée Deschênes.

Quand :

13h15 du BestBuy

Coût :

205\$ / personne (+ Assurance annulation optionnelle : 10.90\$)

Inclus :

- Transport en autocar
- Billet de spectacle au parterre
- Souper 3 services
- Services d'une accompagnatrice
- Taxes, contribution au FICAV et pourboires

Manon De Montigny 819 374-5774 p.9

Pour toutes questions, n'hésitez pas à contacter Pierre-Olivier Samson Caron au 819-374-5774 p. 3 ou par courriel au loisirs@fadoq-mauricie.com

Long séjour en Tunisie

Quand : Du 22 octobre au 12 novembre 2025

Coût : 2549 \$

Dépôt : 750 \$

Paieement final : 15 août

Inclus :

Vols directs Montréal/Tunis avec Tunis Air - Les transferts entre l'aéroport et l'hôtel - Hébergement pour 20 nuits à l'hôtel Marhaba Beach en formule tout inclus - Assurances du représentant de Sultana tours - Les taxes et les frais de services

Non-inclus :

Les excursions facultatives - Les honoraires professionnels : 25\$+taxes/personne - Les pourboires aux guides et accompagnateurs - Taxes hôtelières

Manon De Montigny 819 374-5774 p.9

Jardin Botanique et Souper Croisière

Quand : 13 août 2025

Départ : 13h15 du BestBuy

Coût : 279\$ / personne (+ Assurance annulation optionnelle : 13.08\$)

Inclus :

- Transport en autocar
- Visite du Jardin Botanique de Montréal
- Souper croisière (3 services) à bord du Cavalier Maxim
- Services d'une accompagnatrice
- Taxes, contribution au FICAV et pourboires

Non-inclus :

- Assurance annulation de 13.08\$



Réservé aux jeunes de 50 ans et plus !

LibrEspace FADOQ^{MD} est un programme d'assurances auto et habitation exclusif aux membres individuels du Réseau FADOQ offrant des avantages tels que :

- Rabais sur vos assurances
- Réduction de franchises en cas de sinistre
- Protection S.O.S. Identité^{MD} sans frais en combinant vos assurances

Pour connaître tous les autres avantages offerts, appelez votre représentant ou composez le 1866 477 5050

Assureur officiel du Réseau FADOQ



Séjour découverte au Saguenay-Lac-Saint-Jean

Partez à l'aventure avec un voyage organisé alliant culture, histoire et nature. Découvrez les incontournables de la région tout en profitant d'un hébergement haut de gamme.

Quand : À déterminer

Départ : De Trois-Rivières

Coût : 420 \$ / personne

Inclus :

- Transport en autocar avec arrêt au Parc des Laurentides
- Tour d'orientation à Saguenay (incluant la Petite Maison Blanche)
- Nuitée à l'hôtel OTL Gouverneur avec déjeuner inclus
- Spectacle La Fabuleuse
- Visite du village historique de Val-Jalbert
- Transfert vers le Zoo de Saint-Félicien
- Dîner et visite du zoo avec tour en petit train

Non-inclus :

- Souper du premier soir

Réservez dès maintenant pour vivre une expérience unique!

Pour plus d'informations : Manon De Montigny 819 374-5774 p.9

Activités physiques, culturelles et sociales

Bateau dragon

(Inscription obligatoire)

Le bateau dragon fait son retour à la FADOQ – Région Mauricie cet été !

Quand : Les lundis de 17h30 à 18h30 du 19 mai au 25 août

Endroit : Parc de l'Île St-Quentin, Trois-Rivières

Coût : 200 \$ (Coûts d'entrées à l'Île St-Quentin non-inclus)

inclus : Un chandail et compétition Challenge Knock Out (Shawinigan): 23 août

SUP INITIATION

(Inscription obligatoire)

Ce cours est idéal pour ceux qui veulent découvrir le stand up paddle en toute sécurité. Il couvre les bases : l'équilibre, la posture et les techniques de pagayage pour que vous vous sentiez à l'aise sur l'eau. Parfait pour une première expérience ou pour les novices!

Quand : Vendredi 13 juin 2025 de 9 h à 10 h 30

Endroit : Parc Antoine-Gauthier à Trois-Rivières

-

Quand : Vendredi 20 juin 2025 de 9 h à 10 h 30

Endroit : Parc de la Mauricie au Lac à la Pêche

- Coût** :
- Prix (rabais de 20 % déjà appliqué) :
 - Sans location d'équipement = 34,40 \$ + tx
 - Avec location d'équipement = 44 \$ + tx
 - Maximum de 8 participants par cours

**Pour le Parc de la Mauricie, frais d'entrée en sus : adulte - 9 \$/ainé (65 ans et plus) - 7,75 \$
Ceux qui ont une passe du Parc de la Mauricie valide n'ont pas à payer les frais d'entrée.*

*Pour plus d'informations et pour vous inscrire :
<https://www.marieevercard.com/fadoq>
450-280-0390*



Pickleball

(Inscription sur place)

La FADOQ-Région Maurice continuera de vous offrir le pickleball extérieur les lundis, mercredis et vendredis matin de 9 h 00 à midi. Votre inscription et votre paiement de 10\$ se fait directement sur place au parc Masse, 220 Chem. Masse, Trois-Rivières.

Endroit : 220 Chem. Masse, Trois-Rivières, QC G8W 1J3



Immersion forestière et patrimoniale

(Inscription obligatoire)

Plongez dans l'univers captivant de la vie forestière d'autrefois au Village du Bûcheron, où un guide passionné vous fera découvrir le quotidien des travailleurs de la forêt à travers contes et chansons. Cette visite animée vous transportera dans le temps, au rythme des récits et des airs folkloriques. Après un repas typique servi sur place, la journée se poursuivra à l'église de Grandes-Piles, un joyau patrimonial construit en 1899, abritant un orgue Casavant au son unique. Dans ce lieu chargé d'histoire, Louis-Maxime Lockwell – conteur, écrivain et développeur d'idées folles – vous transportera au cœur des légendes et récits qui façonnent la mémoire de la région.

Quand : 28 juin 2025

Endroit : 8 h 30 à 16 h 00

Départ : Shawinigan et Trois-Rivières

Coût : 122\$ + tx (Repas, transport et animation inclus)

**Vous pouvez inscrire le code rabais FADOQ afin d'obtenir le prix de l'activité au même prix que les membres de l'association forestière.*



Immersion forestière et patrimoniale

(Inscription obligatoire)

Venez vivre une journée inoubliable au Pow Wow d'Odanak, un événement vibrant célébrant les traditions des Premières Nations, avec un accent particulier sur la culture abénakise. La journée commencera par la visite du Musée des Abénakis, où vous en apprendrez davantage sur l'histoire et le patrimoine de ce peuple. Ensuite, explorez les stands d'artisanat, savourez des spécialités culinaires et laissez-vous envoûter par les chants et danses traditionnels. Ce Pow wow est aussi une occasion de découvrir la diversité des nations autochtones présentes, d'échanger avec les artisans et de participer à des conférences et activités à votre rythme. Une expérience immersive dans un environnement festif et respectueux des traditions des Premières Nations.

Quand : 19 juillet 2025

Endroit : 8 h 00 à 18 h 30

Départ : Shawinigan et Trois-Rivières

Coût : 37\$ + tx (Transport et entrée au musée inclus)

**Vous pouvez inscrire le code rabais FADOQ afin d'obtenir le prix de l'activité au même prix que les membres de l'association forestière.*



Le roc sur lequel pousse la forêt

(Inscription obligatoire)

Excursion minière à Val-des-Sources. Plongez au cœur d'une région marquée par son riche passé minier, où nature, patrimoine et saveurs se rencontrent. Découvrez la foire minéralogique, un rendez-vous fascinant avec les trésors de la terre. Dégustez un repas aux saveurs locales à la microbrasserie Le Moulin 7, inspirée par l'histoire minière. Poursuivez avec une visite du musée de la bibliothèque, où l'on raconte le quotidien des travailleurs de l'amiante. Terminez la journée avec une pause détente à la Place de la Traversée, où chacun pourra choisir entre une courte randonnée ou un moment de repos en pleine nature. Un arrêt photo au site d'observation du puits minier complétera cette immersion dans l'univers minier, d'hier à aujourd'hui.

Quand : 17 août 2025

Horaire : 8 h 00 à 18 h 00

Départ : Shawinigan et Trois-Rivières

Coût : 115\$ (Repas, transport et animation inclus)

**Vous pouvez inscrire le code rabais FADOQ afin d'obtenir le prix de l'activité au même prix que les membres de l'association forestière.*



Rendez-vous vélo

(Inscription obligatoire)

Vous désirez rouler en bonne compagnie, rencontrer des gens et profiter des paysages?

Les sorties sont publiées aléatoirement sur la page du groupe Vélo FADOQ Mauricie. Pour connaître les lieux et les dates des déplacements, abonnez-vous à la page Facebook du regroupement Vélo FADOQ Mauricie.

Nous vous rappelons que les randonnées sont organisées par un ou des membres du groupe qui se portent volontaires pour la préparation d'une ou plusieurs randonnées. Les sorties du vendredi sont offertes seulement aux propriétaires de VAE (vélo avec assistance électrique).

Coût : Gratuit et être membre FADOQ

**Nous sommes toujours à la recherche active d'un ou d'une bénévole afin d'organiser des sorties locales à tout type de cycliste.*



Train, souper gastronomique en forêt et cueillette de champignons

(Inscription obligatoire)

Offrez-vous une aventure unique alliant nature, gastronomie et découvertes mycologiques au magnifique Lac Édouard. À bord du train, laissez-vous guider par Lorraine Hallé, experte mycologue, qui vous initiera à l'univers fascinant des champignons. Vous aurez l'opportunité de cueillir vous-même ces trésors de la forêt pendant votre séjour. Laissez-vous séduire par l'hébergement au Domaine Lac Édouard, un véritable havre de paix en pleine nature. Le soir, savourez un souper gastronomique sur une plage forestière, avec des bouchées mettant en valeur les produits de la forêt, créées par Simon et Delphine du Lutin Marmiton. Au matin, un délicieux déjeuner vous attend au Domaine avant une nouvelle aventure de cueillette de champignons. Sous la houlette de Lorraine Hallé, pionnière et fondatrice de Champignons du Lac Édouard, explorez les meilleurs sites pour cueillir des champignons sauvages. Enfin, une animation conviviale vous permettra de prolonger cette escapade à bord du train.

Quand : 3 au 4 septembre 2025

Horaire : 3 sept. à 10 h 00 au
4 sept. à 16 h 30

*Départ à la gare de Via Rail à Shawinigan

Prix selon l'hébergement :

- Occupation simple : membre 364\$ + tx
- Occupation double : membre 315,50\$ + tx
- Occupation triple et quadruple : membre 299\$ + tx

**Repas, transport, animation et hébergement inclus (sauf le premier dîner où vous apportez votre lunch dans le train) Vous pouvez inscrire le code rabais FADOQ afin d'obtenir le prix de l'activité au même prix que les membres de l'association forestière.*

Parce que votre histoire est unique

Nos conseillers ont des solutions personnalisées pour vous

- Assurance maladie et accident - jusqu'à 24 % de rabais*
- Assurance vie - jusqu'à 4 % de rabais*
- Épargne et retraite - plan financier sur mesure sans frais

beneva.ca/fadoq | 1 866 225-5050

beneva

*Certaines conditions, restrictions ou exclusions peuvent s'appliquer. Le rabais de 4 % s'applique uniquement à l'assurance vie sans examen médical. Les assurances de personnes sont souscrites par Beneva inc. et distribuées par Beneva inc., cabinet de services financiers et ses partenaires autorisés. Les produits d'épargne sont distribués par Beneva inc. et distribués par Beneva inc., cabinet de services financiers et ses partenaires autorisés.

© Beneva inc. 2023. SM Le nom et le logo Beneva sont des marques de commerce de Groupe Beneva inc. utilisées sous licence.



RECHERCHE DE BÉNÉVOLE

Viactive

La FADOQ – Région Mauricie est à la recherche d'un(e) bénévole pour animer l'activité ViActive auprès de ses membres.

ViActive est un programme d'activités physiques conçu pour les 50 ans et plus, validé par des kinésiologues et spécialistes de l'activité physique. Il vise à favoriser la santé et le bien-être des participants dans un cadre sécuritaire et convivial.

En alternance avec une autre animatrice, vous animerez l'activité une fois aux deux semaines. Aucune expérience préalable requise, une formation de base est offerte.

Joignez-vous à nous et contribuez à la vitalité et au bien-être de nos aînés!

Impliquez-vous au sein de la FADOQ – Région Mauricie!

La FADOQ – Région Mauricie est à la recherche d'administrateurs engagés pour siéger à son conseil d'administration. C'est une occasion unique de jouer un rôle clé dans le développement de notre communauté et d'influencer les décisions qui façonnent notre région.

Si vous souhaitez mettre votre expertise au service des aînés et faire une réelle différence, joignez-vous à nous!

À noter : Votre numéro de carte de membre doit débiter par S-099 pour être admissible.

ÉPREUVE DES AÎNÉS

Présenté par



Venez vivre une expérience unique sur la majestueuse rivière St-Maurice

DIMANCHE

6 JUILLET 2025



🕒 12 H 45

📍 PARC DE L'ÎLE MELVILLE, SHAWINIGAN

💰 15\$ PAR PERSONNE

Inscription seul ou en équipe. 8 personnes par embarcation.

- Équipement de sécurité complet fourni
- Aucune compétition, encadré par des professionnels.
- Plaisir garanti.
- Une consommation gratuite pour tous les participants après la balade.

PROGRAMMATION

12 H 45

Visite de la zone artisans (artisans locaux sur place)

13 H 30 :

Prêt des équipements et annonce des équipes.

13 H 40 :

Petite formation de base sur la technique et la sécurité.

13 H 45

Départ pour la promenade sur la rivière.

14 H 30

Retour au site et petite consommation.

Abonnez-vous à notre infolettre et à notre page Facebook pour ne pas manquer les nouveautés qui s'ajouteront au cours du printemps !

Infolettre : www.fadoq.ca/mauricie/a-propos/infolettre

Facebook : FADOQ - Région Mauricie

Téléphone : 819 374-5774

INSCRIPTION / INFORMATIONS

819-536-7155 Poste #25
 festivaldelariviereshawinigan@gmail.com

Hydro Québec



Politique d'annulation et de remboursement aux activités Fadoq-Région Mauricie

Remboursement d'une activité / sortie

Toute demande d'annulation de présence et de remboursement doit être soumise par écrit. Les services rendus en totalité ne sont pas remboursables.

Pour une annulation de moins de sept jours avant le début l'activité, 15 % de la somme sera retenue.

Pour une annulation 48 heures avant le début de l'activité, aucun remboursement ou crédit ne sera effectué.

Remboursement d'un cours/activité de plusieurs semaines.

Pour une annulation moins d'une semaine avant le début des cours, 10% du coût total sera retenu.

Si les cours ont débutés : remboursement au prorata des cours qui ont eu lieu jusqu'à un maximum de 2 cours. Une pénalité de 10 % sera également applicable.

*Exemple : 10 cours d'espagnol à 100 \$. Annulation après 2 cours (20 \$ utilisés).
Remboursement : 80 \$ - (10 %*80 \$) = 72\$ sera remboursé.*

Aucun remboursement ou crédit possible après le troisième cours.

Service offert par un tiers

Lors d'une annulation de l'inscription à une activité offerte par un tiers, la politique d'annulation et de remboursement du tiers prévaut.

Annulation d'une activité par la Fadoq-Région Mauricie

La FADOQ-Région Mauricie se réserve le droit d'annuler toute activité à l'horaire. Dans ce cas, les personnes inscrites sont informées personnellement et les frais d'inscription seront remboursés en totalité OU annulés.

*En tout temps une personne qui a fait la demande de remboursement devient inadmissible aux préinscriptions.

** La Fadoq-Région Mauricie peut exceptionnellement autoriser un remboursement des frais d'inscription dans le cas d'un abandon qui survient après le début d'une activité ou d'un cours pour des raisons de santé SEULEMENT (certificat médical à l'appui).

*** Un tiers peut être un travailleur autonome, une compagnie commerciale ou tout autre fournisseur de services.