LOISIRS ET ACTIVITÉS

Programmation / Printemps 2025

MàJ 14 mai 2025

fadoq
Région Estrie

Loisirs et événements de la FADOQ – Région Estrie
Pour connaître toute notre programmation, il y a trois façons de faire :

1) Site Internet

i. www.fadoq.ca/estrie
ii. Choisir dans le menu du haut : Loisirs et événements
iii. Choisir le bouton à gauche de l'écran : Voir tous les loisirs et événements
iv. Choisir le loisir ou l'activité désirée pour voir les détails

2) Notre infolettre

i. Parution le 15 de chaque mois, informe de ce qui s'en vient
ii. Les membres la reçoivent sur leur courriel
iii. Il faut être abonné
iv. L'abonnement se fait en donnant son courriel lors de votre inscription comme membre ou sur notre site Internet à cette adresse : https://www.fadoq.ca/estrie/a-propos/infolettre

3) Sur place au bureau de la FADOQ – Région Estrie

i. En prenant rendez-vous avec Johanne Grand-Maison au 819 566-7748 poste 107 / projet@fadoqestrie.ca
ii. À l'accueil il y a un tableau blanc avec les informations sur les prochaines escapades et voyages

Informations générales :

1) Inscriptions

i. En ligne sur notre site Internet avec le mode de paiement par carte de crédit
ii. En personne du lundi au jeudi de 9 h à 12 h et 13 h à 16 h / vendredi de 9 h à 12 h

2) Remboursement (Politique de remboursement)

i. Pour tout abandon d'une activité, s.v.p. informez la personne responsable de l'activité.
- **AVANT** le début de l'activité : seulement les frais administratifs de 3.75% du montant total des frais d'inscription seront exigés
- APRÈS la 1ère séance : la totalité des frais d'inscription sera exigée. Des raisons de santé SEULEMENT (certificat médical à l'appui) pourront justifier le remboursement des frais d'inscription dans le cas d'un abandon qui survient après le début d'une activité ou d'un cours.

**Des modalités différentes peuvent être appliquées selon l'activité: bien lire les descriptifs*

3) À propos des activités

i. En présentiel à nos bureaux : 2050 rue King Ouest, bureau 020, Sherbrooke (Qc.) J1J 2E8
ii. En virtuel : vous allez recevoir un lien par courriel pour vous connecter
iii. Extérieur du bureau : vous aller recevoir l'information par courriel
iv. Annulation d'une activité : La FADOQ-Région Estrie 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 sont remboursés OU annulés.

4) Coordonnées

i. Téléphone : 819 566-7748
ii. Adresse : 2050 rue King Ouest, bureau 020, Sherbrooke (Qc.) J1J 2E8
iii. Courriel : projet@fadoqestrie.ca
iv. Site internet: https://www.fadoq.ca/estrie/
v. Facebook : https://www.facebook.com/fadoqestrie
vi. Instagram : https://www.instagram.com/fadoqestrie/

fadoq
Région Estrie

Loisirs & activités

Pour toute question: projet@fadoqestrie.ca *(Johanne Grand-Maison 819 566-7748 #107)*

Catégories	Activités	Dates/Heures	Lieux	Liens / détails
Activités sociales et éducatives	**Les JEUX-DI** *sont dédiés aux jeux de société et aux jeux de table: cartes, Uno, Crible, Skip Bo, Table de galets, Super Toc, Chromino, Petit train mexicain, Rummy, etc.*	**Dates:** tous les jeudis 13 h à 15 h 30 ***Jusqu'au 29 mai 2025*** **Coût:** gratuit **Sans inscription: présentez-vous à la FADOQ!*	**Endroit:** FADOQ – Région Estrie	https://bit.ly/43luzUm
	Les soirées culturelles « Soif d'apprendre »! *Nouvelle collaboration 2024-25! Les soirées culturelles de l'École de Développement Professionnel (EDP) du Séminaire de Sherbrooke. Ces soirées sont ouvertes au grand public et visent à promouvoir la culture, démocratiser le savoir et susciter la réflexion* **Rabais exclusif aux membres FADOQ!*	• **Carrières au féminin** • **Création cinématographique** • **Mara Tremblay** • **Stéphane Lafleur** • **Fred Fortin** • **Pensée Critique Vs Pseudo-critique** • **Heure:** 18h30 à 20h **Dates:** les mardis, 1 fois par mois – voir notre site Internet **Prix:** 18$-membres FADOQ (rég. 25$)	**Endroit:** salle Artopex du Campus collégial du Séminaire de Sherbrooke,155 Belvédère Nord. Porte d'entrée 04	https://bit.ly/3NcPdjY

Loisirs & activités

Pour toute question: projet@fadoqestrie.ca *(Johanne Grand-Maison 819 566-7748 #107)*

Catégories	Activités	Dates/Heures	Lieux	Liens / détails
Activités sociales et éducatives	**Sessions info-MÉMOIRE** ***Q&T Recherche*** *« Prendre soin de son cerveau, on fait ça comment ? »*	**Dates:** bloc de 2 rencontres Les mercredis 4 et 11 juin 2025 **Heure:** 9h45 à 11h30	**Endroit:** FADOQ-Région Estrie	**https://bit.ly/3RlbVIM**

Loisirs & activités

Pour toute question: projet@fadoqestrie.ca *(Johanne Grand-Maison 819 566-7748 #107)*

Catégories	Activités	Dates / Heures	Lieux	Liens / détails
Activités physiques et sportives	**Cours Essentrics** **En virtuel** *Ce sont des séances d'entraînement qui changent rapidement la forme de votre corps par une combinaison dynamique de renforcement et d'étirement.*	**Dates:** - les mardis **TONIQUE** du 1er juillet au 19 août 2025 **et/ou** - les mercredis **DOUCEUR** du 2 juillet au 20 août 2025 **et/ou** - les jeudis **TONIQUE** du 3 juillet au 21 août 2025 **Durée:** 8 séances **Heure :** 9 h à 10 h	**En virtuel** *Pour participer à ce cours virtuel, vous devez posséder un ordinateur, une tablette ou téléphone intelligent	**https://bit.ly/44iUD42**
	Jeux provinciaux FADOQ 2025	La 32ème édition des Jeux FADOQ provinciaux a lieu à **Laval du 23 au 25 septembre 2025**	La 32ème édition des Jeux FADOQ provinciaux a lieu à **Laval du 23 au 25 septembre 2025**	**https://bit.ly/3RptV4E**
	Club de marche : Les amis de la nature *La liste des endroits des marches est communiquée après votre inscription au Groupe et est envoyée une fois par mois, pour le mois suivant.*	**Date:** tous les mardis et jeudis en AM	**Endroits:** Région métropolitaine de Sherbrooke et de l'Estrie	**https://bit.ly/3PPJzqB**

Loisirs & activités

Pour toute question: loisirs@fadoqestrie.ca *(Michel Francoeur 819 566-7748 #102)*

Catégories	Activités	Dates / Heures	Lieux	Liens / détails
Voyages et sorties	**Zoo Miller et Frampton Brasse**	14 juin 2025	Départ de Sherbrooke	https://bit.ly/4az6DlX
	La Nouvelle-Écosse	15 au 22 juin 2025	Départ de Sherbrooke	https://bit.ly/4hDyDal
	La péninsule gaspésienne	5 au 10 juillet 2025	Départ de Sherbrooke	https://bit.ly/4hkUoMf
	Croisière-spectacle : Crooner à Montréal	8 juillet 2025	Départ de Sherbrooke	https://bit.ly/3ZGV3Ae
	Fallait pas dire ça	16 août 2025	Départ de Sherbrooke	https://bit.ly/3VyHdyv
	Mille-îles et château Boldt	20 au 21 août 2025	Départ de Sherbrooke	https://bit.ly/4aUcpih
	Les Belles-sœurs symphonique	30 août 2025	Départ de Sherbrooke	https://bit.ly/429KBCf
	We will rock you	6 septembre 2025	Départ de Sherbrooke	https://bit.ly/4ji0MVe
	Train du canyon AGAWA	17 au 23 septembre 2025	Départ de Sherbrooke	https://bit.ly/4jjPWhv

Loisirs & activités

Pour toute question: loisirs@fadoqestrie.ca *(Michel Francoeur 819 566-7748 #102)*

Catégories	Activités	Dates / Heures	Lieux	Liens / détails
Voyages et sorties	**Au sommet des Laurentides**	27 septembre 2025	Départ de Sherbrooke	**https://bit.ly/4hUC77V**
	Magie des lanternes au jardin botanique de Montréal	16 novembre 2025	Départ de Sherbrooke	**https://bit.ly/42cItcV**
	Magie d'un noël avec Mélissa Bédard	30 novembre 2025	Départ de Sherbrooke	**https://bit.ly/4mjIULV**

RECEVEZ-VOUS L'INFOLETTRE?

15 000 ABONNÉS

Abonnez-vous

fadoq.ca/estrie

fadoq
Région Estrie

TÉLÉCHARGEZ L'APPLI FADOQ

iPHONE et ANDROÏD

Téléchargez l'appli

fadoq.ca/estrie

fadoq
Région Estrie

PROFITEZ DE 1000 RABAIS

plus de
1000 RABAIS

fadoq.ca/estrie

Consultez les rabais

fadoq
Région Estrie

ÊTES-VOUS MEMBRE?

30 $* / 12 MOIS
55$* / 24 MOIS

fadoq.ca/estrie

Adhérez maintenant!

fadoq
Région Estrie