



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@fadoquestrie.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@fadoquestrie.ca
- iv. Site internet: <https://www.fadoq.ca/estrie/>
- v. Facebook : <https://www.facebook.com/fadoquestrie>
- vi. Instagram : <https://www.instagram.com/fadoquestrie/>



Loisirs & activités

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

Catégories	Activités	Dates/Heures	Lieux	Liens / détails
Activités sociales et éducatives	Initiation à l'ornithologie <i>avec la Société de loisir ornithologique de l'Estrie</i>	Dates: Les vendredis du 9 au 30 mai Les lundis du 12 au 26 mai 2025	Endroits: différents parcs	https://bit.ly/3CYacpo
	Ateliers FADOQ.ca <i>Cours informatiques offerts selon les disponibilités des formateurs. Ateliers par groupes de 6 à 7 personnes.</i>	Dates: Lundi au vendredi de 9 h 30 à 11 h 30 OU 13 h 30 à 15 h 30 jusqu'à 6 semaines consécutives. (iPad/iPhone, Android, W11, W10, Excel, Word)	Endroit: FADOQ – Région Estrie	https://bit.ly/3qFknZD
	Les JEUX-DI <i>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.</i>	Dates: tous les jeudis 13 h à 15 h 30 Jusqu'au 29 mai 2025 Coût: gratuit <i>*Sans inscription: présentez-vous à la FADOQ!</i>	Endroit: FADOQ – Région Estrie	https://bit.ly/43luzUm

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 soirées culturelles « Soif d'apprendre »! <i>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</i> <i>*Rabais exclusif aux membres FADOQ!</i>	• 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
	Q&T Recherche <i>« Prendre soin de son cerveau, on fait ça comment ? »</i>	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@fadoquestrie.ca (Johanne Grand-Maison 819 566-7748 #107)

Catégories	Activités	Dates / Heures	Lieux	Liens / détails
Activités physiques et sportives	Cours Essentrics En virtuel <i>Ce sont des séances d'entraînement qui changent rapidement la forme de votre corps par une combinaison dynamique de renforcement et d'étirement.</i>	Dates: - les mardis TONIQUE du 1 ^{er} 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 <i>La liste des endroits des marches est communiquée après votre inscription au Groupe et est envoyée une fois par mois, pour le mois suivant.</i>	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@fadoquestrie.ca (Michel Francoeur 819 566-7748 #102)

Catégories	Activités	Dates / Heures	Lieux	Liens / détails
Voyages et sorties				
	Croisière-spectacle «Crooner» à Montréal	15 juillet 2025	Départ de Sherbrooke	https://bit.ly/3ZGV3Ae
	30 ans d'amour au Centre Vidéotron	24 mai 2025	Départ de Sherbrooke	https://bit.ly/3WCz1O6
	Zoo Miller et Frampton Brasse	14 juin 2025	Départ de Sherbrooke	https://bit.ly/4az6DIX
	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	15 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
	Croisière Italie, Grèce	20 août au 1 sept. 2025	Départ en avion de Montréal	https://bit.ly/4hUBBXx

Loisirs & activités

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

Catégories	Activités	Dates / Heures	Lieux	Liens / détails
Voyages et sorties	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/4jjPWwhv
	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/42cltcV
	Les îles de GUADELOUPE en CATAMARAN Séjour de 7 nuits	27 nov. Au 4 déc. 2025 Et 17 au 24 mars 2026	Départ de l'aéroport de Pointe-à-Pitre (îles de Guadeloupe).	https://bit.ly/46Q6VTi
	Croisière Canal de Panama	12 au 24 janvier 2026	Départ en avion de Montréal	
	Croisière Terre et mer	9 au 23 mars 2026	Départ en avion de Montréal	



**RECEVEZ-
VOUS**

L'INFOLETTRE?

15 000 ABONNÉS

fadoq.ca/estrie



**Abonnez-
vous**





TÉLÉCHARGEZ L'APPLI FADOQ

iPHONE et ANDROID

fadoq.ca/estrie



Téléchargez
l'appli





PROFITEZ-DE 1000 RABAIS

plus de
1000 RABAIS

fadoq.ca/estrie



Consultez
les rabais



Région Estrie



ÊTES-VOUS MEMBRE?

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

fadodq.ca/estrie



Adhérez
maintenant!



Région Estrie