

Édition été 2026

# À vous de bouger

fadoq

Région Laval

## À Laval



### À découvrir ce mois-ci :

Sorties, club de vélo, golf, pique-niques, projets spéciaux...



## Mot de la directrice générale



Chers membres,

Chers membres,

Déjà un an que j'ai la chance de vous côtoyer à la FADOQ de Laval — et quelle belle année ce fut ! Ensemble, nous faisons avancer la mission de l'organisme avec énergie et conviction.

Je suis plus que jamais déterminée à rester à l'écoute de vos besoins et de vos attentes. À ce sujet, un grand merci à tous les membres qui ont répondu au sondage Expérience membre de mars; votre voix compte, et elle guide nos actions. Ce rendez-vous deviendra désormais un incontournable annuel !

Au plaisir de vous croiser au bureau ou lors de nos activités. Passez un magnifique été !

Aude Chevalier Dailly  
Directrice générale

## Mot du président du conseil d'administration



Chers membres,

Bonjour chers membres,  
Bientôt l'été ! Nos activités de plein air, marche, golf, vélo et autres, pourront enfin recommencer. Car BOUGER, comme le dit le titre de cet encart, est absolument essentiel aux gens de 50 ans et plus. Et ce sujet a été abordé lorsque la direction provinciale de la FADOQ a récemment rencontré la présidente de Santé Québec ; nous nous devons de l'informer qu'au niveau provincial plus de 70 000 personnes participent hebdomadairement à des activités physiques et que notre objectif est de hausser ce nombre à 100 000. Nous confirmons ainsi notre désir de contribuer au bien-être, au vieillissement actif, à la socialisation, à la prévention des maladies chroniques et à l'autonomie non seulement de nos membres mais également de tous les Québécois.

Bon été à tous et toutes.

Gilles Sénécal  
Président du conseil d'administration



## NOUVELLE IMAGE DE MARQUE

C'est avec beaucoup de fierté que nous vous dévoilons notre nouvelle image de marque, logo, couleurs et mission renouvelés. Après 55 ans d'existence, ce renouveau reflète qui nous sommes aujourd'hui tout en honorant le chemin parcouru. Une nouvelle page s'ouvre, et vous en faites partie.

# Saviez-vous que...



En privilégiant le renouvellement par internet, vous contribuez à **diminuer votre empreinte écologique** : moins de papier, moins de transport ! Encore plus efficace si vous demandez **une carte virtuelle** plutôt qu'une carte plastique.

Depuis le **1er février**, les lettres de confirmation de renouvellement sont envoyées par courriel lorsque celui-ci est disponible dans votre dossier. Si vous ne le recevez pas, pensez à regarder dans vos courriels indésirables !



La façon **la plus efficace** pour vous inscrire aux activités est d'utiliser le **site web** : **fadoq.ca/laval/activites**

Mais nous restons tout de même disponibles au bureau 110, 2345 rue Michelin, Laval ou par téléphone au 450-686-2339

## Pourquoi renouveler votre carte FADOQ Laval ?

Parce que chaque année compte pour bouger, socialiser et profiter de la vie !

- ✦ Des activités pour tous les goûts
- ✦ Des rabais concrets au quotidien
- ✦ Une communauté active et accueillante

Ne manquez rien — renouvelez dès maintenant !



La vie démocratique de la FADOQ - Région de Laval nous tient à cœur. Rendez-vous le **4 juin 2026 à 17h00** pour l'assemblée générale annuelle. Les documents sont disponibles sur le site Web. Pensez à vous inscrire !

## PRÉARRANGEMENTS

à partir de

**80** \$  
/mois\*

On le fait  
pour ceux  
qu'on *aime*

PLANIFIEZ MAINTENANT



Rendez-vous  
sur notre site Web  
pour plus de détails.

MEMORIA

COMPLEXE  
FUNÉRAIRE

ACCOMPAGNEMENT **24/7** | 514 277-7778

\* Forfait crémation à 2880\$, soit 80\$/mois, PPA 36 mois sans intérêts (taxes en sus, tous modes de paiements acceptés sauf cartes crédit).



## Quoi de neuf cette saison-ci ?

### Un petit goût de sorties ?



#### Club de vélo

**Notre club de vélo a maintenant un nom et un logo !**

→ Fort du succès de l'an dernier, nous avons tout mis en place pour vous offrir une expérience encore plus enrichissante. Une quinzaine de bénévoles passionnés ont suivi une formation de Vélo Québec pour obtenir leur certification d'encadreur — une garantie de sorties organisées, sécuritaires et conviviales. Un immense merci à chacun d'eux pour leur engagement !

→ Autre nouveauté cette saison : la réservation de vos sorties se fait désormais par le biais d'une application spécialisée, simple et intuitive. En quelques clics, vous êtes inscrit et prêt à pédaler !

Grand air, paysages inspirants de Laval et des environs, bonne humeur garantie... mais le Club Cyclo-Dynamique, c'est aussi des sorties au restaurant, des baignades, des 5 à 7 thématiques et bien d'autres surprises au fil de la saison.

→ **Envie de rejoindre l'aventure ? Inscrivez-vous dès maintenant sur notre site web ! 🚲**

**Retrouvez-nous également au Tour de Rein Eric Chandonnet.** Pensez à vous inscrire dans l'équipe FADOQ pour participer au tour à vélo de l'Île de Laval et soutenir la Fondation pour les maladies du rein. Inscription sur notre site web !



#### Sortie Crèmerie Oh 3 singes

Pour souligner notre nouveau partenariat, nous vous proposons une sortie pour les dents sucrées. Rendez-vous **le 23 juin à 14h** au 1006, rue de Callières, Laval, QC H7E 3N2. Vous bénéficierez d'un rabais de 15 %.

#### Les pique-niques d'été — Sortez, jasez, profitez !

Quoi de mieux que se retrouver entre amis dans les plus beaux parcs de Laval ? Cet été, on vous donne rendez-vous pour trois belles occasions de rencontres, de rires et de bonne humeur !

FADOQ 17 25 juin — Centre de la Nature

FADOQ 17 15 juillet — Berge aux Quatre-vents

FADOQ 17 13 août — Parc Bernard-Landry (près du chalet)

Apportez votre repas et vos rafraîchissements — on s'occupe de l'animation !

Réservez votre place dès maintenant sur notre site web.



#### Les Dîners-rencontres

Les dîners-rencontre de la FADOQ continuent cet été ! De nouveaux restaurants à découvrir, de nouvelles personnes à rencontrer — une belle façon de profiter de la saison en bonne compagnie !

### SUIVEZ-NOUS!

Abonnez-vous à notre infolettre régionale pour avoir accès aux dernières nouvelles, activités, événements et rabais.





## À la une

### Sondage Expérience membre, tournoi, spectacles

#### Résultats du sondage Expérience membre

Merci pour votre participation — voici ce que vous nous avez dit !

Les résultats de notre sondage sur l'expérience membre ont été dévoilés, et ils nous montrent une direction claire.

Avec un **taux de satisfaction de 77 %**, la grande majorité des membres se disent satisfaits de leur adhésion, c'est encourageant et nous en sommes très reconnaissants.

La cote de **3,82/5** pour la réponse aux besoins confirme que nous sommes sur la bonne voie, tout en nous rappelant qu'il reste de la marge pour mieux vous servir. Quant au **taux de recommandation de 41**, il indique que bon nombre d'entre vous recommandent activement notre organisme à leur entourage, un signal fort de confiance.

Deux thèmes ressortent clairement de vos commentaires : **vous souhaitez des rabais et avantages membres plus étoffés, ainsi qu'une offre d'activités sociales et de réseautage plus riche.**

Ce sont nos deux priorités de développement pour la prochaine année.

Nous travaillons déjà sur des pistes concrètes et nous vous tiendrons informés des nouveautés à venir. Encore merci, votre voix façonne directement ce que nous construisons ensemble.

#### Projet : "Si on chantait ensemble"

Claudette Dion, avec la collaboration de Martin Leclerc et Joël Legendre, cherche des talents de 50 ans et plus !

Elle a un projet qui vous concerne directement. Claudette lance « Si on chantait ensemble », une tournée de spectacles conçue pour célébrer les gens de 50 ans et plus qui ont encore le feu de la scène.

Chanteurs, musiciens, humoristes, magiciens : auditions ouvertes à tous les genres d'artistes ! Le parcours comprend des finales régionales et une finale nationale.

Date limite pour postuler : 20 juin. Rendez-vous sur notre site — la scène vous attend !

#### Tournoi de golf annuel

**Le 25 août prochain, dès 9h00**, rejoignez-vous à nous au Club de golf St-François pour notre tournoi annuel !

Au programme : droit de jeu, voiturette, défis sur le parcours, brunch, souper, soirée dansante, tirages et encan silencieux.

Inscrivez-vous sans tarder — les places sont limitées — et venez profiter d'une magnifique journée en excellente compagnie !

Vous ne jouez pas au golf mais vous aimeriez participer au souper et à la soirée dansante? Aucun problème, il est possible de s'inscrire uniquement pour la soirée directement sur notre site Web.

Coût de la journée : 190 \$ taxes incluses

**EXPO GOLF QUÉBEC**

**VOTRE SAISON COMMENCE ICI!**

12 - 13 mars, 2027 • Sheraton Laval et Centre des congrès

# Infos spéciales

## À noter sur votre calendrier!

### Journée de la bienveillance

#### Marchons ensemble pour la bienveillance — 15 juin au Parc Bernard-Landry

La maltraitance envers les aînés est une réalité trop souvent silencieuse, qu'elle soit physique, financière, psychologique ou organisationnelle. Le 15 juin, nous nous mobilisons pour en parler haut et fort.

Rejoignez-nous nombreux lors de la marche organisée au Parc Bernard-Landry et ensemble, faisons une différence pour les plus vulnérables d'entre nous. Conférence et spectacle musical seront également au programme !

### Les activités de nos clubs

#### Club FADOQ Île-Jésus

Pour la période estivale, le club FADOQ de l'Île-Jésus vous propose de la pétanque.

Du 20 mai au 19 août, tous les mercredis de 17h30 à 21h30 au parc St-Claude (99, 7e rue, Laval, H7N 2C6).

#### Club FADOQ St-François de Laval

Le club fait relâche pour l'été, rendez-vous cet automne.

### Journée de dépistage auditif

Les **Cliniques Lobe** organisent une journée de dépistage auditif gratuite au bureau de la FADOQ, de **9h à 16h, le jeudi 6 août**.

Réservation par téléphone au 450 686-2339.

Venez faire tester votre audition !

#### QUELQUES INFORMATIONS

**Pour informations :**  
info@fadoqlaval.com

**Pour inscriptions :**  
Visitez notre site Web au  
fadoq.ca/laval

**Pour nous joindre :**  
Veuillez composer le 450 686-2339

### Jeux Provinciaux

Félicitations à l'ensemble des athlètes qui ont performé lors des jeux FADOQ régionaux de 2026.

Ce sont maintenant plus de 90 athlètes lavallois qui iront représenter notre ville aux Jeux provinciaux en septembre à St-Hyacinthe.

### Journée de conférence

Ne manquez pas notre journée de sensibilisation le **23 juillet 2026 !**

Chutes, fraude, santé auditive : des sujets qui nous concernent tous. Nos experts partenaires : le Service de police de Laval et Lobe seront là pour vous informer et répondre à vos questions. Et pour couronner le tout, un lunch convivial et des tirages sont au programme !

Inscriptions ouvertes dès le 2 juin sur notre site web. Lieu à confirmer. Coût : 10\$

Abordable · Sécuritaire · Évolutive · Épanouissante · Familiale

LES RÉSIDENCES  
**SOLEIL**  
Famille Savie

Une entreprise familiale d'ici

De vrais moments, de vrais résidents Soleil

**Ensoleillez vos journées, vivez  
Les Résidences Soleil**

**1 800 363-0663**

📍 Île de Montréal · Montérégie · Rive-Nord · Estrie

# Programmation saisonnière

Date du début des inscriptions pour la saison d'été : **mardi 2 juin à 9h**

## Activités physiques et sportives

Cours	Jour	Heure	Début	Nombre de semaines	Local	Coût
Aquaforme	Mercredi	9h30	01/07/2026	9	Centre Du Sablon	160,00\$
Club de marche	Mardi	18h00	Saison jusqu'à la fin octobre 2026			Gratuit
Club de vélo	Saison jusqu'au début octobre 2026					50,00\$
Cours d'auto-défense	Jeudi	15h00	18/06/2026	10	Dojo KFJ	175,00\$
Marche nordique	Lundi	14h30	06/07/2026	8	Parc Bernard-Landry	116,00\$
Pickleball - Initiation	Lundi	9h00	22/06/2026	1	Complexe Bois-de-Boulogne	45,00\$
Pickleball - Perfectionnement	Lundi	13h00	22/06/2026	1	Complexe Bois-de-Boulogne	45,00\$
Soirée dansante	Mardi	19h00	Événement mensuel. Voir dates sur le site internet			15,00\$
Yoga doux sur chaise	Mardi	10h00	30/06/2026	6	Centre communautaire pavillon de Bois-Papineau	80,00\$

## Cours de golf

Le détails des cours : jours, heures seront disponibles dès le 25 mai 2026 sur le site web. Les cours seront donnés au Club de golf Islesmere par les Pros du club de golf, cours de 1h00 pour 6 semaines : 200\$

## Activités sociales et éducatives

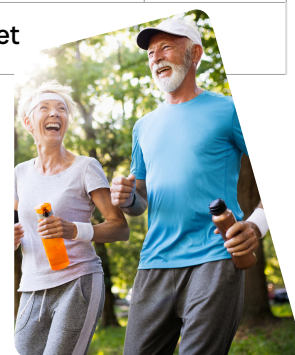
Cours	Jour	Heure	Début	Nombre de semaines	Local	Coût
Club de scrabble	Mercredi	13h00	08/07/2026	6	Café concorde	25,00\$
Club de cartes et de cribble	Mardi	13h00	23/06/2026	11	Bibliothèque Sylvain Garneau salle 2	Gratuit
Dessin Graphite - débutant	Lundi	9h00	06/07/2026	6	Bureau FADOQ Salle Ile-Jésus	135,00\$
Dessin Graphite - intermédiaire	Lundi	13h00	06/07/2026	6	Bureau FADOQ Salle Ile-Jésus	135,00\$
Atelier choux et éclairs	Samedi	10h00	25/07/2026	1	528, 10e Avenue, Laval, H7N 4E	85,00\$
Atelier Baklava	Samedi	10h00	01/08/2026	1	528, 10e Avenue, Laval, H7N 4E	90,00\$

Atelier de reliure japonaise	Jeudi	9h00	09/07/2026	1	Bureau FADOQ Salle Ile-Jésus	65,00\$
Conférence plantes comestibles et médicinales de Laval	Mardi	10h00	07/07/2026	1	Voir site internet	42,00\$
Marche d'identification de plantes comestibles et médicinales	Mardi	9h30	18/08/2026	1	Bois de l'Équerre	54,00\$

### Évènements

Cours	Jour	Heure	Date	Nombre de semaines	Local	Coût
Café avec un policier	Mardi	10h00	18/08/2026	1	Café concorde	Gratuit
Diner-rencontre juin	Jeudi	12h00	11/06/2026	1	Chez Lionel	À payer sur place
Diner-rencontre juillet	Jeudi	12h00	09/07/2026	1	Portovino	À payer sur place
Diner-rencontre août	Jeudi	12h00	20/08/2026	1	Boston Pizza	À payer sur place
Festival de Lanaudière, Nézet-Séguin et Eberle : extase romantique	Dimanche	16h00	26/07/2026	1	Amphithéâtre Fernand- Lindsay, Joliette	Voir site internet
Festival de Lanaudière, Une vie de héros par Payare et l'OSM	Vendredi	20h00	31/07/2026	1	Amphithéâtre Fernand- Lindsay, Joliette	Voir site internet
Pique-nique d'été juin	Jeudi	11h00	25/06/2026	1	Centre de la nature	Gratuit
Pique-nique d'été juillet	Mercredi	11h00	15/07/2026	1	Berge aux Quatres-Vents	Gratuit
Pique-nique d'été août	Jeudi	11h00	13/08/2026	1	Parc Bernard- Landry	Gratuit
Sortie Crèmerie	Mardi	14h00	23/06/2026	1	Oh 3 singes	À payer sur place
Conférence et essai routiers AVEQ (Voiture électrique)	Mardi	19h00	21/07/2026	1	Centre communautaire pavillon de Bois- Papineau	Gratuit
Journée de conférence (prévention chutes, fraude, maltraitance et santé auditive)	Jeudi	9h00	23/07/2026	1	Lieu à confirmer	10\$
Tournoi de golf annuel	Mardi	9h00	25/08/2026	1	Club de golf St- François	190\$
Hockey-balle avec un policier	Informations à venir sur le site internet					

Pour toute question sur la programmation, consultez le site web : [fadoq.ca/laval](http://fadoq.ca/laval) ou appelez-nous au 450-686-2339



Inscription à la session d'automne le mercredi 26 août 2026 dès 9h00



## Politique de loisirs

### Comment on fonctionne ?

- Les taxes sont incluses dans tous nos prix.
- L'inscription est obligatoire pour toutes nos activités et elle se fait par le biais de notre site Web. Pour toute demande d'aide, contactez Julie Blanchard au 450 686-2339, option 2.
- Vous devez être membre de la FADOQ afin d'avoir accès à notre programmation, sauf indication contraire.
- Aucun remboursement après la date limite d'inscription à moins d'annulation de la part de la FADOQ - Région de Laval.
- Consulter la Politique des loisirs de FADOQ - Région de Laval sur notre site web pour connaître l'ensemble de nos conditions et de nos règlements.
- Le bureau régional se garde le droit de faire des modifications, sans préavis, à la suite de l'impression de cette programmation.

## Les lieux de nos activités d'été

### Où se rendre ?

**Atelier Sucré-Salé**, 528, 10e Avenue, Laval, QC, H7N 4E

**Bibliothèque Sylvain-Garneau**, 187, Boul. Ste-Rose, Laval, QC, H7L 1L5

**Bois de L'Équerre**, 49, Rang de l'Équerre, Laval, QC, H7L 6A3

**Boston Pizza**, 5840, boul. Robert-Bourassa, Laval, QC, H7E 0A5

**Bureaux de la FADOQ - Région de Laval**, 110-2345, rue Michelin, Laval, QC, H7L 5B9

**Café Concorde**, 131, boul. de la Concorde Est, Laval, QC, H7G 2C3

**Centre communautaire Pavillon du Bois-de-Papineau**, 3235, boul. Saint-Martin Est, Laval, QC, H7E 5G8



**Centre du Sablon**, 755, chemin du Sablon, Laval, QC, H7W 4H5

**Chez Lionel**, 2900, Boul. Le Carrefour, Laval, QC, H7T 2K9

**Club de golf Islesmere**, 1199 chemin du-Bord-de-l'Eau, Laval, H7Y 1A9

**Club de golf St-François**, 3000 Boul. des Mille-Îles, Laval, H7J 1G1

**Complexe multisports Bois-de-Boulogne**, 955, avenue Bois-de-Boulogne, Laval, QC, H7N 4G1

**Dojo KJF**, 1200, rue Vincent-Massey, 2e étage, Laval, QC, H7V 3N1

**Parc Bernard-Landry**, 5 ave du Crochet, Laval, QC, H7N 3Z3

**Portovino**, 1160, Boul. Le Corbusier, Laval, QC, H7N 0A8



# Découvrez vos nouveaux rabais

## Dans votre région

FADOQ - Région de Laval,  
2345 rue Michelin, Laval (Québec) H7L 5B9



- **Amir Val des brises**: 10% de rabais sur le repas du membre, 5760 Robert Bourassa, Laval H7E 0A5
- **Bonjour Aujourd'hui et Après**: 1 \$ de rabais sur le prix régulier 800, rue de Montrose, Laval, QC, H7N 5B5
- **Boston Pizza**: 15 % sur la facture du membre seulement 5840, boul. Robert-Bourassa, Laval, H7E 0A5
- **Bistro Le Rossignol**: 15 % sur la facture 5580, boul. des Rossignols, Laval, H7L 5Z1
- **Cardio plein-air**: 10% de rabais sur une première inscription et un essai gratuit d'un entraînement: [www.cardiopleinair.ca](http://www.cardiopleinair.ca)
- **Centre Chiropratique du Village**: 50 % de rabais sur l'examen initial (évaluation complète : examen postural, radiographie et test sur le système nerveux) 184, boul. Sainte-Rose, Laval, H7L 1L4
- **Centre de formation ELC**: 15 % sur les frais de formations professionnelles pour certains programmes 131, rue Racine, Laval, H7M 5E4
- **Cleanik HD**: 20 % sur blanchiment et nettoyages 335, boul. du Curé-Labelle, Laval, H7P 2P2
- **Clinique sportive Orthaction**: 15 % de rabais sur tous les services 3333, 100e avenue, Laval, H7T 0G3
- **Club de curling de Laval sur le lac**: 50 \$ de rabais sur une première adhésion
- **Crèmerie Oh 3 singes**: 15 % de rabais 1006 Rue de Callières, Laval, QC H7E 3N2
- **DécoSignature**: 25% de rabais sur les stores, toiles et motorisation d'habillage de fenêtres. Darisse Potvin 514-232-8717
- **Ergo vie chez soi**: 15 % de rabais sur tous ses services offerts aux membres de la FADOQ - Région de Laval.
- **Les Boutiques Marise**: 10 % de rabais sur tous les produits disponibles en boutique (membres FADOQ - Région de Laval) 433, rue Chabanel Ouest, suite 902, Montréal, QC, H2N 2J8
- **Les Espaces MEMORIA**: 10 % de rabais 2159, boul. Saint-Martin Est, Laval, H7E 4X6
- **Famileo**: 3 mois gratuits sur un abonnement à l'application (permet aux personnes âgées de recevoir des nouvelles de leurs proches) [famileo.com](http://famileo.com)
- **Fleuriste Laval-Ouest**: 10 % de rabais 4156, boul. Sainte-Rose Ouest, Laval, H7R 1V4
- **Geneviève Léger**: 10 % de rabais sur tous les services d'accompagnement en fin de vie (à domicile)
- **Ici Pneu Centre de l'auto - Théo Gosselin**: divers rabais 1333, desserte Nord, autoroute 440 Ouest, Laval, H7L 3W3
- **L'Opticien.ca (Opto-Réseau)**: 15 % sur une paire de lunettes solaires ou une monture complète Offre non cumulable avec d'autres promotions en cours
- **Orchestre Symphonique de Laval (OSL)**: 20 % de rabais sur le prix régulier du billet OSL.ca - Code : FADOQOSL
- **Portovino**: 10% de rabais sur le repas du membre, 7 jours/7 1160 Boul. le Corbusier, Laval, QC H7N 6J5
- **Souvenirs partagés**: 20 % de rabais sur les abonnements <https://www.lessouvenirspartages.fr/>
- **Sports Experts**: 10 à 15 % sur articles à prix régulier 3035, boul. le Carrefour, Laval, H7T 1C8 5030, boul. Robert-Bourassa, Laval, H7E 0A6
- **STM Électrique**: 10 % sur la facture avant taxes jusqu'à concurrence de 100 \$ 10881, Rte Arthur-Sauvé, Mirabel, QC J7N 2T9
- **Yves Légaré Complexes funéraires**: 10 % de rabais 1350, autoroute Chomedey, Laval, QC, H7X 3W

Merci à notre  
Grand partenaire  
et commanditaire

**intact**  
ASSURANCE

# La vie à FADOQ

## Retour sur ces trois derniers mois



### Souper cabane à sucre — saveurs et convivialité à la Ferme aux Vieux Chênes

Quelle belle soirée ! La Ferme aux Vieux Chênes nous a accueillis dans une ambiance authentiquement traditionnelle, avec un délicieux repas et une participation exceptionnelle. L'esprit du temps des sucres, partagé entre amis — un moment que beaucoup garderont longtemps en mémoire.

Ces derniers mois ont été riches en rencontres, en émotions et en activités à la FADOQ - Région de Laval. Voici un tour d'horizon de tout ce qui a fait vibrer notre communauté.

### Kiosque à l'EXPOGOLF — à la rencontre de nos membres

Notre présence à l'EXPOGOLF a été un véritable succès : les membres sont venus nombreux à notre kiosque pour découvrir nos deux tournois de golf, dont le prochain rendez-vous incontournable fixé au 25 août. De belles discussions, des retrouvailles et une belle énergie autour de notre passion commune pour le golf. Rendez-vous sur le vert !

### Les dîners-rencontres — jasette, repas et bonne compagnie

Lancés cet hiver, les dîners-rencontre attirent de plus en plus de membres, et pour cause : bonne table, bonne humeur et belles conversations sont au rendez-vous. Le concept plaît, et il va se poursuivre cet été avec de nouveaux restaurants à découvrir ensemble. À vos agendas !

### Jeux régionaux FADOQ — Cinq nouvelles disciplines cette année

Saine compétition, vie active et grande convivialité : les Jeux régionaux ont encore une fois démontré que bouger après 50 ans, c'est tout sauf ennuyant ! Cette édition a accueilli cinq nouvelles disciplines :

Quilles, Billard, Jeux de palet, Baseball poches, Pétanque atout

Un grand merci à tous nos membres pour leur enthousiasme et leur participation, et tout particulièrement à nos bénévoles dont l'implication généreuse rend tout cela possible. C'est ensemble que nous faisons de la FADOQ - Région de Laval une communauté aussi vivante et chaleureuse.



Pour ne rien rater : N'hésitez pas à vous inscrire à l'infolettre qui sort chaque semaine

**CO-MOTION**

Spectacles à Laval



Elles

16 octobre 2026

**SALLE  
ANDRÉ-MATHIEU**



## TRAVAILLEZ-VOUS OU AVEZ-VOUS TRAVAILLÉ DANS UN ENVIRONNEMENT BRUYANT ?

Vous ne le remarquez pas toujours sur le moment, mais à long terme, le bruit peut nuire à votre audition.

**Investissez 60 minutes pour vous.**

Prenez rendez-vous pour une évaluation complète de votre audition réalisée par un audiologiste exerçant au sein des cliniques Lobe. Informez-vous à propos des avantages offerts\* aux membres de la FADOQ.

**1 866 411-5623**

Fier  
partenaire  
de la  
FADOQ



Fière entreprise  
québécoise  
DEPUIS 2002

# Lobe

cliniques

1 866 411-5623 | lobe.ca

Un seul appel.  
On s'occupe de vous. <sup>MD</sup>

\* Le programme Tranquillité d'esprit+ est offert jusqu'au 31 décembre 2026. L'admissibilité au programme et ses modalités sont sujettes à certaines conditions. Voir les détails en clinique.