

À vous de bouger

Laval



Bouger

Découvrir

Se rassembler

Cet automne, ouvrez la porte à de nouvelles passions, de nouvelles rencontres et à une vie active.

Mot de la directrice et du président du conseil d'administration



Chers membres,

L'automne est toujours une belle occasion de reprendre nos activités, de retrouver des visages connus et de faire de nouvelles découvertes.

Cette saison, notre programmation se renouvelle avec l'arrivée de nouvelles activités qui viennent bonifier notre offre habituelle. Que ce soit pour bouger, socialiser, découvrir de nouvelles passions ou simplement partager de bons moments, chacun y trouvera une activité à son image.

Je suis également heureuse de vous présenter de nouveaux ateliers portant sur la santé cognitive, le sommeil et l'alimentation. Ces initiatives viennent enrichir nos programmes sociaux et vous offrir des outils concrets pour favoriser votre bien-être au quotidien.

Au plaisir de vous retrouver cet automne, de vous voir participer, échanger et profiter pleinement de tout ce que la FADOQ Laval a à offrir.

Aude Chevalier Dailly
Directrice générale



Chers membres et amis de la FADOQ,

L'automne pointe déjà à l'horizon et qui dit « automne » dit « rentrée », et c'est précisément ce que s'apprête à faire notre conseil d'administration. Tout en portant une attention particulière à la saine gouvernance de notre organisme, nous poursuivrons avec diligence nos efforts afin de promouvoir la défense des droits et la qualité de vie des personnes de 50 ans et plus.

Dans la foulée des interventions de notre administration provinciale auprès des instances gouvernementales, notre directrice générale et moi-même allons continuer à rencontrer les élu(e)s de la région de Laval afin de nous assurer qu'ils ou elles soient adéquatement sensibilisé(e)s au fait que la FADOQ est L'ORGANISME incontournable dans l'accompagnement des aînés.

Au plaisir de vous rencontrer bientôt.

Gilles Sénécal

Président du conseil d'administration

Le saviez-vous?

Plus de 70 000 personnes participent chaque semaine aux activités de loisirs, sportives, culturelles et sociales offertes par le réseau FADOQ partout au Québec.



Quoi de neuf cette saison-ci ?

Nouvelles activités

Cette saison, sortez de votre routine et laissez-vous tenter par l'une de nos nouveautés! Exprimez votre créativité lors des ateliers de création, remontez le fil de votre histoire avec l'atelier de généalogie, améliorez vos photos grâce à votre téléphone intelligent ou joignez-vous à nos nouvelles ligues de billard et de dek hockey. Une foule d'occasions d'apprendre, de bouger, de partager et de faire de belles rencontres!

Porte-ouvertes de la FADOQ

Venez nous rencontrer le 6 octobre de 10h à 19h00 à nos bureaux.

Un moment convivial pour découvrir nos locaux, notre équipe et certains de nos partenaires. Sur réservation !

Tour de rein Éric Chandonnet 2026



Des milliers de Québécois attendent un don d'organe qui pourrait changer ou sauver leur vie.

Soutenez cette cause en participant à la 15^e édition du Tour de rein Éric Chandonnet dans l'équipe de la FADOQ Laval, une randonnée cycliste de 75 km accessible à tous, dans une ambiance conviviale et sécuritaire.

 Parc Bernard-Landry, Laval
 17 Samedi 26 septembre 2026
 Départ à 8 h (accueil dès 7 h)

Inscription : 100 \$, incluant un reçu fiscal de 40 \$, un maillot de vélo unisexe et une participation (en présence ou à distance) au tirage d'un bon d'achat de 3000 \$ applicable sur un vélo Spherik.

Laval représentée aux Jeux provinciaux

Après une saison bien remplie, c'est plus de 100 athlètes qui auront l'occasion de représenter Laval lors des Jeux provinciaux de la FADOQ. Leur engagement, leur persévérance et leur passion témoignent du dynamisme de nos membres et de l'importance de demeurer actif à tout âge. Merci de faire partie de cette belle communauté. Ensemble, continuons à bouger, apprendre, partager et rayonner partout à Laval !

Les sorties à venir

Le Club Musée : une nouveauté à découvrir !

Partez à la découverte de musées, de sites patrimoniaux et de lieux d'intérêt grâce à des visites guidées mensuelles. Une belle occasion d'enrichir vos connaissances, de partager des moments conviviaux et de faire de nouvelles rencontres, le tout dans une ambiance chaleureuse.

Les trois premières visites auront lieu : à l'Électrium, au Cosmodôme puis au musée Armand-Frappier

Les sorties spéciales

Réservez dès maintenant vos places pour de sympathiques sorties à Laval et découvrez de nouvelles places proches de chez vous:

- Journée au Château Tailler-Lafond le 25 septembre de 14h00 à 21h00 : conférence sur l'histoire des vins, promenade dans les vignes, dégustation de pizza au four à bois, verre de vin, soirée dansante. Les boissons non alcoolisées sont incluses. Coût 110\$ par personne.
- Sortie aux pommes au verger Gibouveau le 30 septembre (date à confirmer). Ce verger se situe à Laval. C'est une belle occasion de découvrir un producteur local.
- Sortie dîner au Bistro Ricardo puis après-midi jeux de sociétés au Pub Randolph Ludique au Centropolis le 25 novembre dès 12h00. Réservation en ligne, payable sur place.
- Les dîners-rencontres se poursuivent avec de nouvelles dates et de nouvelles adresses à découvrir.



OFFRE EXCLUSIVE

OBTENEZ

15% de rabais*
sur tout à prix régulier*

10% de rabais*
sur les montres et bracelets de sport.



*Valable avec la présentation de cette offre exclusive seulement.

Sports Experts Carrefour Laval
1000 boulevard Gamboulière, Laval, QC H7V 1G6

Sports Experts Sainte-Dorothée
4974, Chénouay, Laval, QC H7V 2S9

Sports Experts Galeries Rive Nord
Galeries Rive Nord, 1000 boulevard des Rivières, Laval, QC H7V 1G6

Sports Experts Val-des-Brises
5000 Blvd. Robert Bourassa, Laval, QC H7V 1G6

Sports Experts Galeries Joliette
1000 boulevard Frenette, Joliette, QC J8K 6S6

Valable jusqu'au 31 décembre 2026. Exclusivement pour les membres de la FADOQ Laval.
* Sur le prix original et avant taxes. Excluent les produits à prix déjà réduits et autres marques et modèles promotionnels. Des conditions d'application, détails en magasin, sur présentation de cette carte seulement. Aucun fax ni carte acceptée. Aucune valeur marchande. Les chèques cadeaux, cartes-cadeaux, offre de tiers parties, mise de côté, taxes, achats effectués antérieurement et commandes spéciales sont exclus de la promotion.
Valable exclusivement au Super Expert Carrefour Laval, Sports Experts Sainte-Dorothée, Sports Experts Galeries Rive Nord, Sports Experts Val-des-Brises, Sports Experts Galeries Joliette, @FGL Sports Inc.

QUELQUES INFORMATIONS

Pour informations :
loisirs@fadoqlaval.com

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

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

Venez nous rencontrer à nos prochains événements

- Salon du voyage (12 septembre)
- Salon des 50 + (3 octobre)
- Portes ouvertes (6 octobre)
- Grande marche Pierre Lavoie (17 octobre)
- Salon des proches aidants (5 novembre)
- Vernissage du club de photos (18 novembre)

*Consulter notre infolettre web pour plus de renseignements



Panier de Noël et Guignolée

En partenariat avec Moisson Laval, nous vous proposons de participer cette année encore à la récolte de denrées non périssables du 15 novembre au 15 décembre. Vous pourrez déposer vos dons à nos bureaux sur les heures d'ouverture.



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
1 866 477 5050

Assureur officiel
du Réseau FADOQ



En cas de vol d'identité, la protection S.O.S. Identité^{MD} offre une couverture d'assurance pouvant aller jusqu'à 25 000 \$ pour le remboursement des dépenses engagées pour recouvrer votre identité. Ces offres peuvent varier et être modifiées sans préavis. L'information fournie dans cette publicité vous est fournie à titre indicatif seulement. Votre contrat d'assurance prévaut en tout temps. Veuillez le consulter pour un exposé des protections et exclusions. Votre carte de membre individuel FADOQ doit être valide tant que votre contrat d'assurance est en vigueur. Pour obtenir de plus amples informations sur cette offre et nos produits, veuillez communiquer avec votre représentant d'assurance ou consultez intact.ca.
© 2024, Intact Compagnie d'assurance. Tous droits réservés.

**Orchestre
symphonique
de Laval**



Je m'abonne
Saison 2026-2027
osl.ca

Les concerts avec l'Orchestre Symphonique de Laval

Notre beau partenariat avec l'Orchestre symphonique de Laval (OSL) est renouvelé cette année encore! Profitez d'un rabais de 20 % sur l'achat de billets de concert et laissez-vous séduire par une programmation riche et inspirante. Pensez également aux concerts de musique de chambre, présentés les samedis après-midi à l'église Saint-Maurice de Duvernay. Offerts à des tarifs abordables, ces concerts se déroulent dans un environnement à l'acoustique de qualité, idéal pour apprécier toute la beauté et la finesse de la musique classique.

Préarrangements
à partir de

80\$

/mois*

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).

Programmation Automne 2026

Pour mieux répondre aux besoins des membres, des activités seront offertes dans plusieurs secteurs de Laval. Les inscriptions se font directement sur notre site Web, où vous pourrez consulter les détails de chaque activité et remplir votre formulaire d'inscription en ligne.

Le bureau régional se garde le droit de faire des modifications, sans préavis, suite à l'impression de cette programmation. Il est important de consulter le site web ou l'infolettre pour prendre connaissance des modifications apportées.



Début des inscriptions pour la saison automnale :
Le mercredi 26 août à 9h00

Activités culturelles						
Cours	Jours	Coût	Horaire	Début	Nb semaine	Lieu
Baladi	Lundi	90 \$	18h30	2026-09-14	12	Centre communautaire Simonne-Monet-Chartrand
Introduction à la photo	Vendredi	60 \$	12h30	2026-09-18	6	Centre communautaire Régent-Martimbeau
Photo avancé	Vendredi	90 \$	9h00	2026-09-18	6	
Photo avec téléphone Apple ou Android	Mardi	65\$	9h00	Détails à venir	1	Bureau FADOQ
Vernissage cours de Photo	Mercredi	Gratuit	17h00	2026-11-18	1	
Club musée : Visite guidée de l'Électrium	Lundi	Gratuit	13h00	2026-09-14	1	Électrium
Club musée : Visite guidée du Cosmodôme	Détails à venir (en octobre)				1	Cosmodôme
Club musée : Visite guidée du musée Armand-Frappier	Détails à venir (en novembre)				1	Musée Armand-Frappier

Activités physiques et sportives						
Cours	Jours	Coût	Horaire	Début	Nb semaine	Lieu
Auto-défense Karaté	Jeudi	175 \$	15h00	2026-09-24	10	Dojo KFJ
Aquaforme A	Lundi	147 \$	9h00	2026-09-14	11	Centre Du Sablon
Aquaforme B	Jeudi	160 \$	13h30	2026-09-17	12	
Badminton	Lundi	130 \$	15h30	2026-09-14	12	Complexe sportif Bois-de Boulogne
Boxe Adaptée	Vendredi	125 \$	13h30	2026-09-18	6	Gym Extrême Évolution
Club de marche	Mardi	Gratuit	18h00	2026-05-12		Parc Bernard-Landry
Club de pétanque	Détails à venir					Boulodrome
Dek Hockey	Détails à venir					HBLL
Golf - cours A	Mardi	200\$	14h00	2026-09-01	6	Club de golf Islesmere
Golf - cours B	Jeud	200\$	14h00	2026-08-27	6	
Golf - cours C	Vendredi	200\$	14h00	2026-08-28	6	
Ligue de Billard	Détails à venir					Dooly's Laval
Marche nordique	Mercredi	135\$	10h30	2026-09-16	6	Parc Bernard-Landry
Marche nordique	Mercredi	135\$	10h30	2026-10-28	6	
Pickleball A (Avancé)	Mercredi	130 \$	9h00	2026-09-16	12	Complexe sportif Bois-de Boulogne
Pickleball B (Débutant-Inter)	Mercredi	130 \$	11h00	2026-09-16	12	
Pickleball C (Tout niveau)	Jeudi	130 \$	11h30	2026-09-17	12	
Pickleball D (Débutant-Inter)	Mercredi	130 \$	13h00	2026-09-16	12	Centre du Sablon
Pickleball E (Débutant-Inter)	Lundi	142 \$	11h00	2026-09-14	13	HBLL
Pickleball F (Avancé)	Lundi	142 \$	13h00	2026-09-14	13	
Pickleball G (Avancé)	Mardi	155 \$	11h00	2026-09-15	14	
Pickleball H (Débutant-Inter)	Mardi	155 \$	13h00	2026-09-15	14	

Cours	Jours	Coût	Horaire	Début	Nb semaine	Lieu
Pickleball cours d'initiation	Mercredi	45 \$	9h00	2026-09-09	1	Complexe sportif Bois-de Boulogne
Pickleball cours de perfectionnement	Mercredi	45 \$	11h00	2026-09-09	1	
Yoga doux sur chaise A	Mardi	160\$	10h00	2026-09-15	12	Pavillon de Bois-Papineau
Yoga doux sur chaise B	Jeudi	160\$	11h00	2026-09-17	12	Voir site internet
Zumba gold	Mercredi	Détails à venir	10h00	2026-09-16	12	Centre communautaire Jean-Paul Campeau

Activités sociales et éducatives

Cours	Jours	Coût	Horaire	Début	Nb semaine	Lieu
5@7 de Noël Pickleball Badminton	mercredi	Payable sur place	17h00	2026-12-16	1	Boston Pizza
Atelier création : chandelle		50\$	13h00	Détails à venir	1	Atelier d'art intuitif
Atelier création gobelet		45\$	13h00	Détails à venir	1	
Atelier prévention des chutes	Jeudi	gratuit	9h00	2026-09-17	1	À venir
Atelier prévention des chutes	Mardi	gratuit	13h00	2026-10-20	1	
Atelier prévention des chutes	Mercredi	gratuit	9h00	2026-11-18	1	
Atelier pain	Samedi	70\$	10h00	2026-09-26	1	Atelier Sucré-Salé
Atelier brioche	Samedi	75\$	10h00	2026-10-24	1	
Atelier initiation à la cuisine marocaine	Samedi	90\$	10h00	2026-11-21	1	
Atelier bûche de Noël	Samedi	95\$	10h00	2026-12-12	1	
Atelier de reliure artisanale (Style "criss-cross")	Mercredi	150\$	9h00	2026-10-14	3	Bureau FADOQ
Atelier de reliure artisanale japonaise 2 (Écaillés de tortue)	Mercredi	65\$	13h00	2026-10-28	1	
Cerveau actif 1	Jeudi	100 \$	9h30	2026-09-24	10	Centre communautaire Ste-Dorothée
Cerveau actif 2	Jeudi	100 \$	13h30	2026-10-22	6	
Club de cartes et cribble	Mardi	Gratuit	13h00	2026-09-08	15	Bibliothèque Sylvain Garneau salle 2

Activités sociales et éducatives (Suite)

Cours	Jours	Coût	Horaire	Début	Nb semaine	Lieu
Club échecs et dames	Mardi	50\$	13h30	2026-09-08	15	Café Concorde
Club Scrabble	Mercredi	50\$	13h00	2026-09-09	15	
Club Tricot	Vendredi	50 \$	13h30	2026-09-11	15	
Cours informatique Excel	Jeudi	125 \$	13h00	2026-10-01	6	Bureau FADOQ
Cours informatique Ipad Iphone A	Lundi	125 \$	9h00	2026-10-19	7	
Cours informatique Ipad Iphone B	Lundi	125\$	13h00	2026-10-19	7	
Cours informatique ordi et windows 11	Jeudi	125 \$	9h00	2026-10-22	7	
Cours informatique Android	Mardi	125 \$	9h00	2026-09-29	7	
Danse en ligne	Jeudi	156 \$	10h00	2026-09-17	12	Centre communautaire St-Joseph
Danse en ligne Country Débutant	Mardi	156 \$	19h45	2026-09-15	12	
Danse en ligne Country intermédiaire	Mardi	156 \$	18h30	2026-09-15	12	
Danse sociale	Mardi	105\$	21h00	2026-09-15	12	
Dîner-rencontre (Halloween)	Mercredi	Payable sur place	12h00	2026-10-28	1	Boston Pizza
Dîner-rencontre	Mercredi	Payable sur place	10h00	2026-11-11	1	Kitchen 73
Dîner-rencontre (Chic Noël)	Jeudi	Payable sur place	12h00	2026-12-17	1	Pacini Rosemère
Un café avec un policier	Mardi	Gratuit	10h00	2026-10-20	1	Café Concorde
Un café avec un policier	Mardi	Gratuit	10h00	2026-12-15	1	
Université du 3e âge - Femmes Guerrières et Hommes de Paix	Mercredi	70\$	13h30	2026-11-11	4	Centre communautaire Régent-Martimbeau

Événements

Cours	Jours	Coût	Horair e	Début	Nb semaine	Lieu
Conférence pratique gestion Mon dossier service Canada A	Mercredi	Gratuit	9h00	2026-09-16	1	Bureau FADOQ Salle Saint-François
Conférence pratique gestion Mon dossier service Canada B	Mercredi	Gratuit	13h00	2026-09-16	1	
Journée portes ouvertes	Mardi	Gratuit	10h00	2026-10-06	1	Bureau FADOQ
Sortie au Randolph (souper et jeux de société)	Mercredi	Payable sur place	17h00	2026-11-25	1	Randolph Centropolis
Sortie aux pommes	Mercredi	15\$	11h00	2026-09-30	1	Verger Gibouveau
Journée Château Taillefer-Lafon	Vendredi 25 septembre de 14h à 21h00 Après-midi découverte histoire des vins du Québec, promenade dans les vignes, dégustation de pizza four à bois, boissons sans alcool inclus, 1 consommation alcoolisée, soirée dansante. Coût : 110\$					
Diner de Noël des membres	Mercredi	60\$	12h00	2026-12-09	1	Portovino
Tour de rein Eric Chandonnet	Samedi	100\$	8h00	2026-09-26	1	Parc Bernard-Landry

Politique des loisirs

- Les taxes sont incluses dans tous nos prix
- L'inscription est obligatoire pour toutes nos activités et elle se fait par le site web. Pour toute demande de support, contactez Julie Blanchard au 450 686-2339 option 2.
- Aucun remboursement après la date limite d'inscription à moins d'annulation de la FADOQ - Région de Laval.
- Consultez la politique des loisirs de FADOQ - Région de Laval sur notre site web pour connaître l'ensemble de nos conditions et de nos règlements.

Pour toutes questions sur la programmation, consultez le site web : fadoq.ca/laval/ ou appelez-nous au 450-686-2339

Les inscriptions pour la session d'hiver auront lieu dès le 1er décembre à 9h00

Les adresses de nos activités d'automne

Atelier sucré-salé

528, 10e Avenue, Laval, QC, H7N 4E

Centre du Sablon

755, chemin du Sablon, Laval (QC) H7W 4H5

Complexe sportif Bois-de-Boulogne

955, avenue de Bois-de-Boulogne, Laval (QC)
H7N 4G1

HBLL (Hockey Balle Laval-Laurentides)

3395, rue Bernard-Lefebvre, Laval, (QC) H7C 0A5

Centre communautaire pavillon de Bois-Papineau

3235, boulevard Saint-Martin Est, Laval (QC) H7E 5G8

Centre communautaire Régent-Martimbeau

455, rue de Lausanne, Laval (QC) H7K 3X9

Centre communautaire Sainte-Dorothée

625, rue Sylvie, Laval, (QC) H7X 2X2

Centre communautaire Saint-Joseph

1450, boulevard Pie-X, Laval (QC) H7V 3C1

Bureau FADOQ Région Laval

110-2345, rue Michelin, Laval (QC)
H7L 5B9

Bibliothèque Sylvain-Garneau

187, boulevard Sainte-Rose, Laval (QC)
H7L 1L7

Café Concorde

131, Boul. Concorde E, Laval, (QC) H7G 2C3

Centre communautaire Jean-Paul-Campeau

3781, boulevard Lévesque Ouest, Laval (QC) H7V 1G5

Centre communautaire Simonne-Monet-Chartrand

3700, Boul. Notre-Dame, Laval (QC) H7V 1R4

Dojo KFJ

1200, rue Vincent-Massey, Laval, (QC) H7V 3N1

Gym Extrême Évolution

4463, Deserte Nord A-440, Laval, (QC) H7P 4W6

Parc Bernard-Landry

5, avenue du Crochet, Laval (QC) H7N 3Y7



Le « *un jour* »
est finalement arrivé.

APPRENEZ L'ÉBÉNISTERIE
À VOTRE RYTHME

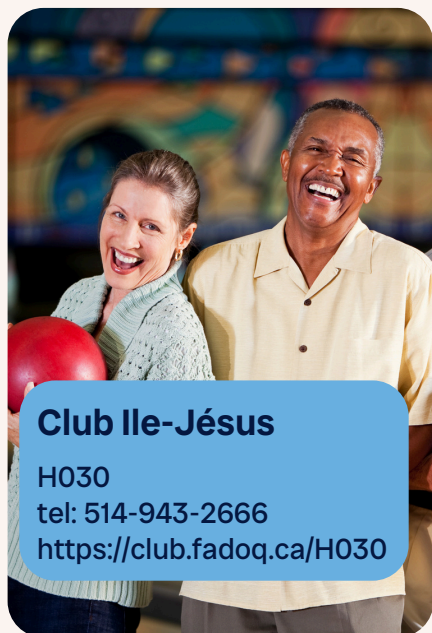
Débutants et passionnés sont les bienvenus

10 % DE RABAIS EXCLUSIF
AUX MEMBRES FADOQ



Offre réservée aux membres FADOQ sur présentation d'une carte de membre valide. Le rabais ne peut être combiné à aucune autre promotion ou offre en vigueur. Certaines conditions s'appliquent. Pour plus d'information, visitez www.ecole-ebenisterie.com, composez le 450 436-1999 ou rendez-vous au 865, rue Alfred-Viau, Saint-Jérôme (Québec) J7Y 4N7.

Nos clubs FADOQ



Nos Clubs FADOQ ont aussi bénéficié du changement de l'image de marque.

Nouveaux logos, nouvelle infolettre, nouvelle page Web.

Nous vous invitons à consulter nos différentes plateformes électroniques pour découvrir leurs activités saisonnières.

Pensez également à vous inscrire à l'infolettre de votre club sur le site web pour recevoir, en avant première, toutes leurs informations.

À découvrir cet automne : Vie Active, danse, Film de voyage, bingo, souper, sorties ...



Portovino
RISTORANTE

**APPORTEZ
VOTRE VIN
DÎNER**
11 h à 15 h

Venez dîner dans
**UN CADRE MAGNIFIQUE ET RELAXANT
AVEC UNE EXCELLENTE CUISINE.**

📍 1160 Boul. le Corbusier, Laval | ☎ 450 687-0101



EXPO GOLF QUÉBEC

SHERATON LAVAL
12-13 MARS 2027
EXPOGOLFCA
PRÉSENTE PAR
le journal de montréal

VOTRE SAISON COMMENCE ICI!

La vie à la FADOQ

Retour sur les 3 derniers mois

Assemblée générale annuelle

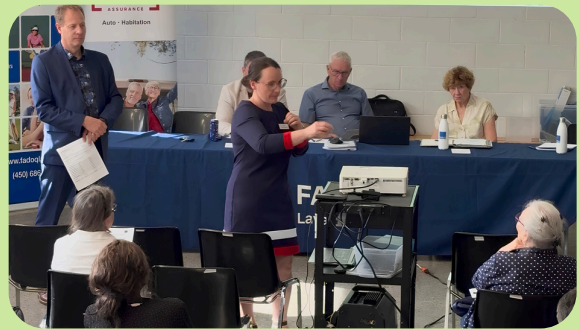
Le 4 juin dernier, la FADOQ Région Laval tenait sa 54e Assemblée générale annuelle au Centre communautaire Jean-Paul-Campeau. Cette rencontre a permis de présenter le bilan des activités de la dernière année, de souligner les réalisations de l'organisation et de partager les projets à venir. Merci aux membres présents pour leur participation et leur engagement envers notre communauté.

5 à 7 fin de saison Pickleball

Nous avons souligné la fin de la saison de Pickleball à l'occasion d'un 5 à 7 au Boston Pizza. Un beau moment pour planifier des rencontres sur les terrains extérieurs cet été.

Marche pour la bientraitance

La FADOQ Région Laval a fièrement participé à la Marche pour la bientraitance qui a eu lieu le 15 juin dernier au parc Bernard Landry. Il s'agit d'une cause qui nous tient à coeur et pour laquelle l'organisme donne des ateliers de sensibilisation tout au long de l'année.



Les pique-niques d'été

Comme chaque année, nous avons profité des belles journées ensoleillées pour organiser des pique-niques dans différents parcs de Laval. Ces rencontres ont été une belle occasion de socialiser, de partager de bons moments et de profiter pleinement de l'été dans une ambiance conviviale.

CO-MOTION

Spectacles à Laval

Billetterie:
www.co-motion.ca 450.667.2040



SALLE ANDRÉ-MATHIEU

Découvrez vos nouveaux rabais



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

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

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

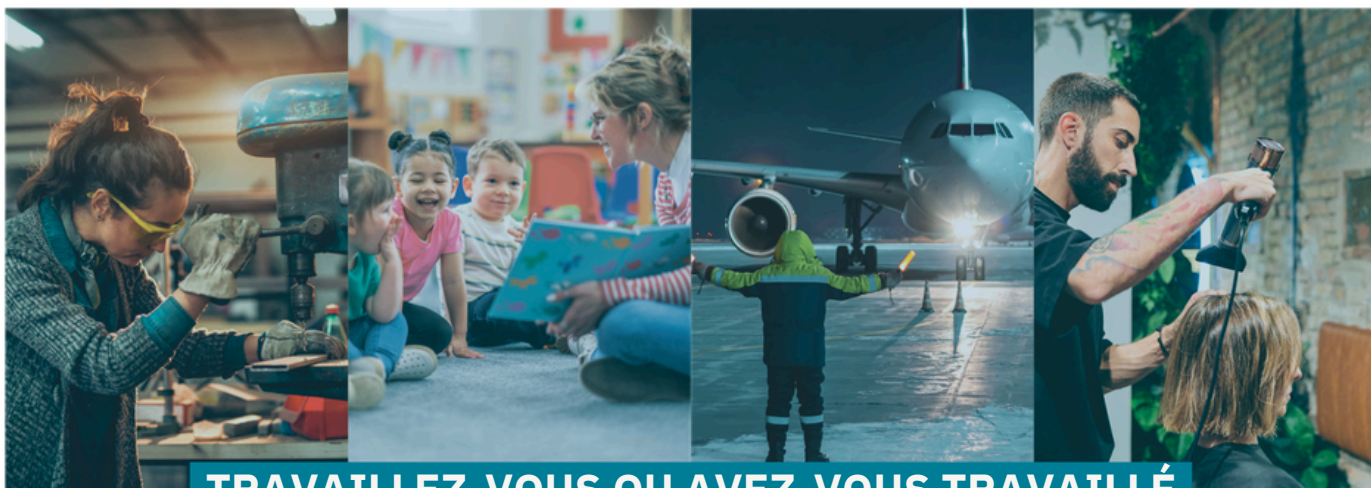
Sports Experts : 10 à 15 % sur articles à prix régulier
3035, boul. le Carrefour, Laval, H7T 1C8
5030, boul. Robert-Bourassa, Laval, H7E 0A6

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**





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. MD

* 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.